

Dans som fysisk aktivitet

- Et forandringsforslag til rekruttering og fastholdelse af 11-15årige piger i foreningsregi



Udarbejdet af:

Freja Gammelgaard Bertel (20153062)

Vejleder:

Henrik Vardinghus-Nielsen

Dato for aflevering:

01.06.2022

Antal anslag med mellemrum:

164.358

Referencesystem:

APA 7th ed.

Resume

Titel: Dans som fysisk aktivitet – Et forandringsforslag til rekruttering og fastholdelse af 11-15årige piger i foreningsregi

Baggrund: 74% af alle 11-15-årige danske børn ikke lever op til anbefalingerne om 60 minutters motion om dagen. Særligt piger er mere inaktive end drenge, da 81 procent af de 11-15-årige piger ikke lever op til anbefalingerne. Undersøgelser viser at piger motiveres af andre faktorer og tiltrækkes af andre fysiske aktivitetsformer end drenge, hvor særligt dans er en populær aktivitetsform blandt pigerne. Dog er dans som fysisk aktivitet i højere grad drevet af de kommercielle dansecentre sammenlignet med dans i foreningsregi, hvilket potentielt er med til at øge den sociale ulighed i adgangen til dans som fysisk aktivitet. Den sociale ulighed i adgangen til fysisk aktivitet betragtes som en folkesundhedsmæssig problemstilling, da det kan være forbundet med en række konsekvenser på individ og samfundsniveau.

Formål: Formålet med nærværende projekt er at bidrage med viden om, hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, med henblik på at foreningerne kan brede dansen ud og rekruttere flere medlemmer. I et langsigtet perspektiv kan dette være bidragende til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet.

Metode: MRC-modellen med udgangspunkt i *development* fasen udgør den overordnede ramme for specialet. Specialets empiri er indhentet gennem en systematisk litteratursøgning, som har til formål at afdække den eksisterende viden på området. Yderligere er der foretaget et fokusgruppelinterview med 11-15årige piger, men henblik på at få indblik i fremmende og hæmmende faktorer som har betydning for deres deltagelse i dans som fysisk aktivitet. Derudover er der foretaget et individuelt semistruktureret interview med en foreningsformand, for at få indblik i foreningens nuværende rekrutteringsstrategi af medlemmer.

Resultat: I nærværende projekt er der blevet identificeret en række faktorer, som har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet, herunder betydningen sociale relationer, tilgængelighed af tilbud, kompetenceudvikling samt underholdning. Endvidere er der blevet fremanalyseret følgende temaer; *et tæt samarbejde mellem skoler, foreninger og forældre* samt *et stærkt lokalmiljø*, som er afgørende faktorer i forbindelse med rekrutteringen.

Konklusion:

Der forefindes et videnshul i forbindelse med dans som fysisk aktivitet i et rekrutteringsperspektiv i foreningslivet, hvorfor der på dette grundlag kræves en yderligere afdækning på området. Dog er der blevet fundet, at konteksten og den sociale tilknytning og fællesskab er vigtige faktorer for deltagelse i aktiviteten. Det er ligeledes blevet fundet, at kompetenceudvikling og læring er en vigtig faktor, i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af medlemmerne. Der er blevet identificeret en række temaer, som kan være behjælpelige for foreningerne i henhold til at udbrede kendskab til dans som fysisk aktivitet; *et tæt samarbejde mellem skoler, foreninger og forældre* og *et stærkt lokalmiljø*.

Abstract

Title: Dance as a physical activity – An amendment proposal for the recruitment and retention of 11-15-year old girls under the auspices of the union

Background: 74% of all 11-15-year-old Danish children do not live up to the recommendations for 60 minutes of exercise a day. Girls in particular are more inactive than boys, as 81 percent of 11-15-year-old girls do not live up to the recommendations. Studies show that girls are motivated by other factors and are attracted to other forms of physical activity than boys, where especially dance is a popular form of activity among girls. However, dance as a physical activity is more driven by the commercial dance centers compared to association dance, which potentially contributes to increasing social inequality in access to dance. The social inequality in access to physical activity is considered a public health issue as it can be associated with a number of consequences at the individual and society level.

Aim: The purpose of the present project is to contribute with knowledge about which promoting and inhibiting factors are important for 11-15 year old girls' level of physical activity in the form of association dancing, in order for the associations to recruit more members and in a long-term perspective reduce social inequality in physical activity.

Method: The MRC model based on the *development* phase constitutes the overall framework for the thesis. The empirical evidence of the thesis has been obtained through a systematic literature search, which aims to uncover the existing knowledge in the field. In addition, a focus group interview was conducted with 11-15-year-old girls, but to gain insight into promoting and inhibiting factors that are important for their participation in dance as physical activity. In addition, an individual semi-structured interview has been conducted with an association chairman, to gain insight into the association's current recruitment strategy.

Results: In the present project, several factors have been identified that are important for 11-15-year-old girls' participation in as physical activity, including the importance of social relationships, accessibility of offers, competence development and entertainment. In addition, the following themes have been analyzed; a close cooperation between schools, associations, and parents as well as a strong local environment, which are crucial factors in connection with recruitment.

Conclusion: There is a knowledge gap in connection with dance as a physical activity in a recruitment perspective in association life, which is why on this basis a further coverage in the area is required. However, it has been found that context and social attachment and community are important factors for participation in the activity. It has also been found that competence development and learning is an important factor in the recruitment and retention of members. Several themes have been identified which may be helpful to the associations in spreading knowledge of dance as a physical activity, *a close collaboration between schools, associations and parents and a strong local environment.*

Indholdsfortegnelse

1.	Initierende problem	1
2.	Problemanalyse	3
	2.1 Konsekvenser af fysisk inaktivitet på individ og samfundsniveau	5
	2.2 Social ulighed i fysisk aktivitet blandt børn og unge	6
	Lige adgang til idræt og lokalmiljøets betydning for fysisk aktivitet	8
	2.4 Ulighed i deltagelse i foreningsbaserede aktiviteter blandt piger og drenge	10
3.	Afgrænsning	13
4.	Problemformulering	14
5.	Metode	15
	5.1 Studiedesign	16
	5.2 Socialkonstruktivisme	17
	5.3 MRC-modellen	18
	5.4 Dataindsamling og analysemetoder	20
	Fokusgruppeinterview	20
	Det individuelle, semistrukturerede interview	21
	Udvælgelse af informanter	21
	Interviewguide	22
	Gennemførelse af interviews	23
	Transskribering	24
	Analysestrategi	24
	5.5 Systematisk litteratursøgning	25
	Indledende søgning	26
	Den systematiske litteratursøgning	26
	Valg af databaser	26
	Søgestrategi	27
	In-og eksklusionskriterier af litteratur	28
	Udvælgelse og vurdering af litteratur	29
	Strategi for analyse af studier	30
	5.6 Ethiske overvejelser	30
6.	Teori	32
	Self-Determination Theory	32
	Erving Goffman og den sociale orden	33
7.	Analyse	35

7.1 Analyse af fokusgruppeinterview	35
Sociale relationer	36
Tilgængelighed	39
Motivation	41
7.2 Analyse af interview	44
Fællesskab	44
Motivation	45
Markedsføring	46
Veluddannede instruktører	47
7.3 Matrice over udvalgte studier	49
7.3.1 Analyse af udvalgte studier	51
8. Diskussion.....	54
8.1 Diskussion af interviews	54
8.2 Diskussion af litteraturstudie	57
8.3 Diskussion af MRC-modellens bidrag	58
8.4 Diskussion af resultater	59
Fællesskab, underholdning og de sociale relationers betydning for deltagelse i dans som fysisk aktivitet.....	59
Kompetenceudvikling.....	61
Tilgængelighed	62
Forældreinddragelse	63
9. Forandringsforslag	65
10. Konklusion	73
11. Litteraturliste	74
12. Bilagsfortegnelse.....	79

1. Initierende problem

Det anbefales at alle danske børn er fysisk aktive minimum 60 minutter dagligt, da fysisk aktivitet er forbundet med en række sundhedsmæssige gevinster (Hallal et al., 2006; World Health Organization, 2020; Sundhedsstyrelsen, 2020). Eksempelvis bidrager fysisk aktivitet til at børn og unge kan præstere fagligt i skolen, opretholde en sund kropsvægt, har en større stressterskel samt udvikle sig socialt (Sundhedsstyrelsen, 2006; Basch, 2011; World Health Organization, 2020). På trods af disse sundhedsmæssige gevinster ved fysisk aktivitet, viser en undersøgelse af Statens Institut for Folkesundhed, at 74% af alle 11-15-årige danske børn ikke lever op til anbefalingerne om 60 minutters motion om dagen (Sundhedsstyrelsen, 2019). Særligt piger er mere inaktive end drenge, da 81 procent af de 11-15-årige piger ikke lever op til anbefalingerne, hvor det blandt drengene er 67 procent, som ikke lever op til 60 minutters fysisk aktivitet på daglig basis (Sundhedsstyrelsen, 2019). Fysisk inaktivitet, defineret som værende fysisk aktiv i mindre end 2,5 time ugentligt, kan medføre en række kort- og langsigtede fysiske og psykiske konsekvenser hos det enkelte individ (Aagard, 2014). Blandt andet kan fysisk inaktivitet føre til motoriske vanskeligheder, overvægt og depression, hvorfor fysisk inaktivitet er en risikofaktor for en række livsstilssygdomme, blandt andet type-2-diabetes samt hjerte-kar-sygdomme (Pedersen og Andersen, 2016; Aagard, 2014; Sundhedsstyrelsen, 2020; Darren et al., 2006). Eksempelvis er overvægt i barndommen tilbøjelig til at følge individet videre ind i voksenlivet, hvilket alene kan være årsagen til at udvikle diabetes eller hjerte-kar-sygdomme allerede i en ung alder. Fysisk aktivitet har derfor en forebyggende effekt relateret til flere livsstilssygdomme, hvilket taler for at iværksætte forebyggende og sundhedsfremmende indsatser som kan øge fysisk aktivitet blandt børn og unge så tidligt som muligt (Darren et al., 2006).

At højne den fysiske aktivitet blandt børn og unge er derfor en politisk prioritet, hvor både skoler, foreninger og private idrætsorganisationer bidrager til opretholde og udvikle meningsfulde fysiske aktiviteter (Sundhedsstyrelsen, 2020). På trods af at der på samfundsplan findes mange forskellige aktivitetstilbud, både kommunale og private, er der flere undersøgelser som viser, at der er stor ulighed i danske børns og unges motions- og idrætsvaner (Skolebørnsundersøgelsen, 2018; Sundhedsstyrelsen, 2019). Drenge er generelt mere fysisk aktive

end piger, da 33 procent lever op til anbefalingerne om 60 minutters daglig fysisk aktivitet, hvor det blot gælder for 19 procent af pigerne (Sundhedsstyrelsen, 2019). Derfor vil nærværende projekt undersøge hvilke faktorer der ligger til grund for uligheden i børn og unges fysiske aktivitetsniveau, med henblik på at bidrage til at reducere risikoen for, at fysisk inaktivitet forbliver et folkesundhedsproblem. Projektet forventes derfor i et forandringsperspektiv at kunne bidrage til sundhedsfremmende og forebyggende indsatser, som har til formål at skabe større lighed i danske børn og unges motionsvaner.

2. Problemanalyse

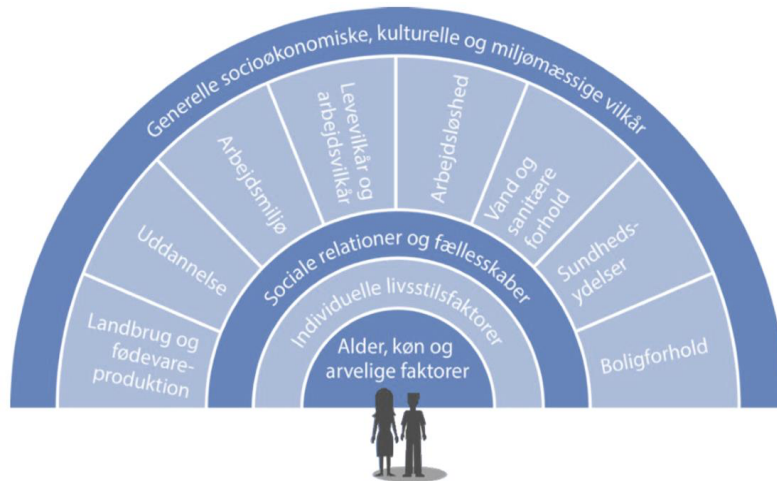
Fysisk aktivitet blandt børn og unge har stor betydning for folkesundheden, da der er en lang række sund- og helbredsmæssige gevinster forbundet med at være fysisk aktiv allerede fra barndommen (Sundhedsstyrelsen 2018; Hallal et al., 2006). Blandt andet har en aktiv hverdag indflydelse på børn og unges motorik, kredsløb, balance og immunsystem, hvor fysisk aktivitet ligeledes har en positiv betydning for børn og unges mentale sundhed og generelle trivsel.

At højne den fysiske aktivitet blandt børn og unge er derfor en samfundsmæssig og politisk prioritet, hvor både offentlige og private organisationer bidrager til opretholde og udvikle meningsfulde fysiske aktiviteter for børn og unge (Sundhedsstyrelsen, 2020).

På trods af at der i samfundet findes mange forskellige aktivitetstilbud, både kommunale og private, er der flere undersøgelser som viser, at der er stor ulighed i danske børn og unges fysiske aktivitetsniveau (Skolebørnsundersøgelsen, 2018; Sundhedsstyrelsen, 2019).

At klarlægge de præcise årsager til uligheden i børn og unges aktivitets- og motionsvaner er komplekst, da flere forskellige faktorer kan være med til at påvirke den enkelte, eksempelvis familiære forhold, socioøkonomiske forhold, motivationsfaktorer mm. For at få en forståelse af disse, både inde- og udefrakommende faktorer, er det relevant at rette fokus mod de sociale determinanternes betydning samt påvirkning på børn og unges fysiske aktivitetsniveau.

Følgende problemanalyse vil ved hjælp af den socioøkologiske model af Margaret Dahlgren og Göran Whitehead (1991) problematisere og analysere hvilke sociale determinanter der har betydning for børn og unges fysiske aktivitetsniveau. Den socioøkologiske model består af fem forskellige niveauer, som har til formål at indtænke individ- og samfundsfaktorer samt samspillet mellem disse (Craig et al., 2008). Alle fem niveauer inddrages i problemanalysen, da disse antages enten at være hæmmende eller fremmende for børn og unges fysiske aktivitetsniveau, hvorfor disse niveauer kan anvendes til at fremanalysere forskellige determinanter som påvirker børn og unges aktivitets- og motionsvaner. Modellen er derfor med til at belyse forskellige sociale determinanter, herunder de betingelser som individet er født ind i og lever under (Craig et al., 2008; Dahlgren & Whitehead, 1991). Den socioøkologiske model er præsenteret i figur 1.



Figur 1. Den socioøkologiske model inspireret af Dahlgren & Whitehead, (1991).

Det første niveau i modellen knytter sig til de individuelle faktorer, herunder viden og kompetencer, hvorfor dette niveau i relation til fysisk aktivitet blandt andet knytter sig til børns og unges individuelle handlekompeter og motivationsfaktorer (Bauman et al., 2012). Det andet niveau er relateret til de interpersonelle faktorer, som knytter sig til individets sociale netværk (Dahlgren & Whitehead, 1991). I relation til problemanalysen vil dette niveau primært være fokuseret mod familie, forældre og venners betydning for børns og unges fysiske aktivitetsniveau. Det tredje niveau i Dahlgren og Whiteheads model består af de organisatoriske og institutionelle faktorer, hvorfor dette niveau primært vil være koncentreret omkring den kontekstuelle ramme, herunder de private og offentlige motions- og idrætsfaciliteter som har betydning for børns og unges fysiske aktivitetsniveau (Dahlgren & Whitehead, 1991). Niveau fire og fem knytter sig til de samfundsmæssige faktorer som er betinget af økonomiske- og politiske faktorer, hvorfor disse niveauer i relation til fysisk aktivitet blandt børn og unge særligt vil relatere sig til tilgængeligheden af idrætsfaciliteter i lokalsamfundet.

Disse fem niveauer kan bidrage med en øget forståelse af, hvordan både individuelle, sociale og samfundsmæssige determinanter kan være med til at påvirke uligheden i fysisk aktivitet blandt børn og unge.

2.1 Konsekvenser af fysisk inaktivitet på individ og samfundsniveau

Fysisk inaktivitet blandt børn og unge har konsekvenser på individ og samfundsniveau, da det både kan påvirke den enkeltes sundhed og livskvalitet, men samtidig kan påvirke samfundsøkonomien og belaste sundhedsvæsenet (Pedersen og Andersen, 2016; Ryom et al., 2019).

Verdenssundhedsorganisationen WHO rangerer fysisk inaktivitet som den fjerde hyppigste årsag til global dødelighed (World Health Organization, 2018). Fysisk inaktivitet anses som værende en risikofaktor for en bred vifte af kroniske sygdomme, hvorfor en inaktiv livsstil har negative effekter på den enkeltes helbred (Pedersen og Andersen, 2016; Sundhedsstyrelsen, 2029; Darren et al., 2006). Fysisk inaktivitet kan eksempelvis have konsekvenser for kredsløbet, hvilket vil sige, at inaktive individer er i større risiko for kardiovaskulære sygdomme. Derudover kan en inaktiv hverdag føre til en række livsstilssygdomme som eksempelvis overvægt og type 2-diabetes (Pedersen og Andersen, 2016; Sundhedsstyrelsen, 2020). Særligt for børn og unge kan en inaktiv livsstil og hverdag føre til en række fysiske vanskeligheder som blandt andet er forbundet motorik, kredsløb, balance og immunsystem, som potentielt kan medføre en række fysiske konsekvenser videre i voksenlivet hos den enkelte (Pedersen og Andersen, 2016; Sundhedsstyrelsen, 2020). Foruden de fysiske konsekvenser af fysisk inaktivitet i barndommen viser forskning, at fysisk inaktivitet ligeledes kan påvirke det mentale helbred og dermed den generelle livskvalitet. Et studie viser blandt andet, at en inaktiv livsstil kan føre til depression senere i livet (Darren et al., 2006). Et andet studie viser, at fysisk aktive børn og unge har en større selvtillid, udvikler en større stressterskel og klarer sig bedre bogligt sammenlignet med inaktive børn og unge (Basch, 2011;). Der ses derfor en sammenhæng mellem fysisk aktivitet og helbredstilstand, hvorfor regelmæssig fysisk aktivitet kan føre til forbedringer i individets generelle sundhedstilstand og derfor er effektiv i den primære og sekundære forebyggelse af flere sygdomme (Darren et al., 2006). Forskningen viser, at risikoen for kroniske sygdomme starter i barndommen og stiger med alderen, hvorfor dette skaber incitament for at sætte ind med forebyggende og sundhedsfremmende indsatser så tidligt i livet som muligt (Darren et al., 2006; Singh et al., 2012).

Udover at fysisk inaktivitet påvirker det enkelte individ, har fysisk inaktivitet store konsekvenser på samfundsniveau, da individer med mentale eller fysiske problematikker i høj grad er brugere af sundhedsvæsenet. En dansk undersøgelse har blandt andet kortlagt de samfundsøkonomiske

omkostninger som er forbundet med fedme, hvor det viser sig, at normalvægtige gennemsnitligt koster systemet 20.086 kroner årligt, mens en overvægtig person koster 41.087 kroner årligt, hvorfor overvægtige er 105 procent dyrere i gennemsnit (Spanggaard et al., 2022). Foruden konsekvenserne af de fysiske følger af fysisk inaktivitet, koster diagnosen depression det danske sundhedssystem 9 milliarder kroner årligt. Det fremhæves ligeledes, at psykisk sygdom og dårligt mentalt helbred er den største sygdomsbyrde blandt børn og unge (Bedre Psykiatri, 2022). Sundhedsstyrelsen (2015) estimerer de årlige nettoomkostninger for sundhedsvæsenet som følge af fysisk inaktivitet til 3.468 mio. Kr. (Ryom et al., 2019). Fysisk inaktivitet kan derfor både føre til store konsekvenser på individ og samfundsniveau, hvorfor fysisk inaktivitet blandt børn og unge anses som et folkesundhedsproblem. Dette skaber incitament for at fremme fysisk aktivitet blandt børn og unge så tidligt i livet som muligt, og dermed forebygge risikoen for individuelle og samfundsmæssige konsekvenser i et langsigtet perspektiv. På baggrund heraf er det relevant at få indblik i, hvilke faktorer der ligger til grund for, at nogle børn og unge er mere aktive end andre, hvilket kan bidrage med viden om, hvordan den sociale ulighed i fysisk aktivitet kan reduceres.

2.2 Social ulighed i fysisk aktivitet blandt børn og unge

Selvom flere og flere danskere dyrker motion, er der flere undersøgelser som viser, at der er stor ulighed i børn og unges motions- og idrætsvaner (Skolebørnsundersøgelsen 2018; Sundhedsstyrelsen, 2019). Årsagerne til social ulighed i fysisk aktivitet blandt børn og unge anses som værende komplekst, da mange faktorer og sociale determinanter er med til at påvirke den enkelte, herunder blandt andet socioøkonomiske forhold, sociale relationer og tilgængeligheden af idrætsfaciliteter i lokalmiljøet, hvilket knytter sig til det tredje, fjerde og femte lag i Dahlgren og Whiteheads model (Skolebørnsundersøgelsen, 2018; Kohl & Hobbs, 1998; Dahlgren & Whitehead, 1991).

Hvert fjerde år foretages Skolebørnsundersøgelsen, som er det danske bidrag til det internationale forskningsprojekt *Health Behaviour In School-aged Children – a WHO Collaborative Cross-National Survey*, som har til formål at få indsigt i unges sundhed og trivsel og forstå de sociale determinanter

for sundhed, for at kunne anvende denne viden i fremtidige indsatser med det formål at forbedre disse faktorer og dermed den unges livskvalitet (World Health Organization, 2018). Skolebørnsundersøgelsen indsamler data og viden om 11-15-åriges sundhedsadfærd og selvrapporterede helbred, som danner grundlag for sundhedsfremme blandt målgruppen (Skolebørnsundersøgelsen, 2018). Skolebørnsundersøgelsen dykker blandt andet ned sammenhængen mellem børn og unges motionsvaner og deres socioøkonomiske status (Skolebørnsundersøgelsen, 2018). I Danmark opereres der med fem socialgrupper, herunder socialgruppe 1, som klassificeres som personer med en lang videregående uddannelse, socialgruppe 2, som har en mellemlang videregående uddannelse, socialgruppe 3 som har en kort videregående uddannelse, socialgruppe 4 som er faglærte og socialgruppe 5 som ikke-faglærte arbejdere (Svalastoga & Wolf, 1961). Disse socialgrupper vil i nedenstående benyttes til at analysere og forstå forældrenes sociale position, og deres betydning for børn og unges motions- og aktivitetsvaner. Skolebørnsundersøgelsen måler børn og unges motionsvaner ved at bede dem angive, hvor mange timer om ugen de dyrker motion som gør dem forpustede eller svedige. Efterfølgende holdes resultaterne op mod deres forældres sociale position. Hovedtendensen i Skolebørnsundersøgelsen viser, at hvis eleverne kommer fra et hjem med en høj socioøkonomisk position, i socialgruppe 1 eller 2, dyrker de mere motion sammenlignet med børn og unge som kommer fra et hjem med en lavere socioøkonomi, eksempelvis socialgruppe 4 eller 5 (Skolebørnsundersøgelsen, 2018; Svalastoga & Wolf, 1961). Et andet studie viser, at der i forbindelse med at forstå årsagerne til social ulighed i fysisk aktivitet blandt børn og unge, ligeledes kan være tale om *social reproduktion* af fysisk aktivitet i familien (Wold et al., 1994). Med udgangspunkt i hovedtendensen fra Børneundersøgelsen, som konkluderer at forældre der befinder sig i socialgruppe 1 og 2 i gennemsnit, er mere fysisk aktive sammenlignet med forældre i socialgruppe 3-5, vil den sociale forskel og det fysiske aktivitetsniveau potentielt reproducere og genskabes blandt deres børn. På baggrund heraf vil børn der kommer fra en familie med en lavere socioøkonomisk status være mindre aktive, sammenlignet med børn fra familier der dyrker motion. I en undersøgelse af Idrættens Analyseinstitut fremgår det, at 85% af alle børn og unge mellem 7 og 15 år regelmæssigt dyrker sport hvis deres forældre selv er aktive, hvor blot 57% af alle børn med inaktive forældre dyrker sport og motion (Brandt, 2016). Det tyder derfor på at sociale forhold og særligt forældrenes

sociale position som knytter sig til de interpersonelle faktorer i den socioøkologiske model, har en stor betydning for børn og unges deltagelse i fysisk aktivitet.

Flere studier peger på, at det generelle miljø samt støtte fra venner ligeledes er en vigtig faktor for, at børn og unge er fysisk aktive i deres hverdag (Kohl & Hobbs, 1998; Wold et al., 1994). Et canadisk tværsektorsstudie viser, at blandt andet sociale normer og co-participation påvirker børn og unges gensidighed i et venskab, hvor normerne indbefatter en bestemt forventning og co-participation er med til at styre gensidigheden ved at børnene deltager i samme aktiviteter (Sawka et al., 2014). Det tyder derfor på, at sociale relationer og normerne derigennem har en betydning for, hvilke aktiviteter børn og unge vælger at deltage i.

Disse mekanismer kan derfor både have en positiv eller en negativ indflydelse på børn og unges fysiske aktivitetsniveau, da de gensidigt påvirker hinanden, og derfor både kan påvirke den enkelte til et højere fysisk aktivitetsniveau og modsat dette, mere inaktivitet. Der er derfor en tendens der peger på, at uligheden i fysisk aktivitet blandt børn og unge afspejler sig af flere faktorer, end blot børnenes individuelle engagement og motivation som knytter sig til det første niveau i Dahlgren og Whiteheads model (Dahlgren & Whitehead, 1991).

Lige adgang til idræt og lokalmiljøets betydning for fysisk aktivitet

Foruden de sociale relationers betydning, viser flere studier, at lokalmiljøet og de lokale idrætsfaciliteter spiller en rolle for børn og unges fysiske aktivitetsniveau (Kohl & Hobbs, 1998; Wold et al., 1994). Et systematisk review af Ferreira et al., 2006 viser, at der blandt børn og unge er fundet en positiv sammenhæng mellem moderat til et højt aktivitetsniveau i fritiden og stigende forekomst af idrætsfaciliteter i det nærliggende område (Ferreira et al., 2006). Lige adgang til idræt i lokalmiljøet anses derfor som værende en vigtig faktor i forbindelse med at fremme børn og unges aktivitetsniveau, da det fysiske miljø, herunder veletablerede og tilgængelige idrætsfaciliteter, er med til at skabe rammerne for at flere børn og unge både får og opretholder en aktiv hverdag (Sundhedsstyrelsen, 2019; Ferreira et al., 2006).

I Danmark er foreningsidræt en af de mest dominerende organisationsformer i idrætten med 11.534 idrætsforeninger fordelt over landet (Tofft-Jørgensen & Gottlieb, 2020). Foreningsidræt bidrager

foruden at styrke idræt- og motionsvaner blandt børn og unge, både med at styrke fællesskaber, sociale og kommunikative kompetencer og samarbejdsevne. Dertil er foreningslivet i høj grad med til at skabe engagement i lokalmiljøet, hvilket er bidragende til et større samfundsengagement blandt medlemmerne (DIF, DGI & DUF, 2019). De fleste idrætsforeninger i Danmark er drevet af frivillige kræfter, som skaber grundlaget for et varieret udbud af forskellige attraktive aktiviteter for børn og unge landet over (DGI, 2021). Foreningsidræt er med til at skabe lighed i deltagelse i fysisk aktivitet, da et årskontingent i en idrætsforening økonomisk set er billigere sammenlignet med prisen på et kommercielt idrætstilbud. Eksempelvis koster et årskontingent 1225 kr. i danseforeningen Aalborg Danse Center, hvor prisen på de kommercielle danseskoler er tre gange dyrere (Aalborg Danse Center, 2022; CPH-dans, 2022).

I takt med samfundets udvikling, og et stigende politisk engagement i idrætsrelaterede tiltag, har breddeidrætten i Danmark ændret sig markant. De klassiske, frivilligt drevne foreninger konkurrerer i højere grad med de profitsøgende kommercielle udbydere samt motionsformer, der ikke kræver en udbyder. Denne udvikling medfører tendenser der peger på, at der indenfor visse sportsgrene er et ønske om professionalisering af sporten, og ligeledes at idrætten også har betydelige økonomiske interesser (Kulturministeriet, 2009). I tråd med dette, er der ligeledes sket en udvikling af danskernes ønske om fleksibilitet i hverdagen, hvorfor de kommercielle fitnesscentre eksempelvis har succes med at tiltrække medlemmer grundet større fleksibilitet i deres tilbud. De klassiske idrætsforeninger kan derfor risikere at blive udkonkurreret af kommercielle idrætsudbydere som fitnesscentre eller løbeklubber. Som følge af denne udvikling ses der derfor en berøringsflade mellem foreningsidrætterne og den kommercielle idræt, da tilbuddene henvender sig til de samme målgrupper og aktivitetsform. Dette kan potentielt have konsekvenser for den enkelte familie, da det ud fra et økonomisk perspektiv er dyrere at tilgå private idrætsorganisationer sammenlignet med deltagelse i foreningsidræt (Brandt, 2016). Hvis der i nærområdet primært udbydes idrætsaktiviteter indenfor den kommercielle idræt, kan det derfor, for mindre bemidlede familier være en økonomisk barriere at give deres børn mulighed for at deltage i fysisk aktivitetstilbud (Kulturministeriet, 2009; Brandt, 2016). Udover at udviklingen har konsekvenser for børn og unges fysiske aktivitet på individniveau, har det ligeledes konsekvenser på samfunds niveau, da udviklingen i et langsigtet perspektiv kan være bidragende til en øget ulighed i børn og unges motions- og idrætsvaner.

På baggrund heraf er det essentielt, at lokalsamfundet og særligt foreningslivet kan tilbyde relevante idrætsfaciliteter for både drenge og piger, som kan tilpasses alle niveauer og aldersgrupper, således at der i højere grad skabes lige adgang til idrætsfaciliteterne.

Foreningsidrætten i Danmark har en bred vifte af sportsgrene, hvor fodbold, svømning, håndbold, badminton og gymnastik er blandt de mest populære idrætter blandt børn og unge (Tofft-Jørgensen & Gottlieb, 2020). Disse idrætter favner bredt, da de indholdsmæssigt appellerer til flere forskellige interesser indenfor idræt, både med fokus på holdsport, sammenhold og boldspil. På trods af, at disse idrætter i foreningsregi udbydes i langt de fleste kommuner landet over, er der alligevel stor ulighed i deltagelse i fysisk aktivitet blandt børn og unge, særligt blandt drenge og piger (Skolebørnsundersøgelsen, 2018; Sundhedsstyrelsen, 2019). Udover den sociale ulighed i deltagelse blandt drenge og piger, er der ligeledes nogle sociale grupper i samfundet som ikke kan rekrutteres eller fastholdes i foreningslivet. En undersøgelse viser, at piger med etnisk minoritetsbaggrund særligt er blandt den gruppe af børn og unge, som er mest inaktive (Sharara et al., 2018). Undersøgelsen fremhæver derudover, at foruden den fysiske aktivitets positive effekt på børn og unges helbred, består foreningslivet desuden som et miljø, som kan give social tilhørighed og en fællesskabsfølelse for dem, som deltager (Sharara et al., 2018). At børn og unge mødes omkring en aktivitet, kan blandt andet bevirke, at forskellen mellem køn, alder og kultur træder mere i baggrunden idet aktivitetens primære mål vil være i fokus. På baggrund heraf bør det tilstræbes at gøre foreningslivet attraktivt blandt flere børn og unge uanset køn, alder og kulturelle baggrund. Der er derfor flere forskellige faktorer i spil, når det omhandler at skabe mere lighed i danskernes motions-og idrætsvaner, og særligt når det handler om børn og unge, da disse i høj grad er påvirket af deres forældres sociale position samt tilgængeligheden af faciliteterne i lokal- og nærområdet.

2.4 Ulighed i deltagelse i foreningsbaserede aktiviteter blandt piger og drenge

Der kan stilles spørgsmål ved, hvorvidt de populære foreningsidrætter, herunder fodbold, svømning, håndbold, badminton og gymnastik favner bredt nok, da der fortsat er en gruppe af børn og unge, særligt piger, som er inaktive og ikke deltager aktivt i et foreningstilbud (Tofft-Jørgensen & Gottlieb, 2020). I foreningslivet er det primært drengene der dominerer de nuværende store og

populære foreningsidrætter. DIF's medlemstal fra 2017 viste blandt andet, at drenge i langt højere grad var foreningsaktive med 232.046 medlemmer mellem 13-24 år sammenlignet med pigerne i alderen 13-24 år med 152.731 medlemmer (Jensen & Østergaard, 2018). Der er ligeledes foretaget en undersøgelse som viser, at der er stor forskel på, hvad der motiverer drenge og piger i forbindelse med at gå til sport og udøve fysisk aktivitet. Blandt andet fremgår det i en rapport af Danmarks Idrætsforbund, at piger i højere grad bliver motiveret af at have det sjovt og at være sammen med venner og veninder, hvor det for drengene opleves som værende motivationsfaktor at vinde og gerne ville være den bedste (Jensen & Østergaard, 2018). Udover at drengene dominerer pigerne, når det gælder den generelle deltagelse i foreningsidræt, er der også et langt større frafald i foreningsorganiseret idræt blandt pigerne sammenlignet med drengene når de rammer teenageårene, særligt når de befinder sig i aldersgruppen 11-15 år (Ibsen et al., 2015). Undersøgelser viser, at særligt teenagepigeres deltagelsesmønster afviger fra yngre børns deltagelsesmønster, således at deltagelse i organiseret sport i pigernes teenageår i højere grad afløses af selvorganiserede aktiviteter (Ibsen et al., 2015). Det er derfor essentielt at overveje, hvorvidt de traditionelle og organisatoriske rammer tager højde for udviklingen blandt unge, og om de eksisterende strukturer og tilbud er lige så attraktive for pigerne som for drengene i foreningsregi. Da det særligt er 11-15årige piger som er inaktive i foreningslivet og har større tendens til at falde fra, bør der rettes fokus på målgruppen og hvorvidt deres behov dækkes ind i forbindelse med de sportsgrene som er tilgængelige. I nedenstående tabel 1 ses en oversigt over andelen af børn og unge som i 2015 har dyrket forskellige aktiviteter regelmæssigt, fordelt på køn og alder (Ibsen et al., 2015).

	DRENGE				PIGER			
Aktiviteter	7-9 år	10-12 år	13-15 år	16-19 år	7-9 år	10-12 år	13-15 år	16-19 år
Fodbold	73	61	56	41	27	30	31	15
Svømning	61	39	16	11	56	40	18	18
Gymnastik	27	14	12	12	50	37	24	20
Jogging/motionsløb	17	19	24	37	13	13	31	43
Håndbold	20	20	17	16	20	22	20	13
Rulleskøjter/skateboard	20	22	10	5	23	15	11	8
Badminton	14	20	23	11	11	13	15	2
Dans (alle former)	3	2	2	2	25	24	22	17
Ridning	2	2	1	1	18	19	18	7
Styrketræning	1	8	25	48	1	4	15	39
Aerobic/zumba/step/pump eller lignende træning på hold	1	1	1	2	4	4	11	26

Tabel 1. Andel af børn og unge, der har dyrket forskellige aktiviteter regelmæssigt inden for det seneste år, fordelt på køn og alder i procent (Ibsen et al., 2015).

Det kan af tabellen udledes, at de største forskelle mellem drenge og pigers deltagelse i de forskellige aktiviteter er, at pigerne i højere grad slutter sig til dans, gymnastik, aerobic/zumba/step/pump og ridning, hvor fodbold, badminton, styrketræning og skating i højere grad er populært blandt drengene. Da særligt 11-15årige piger er mere inaktive end drengene, motiveres af andre faktorer og tiltrækkes af nogle andre sportsgrene, kan der sættes spørgsmålstegn ved, om der endnu findes en tilstrækkelig mængde af kvalificerede tilbud i foreningsidrætten som både er tilgængelige, relevante og attraktive for danske piger. Som det kan udledes af tabel 1, er særligt dans som motionsform en populær idræt blandt pigerne denne målgruppe, hvilket kan være med til at indikere, at dansen kan have et potentiale i forbindelse med både at rekruttere og fastholde flere piger i foreningslivet. Dog er dans som motionsform i højere grad domineret af de kommercielle dansecentre, da dans for børn og unge i foreningsregi endnu ikke har vundet stort indpas sammenlignet med de andre dominerende sportsgrene så som håndbold, gymnastik og badminton (Ibsen et al., 2015). Da det er tre gange så dyrt at gå til dans på en kommerciel danseskole sammenlignet med at gå til dans i foreningsregi, kan det potentielt afholde de ressourcetsvage grupper i samfundet fra at danse (Aalborg Danse Center, 2022; CPH-dans, 2022). Dette er derfor med til at skabe en ulighed i deltagelse i dans som fysisk aktivitetsform, hvilket potentielt kan

afholde en bestemt socialgruppe fra at deltage, hvilket kan være bidragende til at piger i målgruppen 11-15 år forbliver fysisk inaktive.

Flere studier viser, at dans er en sport som både kan fremme børn og unges fysiske og mentale helbred (Rossberg-Gempton 1994; Edwards et al., 2016; Jago et al., 2011). Et studie af Irene E. Rossberg-Gempton havde til formål at forstå hvordan 3-10-årige piger oplever dans og at undersøge ideen om at bruge dansen som et mødested for at fremme psykisk velvære blandt målgruppen. Der blev af indsatsen udarbejdet en formativ evaluering som viste, at deltagernes niveau af selvopfattelse, sociale færdigheder og motoriske færdigheder blev forhøjet gennem danseindsatsen. Ligeledes bemærkede flere af deres forældre en stigning i selvtilliden og et fald i døtrenes generthed. Undersøgelsen er derfor med til at indikere, at dans som motionsform kan være med til at fremme særligt pigers fysiske og mentale helbred. Dette skaber derfor incitament for at undersøge hvilke faktorer der har betydning for 11-15årige pigers lyst og motivation for, at gå til dans i foreningsregi, hvilket kan være bidragende med viden om, hvordan foreningerne i et fremtidigt perspektiv kan rekruttere og fastholde piger i denne målgruppe og i et længere sigte udbrede dans som fysisk aktivitet i foreningslivet.

3. Afgrænsning

På baggrund af problemanalysen, fremdrages en diskrepans mellem det sundhedspolitiske fokus på at fremme fysisk aktivitet blandt børn og unge gennem sport og motion i private organisationer såvel som idrætsforeninger, sammenholdt med viden om, hvordan social ulighed i deltagelse i fysisk aktivitet reproduceres. Med udgangspunkt i Dahlgren & Whiteheads socioøkologiske model kan individuel risikoadfærd blandt børn og unge ikke iagttages uafhængigt af de øvrige lag i modellen, hvorfor der er flere forskellige faktorer og sociale determinanter som påvirker børn og unges fysiske aktivitetsniveau. Det er i problemanalysen blevet fremanalyseret at særligt 11-15årige piger er mere inaktive end drenge, og ligeledes at der ses en forskel i deltagelse og interesse i forskellige aktiviteter. Særligt har piger i alderen 11-15år interesse for dans som fysisk aktivitet, hvilket skaber incitament for at undersøge dansens potentiale i denne målgruppe. Derfor vil nærværende projekt

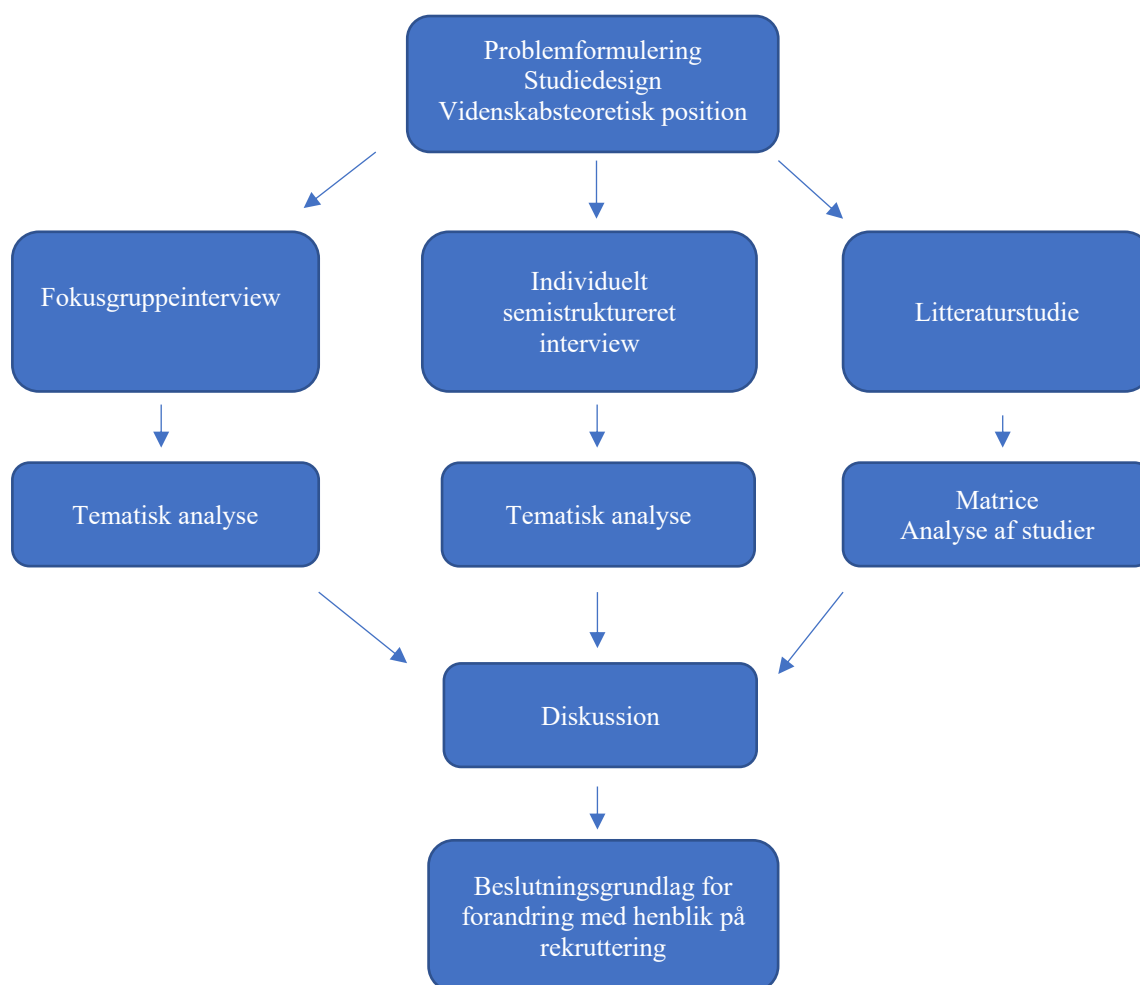
undersøge hvilke fremmende og hæmmende faktorer som har betydning for 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi. Denne viden anvendes i et forandringsperspektiv med det formål at kunne rekruttere og fastholde flere piger i foreningslivet, at udbrede dans som fysisk aktivitet i foreningerne og i et langsigtet perspektiv skabe større lighed i danske børn og unges idræts- og motionsvaner.

4. Problemformulering

Hvilke fremmende og hæmmende faktorer har betydning for 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, og hvordan kan viden herom danne beslutningsgrundlag for forandring, således at foreningerne kan rekruttere flere medlemmer og derved reducere social ulighed i fysisk aktivitet?

5. Metode

I det følgende afsnit vil projektets metodologiske fremgangsmåde beskrives og begrundes. For at skabe transparens og overblik over den metodologiske fremgangsmåde, er der blevet udarbejdet et flowchart som kan ses i nedenstående figur.



Figur 2. Flowchart over projektets metodologiske fremgangsmåde.

Figur 2 illustrerer, at projektets studiedesign og videnskabsteoretiske position er valgt på baggrund af projektets problemformulering. Ligeledes er projektets metodiske fremgangsmåde defineret af problemformuleringens formål, netop at få et dybdegående og nuanceret billede af hvilke fremmende og hæmmende faktorer, der påvirker 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, hvorfor den kvalitative metode benyttes, i form af et fokusgruppeinterview

med piger i målgruppen. Disse metoder anvendes for at få et indblik i de fremmende og hæmmende faktorer som har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi, samt et individuelt interview med en foreningsformand, for at opnå et indblik i en forenings nuværende rekrutteringsproces og refleksionerne herom. Interviewene vil sammen med den systematiske litteratursøgning blive analyseret efterfulgt af en diskussion af fundene i data, som sammen danner grundlag for at kunne udvikle konkrete forandringsforslag til, hvordan disse bidrag i et fremtidigt perspektiv vil kunne udvikles og anvendes i praksis i foreningerne. Dette foretages henblik på at kunne rekruttere flere piger i målgruppen, i et længere sigte udbrede dansen, hvilket potentielt kan være med til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet.

5.1 Studiedesign

Nærværende projekt tager afsæt i et casestudiedesign, da det karakteriseres som værende empirisk undersøgelse, hvor der foretages en dybdegående analyse af et klart og afgrænset fænomen (Antoft & Salomonsen, 2007). På baggrund heraf anvendes casestudiet ofte indenfor den forstående forskningstype, som har til formål at afdække menneskers meninger og holdninger i den specifikke kontekst. Med casestudiet som design er det ligeledes muligt at undersøge et fænomen i den kontekst, hvor fænomenet udfolder sig (Antoft & Salomonsen, 2007). I relation til nærværende projekt er det relevant at sætte fokus på forholdet mellem fænomenet og dets kontekst, da konteksten og de rammer som 11-15årige piger indgår i, antages at have en betydning for de fremmende og hæmmende faktorer for deres fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi. Et casestudie kan bestå af multiple metoder, herunder både kvalitative og kvantitative dataindsamlingsmetoder alt efter undersøgelsens formål (Antoft & Salomonsen, 2007). I nærværende projekt gøres der brug af den kvalitative metode, da der ønskes at få et dybdegående og nuanceret billede af 11-15årige pigers hæmmende og fremmende faktorer, som har betydning for deres fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi.

Der findes fire typer kvalitative casestudiedesigns, herunder *ateoretiske studier*, *teorifortolkende studier*, *teorigenererend studier* samt *teoritestende studier* (Antoft & Salomonsen, 2007). Nærværende projekt tager afsæt i den *teorifortolkende tilgang*, da der i nærværende projekt søges at generere ny empirisk viden. Teorien anvendes i analysen til at bestemme mønstre i

fokusgruppeinterviewet, individuelle interview samt litteraturstudiet. Dog vil analysen ligeledes være åben overfor nye empiriske fund, hvis den teoretiske referenceramme ikke kan forklare disse, hvilket kan være med til at generere en ny empirisk viden (Antoft & Salomonsen, 2007). Hensigten er derfor ikke at be- eller afkræfte anvendte teorier, men derimod at bidrage til at kunne frembringe ny viden, som kan være med til at rekruttere og fastholde 11-15årige piger gennem dans som fysisk aktivitet i foreningslivet.

5.2 Socialkonstruktivisme

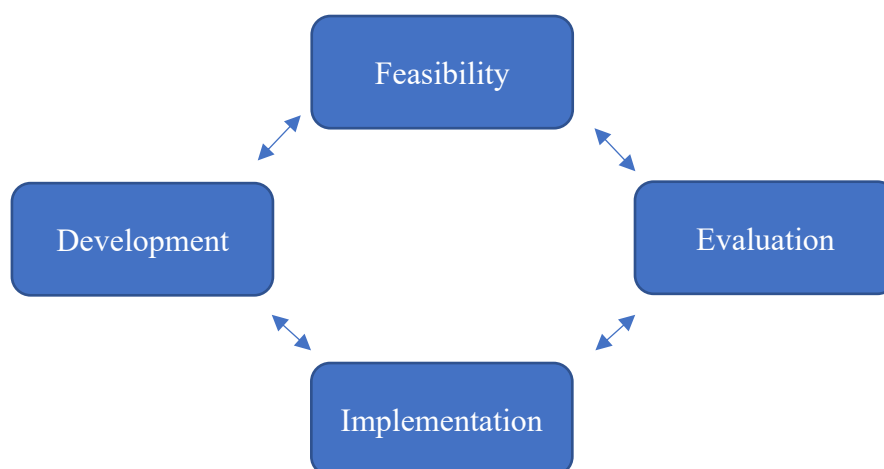
Nærværende projekt tager afsæt i den socialkonstruktivistiske videnskabsteori som bygger på, at menneskets måde at handle på, udspringer af den sociale kontekst som mennesket befinder sig i (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Derfor bør menneskers handlinger, sprog og tænkning ud fra et socialkonstruktivistisk perspektiv, altid studeres ud fra deres sociale betingelser og omgivelser. Indenfor den epistemologiske konstruktivisme betragtes den menneskelige erkendelse som værende socialt konstrueret, hvorfor mennesket i højere grad ses som et foranderligt subjekt, som udvikler sig afhængigt af sociale, historiske og kulturelle normer (Berger & Luckmann, 1972). Virkeligheden kan derfor ikke beskrives som sand eller flask, men er i stedet afhængige af det enkelte individs historiske og kulturelle kontekst. Nærværende projekt tager udgangspunkt i en socialkonstruktivistisk tilgang, da det er relevant at få viden om hvilke sociale kontekster, normer og kulturelle perspektiver og faktorer der har betydning for 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi. En forening opfattes derfor eksempelvis som en social kontekst i nærværende projekt. Ifølge Michel Foucault er sproget en artikulation af, hvem vi er, og hvorfor vi er blevet som vi er (Foucault, 1991). I relation til at forstå 11-15årige pigers forståelse og holdninger, herunder hvilke fremmende og hæmmende faktorer som har betydning for hvorvidt de ønsker at gå til dans i foreningsregi, kan man gennem sproget få adgang til at undersøge, hvordan eksempelvis fællesskab i en forening forstås af målgruppen, og hvordan målgruppens forståelser og italesættelser kan være et produkt af samfundsdiskurserne. Indenfor det socialkonstruktivistisk perspektiv arbejdes der ofte ud fra kvalitative metoder, da der netop søges at skabe indsigt i individuelle forståelser og italesættelser. Indenfor det socialkonstruktivistiske perspektiv er det derfor fordelagtigt at anvende det kvalitative interview, hvorfor der i nærværende projekt

indsamles data gennem både fokusgruppesamtaler samt individuelle interviews. Det er herigennem derfor muligt at få et indblik i hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi, hvor disse udtalelser samtidig analyseres ud fra den sociale kontekst og de sociale betingelser.

5.3 MRC-modellen

MRC-modellen er en guide som har til formål at udvikle og evaluere komplekse interventioner, hvorfor denne model er et velegnet redskab når der skal skabes overblik og struktur over en forandringsproces hvor mange faktorer og aspekter inddrages (Craig et al, 2008). MRC-modellen kan omfatte flere forskellige forskningsmetoder, herunder både kvalitative og kvantitative forskningsprocesser. I nærværende projekt anvendes kvalitative metoder, da disse kan give indsigt i en forandringsproces, som kan bidrage med dybdegående og nuancerede perspektiver på hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for, hvorvidt piger i alderen 11-15år vil gå til dans i foreningsregi, med henblik på at kunne rekruttere flere medlemmer med henblik på at kunne reducere uligheden i deltagelse i fysisk aktivitet.

MRC-modellen indeholder fire faser, herunder *development*, *feasibility*, *evaluation* og *implementation* som illustreres i nedenstående figur.



Figur 3. MRC-modellens 4 faser

Den første fase *development*, består af udviklingsfasen af den pågældende komplekse intervention, hvorfor denne fase udgør en afdækning af den i forvejen eksisterende evidens på området. *Feasibility* udgør selve afprøvningen af den pågældende intervention, hvor der i den tredje fase, *Evaluation*, evalueres med det formål at vurdere, om interventionen skal revideres eller om den skal implementeres som en del af fase 4, *implementation*, og i så fald breddes ud til et større, nationalt perspektiv (Craig et al., 2008).

Da der søges at skabe indsigt i hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans i foreningsregi, med henblik på at kunne rekruttere flere medlemmer i foreningerne, har nærværende projekt til formål at forandre og udvikle denne proces, hvorfor udviklingsfasen, *development*, i MRC-modellen udgør den overordnede ramme for specialet. Grundet fokus på *development* fasen samt en begrænset tidsramme, udføres *feasibility*, *evaluation* og *implementation* derfor ikke. Dog vil der i løbet af processen udvikles konkrete forslag til hvordan disse bidrag og processer i et fremtidigt perspektiv vil kunne udvikles og anvendes i praksis ude i foreningerne.

I forbindelse med udviklingsfasen indeholder MRC-modellen en række kerneelementer som er fordelagtige at medtænke i processen, herunder blandt andet *Involve stakeholders*, *Identificer usikkerheder* samt *Overvej konteksten* (Skivington et al., 2021). *Involve stakeholders* relaterer sig til vigtigheden af, at de individer der er en del af en given indsats involveres i udviklingen af denne, da inddragelse af deres synspunkter og erfaringer kan være med til at bidrage til en positiv udvikling (Skivington et al., 2021). I nærværende projekt involveres derfor både 11-15årige piger gennem et fokusgruppeinterview, for at få et indblik i de fremmende og hæmmende faktorer, som har betydning for deltagelse i dans i foreningsregi, samt en foreningsformands synspunkt på rekruttering og fastholdelse af medlemmerne i foreningen. *Identificer usikkerheder* relaterer sig til de usikkerheder, som kan opstå under udviklingen af en indsats, hvorfor det er nødvendigt at identificere dem. Dette kerneelement er udført gennem at klarlægge eksisterende viden på området gennem litteraturstudier, hvortil disse usikkerheder ligeledes identificeres gennem de afholdte interviews. *Overvej konteksten* er ligeledes et relevant kerneelement at medtænke, da dette kerneelement omhandler hvordan konteksten kan påvirke, styrke eller mindske en given indsats og derved påvirke indsatsens outcome, hvilket stemmer overens med projektets

videnskabsteoretiske perspektiv, socialkonstruktivismen, da menneskers handlinger og sprog altid bør studeres ud fra deres sociale betingelser og omgivelser (Berger & Luckmann, 1972; Skivington et al., 2021).

5.4 Dataindsamling og analysemetoder

Følgende afsnit indeholder en præsentation af projektets metoder, herunder en beskrivelse af det kvalitative interview, den systematiske litteratursøgning samt analysemodeller til de anvendte metoder. Afslutningsvis begrundes de etiske overvejelser i forbindelse med projektets metodevalg. Formålet med de kvalitative metoder er at få et dybdegående og nuanceret indblik i de fremmende og hæmmende faktorer, der har betydning for 11-15åriges fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi. Dette søges belyst gennem en et fokusgruppeinterview med målgruppen samt et supplerende individuelt interview med en foreningsformand. Formålet med interviewene er, at opnå målgruppens subjektive forståelser, holdninger, ønsker og behov som knytter sig til dans som aktivitetsform i foreningslivet samt opnå indsigt i, hvordan en forening arbejder med at rekruttere og fastholde medlemmer (Gut & Fuglsang, 2011).

Fokusgruppeinterview

Fokusgruppeinterviews kan defineres som en semistruktureret gruppeproces, som ofte består af 6-10 personer, der samtaler om et bestemt og afgrænset emne (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Det anses i relation til nærværende projekt at være fordelagtigt at foretage et fokusgruppeinterview med de 11-15årige piger, for at kunne generere data på et detaljeret niveau fra flere personer på samme tid, og derved opnå indsigt i de fremmende og hæmmende faktorer, som har betydning for deres lyst og motivation for at deltage i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi. Det kan være en fordel at afholde et fokusgruppeinterview, da det kan være med til at stimulere en naturlig diskussion og samtale omkring det pågældende emne. Dertil danner fokusgruppeinterviewet samtidig grundlag for både at kunne indsamle nuancerede og modstridende udsagn, hvilket anses som relevant, når både fremmende og hæmmende faktorer i relation til dans som fysisk aktivitet i foreningsregi søges belyst (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Fokusgruppeinterviewet vil ligeledes

kunne fremhæve og give en indsigt i komplekse motivationsfaktorer, konteksten samt betydnings- og holdningsforhold, som kan anvendes i forbindelse med at danne beslutningsgrundlag for forandringsperspektivet. Fokusgruppeinterviewet foretages forud for det individuelle interview med foreningsformanden, da den indsamlede viden anses som værende relevant at inddrage for kunne informere spørgsmål til foreningen som bygger på brugernes, herunder de 11-15årige pigers perspektiv.

Det individuelle, semistrukturerede interview

Der foretages i nærværende projekt et semistruktureret individuelt interview med en foreningsformand i en veletableret forening, for at få et indblik i hvordan foreningen rekrutterer medlemmer samt holdninger og ønsker om fremtidig rekruttering i forbindelse med dans i foreningen.

I relation til interviewets formål er det relevant at anvende det semistrukturerede interview, da denne interviewform har til formål at belyse et på forhånd defineret emne, men samtidig har mulighed for at inddrage nye emner, hvis informanten bidrager med nye input (Gut & Fuglsang, 2011). Der udarbejdes forud for interviewet en detaljeret interviewguide som er beskrevet i nedenstående afsnit *interviewguide*, der indeholder spørgsmål til de emner der ønskes belyst. Dog er forløbet ved interviewets start ikke fuldt fastlagt, da denne afhænger af dynamikken i interviewet, hvorfor det giver mulighed for at udforske nye vinkler og perspektiver fra informanten (Gut & Fuglsang, 2011).

Udvælgelse af informanter

I forbindelse med rekruttering af informanter til fokusgruppeinterviewet og det individuelle semistrukturerede interview, er der blevet anvendt en formålsbaseret rekrutteringsstrategi, hvor informanterne udvælges på baggrund af, at disse besidder holdninger, forståelser og ønsker som er relevant viden i forbindelse med besvarelsen af projektets problemformulering (Merriam & Tisdell, 2016).

Forud for fokusgruppeinterviewet blev der derfor gjort en række overvejelser i forbindelse med rekrutteringen af informanter. Blandt andet blev det i denne proces fastlagt, at en forudsætning for

deltagelse i fokusgruppeinterviewet skulle være, at pigerne skulle befinde sig i aldersgruppen 11-15 år og have interesse indenfor dans. Der er i forbindelse med udvælgelsen af informanterne til fokusgruppeinterviewet gjort brug af en gatekeeper gennem DGI, da denne faggruppe har viden om, hvor målgruppen befinder sig. Gatekeeperen har derfor været med til at sikre, at kontakten er blevet etableret med de rette interviewpersoner (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Det var på baggrund heraf muligt at rekruttere syv 11-15årige piger med interesse for dans. I forbindelse med det individuelle semistrukturerede interview, er informanten, foreningsformanden, ligeledes udvalgt på baggrund af en række kriterier. Kriterierne for dette interview blev udvalgt på baggrund af, at formanden skal repræsentere en forening med interesse indenfor dans og i denne forbindelse rekruttering af flere medlemmer i foreningen. Kontakten med informanten blev ligeledes etableret gennem en gatekeeper fra DGI, som kunne trække på sit interne netværk gennem organisationen (Brinkmann & Tanggaard, 2020).

Interviewguide

En interviewguide udarbejdes forud for et interview, for at sikre en retning og struktur i interviewet (Gut & Fuglsang, 2011). Derfor angiver interviewguiden emnerne som ønskes belyst samt deres rækkefølge i interviewet, hvilket er bidragende til at alle spørgsmål bliver besvaret løbende (Gut & Fuglsang, 2011).

For at sikre at der genereres interessante og relevante spørgsmål og samtidig skabe retning i fokusgruppeinterviewet, er interviewguiden udarbejdet med afsæt i en motivationsteori, Self-Determination Theory, som er særligt udbredt indenfor sportslige kontekster (Ryan & Deci, 2000).

Da det individuelle interview foretages som et semistruktureret interview, er spørgsmålene i interviewguiden (se bilag 3) udformet som fleksible og åbne spørgsmål, hvilket gør det muligt at tilpasse spørgsmålene interviewsituationen og sikre et så uddybende interview som muligt (Merriam & Tisdell, 2016). Ligeledes indeholder interviewguiden ved det semistrukturerede interview nogle opstartsspørgsmål samt en skitse over de emner som ønskes afdækket, således at interviewer har muligheden for at springe i interviewguidens emner, hvis informanten af sig selv bringer et emne på banen tidligere end forventet (Gut & Fuglsang, 2011). Alle spørgsmålene er søgt udformet, således at de for informanten er nemme at forstå, ikke indeholder fagsprog og ikke består af ledende spørgsmål.

I relation til fokusgruppeinterviewet er interviewguiden (Se bilag 4) ligeledes med til at skabe retning og struktur i interviewet. Der anvendes i nærværende projekt en *tragtmodel*, som er en kombination af den løse model med meget få og brede spørgsmål, samt den stramme model, som indeholder flere specifikke og målrettede spørgsmål. Tragtmodellen starter derfor åbent og slutter mere struktureret, da der slutteligt i interviewet spørges ind til specifikke holdninger og følelser omkring dans (Gut & Fuglsang, 2011).

Forud for gennemførelse af interviewene udføres der både et pilotinterview på interviewguiden til fokusgruppeinterviewet samt det individuelle semistrukturerede interview, for at afprøve guiden og at derudfra foretage eventuelle rettelser til spørgsmålsformuleringer med videre (Gut & Fuglsang, 2011).

Gennemførelse af interviews

I nærværende projekt gennemføres et fokusgruppeinterview med syv piger på samme skole i aldersgruppen 11-15 år, fordelt på forskellige klassetrin. Interviewet afholdes fysisk, da det fysiske møde er mere fordelagtigt i forbindelse med at skabe en god gruppedynamik i fokusgruppeinterviews (Brinkmann & Tanggaard, 2020).

For at sikre en åbenhed og tryghed ved interviewets start, er det mest fordelagtigt at interviewet afholdes i pigernes vante rammer, hvorfor det gennemføres på den skole som pigerne går på.

Det individuelle semistrukturerede interview afholdes ligeledes fysisk ude i foreningen, da der ønskes at skabe en helhed og forståelse af de rammer som foreningen kan tilbyde deres medlemmer.

Til hvert interview afsættes der 60 minutter, som består af en briefing, selve interviewene samt en debriefing. En briefing forud for interviewet er vigtig, for at skabe de bedste forudsætninger for et succesfuldt interview, da informanterne informeres om projektets formål, interviewets indhold og formål og samtykkeerklæring. Slutteligt afrundes interviewet med en debriefing, for at skabe en vellykket afslutning. Begge interviews tager udgangspunkt i interviewguiden for at sikre, at alle spørgsmål berøres (Bilag 3; Bilag 4).

Transskribering

For at kunne udføre en tekstnær analyse af de afholdte interviews og danne skriftligt data, transskriberes begge interviews. Der er i nærværende projekt anvendt en verbatim transskribering, hvor alt tale medtages, for at opnå flest mulige nuancer i data som efterfølgende kan analyseres (Merriam & Tisdell, 2016). Der er forud for transskriberingen udformet en transskriberingsguide, for at sikre en ensartet transskribering af fokusgruppeinterviewet samt det individuelle semistrukturerede interview. Transskriberingsguiden kan ses i bilag 1.

Analysestrategi

For at opnå en dybdegående og subjektiv forståelse af de fremmende og hæmmende faktorer som påvirker 11-15åriges fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, tages der udgangspunkt i en tematisk analysestrategi af Braun & Clarke (2006), som har til formål at identificere og analysere de temaer som udspringer på baggrund af informanternes udsagn (Braun & Clarke, 2006). Tilsvarende anvendes denne analysestrategi i det individuelle semistrukturerede interview, for at opnå et dybdegående indblik i foreningsformandens subjektive forståelser af og holdninger til rekruttering af nye medlemmer.

Den tematiske analyse er et værktøj der anvendes til kvalitative analyser, med fokus på at analysere de temaer der udspringer af dat (Braun & Clarke, 2006). Analysestrategien består af seks trin, hvoraf det første trin består af at lære datamaterialet at kende gennem transskribering, efterfulgt af en gennemlæsning. Når data er transskriberet, foretages andet trin i analysestrategien, som indebærer at genere koder på tværs af datamaterialet, hvorefter disse koder i tredje trin samles og omdannes til temaer, som karakteriseres som mønstre af mening. I det fjerde trin i analysestrategien gennemgås temaerne, hvorefter der dannes et temamap over sammenhængen mellem de dannede temaer, for i det femte trin at kunne forfine og navngive temaerne. Slutteligt afrapporteres analyseresultaterne jf. afsnit 7. analyse. Den tematiske analyse er fordelagtig i nærværende projekt, da denne analysestrategi er fleksibel og kan tilpasses den epistemologiske position. I relation til socialkonstruktivismen som bygger på, at menneskers handlinger, sprog og tænkning altid studeres ud fra deres sociale betingelser og omgivelser, foretages en kontekstuel tematisk analyse, da denne både omfavner at mennesker danner deres meninger på baggrund af oplevelser og erfaringer, og

ligeledes erkender, at den sociale kontekst og de omkringliggende strukturer kan have en betydning for respondenternes udsagn og forståelser (Berger & Luckmann, 1972).

Interviewguiden er udarbejdet på baggrund af eksisterende teori, Self-Determination Theory, da denne skal være med til at sikre en retning og generere interessante og relevante spørgsmål. Selvom interviewguiden er udformet på baggrund af en deduktiv tilgang, foretages en åben kodning af data, da den induktive tilgang kan bidrage med at finde nye mønstre og perspektiver på emnet. Dette stemmer overens med det *teorifortolkende casestudie*, som er åben overfor nye empiriske fund, hvis den teoretiske referenceramme ikke kan forklare disse, hvilket kan være med til at generere en ny empirisk viden (Antoft & Salomonsen, 2007). Hensigten er derfor ikke at be- eller afkræfte Self-Determination Theory, men derimod at bidrage til at kunne frembringe ny viden, som kan være med til at rekruttere og fastholde 11-15årige piger gennem dans som fysisk aktivitet i foreningslivet.

Der foretages derfor i forbindelse med analysen et analysestrategisk mix af den induktive og deduktive tilgang, for at sikre en retning i interviewet, men samtidig en åbenhed i forbindelse med analysen af data.

5.5 Systematisk litteratursøgning

For at opnå viden om, hvordan danske foreninger fremadrettet kan arbejde med at rekruttere medlemmer med henblik på dans som fysisk aktivitet, er der foruden de kvalitative interviews foretaget en systematisk litteratursøgning, som har til formål at skabe indsigt i, hvordan lignende interventioner med dans har arbejdet med at tiltrække, rekruttere og fastholde børn og unge i deres tiltag.

Litteratursøgningen foretages som supplerende viden til de kvalitative interviews, da denne viden være med til at sikre et gyldigt og veldokumenteret bidrag til forskningen (Stenbæk & Jensen, 2007). Ligeledes kan denne viden bidrage til at danne beslutningsgrundlag for forandring af dans i foreningsregi. Følgende afsnit indeholder en beskrivelse af den indledende søgning, den systematiske litteratursøgning, valg af databaser og søgestrategi, samt en beskrivelse af udvælgelse, vurdering samt analysestrategi af den udvalgte litteratur på området.

Indledende søgning

For at afdække, identificere og indkredse nærværende undersøgelses problemfelt er der i problemanalysen jf. afsnit 2. *problemanalyse*, blevet gjort brug af en indledende søgning, som blandt andet har bidraget med viden om konsekvenserne af fysisk inaktivitet, børn og unges fysiske aktivitetsniveau, dansens funktioner samt organisering af forenings- og kommercielle tilbud til børn og unge (Stenbæk & Jensen, 2007). De indledende søgninger blev foretaget på Google Scholar, AUB samt Embase (Google Scholar, 2022; Embase, 2022; AUB, 2022). På baggrund af den indledende søgning blev det fra problemanalysens start tydeligt, at dans er et videnskabeligt udokumenteret område sammenlignet med andre idrætter, hvilket skaber incitament for at foretage en udvidet systematisk litteratursøgning (Stenbæk & Jensen, 2007).

Den systematiske litteratursøgning

Den systematiske litteratursøgning foretages for at få en veldokumenteret viden omhandlende, hvordan andre interventioner og indsatser med henblik på dans som fysisk aktivitet, har haft succes med at rekruttere og fastholde medlemmer med fokus på dans i foreningsregi. For at skabe transparens over den systematiske litteratursøgning vil processen, herunder valg af databaser, søgestrategi og inklusion-og eksklusionskriterier af relevante artikler blive beskrevet i følgende afsnit (Stenbæk & Jensen, 2007). Dette er udført for at sikre reproducerbarhed samt troværdighed i den systematiske litteratursøgning.

Valg af databaser

I nærværende projekt er der udvalgt tre relevante databaser, herunder PubMed, Embase samt Scopus som vurderes relevante, da disse databaser indeholder litteratur med henblik på sundhedsfremme. PubMed indeholder derfor studier, som er relateret til at fremme sundhed og ligeledes skabe et indblik i borger-bruger perspektiver, hvorfor denne database anses som værende relevant, da nærværende projekt ligeledes er fokuseret omkring mennesket, herunder de fremmende og hæmmende faktorer der opleves som værende betydningsfulde i forbindelse med dans som fysisk aktivitet (PubMed, 2022). Embase er ligeledes udvalgt, da det er en stor sundhedsfaglig database der indholdsmæssigt supplerer PubMed på flere samfundsmedicinske

områder (Embase, 2022). Scopus er udvalgt, da denne database kan bidrage med viden om organisatoriske perspektiver på problemstillingen (Scopus, 2022). Disse tre databaser kan derfor bidrage med viden, som har til formål at danne beslutningsgrundlag for forandring af dans i foreningsregi.

Søgestrategi

I nærværende projekt anvendes en bloksøgning som søgestrategi, da denne har til formål at afdække eksisterende litteratur på området og bidrage ind i besvarelsen af projektets problemformulering (Stenbæk & Jensen, 2007). Bloksøgningen indeholder tre facetter, målgruppe, dans og intervention. I forbindelse med facetten *målgruppe* var der i den indledende fase et ønske om at specificere målgruppen således at denne ville stemme overens med projektets målgruppe som er piger mellem 11-15 år. Dog resulterede dette i en snæver søgning, hvorfor søgningen tager udgangspunkt i en bredere målgruppe af unge. I nedenstående tabel 2 ses en oversigt over den overordnede bloksøgning for de udvalgte databaser, PubMed, Embase samt Scopus.

Facet 1:	Facet 2:	Facet 3:
Målgruppe	Dans	Intervention
Tesaurus: Adolescence Young Youth	Tesaurus: Dance "Dance activity"	Tesaurus: Intervention

Tabel 2. Oversigt over den overordnede bloksøgning

Søgeordene er som beskrevet udvalgt på baggrund af den indledende søgning samt projektets problemformulering, og er blevet fundet i online ordbøger, ved at undersøge hvilke søgeord der anvendes i relevante artikler på området (Stenbæk & Jensen, 2007). Alle tre databaser benytter hver deres thesaurustermer, som kan beskrives som værende en systematisk liste over emneord, som databasen tildeler indholdet i litteraturen. Thesaurustermerne er blevet anvendt i søgningen af titel, abstract eller emneord, hvilket vil sige, at søgeordet fremgår i én af disse kategorier (Stenbæk & Jensen, 2007).

Der er på baggrund af den overordnede bloksøgning som ses i tabel 2, blevet søgt på de enkelte termer i alle tre databaser, for at sikre stringens på tværs af alle søgningerne i de forskellige databaser (Stenbæk & Jensen, 2007).

In-og eksklusionskriterier af litteratur

Der er forud for den systematiske litteratursøgning opstillet en række in-og eksklusionskriterier, for at sikre at udvælgelsen af artiklerne er så relevante for problemstillingen som muligt. Disse kriterier er ligeledes opstillet, for at sikre ensartethed i udvælgelsesprocessen (Stenbæk & Jensen, 2007).. In-og eksklusionskriterierne kan aflæses i nedenstående tabel 3.

Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
• Piger • Dans • Intervention • Artikler, der er peer-reviewed	• Artikler der ikke er på dansk, norsk, svensk eller engelsk • Studier med et sygdomsspecifikt hovedfokus

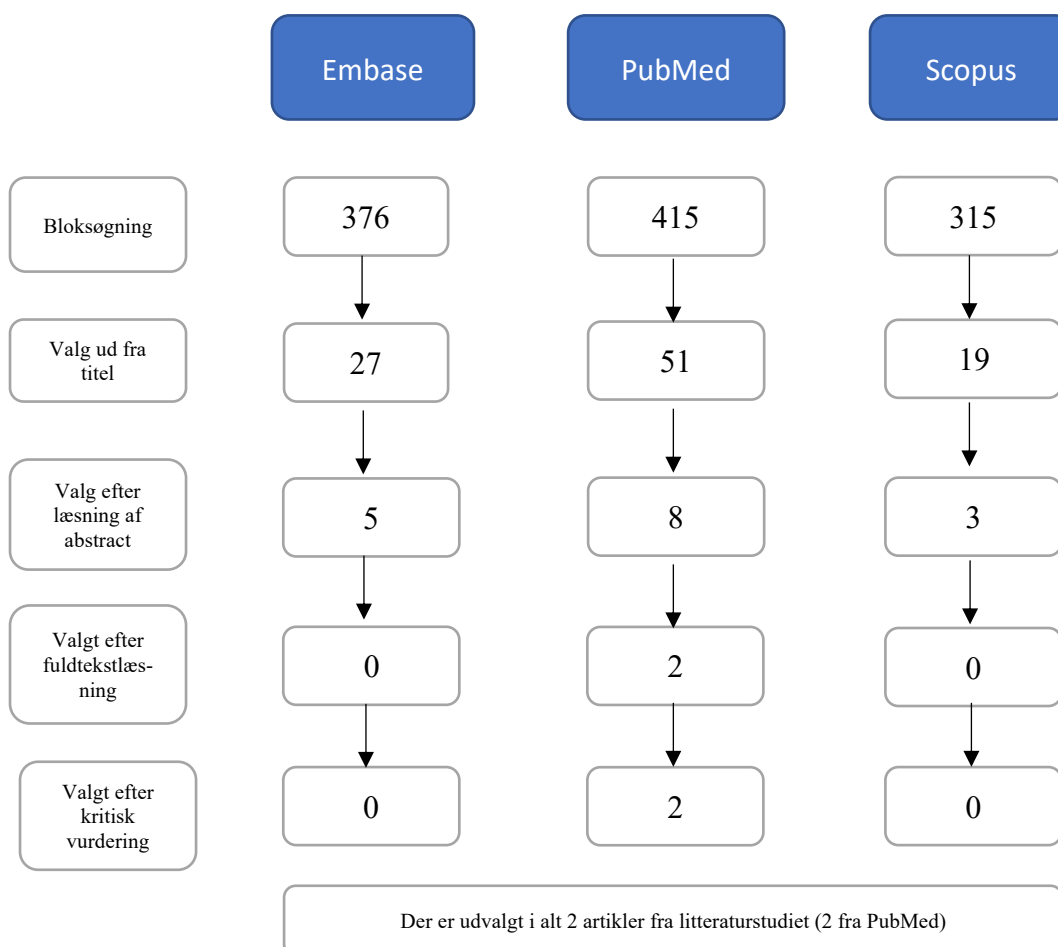
Tabel 3. Oversigt over in- og eksklusionskriterier

Inklusionskriterierne er blevet opstillet på baggrund af målgruppen som piger. Dog er aldersgruppen ikke snævret ind som værende 11-15årige, da dette potentielt vil udelukke relevante studier i besvarelsen af problemformuleringen. Ligeledes er *dans* samt *intervention* udvalgt som inklusionskriterier, da det er nærværende projekts hovedfokus at opnå viden om hvordan tidligere interventioner har arbejdet med dans som fysisk aktivitet og ligeledes hvordan tidligere interventioner har arbejdet med at rekruttere og fastholde unge i forbindelse med dans. Foruden disse inklusionskriterier, er det ligeledes at must at de inkluderede artikler er peer-reviewed, for at sikre kvaliteten af studierne, og dermed bidrage til besvarelsen af problemformuleringen (Stenbæk & Jensen, 2007). Beslutningen om eksklusionskriteriet som relaterer sig til sproget, herunder at *artikler der ikke er på dansk, engelsk, norsk eller svensk* ekskluderes, er taget, da der kan opstå en sproglig barriere i forbindelse med anvendelse af artiklerne. Ligeledes er eksklusionskriteriet *studier*

med et sygdomsspecifikt hovedfokus medtaget, da det blev tydeligt, at flere interventioner i forbindelse med dansen har fokus på at reducere psykiske og fysiske sygdomme.

Udvælgelse og vurdering af litteratur

For at sikre at artiklerne er relevante for problemstillingen og ligeledes for at sikre præcision af de inkluderede studier, er der blevet foretaget en udvælgelsesproces som består af tre trin (Stenbæk & Jensen, 2007). I første omgang er studierne blevet udvalgt på baggrund af studiets titel, hvorefter der er blevet læst abstracts af disse, og efterfølgende sorteret igen. Dernæst er der foretaget en fuldtækstlæsning af studierne. I løbet af denne proces er der derfor blevet frasorteret en række studier, der ikke havde relevans for undersøgelsens formål (Stenbæk & Jensen, 2007). Udvælgelsesprocessen kan ses i nedenstående flowdiagram.



Figur 4. Flowdiagram over udvælgelsesprocessen af artikler

For at kunne kvalitetssikre de udvalgte studier og resultaterne, og dermed vurdere troværdigheden og de metodiske kvaliteter, er disse blevet analyseret gennem kritisk læsning samt en kvalitetsvurdering med et kvalitetsvurderingsværktøj af Joanna Briggs Institute, som har til formål at sikre evidensen af de inkluderede artikler. (The Joanna Briggs Institute, 2017).

Strategi for analyse af studier

Den tematiske analysestrategi af Braun og Clarke går igen i analysen af de inkluderede studier, da der ønskes at få en dybdegående forståelse af, hvordan veletablerede foreninger med dans arbejder og har succes med at rekruttere nye, særligt unge piger, i deres forening (Braun & Clarke, 2006).

Som beskrevet i analysestrategiafsnittet består den tematiske analyse af fem faser, hvor den første fase i henhold til de inkluderede studier består af en gennemlæsning, hvorefter de initierende koder på tværs af studierne dannes. I den tredje fase samles koderne til temaer, hvor fase fire består af at gennemgå sammenhængene i de udvalgte temaer. Femte fase består af en navngivning af temaerne, efterfulgt af fase 6 som er en afrapportering af resultaterne (Braun & Clarke, 2006).

5.6 Ethiske overvejelser

Forud for dataindsamlingen er der i nærværende projekt blevet gjort en række etiske overvejelser, blandt andet omhandlende anonymitet og frivilligt, informeret samtykke fra informanterne samt håndtering af personfølsomme data. Overvejelserne ramt refleksionerne tager afsæt i Helsinki-deklarationen, som angiver de nødvendige etiske hensyn i forbindelse med forskning der involverer mennesker (World Medical Association, 2018).

I forbindelse med det individuelle interview som afholdes med en foreningsformand, er der blevet gjort en række overvejelser omhandlende vigtigheden af pligtetik, da interviewet indeholder data som både kan indeholde følsomme oplysningerne samt risiko for personidentifikation. Derfor er selve kommunen, foreningen samt foreningsformandens identitet sløret i nærværende projekt.

I forbindelse med interviewene er der ligeledes indhentet skriftligt informeret samtykke, som både indeholder information om formålet med interviewet samt selve samtykket fra de pågældende

informanter. Når der arbejdes med børn under 18 år, er det relevant at overveje, hvorvidt barnet har tilstrækkelig modenhed og forståelse til selv at give samtykke eller om samtykket bør indhentes fra deres forældre. Ud fra Datatilsynets lovmæssigheder vurderes det, at det skriftlige samtykke skal indhentes fra pigernes forældre, da det antages at børn under 15 år endnu ikke er tilstrækkelig modne til at samtykke på egne vegne (Datatilsynet, 2017).

Alt data vil ligeledes behandles efter de gældende GDPR-regler, for at sikre fortroligheden samt anonymiteten af både de 11-15årige piger samt foreningsformanden (Datatilsynet, 2017). Der er i forlængelse af refleksionerne vedrørende anonymitet i fokusgruppeinterviewet, blevet gjort en række overvejelser over hvorvidt emnerne i interviewet berører nogle emner, som kan opleves som værende følsomme for den enkelte, netop fordi informanterne går på samme skole og derfor også vil have et kendskab til hinanden efter endt interview, hvorfor de ikke kan anonymiseres hinanden imellem (World Medical Association, 2018). På baggrund heraf har der i udarbejdelsen af interviewguiden været fokus på at undgå spørgsmål, som kan ramme den enkelte privat og følelsesmæssigt, men som derfor i stedet er baseret på flere faktuelle spørgsmål (Bilag 3; Bilag 4).

I forbindelse med den systematiske litteratursøgning har det forskningsetiske fokus været at skabe transparens i søgningen samt udvælgelsen af relevante studier, således at søgningen kan genskabes og reproduceres (Stenbæk & Jensen, 2007). Søgningen er derfor blevet beskrevet og synliggjort gennem tabeller som kan aflæses jf. afsnit 5.5 *systematisk litteratursøgning*, hvor selve udvælgelsen ligeledes kan ses i ovenstående flowchart i figur 4. For at skabe transparens i analysen af de inkluderede studier, er disse ligeledes blevet kvalitetsvurderet med Joanna Briggs Institutes kvalitetsvurderingsskemaer (The Joanna Briggs Institute, 2017).

6. Teori

Følgende afsnit har til formål at præsentere og begrunde valg af teori som anvendes i projektets analyseafsnit jf. afsnit 7. *Analyse*. Self-Determination Theory anvendes for at kunne forklare og skabe indsigt i, hvordan forskellige motivationsfaktorer kan have en fremmende eller hæmmende betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi (Ryan & Deci, 2000).

Foruden de indre og ydre motivationsfaktorer, er betydningen af sociale relationer samt den sociale tilknytning i henhold til dans som fysisk aktivitet blevet identificeret gennem fokusgruppeinterviewet samt den systematiske litteratursøgning, hvorfor der trækkes på teori af sociolog Erving Goffman (1922-1982), som særligt var optaget af interaktionen mellem mennesker, samt de mønstre og regler, der karakteriserer forskellige møder mellem mennesker i specifikke kontekster (Erving Goffman, 2014).

Self-Determination Theory

For at skabe de bedste forudsætninger for, at kunne fremhæve og skabe indsigt i de komplekse motivationsfaktorer samt betydnings- og holdningsforhold som kan være hæmmende og fremmende for 11-15årige pigers aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, tages der afsæt i en motivationsteori, Self-Determination Theory, som er særligt udbredt indenfor sportslige kontekster (Ryan & Deci, 2000). Teorien danner grundlag for udarbejdelsen af interviewguiden til fokusgruppeinterviewet i nærværende projekt, således at interviewet målrettes og specificeres mod indre og ydre motivationsfaktorer.

Self-Determination Theory er bygget op omkring, at individets motivation er afhængig af tre basale og psykologiske behov, som både påvirkes af inde- og udefrakommende faktorer (Ryan & Deci, 2000). Disse behov omfatter *autonomi*, *kompetence* og *tilhørsforhold*, hvor en opfyldelse af alle tre behov vil øge sandsynligheden for at kunne skabe en indre motivation hos den enkelte. *Autonomi* kan beskrives som værende et individs mulighed for selv at kunne bestemme og at have indflydelse på, hvilke aktiviteter han eller hun ønsker at tage del i. Motivationen vil derfor stige hvis individet

får lov at bestemme selv, hvor den modsat kan have en tendens til at falde, hvis aktiviteten er styret eller kontrolleret udefra (Ryan & Deci, 2000). Denne del af teorien anvendes for at kunne belyse hvorvidt det, at have muligheden for at til-og fravælge dansen har en fremmende eller hæmmende betydning for en potentiel deltagelse i dans som fysisk aktivitet. Denne del er derfor med til at afspejle hvad der ligger til grund for, at informanterne kan eller ikke kan tilgå dans som aktivitet, og hvorledes det påvirker dem. Yderligere anvendes denne del af teorien til at belyse hvilke konsekvenser der kan være forbundet med *autonomi* og motivationen for fysisk aktivitet blandt børn og unge generelt set. *Kompetence* omhandler individets forståelse af egne evner og hvorledes han eller hun besidder evnerne som er knyttet til den pågældende aktivitet. Når individet oplever at kunne mestre en opgave, skabes der mulighed for en succesoplevelse, hvorfor sandsynligheden for at der bliver skabt en indre motivation hos den enkelte ligeledes øges (Ryan & Deci, 2000). *Kompetence* anvendes derfor primært at kunne opnå kendskab til de hæmmende faktorer, som potentielt kan afholde målgruppen fra at danse, selvom de finder dansen interessant. Ligeledes anvendes denne del af teorien til at kunne belyse hvilken følelser og oplevelser som dansen giver dem hver især. *Tilhørsforhold* omhandler den sociale kontekst, herunder individets relation til hvor aktiviteten udføres samt relationen til de andre deltagere. Individer har behov for at føle samhørighed i de sociale kontekster som han eller hun indgår i, da det ifølge teorien er vigtigt at føle sig som en del af noget. Hvis individets behov for samhørighed tilgodeses, vil den indre motivation, ifølge teorien, stige hos den enkelte (Ryan & Deci, 2000). *Tilhørsforhold* skal derfor være med til at bidrage med viden om, hvorvidt den sociale tilknytning til de andre danseelever samt selve foreningen kan have en fremmende eller hæmmende betydning for 11-15årige pigers deltagelse.

Erving Goffman og den sociale orden

Foruden de indre og ydre motivationsfaktorer, er betydningen af de sociale relationer samt den sociale tilknytning i henhold til dans som fysisk aktivitet blevet identificeret i det anvendte datamateriale, både gennem fokusgruppeinterviewet samt den systematiske litteratursøgning. Derfor vil der foruden Self-Determination Theory trækkes på teori af sociolog Erving Goffman (1922-1982), som særligt var optaget af den sociale orden, herunder interaktionen mellem mennesker, samt de mønstre og regler, der karakteriserer forskellige møder mellem mennesker i specifikke

kontekster (Erving Goffman, 2014). Han interesserer sig derfor for den orden, normer og strukturer der findes i sociale situationer, hvor mennesker mødes og interagerer med hinanden ansigt til ansigt (Kristiansen & Jacobsen, 2010). Goffmans teoretiske udgangspunkt taler ligeledes ind i den socialkonstruktivistiske tilgang, da han både søger at forstå samspillet mellem aktørerne, samtidig med at strukturerne, herunder de gældende regler og roller, er med til at danne rammen for den sociale samhandling. Menneskers handling skabes derfor i en interaktion i samspil med andre aktører i en bestemt situation samt organisatorisk ramme (Kristiansen & Jacobsen, 2010). I relation til nærværende projekt, taler dette derfor ind, hvorledes foreningen, aktiviteten og de sociale relationer kan være en hæmmende og fremmende faktor for pigers fysiske aktivitetsniveau.

Goffman argumenterer for, at mennesket har en frontstage-identitet og en backstage-identitet. Frontstage-identiteten udgør den måde, vi som mennesker præsenterer og idealiserer os selv på overfor andre, eksempelvis gennem det sprogbrug, tøj eller de evner, vi ønsker at vise frem (Erving Goffman, 2014). Backstage-identiteten er derimod den identitet hvor mennesket kan slappe af, og ikke føler sig nødsaget til at være på. Goffman argumenterer ligeledes for, at mennesket indtager forskellige roller i hverdagen, og at der derfor er en række forventninger forbundet med den specifikke rolle. Hvis man eksempelvis træder ind i et rum som en danseinstruktør, kan der opstå et kollektivt pres, da omgivelserne forventer, at man som rollen som instruktør agerer på en bestemt måde. I tråd med dette eksempel er der ligeledes en række forventninger forbundet med at træde ind i danselokalet som elev, alt efter holdets agenda. Goffman argumenterer for, at hver gang mennesket indgår i en ny kontekst og derfor spiller en ny rolle, kan man risikere sit 'selv' og derved tabe ansigt (Goffman, 2014). Denne del af teorien er særlig relevant i forbindelse med nærværende projekt, da det kan opleves som værende grænseoverskridende at udføre nye aktiviteter i ukendte rammer, og indtage rollen som danseelev. I samme forbindelse taler Goffman om stigmatisering, som kan karakteriseres som en negativ betonet egenskab, som udgør omgivelsernes negative opfattelse af et individ (Goffman, 2014). Han præciserer tre former for stigmatisering, herunder det kropslige, det karaktermæssige og det tribale stigma. Det kropslige stigma er kendetegnet ved en fysisk afvigelse af udseendet, eksempelvis hvis et individ mangler en kropsdel. Det karaktermæssige stigma udgør personligheds- og karaktermæssige træk hos et individ, hvis man eksempelvis opfører sig upassende i forhold til det selvskab eller den kontekst man indgår i. Det tribale stigma omhandler at man som individ skiller sig ud på enten race, nationalitet eller religion (Goffman, 2014).

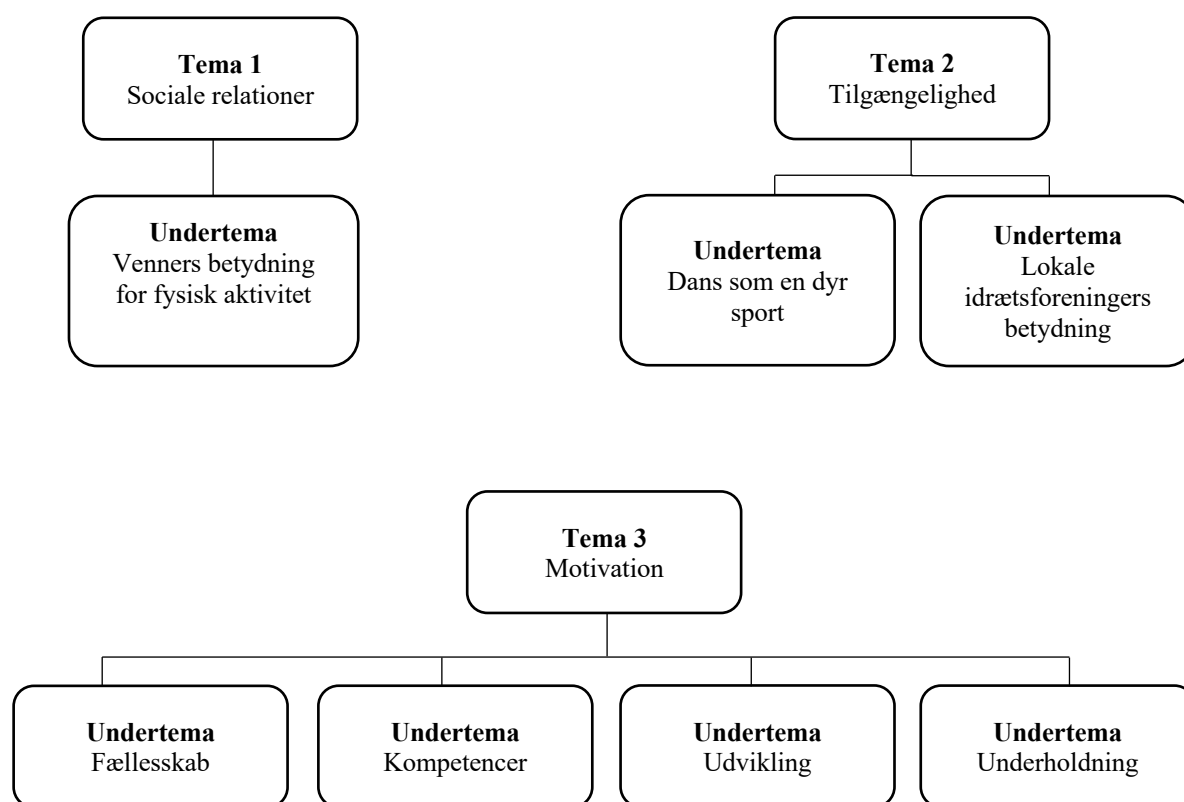
Goffmans teori bidrager med at få en forståelse af og et indblik i betydningen og vigtigheden af, at føle sig som en del af fællesskabet og i tråd med dette, at turde at prøve en ny aktivitetsform.

7. Analyse

Følgende afsnit indeholder en analyse af fokusgruppeinterviewet og det semistrukturerede individuelle interview. Den kontekstuelle tematiske analysestrategi danner rammen for begge analyser, da denne både omfavner og erkender at mennesker danner egne oplevelser på baggrund af erfaringer, og på samme tid erkender, at den sociale kontekst og strukturer kan have en betydning for respondenternes udsagn (Berger & Luckmann, 1972). Der er ligeledes foretaget en analyse af fundene i den systematiske litteratursøgning, som afslutningsvist holdes op imod fundene der udspringer af analysen af de to interviews.

7.1 Analyse af fokusgruppeinterview

Med udgangspunkt i den tematiske analysestrategi af Braun og Clark (2006), er der blevet genereret tre overtemaer; *sociale relationer*, *tilgængelighed* og *motivation* (Braun & Clarke, 2006). Hvert tema indeholder mellem et og fire undertemaer som kan ses i nedenstående temamap (figur 5).



Figur 5. Temamap over over- og undertemaer udarbejdet på baggrund af fokusgruppeinterview

Interviewguiden er udarbejdet på baggrund af af Self-Determination Theory, hvorfor nogle af fundene i data afspejler sig af de tre temaer, herunder *autonomi*, *kompetencer* og *tilhørsforhold* (Ryan & Deci, 2000). Dog er der ligeledes søgt at foretage en åben kodning af data, da denne tilgang bidrager med at finde nye mønstre og perspektiver på hvilke hæmmende og fremmende faktorer der ligger til grund for 11-15årige pigers deltagelse i forneningsidræt i form af dans. I forbindelse med den åbne kodning af data, er betydningen af de sociale relationer, sociale barriere samt den sociale tilknytning i henhold til dans som fysisk aktivitet blevet identificeret, hvorfor der i analysen trækkes på teori af Goffman omhandlende social samhandling, frontstage-og backstageidentitet samt stigmatiseringsbegrebet (Erving Goffman, 2014).

Sociale relationer

Temaet *sociale relationer* med undertemaet *venners betydning for fysisk aktivitet* udspringer på baggrund af informanternes udsagn, da det gennem interviewets forløb er blevet fremanalyseret, at de sociale relationer pigerne imellem, både indeholder fremmende og hæmmende faktorer for ønsket om at deltage i dans i foreningsregi.

I relation til undertemaet *venners betydning for fysisk aktivitet* bliver der blandt andet givet udtryk for, at vennerne og de sociale relationer der opstår under udførelsen af aktiviteten, har en afgørende betydning for pigernes lyst og motivation for til at gå til dans. Blandt andet udtrykker Informant 4, som går til dans følgende: *"(...) Jeg har fået mange venner gennem at danse, så det er nok det bedste ved dansen. Det giver et godt fællesskab og vi er gode til at heppe på hinanden"*. Citatet er med til at indikere, at de sociale relationer spiller en central rolle for informantens motivation og lyst til at danse. Dette gør sig ligeledes gældende for informant 2 som udtrykker følgende: *"(...) Hvis mine venner også ville starte, så ville jeg nok også gerne gå til dans. Jeg synes det er sjovest, hvis det er noget man kan gøre sammen med andre"*. Disse udtalelser relaterer sig ligeledes til behovet vedrørende at opnå et *tilhørsforhold* i Self-Determination Theory, da det fremanalyseres som værende vigtigt og motivationsgivende for pigerne at føle samhørighed og tilknytning til den sociale kontekst de indgår i (Ryan & Deci, 2000). I relation til vigtigheden af den sociale samhørighed og hvorvidt de sociale relationer påvirker oplevelsen af at gå til dans, udtaler informant 4 følgende: *"(...) Første gang jeg var til dans synes jeg det var pinligt, men så lærte jeg de andre at kende, og så blev det sjovere"*. Ifølge Goffmans teori, kan man som individ risikere sit 'selv' og tabe ansigt, hver gang man indgår i en ny kontekst, hvilket kan være med til at forklare den følelse som informant 4 beskriver, i forbindelse med at det kan opleves som værende grænseoverskridende og pinligt at danse for første gang i et rum sammen med andre (Goffman, 2014). I relation til dans som fysisk aktivitet kan der derfor argumenteres for, at det sociale samvær, fællesskab og anerkendelse som kan opstå pigerne imellem, er en betydelig faktor for pigernes lyst og motivation til at deltage i dans, da relationerne kan være med til at skabe tryghed og en afslappet atmosfære,

og dermed gøre danseoplevelsen mindre grænseoverskridende for den enkelte. Derfor spiller de sociale relationer, tilhørsforholdet til foreningen samt danseinstruktøren som er tilknyttet danseholdet i foreningen en betydelig rolle, da disse faktorer kan gøre danseoplevelsen mindre grænseoverskridende for den enkelte, og derved gøre det mere trygt for de 11-15årige piger at udføre nye aktiviteter i ukendte rammer (Goffman, 2014).

Undertemaet *Venners betydning for fysisk aktivitet* kan derfor både ses som en fremmende og hæmmende faktor i forbindelse med 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet. Hvis pigerne ikke opnår et socialt tilhørsforhold eller social tilknytning til den pågældende aktivitet og relationerne i den kontekst de indgår i, kan det i tråd med dette, i relation til Goffmans teori, opleves som en hæmmende faktor i forbindelse med både at rekruttere og fastholde pigerne. Informant 2 udtaler i forbindelse med dette følgende:

"(...)Jeg tror ikke det vil være så sjovt ikke at kende nogen. Det er sjovest når man kender dem, som man er sammen med og danser sammen med. Hvis man ikke kender dem, kan man godt være bange for at lave fejl eller se dum ud".

Ifølge Goffmans teori vil man som individ gerne fremstå og optræde efter de normer som konteksten tilbyder, og derigennem repræsentere sig selv og formidle sig selv på en bestemt måde overfor andre (Goffman, 2014). Citatet er med til at indikere, at informant 2 hellere vil gå til dans sammen med sine venner, frem for at danse med nogle hun ikke kender, da hun har en frygt for ikke at kunne leve op til de normer og regler, herunder særligt at have tilstrækkelige kompetencer, som hun forbinder med at gå til dans, og derved tabe ansigt overfor gruppen (Goffman, 2014). Dette kan ifølge Goffmans teori give en følelse af social eksklusion, som kan medføre negative konsekvenser, da muligheden for at opnå anerkendelse og accept af gruppen begrænses, hvilket kan være med til at forstærke følelsen af, at man ikke lever op til normerne, at man føler sig mindreværdig og anerledes og derved ikke ønsker at indgå i dansefællesskabet (Kristiansen & Jacobsen, 2010). Det tyder derfor på man som individ, særligt i denne målgruppe, har et behov for at føle sig tryk i de sociale relationer og omgivelser man indgår i, for både at opnå og opretholde lysten til at danse og generelt udøve fysisk aktivitet sammen med andre.

Citaterne taler sammen med de inkluderede teorier for at fokusere på at udbrede dansen i foreningsregi, da sociale relationer og fællesskabets betydning som beskrevet i problemanalysen jf. afsnit 2.3 *Lige adgang til idræt og lokalmiljøets betydning for fysisk aktivitet*, er i fokus i foreningslivet sammenlignet med de kommercielle danseskoler, hvor fokus primært rettes mod konkurrence og målrettet træning. Derudover taler dette ligeledes for, at instruktørerne som er tilknyttet dansehold ude i foreningerne skal besidde de rette kompetencer, som kan være med til at sikre, at fællesskabet og samhørigheden på et dansehold prioriteres højt, for netop at skabe en tryk atmosfære, særligt for de elever som kommer alene første gang og deltager i en prøvetime. Dermed vil det forstærke elevens følelse af social inklusion, anerkendelse og accept i gruppen (Goffman, 2014). Dette understøttes af Self-Determination Theory, som argumenterer for at den indre motivation vil stige hos den enkelte, hvis individets behov for samhørighed tilgodeses (Ryan & Deci, 2000).

Tilgængelighed

Temaet *Tilgængelighed* med undertemaerne *Dans som en dyr sport* samt *Lokale idrætsforeningers betydning* udspringer på baggrund af informanternes udsagn vedrørende mulighederne samt begrænsningerne de forbinder med at kunne gå til dans.

Ud fra problemanalysen jf. afsnit 2.3 *Lige adgang til idræt og lokalmiljøets betydning for fysisk aktivitet*, er dans blevet fremanalyseret som værende en dyr sport sammenlignet med andre sportsgrene. I fokusgruppeinterviewet gør det sig gældende, at to ud af syv informanter ikke har mulighed for at tilgå dans som aktivitetsform selvom de har et ønske herom, da deres forældre synes det er for dyrt sammenlignet med andre fysiske aktiviteter. Blandt andet udtaler informant 1 følgende: "(...)Jeg har altid gerne ville gå til dans, men min mor siger at det er for dyrt". Undertemaet *Dans som en dyr sport* kan derfor ses som værende en hæmmende faktor i forbindelse med at tilgå dans som fysisk aktivitet for den pågældende målgruppe, da privatøkonomien kan være med til at sætte begrænsninger for de unges mulighed for at tilvælge dansen. Citatet kan ligeledes være med til at indikere, at informanten har opsøgt kommercielle danseskoler, da det som beskrevet i

problemanalysen jf. afsnit 2.3 *Lige adgang til idræt og lokalmiljøets betydning for fysisk aktivitet*, er markant dyrere at gå til dans på de kommercielle danseskoler sammenlignet med dans i foreningsregi (CPH-dans, 2022; Aalborg Danse Center, 22). Dette taler derfor for at højne tilgængeligheden af de eksisterende tilbud med fokus på dans som fysisk aktivitet, for at imødekomme dem, der kommer fra mindre bemidlede hjem, hvilket i et langsigtet perspektiv kan være med til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet blandt denne målgruppe, såfremt de 11-15årige piger ønsker at gå til dans.

I tråd med dette er det blevet fremanalyseret, at de lokale idrætsforeninger og faciliteter har en betydning for tilgængeligheden og derved muligheden for at tilgå dans som fysisk aktivitet. Informant 3 udtaler blandt andet: *"(...)Jeg vil gerne gå til dans, men min mor og jeg har ikke kunne finde nogle danseskoler som ligger tæt på hvor vi bor, så derfor går jeg til svømning. Det er ikke helt det samme synes jeg"*. Informanten giver udtryk for, at hun har et ønske om at danse, men er begrænset af de lokale omstændigheder, hvorfor hun er nødsaget til at fravælge dansen og i stedet tilvælger en anden aktivitetsform. I relation til Self-Determination Theory, er autonomi, følelsen af selv at have kontrol over egen adfærd, aktivitet samt målsætninger, en af de mest grundlæggende drivkræfter for at skabe og opretholde motivation (Ryan & Deci, 2000). Hvis de unge ikke har mulighed for at tilgå og udføre den aktivitet de er allermest motiveret for, og derved reducere følelsen af autonomi, kan det være med til at påvirke deres generelle motivation for at udføre fysisk aktivitet (Ryan & Deci, 2000). I tråd med ovenstående citat, er det med til at indikere, at lokalmiljøets idrætsfaciliteter derfor spiller en central rolle for unges generelle motivation for at deltage i fysisk aktivitet, da et større udvalg af forskellige aktiviteter favner bredere. Hvis der blot udbydes få aktiviteter på lokalt plan, er de unge i højere grad nødsaget til at vælge de aktiviteter som er tilgængelige og ikke ud fra, hvad de reelt set brænder for og motiveres af, hvilket kan give udfordringer i de unges autonomi (Ryan & Deci, 2000).

Af fokusgruppeinterviewet kan det derfor udledes, at flere informanter fravælger dansen frem for en anden aktivitetsform på baggrund af socioøkonomiske og sociodemografiske årsager, hvilket ifølge Self-Determination Theory kan have konsekvenser, da motivationen for aktiviteten kan have en tendens til at falde, hvis den er styret eller kontrolleret ude fra (Ryan & Deci, 2000). Dette kan være med til at skabe incitament for at brede dansen ud i foreningsregi i flere lokale sammenhænge,

da det dermed både vil være billigere for den enkelte familie, og ligeledes kan være med til at øge tilgængeligheden af tilbud med dans som fysisk aktivitet.

Motivation

Temaet *Motivation* med undertemaerne *Fællesskab*, *Udvikling*, *Kompetencer* og *Underholdning/sjov* udspringer på baggrund af informanternes udtalelser vedrørende de faktorer, som de motiveres af, i forbindelse med dans som fysisk aktivitet.

For alle informanter gør det sig gældende, at dans opleves som værende en sjov aktivitetsform, som de bliver glade af at udføre, hvilket er et udtryk for, at de har interesse for dansen, og at de oplever dans som en aktivitetsform der skaber glæde og energi. Blandt andet udtrykker informant 6: "(...)Det er sjovt at bevæge sig til musikken, og jeg bliver altid helt vildt glad af det. Jeg kan ikke lade være med at smile mens jeg danser". Citatet er med til at indikere, at informanten oplever dans som værende en underholdene aktivitetsform, som kan være med til at påvirke humøret i en positiv retning, hvilket er en motivationsfaktor for at gå til dans. Informant 4 lægger ligeledes vægt på, at fællesskabet omkring dansen spiller en stor rolle i forbindelse med motivationen og lysten til at gå til dans:

(...)Jeg går til dans lige nu i en forening tæt på hvor vi bor. Vi har en vildt sød danselærer og så går jeg på hold med 3 fra min klasse. Det er fedt at kende nogen, så man ikke kommer helt alene. Og så øver vi også tit sammen oppe i skolen".

Det tyder på, at informant 4 oplever det at danse sammen med andre som værende positivt og trygt, hvorfor fællesskabet i forbindelse med dansen tillægges en stor betydning. Begge undertemaer, herunder *fællesskab* og *underholdning/sjov*, går i tråd med Goffmans teori, da det er gennem interaktionerne i de strukturer og normer der tillægges i det givne rum, at de sociale relationer opstår og forstærkes (Goffman, 2014). Det kan ud fra ovenstående citat ligeledes tyde på, at de kontekstuelle rammer, herunder foreningens og danseinstruktørens funktion, ligeledes spiller en betydelig rolle for de fremmende og hæmmende faktorer, der kan være med til at påvirke

pigernes fysiske aktivitetsniveau i form af dans. Blandt andet fremhæver informant 4, at hun oplever instruktøren som værende sød, hvilket kan være et udtryk for at særligt instruktørens rolle har en vigtig betydning for, om pigerne synes at dans er en attraktiv og sjov aktivitet.

Dog anses fællesskabet omkring dansen ikke som værende en tryghed for alle informanter i interviewet, da informant 3 i tråd med dette udtaler følgende:

"(...)Jeg elsker at danse for mig selv, men det kan godt være lidt grænseoverskridende når andre kigger, for jeg synes ikke altid jeg er god nok. Derfor kan jeg bedst lide når jeg danser alene."

Citatet kan være et udtryk for, at informanten føler sig begrænset af at deltage i fællesskabet grundet en usikkerhed eller en utryghed, som kan være forbundet med opfattelsen af egne kompetencer. I relation til Self-Determination Theory er oplevelsen af egne kompetencer en vigtig faktor i forbindelse med at skabe indre motivation, da der ved at kunne mestre en aktivitet skabes mulighed for en succesoplevelse, hvilket kan give mod på mere (Ryan & Deci, 2000). At individet ikke selv føler, at de har tilstrækkelige kompetencer sammenlignet med resten af fællesskabet, kan derfor ses som værende en hæmmende faktor i forbindelse med at vælge dans som fysisk aktivitet. I denne forbindelse kan der derfor argumenteres for, at de kontekstuelle rammer, herunder særligt danseinstruktøren som er tilknyttet det enkelte dansehold, har et ansvar for at skabe tryghed hos den enkelte, og reducere følelsen af, at dans som aktivitetsform ikke blot handler om at være den bedste og mest kompetencedygtige på holdet.

I relation til Goffmans teori er informant 3 i højere grad tryk ved at danse, når hun befinder sig i sin backstage-identitet frem for sin frontstage-identitet, hvilket kan være et udtryk for, at informanten er nervøs for, hvorvidt hun lever op til normerne og de kompetencer som resten af gruppen har, og derved risikerer at føle sig mindreværdig og tabe ansigt for at tabe ansigt overfor resten af gruppen (Goffman, 2014). Dette bakker op omkring fundene i temaet *Sociale relationer*, hvor der argumenteres for, at man som individ, særligt i denne målgruppe, har et behov for at føle sig tryk og anerkendt i de sociale relationer og omgivelser man indgår i, for både at opnå og opretholde lysten til at danse sammen med andre, da det foruden disse parametre kan opleves som værende grænseoverskridende.

At opnå og tilegne sig kompetencer kan ligeledes ses som værende en fremmede faktor, da det

fremanalyseres at læring og udvikling opleves som en motivationsfaktor for at gå til dans hos nogle af informanterne. Informant 4 udtaler følgende: *(...)Jeg er blevet bedre efter at jeg er startet til dans. Det er fedt at se hvordan man kan udvikle sig og blive dygtigere til de forskellige dansetrin. Jeg øver også tit derhjemme*". Ligeledes udtaler informant 2: *"(...)Jeg kan godt lide at lære trinene og udfordre mig selv til at lære nye danse. Det synes jeg er meget sjovere end at spille med en bold, fordi man bruger kroppen på en helt anden måde"*. Kompetenceudvikling kan på baggrund af ovenstående derfor både anses som værende en hæmmende og fremmende faktor for at tilgå dans som fysisk aktivitet, da det kan opleves som en barriere, hvis man som individ ikke føler sig dygtig nok, men ligeledes kan fremme motivationen, hvis individet opnår nogle succesoplevelser gennem læring og udvikling (Ryan & Deci, 2000). Dog er det ikke alle informanter, der oplever kompetencer som værende afgørende for deltagelse og motivationen for at deltage. Informant 6 udtaler følgende: *"(...)Nej, jeg synes ikke jeg er den bedste, men jeg synes det er sjovt"*, hvortil informant 5 tilføjer: *"(...)Det er ikke så vigtigt at være god synes jeg, det handler mest om at have det sjovt"*. Det tyder derfor på, at fællesskabet og underholdningen i relation til disse udtalelser opleves som værende vigtigere end selve kompetenceudviklingen blandt 11-15årige piger.

I tråd med informanternes udtalelser er der på baggrund af ovenstående en tendens der peger på, at 11-15årige piger motiveres af flere forskellige faktorer i forbindelse med dans som fysisk aktivitet. Det er gennem analysen blevet tydeligt, at det for nogle af informanterne særligt er fællesskabet, underholdningen og de sociale relationer pigerne imellem som kan højne motivationen hos den enkelte, hvor det for andre informanter i højere grad handler om at udvikle kompetencer og dygtiggøre sig indenfor dansen. Det anses derfor som værende komplekst at omfavne og imødekomme alle behov i relation til Self-Determination Theory og Goffmans begreber. Disse faktorer og fund diskuteres endvidere i diskussionsafsnittet, som holder fundene i de alle de inkluderede kvalitative metoder op mod hinanden.

7.2 Analyse af interview

Følgende afsnit indeholder en analyse af det individuelle semistrukturerede interview. Der er blevet taget udgangspunkt i den tematiske analysestrategi af Braun og Clark (2006), hvortil der er blevet fremanalyseret følgende temaer; *fællesskab*, *veluddannede instruktører*, *markedsføring* samt *motivation* i forbindelse med foreningsformandens udtalelser og refleksioner omkring den nuværende rekrutteringsstrategi af medlemmer i forbindelse med dans som fysisk aktivitetsform blandt 11-15årige piger.

Fællesskab

Af interviewet fremhæves det, at foreningsformanden er bevidst om, at der er mange faktorer i spil, når der skal rekrutteres medlemmer i foreningen med henblik på dans som aktivitetsform. Blandt andet påpeger foreningsformanden, er der på nuværende tidspunkt lægges stor vægt på, at det som medlem skal være sjovt og hyggeligt at være en del af foreningen og at det derfor ligeledes bør være et fokus i forbindelse med dans som fysisk aktivitet. Han udtaler i tråd med dette følgende:

"(...)Jeg har erfaret at det vigtigste for vores medlemmer er, at de har det sjovt. De fleste kommer jo for at hygge sig med deres venner, så på den måde spiller fællesskabet en vigtig rolle i vores forening. Også for at vi kan fastholde dem, som kommer her".

Citatet er med til at indikere, at foreningen prioriterer fællesskabet højt, da de har erfaret, at de sociale relationer medlemmerne imellem både kan tiltrække nye medlemmer og ligeledes fastholde de medlemmer, som allerede er en del af foreningen. Dette stemmer overens med Self-Determination Theory som fremhæver, at *tilhørsforhold* er en vigtig faktor, da individet har behov for at føle samhørighed i de sociale kontekster som han eller hun indgår i (Ryan & Deci, 2000). Hvis individets behov for samhørighed tilgodeses, vil den indre motivation stige hos den enkelte, hvilket både kan være med til at rekruttere og fastholde medlemmerne i foreningen. Ud fra Goffmans perspektiv er det ligeledes en fordel for foreningen at fokusere på at højne fokus på fællesskab og relationsdannelse de unge imellem, da det er gennem interaktionerne i de strukturer og normer der tillægges i det givne rum, at de sociale relationer opstår og forstærkes, hvilket kan være med til at

skabe tilhørsforhold til foreningen og dans som fysisk aktivitet og derved påvirke den enkeltes motivation for deltagelsen (Goffman, 2014). Ligeledes kan man som individ ifølge Goffmans teori risikere at tabe ansigt hver gang man træder ind i en ny kontekst, særligt hvis man ikke føler at man kan leve op til de regler og rammer som konteksten tilbyder, hvilket påvirker følelsen af social samhørighed. I relation til dansen kan dette være med til at hvilket kan være med til at gøre danseoplevelsen grænseoverskridende, og særligt hvis det foregår i ukendte rammer (Goffman, 2014). I denne forbindelse kan der derfor argumenteres for, at det sociale samvær kan være med til at bidrage til en tryk og afslappet atmosfære, og dermed gøre dans som aktivitetsform mindre grænseoverskridende for den enkelte. Fællesskabet og relationerne de unge imellem, som foreningen på nuværende tidspunkt tillægger en stor værdi i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af medlemmer, spiller derfor en betydelig rolle i forbindelse med pigernes generelle lyst og motivation for at deltage i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi.

Motivation

Foreningsformanden fremhæver i tråd med ovenstående ligeledes, at han har erfaret at der er flere forskellige faktorer der påvirker børn og unges motivationsmønstre, og at det er vigtigt at tilgodese individuelle behov. I forbindelse med dette udtaler foreningsformanden følgende:

"(...)Så er der selvfølgelig også nogle, som gerne vil være dygtige, så vi skal jo kunne favne det hele og imødekomme alles behov. Både dem som kommer for at have det sjovt, men også dem, som gerne vil lære noget".

Foreningsformanden giver i ovenstående citat udtryk for, at der på nuværende tidspunkt tages højde for at medlemmerne motiveres af mange forskellige parametre, herunder både dem, som motiveres af at skabe relationer og fællesskab gennem dansen, *tilhørsforhold*, som beskrevet under emnet temaet *fællesskab* og dem, som i højere grad motiveres af at tilegne og udvikle kompetencer indenfor dansen (Ryan & Deci, 2000). Det er derfor tydeligt, at foreningen er bevidst omkring at børn og unge motiveres af flere forskellige faktorer, hvilket stemmer overens med Self-Determinant Theory som argumenterer for, at en opfyldelse af disse basale og psykologiske behov vil øge sandsynligheden for at kunne skabe en indre motivation hos den enkelte (Ryan & Deci, 2000).

Foreningsformanden giver udtryk for, at de gerne vil rekruttere flere børn og unge til foreningen, hvorfor han fremhæver at dansen kan være bidragende til dette. Dog lægger han vægt på, at foreningen med henblik på rekruttering af nye medlemmer føler sig begrænsede på flere parametre:

"(...) Vi er begrænsede af vores midler og ressourcer. Og så er det jo meget forskelligt hvad det er der skal til for at medlemmerne synes at det er sjovt at være her, og især i forhold til det her med dansen når det er nyt for os. Nogle gange er det lidt svært at finde ud af, hvor vi skal ligge energien og midlerne henne, for det er lidt uoverskueligt".

Selvom foreningsformanden har erfaret, at der er flere forskellige faktorer som kan påvirke medlemmernes motivation i forbindelse med rekruttering af nye medlemmer i foreningen, er citatet med til at indikere, at der stadig er en usikkerhed forbundet med, hvordan de ressourcemæssigt griber selve rekrutteringsprocessen an i forbindelse med dans som aktivitetsform, da det er en ny aktivitet der skal implementeres i foreningen. På trods af at foreningen føler sig ressourcemæssigt begrænsede, både i et videns- og et økonomisk perspektiv i forbindelse med rekrutteringen, ser foreningen fortsat potentiale i aktiviteten og ønsker at afprøve en dans som fysisk aktivitet, hvilket i et udviklings- og forandringsperspektiv kan komme foreningen til gode. Dog vidner denne uvidenhed om, at der potentielt kan være flere danske foreninger, som vælger nye aktivitetsformer fra, da det både videns-, kompetence og ressourcemæssigt kan være uoverskueligt for den enkelte forening. Da dans som fysisk aktivitet endnu ikke er udbredt i de danske foreninger, sammenlignet med de andre store idrætter, så som fodbold, svømning eller badminton, kan samarbejde og sparring foreningerne imellem derfor være en fordel i et rekrutteringsperspektiv. Foreningerne kan dermed drage erfaringer af hinandens tilgange og perspektiver på, hvordan nye aktiviteter oprettes, igangsættes og udbredes i et rekrutteringsperspektiv.

Markedsføring

Foreningsformanden fremhæver i tråd med ovenstående, at de til en vis grad er begrænsede ud fra et ressourcemæssigt perspektiv, hvilket kan være med til at påvirke hvorledes foreningen formår at markedsføre og skabe opmærksomhed omkring nye aktiviteter i foreningen. Foreningsformanden

påpeger i tråd med dette, at de tidligere har forsøgt at lave reklame for deres aktiviteter gennem et "Åben Skole"-forløb, som er et samarbejde mellem foreningen og skolen, som har til formål at udbrede kendskabet til foreningslivet og de nærliggende aktiviteter der kan tilgås i lokalsamfundet (Børne- og Undervisningsministeriet, 2022). Ligeledes har foreningerne gennem et 'Åben Skole'-forløb mulighed for at skabe særlig opmærksomhed omkring nye tilbud i foreningen, hvilket kan være en fordel i forbindelse med at rekruttere nye medlemmer. Foreningsformanden udtaler i tråd med dette følgende:

(...)Vi har været med i et skoleforløb som hedder 'Åben Skole', hvor vi som forening var med ude og lave lidt reklame for de aktiviteter vi har i foreningen. Det har tidligere været med til at tiltrække nogle medlemmer, så jeg tænker at det kan have samme effekt på dansen".

Citatet er med til at indikere, at foreningen tidligere har haft succes med at tiltrække medlemmer gennem 'Åben Skole', hvilket taler for at foreningen fremadrettet bør deltage og skabe opmærksomhed omkring dansen i et 'Åben Skole'-forløb, da det potentielt kan tiltrække nye medlemmer. Dog kræver dette at foreningen fortsat har både har tidsmæssige ressourcer i forbindelse med at etablere kontakten og skabe et samarbejde med de omkringliggende skoler. Ligeledes kræver dette, at foreningen har ressourcerne til, at sende en kompetent instruktør ud på skolerne, som formår at appellere til de ovennævnte motivationsfaktorer, herunder dansens bidrag til fællesskab, underholdning samt muligheden for kompetenceudvikling (Ryan & Deci, 2000).

Veluddannede instruktører

Foreningen har ligeledes fokus på at skabe de bedste rammer og forudsætninger for deres medlemmer gennem udvikling af de lokale faciliteter og uddannelse af deres instruktører: *"(...)Ja, vi er ved at bygge nye halfaciliteter, og så går vi meget op i at vores instruktører er veluddannede til at tage godt imod nye elever".* Citatet er med til at indikere, at foreningen ønsker at skabe og opbygge et socialt tilhørsforhold, hvorfor de kontekstuelle rammer prioriteres højt, både gennem de fysiske faciliteter og undervisernes kompetencer. Foreningens fokus i forbindelse med at etablere nogle gode forhold og kontekstuelle rammer, stemmer overens med de grundlæggende faktorer som kan påvirke de unges motivation i relation til Self-Determinant Theory, da særligt *tilhørsforhold* og *kompetencer* som behov er i fokus (Ryan & Deci, 2000). Foreningsformanden

påpeger i tråd med foreningens ønske om veluddannede og kompetente instruktører følgende: *"Dog kan det være svært at finde dygtige instruktører som gerne vil arbejde på et frivilligt grundlag. Derudover er det samtidig svært at fastholde vores instruktører over længere tid"*. Citatet er et udtryk for, at foreningen oplever en række udfordringer i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af instruktører. I relation til ønsket om at kunne motivere målgruppen ved at skabe et socialt tilhørsforhold til foreningen samt instruktører og medlemmer imellem, kræver dette blandt andet, at der er en fast instruktør tilknyttet det enkelte hold (Ryan & Deci, 2000). Hvis der i dette henseende ofte sker frafald fra instruktørens side og der derfor sker et instruktørskift på de forskellige hold, kan dette være med til at påvirke følelsen af sociale tilhørsforhold og dermed den enkeltes motivation for at deltage (Ryan & Deci, 2000).

Derfor er der i forbindelse med fastholdelse af danseelever og nye medlemmer relevant, at foreningen formår at fastholde deres instruktører ved ligeledes at sikre at instruktøren føler et socialt tilhørsforhold til foreningen, da det ifølge Self-Determination Theory er en grundlæggende præmis for at man som individ kan bibevare motivationen (Ryan & Deci, 2000). I et kompetenceudviklingsperspektiv er det ligeledes en vigtig faktor, at foreningen enten kan rekruttere en kompetent instruktør, som har erfaring med dans som fysisk aktivitet, eller kan finde en instruktør, som har mod på at tilegne kompetencer indenfor aktiviteten. Hvis instruktøren ikke besidder tilstrækkelige kompetencer, kan dette være med til at påvirke medlemmernes motivation, og særligt dem, som har fokus på at udvikle sine kompetencer indenfor dansen (Ryan og Deci, 2000).

På baggrund af ovenstående analyse er det derfor tydeligt, at foreningen og foreningsformanden er bevidst omkring vigtigheden af, at skabe gode kontekstuelle rammer for deres medlemmer og ligeledes er bevidst omkring vigtigheden af at tilgodese og omfavne deres medlemmers forskellige behov, både dem som motiveres på baggrund af fællesskabet og underholdningen omkring aktiviteten, og ligeledes dem, som motiveres af at udvikle kompetencer indenfor dansen (Ryan & Deci, 2000). Dog er foreningen i et ressourcemæssigt perspektiv begrænset, hvilket opleves som værende en barriere i forbindelse med at leve op til deres egne forventninger.

7.3 Matrice over udvalgte studier

Præsentation	Formål	Studiedesign og metode	Resultater	Konklusion	Relevans for projektet
Lessons learnt from the Bristol Girls Dance Project cluster RCT: implications for designing and implementing after-school physical activity interventions (Edward <i>et al.</i> , 2016)	Fokus på hvordan man kan forbedre implementering og udformning af en danseindsats med henblik på at fremme fysisk aktivitet blandt piger.	Randomiseret kontrolforsøg. En 20-ugers skolebaseret intervention, bestående af to 75 minutters danse-sessioner efter skole om ugen, som havde til formål at støtte 7. årgang piger til at være mere fysisk aktive. Data blev indhentet fra ni fokusgrupper med piger og interviews med en danselærer samt skolekontakter. Fokusgrupperne søgte syn på pigers motivation til at deltage, undervisningsstile og erfaringer med interventionen. Interviews udforskede synspunkter om implementering og formidling. En	De kvalitative data fremkaldte tre temaer som påvirkede implementeringen: projektdesign, sessionsindhold og projektorganisering. Projektdesignet fandt problemer forbundet med rekruttering, tidsplan og sessionsmængden. Sessionsindholdet fandt ud af, at danseinstruktører leverede, og at pigerne nød en bred vifte af dans. Temaer inden for projektorganisation foreslog en 'åben tilmelding'-politik og større forældreinvolvering kan lette et bedre fremmøde.	Interventioner med fokus på dans som fysisk aktivitet efter skole, har potentiale til at øge det fysiske aktivitetsniveau blandt unge piger. Det er blevet fundet at der er behov for at overveje den kontekst, som interventionerne og aktiviteterne skal udformes i, og implementere dem på måder, der passer til deltagernes behov.	De unges udtalelser kan anvendes i forbindelse med at undersøge, hvilke fremmede og hæmmende faktorer der har betydning for deltagelse i dans som fysisk aktivitet.

		rammeanalyse blev brugt til at analysere data.			
Adolescent girls' and parents' views on recruiting and retaining girls into an after-school dance intervention: implications for extra-curricular physical activity provision (Jago et al., 2011)	Mange unge er ikke tilstrækkeligt aktive, og piger er mindre aktive end drenge. Vedvarende ændringer i fysisk aktivitet kan opnås ved at højne deltagelsen i fornøjelige aktiviteter. Dans er den foretrukne aktivitet blandt britiske piger, men der er mangel på dansetilbud. Dansesessioner efter skoletid kan vise sig at være et effektivt middel til at engagere	Fokusgruppeinterviews med i alt 65 elever på 4 forskellige skoler på 7. årgang. Der blev også foretaget dybdegående telefoninterviews med 16 (4 pr. skole) af pigernes forældre. Interviews og fokusgrupper undersøgte emner, der ville påvirke rekrutteringen til interventionen, strategier, der kunne bruges til at tiltrække piger, der har ringe eller ingen tidligere erfaring med dans, eventuelle faktorer, der ville øge deres interesse for at deltage i et efterskole-danseprogram og evt. faktorer, der vil påvirke fastholdelse i programmet. Alle interviews og fokusgrupper blev digitalt	Piger rapporterede, at en prøvetime, samt "mund til mund"-kampagner af jævnaldrende, som ikke behøvede at være deres venner, ville opmuntre dem til at deltage i dans som aktivitet efter skoletid. Sessioner, der maksimerede nydelse og faciliterede socialiseringsmuligheder, ville forbedre fastholdelsen. Forældre rapporterede, at det ville øge deltagelsen ved at deres pigers venner også deltager, samt at fokusere på, at dans er en sjov og underholdende aktivitet.	Rekrutterings- og fastholdelseskampagner, der fokuserer på nydelse, socialisering, mestring, målsætning og relation til andre piger, kan være effektive strategier til at rekruttere og fastholde piger i dans som fysisk aktivitet.	Studiet har relevans for nærværende projekt i forbindelse med rekruttering og fastholdelse i forbindelse med dans som fysisk aktivitet i forenings regi.

	unge piger i fysisk aktivitet. Der mangler information om de faktorer, der vil påvirke pigers rekruttering og fastholdelse.	optaget og tematisk analyseret.			
--	---	---------------------------------	--	--	--

Tabel 4. Matrice over udvalgte studier

7.3.1 Analyse af udvalgte studier

Følgende afsnit indeholder en analyse af de udvalgte artikler som fremgår af ovenstående matrice.

I studiet af Jago et al. (2011) fremgår det, at piger er mere inaktive end drenge, at dans er en foretrukket aktivitet blandt britiske piger, men at der samtidig er mangel på dansetilbud. Dertil fremhæves det, at der mangler information og viden om hvilke faktorer, der kan påvirke rekrutteringen samt fastholdelse af 11-12årige piger i forbindelse med dansen (Jago et al., 2011). På baggrund heraf blev der i undersøgelsen afholdt fokusgruppeinterviews med 11-12årige britiske piger samt forældre, for at få deres perspektiv samt forståelse af hvilke faktorer der kan fremme og hæmme pigernes deltagelse i forbindelse med dans. Det blev i artiklen fundet at rekrutterings-og fastholdelseskampagner, der fokuserer på socialisering, mestring, at have en målsætning samt at skabe relationer til andre piger, kan være effektive strategier til både at rekruttere og fastholde piger i et danseforløb (Jago et al., 2011). Disse fund stemmer overens med de grundlæggende motivationsfaktorer i Self-Determination Theory, som peger på vigtigheden af at føle et socialt tilhørsforhold gennem aktiviteten, og ligeledes vigtigheden af, at kunne tilegne sig kompetencer indenfor aktiviteten (Ryan & Deci).

Det bliver i artiklen fremhævet, at størstedelen af pigerne vil deltage i et danseforløb, hvis det blev fremført som sjovt og underholdende, og hvis de kunne bruge tid på at lave noget de nød sammen med andre, som havde en lignende interesse. Blandt andet udtaler en af informanterne følgende:

"Because I already prance around in my front room dancing and singing and I like dancing. It's one of my passions. I want to meet other people that like dancing as well as I do" (Child 19, School 2)"

Disse fund bakker op omkring, at der i foreningslivet fortsat bør rettes et fokus mod, at dans som fysisk aktivitet kan være med til at skabe rammerne omkring et socialt fællesskab, som anses som værende vigtigt for den pågældende målgruppe. Ligeledes kan der ud fra ovenstående argumenteres for, at dansen i forbindelse med en fremtidig rekrutteringsstrategi i foreningerne, bør promoveres som et sjovt, underholdende og relationsdannende tilbud. Dette stemmer overens med Self-Determination Theory, som fremhæver vigtigheden af, at individer skal føle et specifikt tilhørsforhold til de pågældende omgivelser og aktiviteter, for at den indre motivation kan stige (Ryan & Deci, 2000). Ligeledes bakkes dette op af Goffmans teori, som peger på vigtigheden af, at man som individ føler sig som en del af fællesskabet, hvilket er afgørende for, at opnå en tryghed og et socialt tilhørsforhold (Kristiansen & Jacobsen, 2010). Dette anses særligt som værende en vigtig faktor i relation til dans som fysisk aktivitetsform, da det som tidligere beskrevet kan føles grænseoverskridende, hvis man ikke føler sig som en del af gruppen. Hvis man som individ ikke føler sig som en del af gruppen, kan det ifølge Goffmans teori ligeledes påvirke individets følelse af social eksklusion, og derved påvirke oplevelsen, lysten og motivationen for at gå til dans (Goffman, 2014).

Citatet er med til at indikere, at informanten har behov for at der skabes et fællesskab omkring dansen. I tråd med dette påpeges der, at pigerne samtidig ikke er bange for at skabe nye relationer, og særligt ikke, hvis de blot deler samme interesse. Blandt andet pointerer en af informanterne følgende: *"(..Because it would give me a chance to mix with other people who like doing the stuff that I do"* (Child 19, School 2). Citatet peger derfor på, at dans som aktivitet alene kan være med til at danne rammerne for at skabe nye relationer og fællesskaber pigerne imellem. Det opleves derfor ikke som værende angstprovokerende at tilgå et helt nyt fællesskab, hvis blot den samme interesse og anerkendelsen heraf gruppemedlemmerne imellem er til stede i relation til dans som fysisk aktivitet kan der derfor argumenteres for, at det sociale samvær, fællesskab og anerkendelse som

kan opstå pigerne imellem, er en betydelig faktor for pigernes lyst og motivation til at deltage i dans, da relationerne kan være med til at skabe tryghed og en afslappet atmosfære, og dermed gøre danseoplevelsen mindre grænseoverskridende for den enkelte.

I studiet af Jago et al. (2011) er der ligeledes på baggrund af både pigernes samt forældrenes udtalelser, præsenteret en række forslag og strategier til hvordan man kan øge rekrutteringen. Det fremhæves, at særligt prøvetimer kan være med til at give deltagerne et indblik i, samt en forståelse af, hvad aktiviteten indebærer uden at de føler sig forpligtede (Jago et al., 2011). Det anses på baggrund af disse fund som værende en fordel, hvis foreningerne i forbindelse med rekruttering af nye medlemmer gør brug af prøvetimer eller eventuelle arrangementer som skaber kendskab til dansetimerne. Dette kan eksempelvis være i form af events, åbent hus eller skoleforløb, således at både elever og forældre opnår kendskab samt skabe et tilhørsforhold til dans som aktivitet, og bliver bevidste om, hvor tilbuddene er tilgængelige. Dette vil ligeledes ifølge Self-Determination Theory give deltagerene en følelse af autonomi, da pigerne i vid udstrækning selv kan være med til at bestemme hvorvidt de ønsker at prøve kræfter af med dansen (Ryan & Deci, 2000). Foruden prøvetimerne, anbefales det i forbindelse med at øge rekrutteringen, at fokusere på mund til mund kampagner, da pigerne giver udtryk for, at de i højere grad ville deltage i dans, hvis de havde hørt godt om det fra venner og bekendte.

Studiet af Edward et al. (2016) har ligeledes til formål at øge pigers fysiske aktivitetsniveau gennem dansen. Et af artiklens væsentligste fund er, at det er vigtigt at tilpasse en potentiel danseindsats til pigernes behov og krav, hvorfor potentielle implementeringsprocesser bør være kontekstuelle specifikke (Edward et al., 2016).

Det fremhæves i artiklen, at det sociale aspekt i forbindelse med dans som fysisk aktivitet, vægtes højt hvilket stemmer overens med resultaterne i artiklen af Jago et al. (Jago et al., 2011). I forbindelse med dannelse af sociale relationer bliver det ligeledes fremhævet, at gruppearbejde i relation til at udarbejde koreografi vægtes positivt hos pigerne, hvilket stemmer overens med Self-Determination Theory's begreb omhandlende autonomi, da pigerne har mulighed for at tage ejerskab over dansen og udvikle deres evner til at arbejde sammen (Ryan & Deci, 2000). Ligeledes kan det være med til at forstærke følelsen af øgede kompetencer, da de netop selv får mulighed for at sætte

deres eget præg på dansen og derigennem opnå anerkendelse fra gruppen (Ryan & Deci, 2000). Gruppearbejdet kan i relation til Self-Determination theory ligeledes bidrage til en følelse af social samhørighed, hvilket kan være med til at styrke den enkeltes indre motivation (Ryan & Deci, 2000). Det fremhæves ligeledes at forældreinddragelse anses som værende gavnlig, da en øget forældrebevidsthed kan forbedre selve fastholdelsen af pigerne. Dette stemmer overens med resultaterne i artiklen af Jago et al. (2011) som fremhæver, at forældres viden og indsigt i aktiviteterne kan fremme rekruteringsprocessen og fastholdelsen blandt pigerne.

Yderligere bliver det i studiet af Edward et al. (2016) fremhævet, at det er en fordel at implementere dansetimer der, hvor eleverne er: *"Pupils found having the dance sessions on school premises convenient. The school teaching space was appropriate because they did not have to travel"*. Ud fra et foreningsperspektiv med henblik på rekruttering, taler dette for at etablere kontakt til de omkringliggende skoler og implementere en række dansetimer i skoletiden med henblik på at tiltrække piger i målgruppen. Ligeledes er det ud fra dette fund relevant at tage højde for de kontekstuelle rammer, da dette kan positivt ind i et rekrutteringsperspektiv.

8. Diskussion

Følgende afsnit indeholder en diskussion af projektets metoder, herunder de anvendte kvalitative interviews, den systematiske litteratursøgnings betydning for resultaterne samt projektets videnskabsteoretiske position. Dertil indeholder afsnittet en diskussion af analyseresultaterne, som er med til at danne rammen for et beslutningsgrundlag for forandring, således at foreningerne kan rekruttere flere piger med fokus på dans som fysisk aktivitet.

8.1 Diskussion af interviews

Forud for valget om at gennemføre et fokusgruppeinterview, blev der i relation til projektets problemstilling, reflekteret over fordelene og ulemperne ved anvendelsen heraf. Særligt var det

relevant at overveje, hvorvidt emnet er for følsomt til at blive taget op i en gruppe, da informanternes svar kan blive påvirket af andres tilstedeværelse, hvilket ligeledes knytter sig til de etiske overvejelser jf. afsnit 5.6 *Etiske overvejelser*. Dog blev det forud for metodevalget vurderet, at interviewets formål og indhold ikke relaterer sig til personfølsomme emner som vil kunne påvirke den enkelte efterfølgende. Fokusgruppeinterviews kan ligeledes være vanskelige at anvende, hvis informanterne kender hinanden på forhånd, da det kan være en udfordring at få alle informanter til at fortælle åbent og ærligt om deres holdninger og meninger til emnet (Brinkmann & Tanggaard, 2020). Dette blev søgt imødekommet ved at vælge respondenter som går på forskellige klassetrin. Dog var det ikke muligt at finde respondenter fra forskellige skoler, hvilket kunne have været en fordel, da eleverne fra samme skole kan have et svagt kendskab til hinanden og derved påvirke interviewsituationen (Brinkmann & Tanggaard, 2020).

Derfor blev interviewguiden udformet med det formål at skabe en god stemning samt åbenhed, således at informanterne følte sig trygge ved hinanden fra interviewets start. Fokusgruppeinterviewet viste sig at være positivt selvom eleverne havde et kendskab til hinanden, da det satte en nyttig diskussion og refleksion i gang hos gruppen (Brinkmann & Tanggaard, 2020). For at højne den eksterne validitet i undersøgelsesresultaterne, kunne det have været en fordel at afholde flere fokusgruppeinterviews foretaget på flere forskellige skoler, da det vil kunne være med til at give en mere nuanceret forståelse af de fremmende og hæmmende faktorer. I tråd med dette, er det i forbindelse med projektets videnskabsteoretiske position relevant at tage højde for kontekstens betydning, da virkeligheden opfattes som værende afhængig af det enkelte individs historiske og kulturelle kontekst, hvilket er med til at understøtte relevansen af at afholde flere fokusgruppeinterviews, da det vil kunne bidrage med flere nuancer og perspektiver i forskellige kontekster (Berger & Luckmann, 1972). Projektets tidshorisont samt ressourcemæssige midler rakte ikke til at udføre flere interviews. Dog anses resultaterne i fokusgruppeinterviewet som værende gyldige, da det primære formål i forbindelse med kvalitative metoder er at skabe et dybdegående indblik i et fænomen (Brinkmann & Tanggaard, 2020).

Gennem interviewene, både fokusgruppeinterviewet samt det individuelle semistrukturerede interview, var det ligeledes muligt at stille opklarende spørgsmål undervejs, hvilket har været med til at højne gyldigheden i interviewene, den interne validitet i data, da det har været med til at sikre,

at respondenterne har svaret på det der bliver spurgt ind til, og ikke noget andet (Gut & Fuglsang, 2011).

Forud for begge interviews blev der reflekteret over rækkefølgen af afholdelse af de to interviews. Formålet med at afholde fokusgruppeinterviews med 11-15årige piger forud for det individuelle interview var at anvende informanternes udtalelser i udførelsen af interviewguiden til det individuelle interview, således at foreningsformanden kunne reflektere over de fremhævede pointer og derved reflektere over, hvad de som forening gør, for at imødekomme og rekruttere nye elever. Dette havde den tilsete effekt, da det semistrukturerede individuelle interview i høj grad bestod af refleksioner over, hvordan de i et fremtidigt perspektiv kan gøre for at rekruttere flere medlemmer.

Det kunne i henhold til de individuelle semistrukturerede interview have været fordelagtigt at have afholdt flere interviews med forskellige foreningsformænd, for at få flere nuancer og perspektiver på, hvordan forskellige danske foreninger rekrutterer medlemmer og hvilke strategier de benytter sig af. Derudover kunne det have været fordelagtigt at inkludere foreninger, som allerede har en veletableret danseforening, for at få et indblik i deres erfaringer og succeser med at rekruttere medlemmer, og særligt piger i målgruppen 11-15 år. Dog var det i et ressourcemæssigt perspektiv ikke muligt at foretage flere interviews i nærværende projekt, hvorfor disse erfaringer primært belyses i den systematiske litteratursøgning. De inkluderede artikler belyser dog ikke dans specifikt i en foreningskontekst, men er fokuseret omkring rekruttering af danseelever i en tilsvarende målgruppen til en danseindsats, hvorfor konteksten i vid udstrækning kan overføres til nærværende projekt.

Projektet tager som beskrevet i afsnit 5.2 *Socialkonstruktivisme*, udgangspunkt i den socialkonstruktivistiske videnskabsteoretiske position, for at kunne forstå individers måde at handle på gennem sociale sammenhænge (Berger & Luckmann, 1972). Det er særligt gennem sproget og italesættelserne i de kvalitative interviews at der er blevet skabt en forståelse af de fremmende og hæmmende faktorer der kan påvirke de 11-15årige pigers motivation for at deltagelse i dans som fysisk aktivitet. Pigernes udtalelser kan derfor ikke analyseres uafhængig af den sociale kontekst de befinder sig i, hvilket anses som værende en fordel, da dette giver mulighed for at opnå ny viden pigernes virkelighed samt samspillet mellem målgruppen og foreningen, konteksten. Med

udgangspunkt i dette kunne det derfor have været fordelagtigt at supplere med et observationsstudie af et etableret dansehold i en forening, for at opnå en større indsigt i, hvordan konteksten, herunder de strukturelle rammer i foreningen kan være med til at påvirke pigernes motivation samt fremmende og hæmmende faktorer for at deltage i undervisningen (Brinkmann & Tanggaard, 2020).

8.2 Diskussion af litteraturstudie

På trods af, at der i forbindelse med den systematiske litteratursøgning er blevet søgt på PubMed og Embase, som er to af de største databaser, har der været en begrænset adgang til relevante studier på området, og særligt i relation til, hvordan man kan rekruttere målgruppen ind i dans som fysisk aktivitet (PubMed, 2022; Embase, 2022). Det tyder derfor på, at der forefindes et videnshul i forbindelse med interventioner og generel viden om betydningen af dans som fysisk aktivitet blandt piger. I forbindelse med søgningen vedrørende viden omkring rekruttering af medlemmer i specifikt foreninger med henblik på dansehold, har det ikke været muligt at fremsøge relevante artikler på området. Dog kan konteksten i de inkluderede studier overføres til arbejdet med foreninger, da selve danseindsatserne og rekrutteringsstrategierne er rettet mod den samme målgruppe og aktivitet som nærværende projekt fokuserer på.

Da systematikken i litteratursøgningen er beskrevet og begrundet i afsnit 5.5 *Systematisk litteratursøgning*, er der skabt gennemsigtighed, hvilket giver mulighed for at reproducere søgningen (Stenbæk & Jensen, 2007). Selve søgningen og udvælgelsen af artikler er foretaget af gruppens eneste medlem, hvorfor det kunne have styrket objektiviteten i udvælgelsen af relevante artikler, hvis der havde været flere gruppemedlemmer inde over denne proces. Dog er der i høj grad blevet fokuseret på kvaliteten af de inkluderede studier, da disse er blevet kvalitetssikret gennem kvalitetstjeklister fra Joanna Briggs Institute (The Joanna Briggs Institute (2017)).

8.3 Diskussion af MRC-modellens bidrag

Da der i projektet er søgt at skabe indsigt i hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans i foreningsregi, med henblik på at kunne rekruttere flere medlemmer i danseforeningerne, har nærværende projekt til formål at forandre den nuværende form, hvorfor udviklingsfasen, *development*, i MRC-modellen har udgjort den overordnede ramme for specialet. Som tidligere beskrevet jf. afsnit 5.3 *MRC-modellen*, er *involver stakeholders* et af kernelementerne i modellen, da det beskrives som værende nødvendigt at involvere relevante aktører i forbindelse med udviklingsfasen (Skivington et. Al., 2021). Fundene i projektet bakker op omkring dette, da en involvering af aktørerne, herunder et indblik i 11-15årige pigers fremmende og- eller hæmmende faktorer for potentiel deltagelse i dans som fysisk aktivitet, kan være med til at bidrage positivt til udvikling og forandring. I tråd med dette kunne det ligeledes have været fordelagtigt at involvere en danseinstruktør i en veletableret forening, for at få et indblik i, hvordan en instruktør oplever at undervise i en forening samt hvordan han eller hun håndterer forskellige behov og motivationsfaktorer blandt de unge.

Det er ligeledes gennem fundene i de anvendte metoder blevet fremanalyseret, at konteksten, herunder foreningens rammer, har en stor betydning i forbindelse med rekruttering af de 11-15-årige piger. Dette stemmer ligeledes overens med *kontekstens betydning*, som også er et af kerneelementerne i MRC-modellen. Disse fund taler for, at foreningerne i et fremrettet perspektiv gør brug af den brugerinddragende tilgang, ved at inkludere deres medlemmer i deres beslutningsprocesser i forbindelse med dans som fysisk aktivitet, for at sikre, at de kontekstuelle rammer er tilpasset målgruppen bedst muligt (Skivington et. Al., 2021)..

I forbindelse med kerneelementet *identificer usikkerheder*, herunder de usikkerheder der kan opstå under udviklingen af en indsats, er disse blandt andet blevet identificeret og klarlagt gennem projektets systematiske litteratursøgning samt de afholdte interviews. Gennem litteraturstudiet er det særligt blevet tydeligt, at der ikke eksisterer meget forskning på området sammenlignet med andre former for fysisk aktivitet, hvorfor evidensen bag de identificerede usikkerheder er baseret på få studier. Supplerende bidrager begge interviews ind i samme kerneelement, da både det individuelle semistrukturerede interview samt fokusgruppeinterviewet er med til at identificere usikkerheder fra et brugerperspektiv og ligeledes et organisatorisk perspektiv fra foreningsformanden.

8.4 Diskussion af resultater

Følgende afsnit indeholder en diskussion af fundene analyseresultaterne, herunder fokusgruppeinterviewet, det individuelle semistrukturerede interview samt den systematiske litteratursøgning. Der er af analyserne udsprunget følgende diskussionstemaer: *Fællesskab, underholdning og de sociale relationers betydning for deltagelse i dans som fysisk aktivitet, kompetenceudvikling, tilgængelighed og forældreinddragelse*. Temaerne er medtaget i diskussionen, da disse fund kan supplere hinanden, indeholder fordele og ulemper og bidrager med ny viden som kan danne beslutningsgrundlag for et forandringsperspektiv med henblik på at rekruttere flere medlemmer til foreningerne og udbrede dans som fysisk aktivitetsform i foreningsregi.

Det blev igennem det individuelle semistrukturerede interview fremhævet, at de i foreningen i relation til dans som fysisk aktivitet, var udfordret på deres viden og erfaringer om, hvor de skulle lægge både energi og ressourcer i forbindelse med fastholdelse og rekruttering af medlemmer. Dette er med til at bekræfte og understrege, at der som tidligere beskrevet er en begrænset mængde viden på området, hvorfor det er relevant at diskutere hvilke fremmende og hæmmende faktorer der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi med henblik på at kunne fremme rekrutteringen i denne målgruppe, ud fra de fremanalyserede emner i data.

Fællesskab, underholdning og de sociale relationers betydning for deltagelse i dans som fysisk aktivitet

Dans som en sjov og underholdende fysisk aktivitet blev identificeret som et gennemgående tema og fokus i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af danseelever, både i fokusgruppeinterviewet samt de inkluderede litteraturstudier. Dette argumenterer for, at foreningerne bør fokusere på at markedsføre og promovere dansen som værende en fysisk aktivitet, der i høj grad er baseret på underholdning, sjov og fællesskab. Det blev i relation til dette ligeledes fremanalyseret, både i fokusgruppeinterviewet samt litteraturstudiet, at pigerne i langt højere grad føler sig trygge ved at danse, når de føler et socialt tilhørsforhold til dem de danser sammen med

samt de kontekstuelle rammer de indgår i (Ryan & Deci, 2000). I forbindelse med de kontekstuelle rammer, er disse forbundet med den sociale tilknytning til foreningen, de andre medlemmer på det pågældende hold og ligeledes vigtigheden af det sociale tilhørsforhold der skabes instruktøren og medlemmerne imellem. Hvis instruktøren formår at skabe et rum, hvor alle føler sig anerkendt, velkommen og iagttaget, kan det påvirke den enkeltes tilhørsforhold, følelse af tryghed samt motivation for at fortsætte med at danse (Ryan & Deci, 2000). Det er dog gennem det individuelle, semistrukturerede interview blevet fremanalyseret, at foreningen oplever udfordringer i forbindelse med at rekruttere og fastholde deres instruktører, hvilket potentielt kan påvirke deltagelsen i dans som fysisk aktivitet blandt medlemmerne. Hvis der ofte er udskiftning i instruktører, kan dette være med til at påvirke følelsen af sociale tilhørsforhold og dermed den enkeltes motivation for at deltage (Ryan & Deci, 2000). Derfor er det i forbindelse med fastholdelse af foreningens medlemmer relevant, at foreningen formår at fastholde deres instruktører ved ligeledes at sikre at instruktøren føler et socialt tilhørsforhold til foreningen, da det ifølge Self-Determination Theory er en grundlæggende præmis for at man som individ kan bibevare motivationen (Ryan & Deci, 2000). I forbindelse med vigtigheden af et sociale tilhørsforhold medlemmerne imellem, stemmer resultaterne fra fokusgruppeinterviewet samt litteraturstudiet overens med fundene i projektets problemanalyse, da flere studier peger på, at det generelle miljø samt støtte fra venner ligeledes er en vigtig faktor for, at børn og unge er fysisk aktive i deres hverdag (Kohl & Hobbs, 1998; Wold et al., 1994). Sociale normer og co-participation påvirker børn og unges gensidighed i et venskab, hvor normerne indbefatter en bestemt forventning og co-participation er med til at styre gensidigheden ved at børnene deltager i samme aktiviteter (Sawka et al., 2014). Det tyder derfor på, at sociale relationer og normerne derigennem har en betydning for, hvilke aktiviteter børn og unge vælger at deltage i. Dette er med til at styrke ovenstående argument, da det ligeledes skaber incitament for, at dans bør promoveres som værende en fysisk aktivitet som ikke blot handler om at være den bedste og mest kompetencedygtige, men som i højere grad handler om, at man som deltager kan danne sociale relationer og opnå et socialt tilhørsforhold til foreningen og de andre medlemmer. Dog blev det både i litteraturstudiet, fokusgruppeinterviewet samt det individuelle semistrukturerede interview tydeligt, at fællesskab, underholdning og de sociale relationer ikke kan stå alene i forbindelse med at rekruttere 11-15årige

piger ind i dansen som fysisk aktivitet, da flere faktorer og individuelle behov er med til at påvirke motivationen og lysten blandt målgruppen.

Kompetenceudvikling

Temaet *Kompetenceudvikling* er udviklet på baggrund af, at der både er blevet fremanalyseret fremmende og hæmmende faktorer i forbindelse med at udvikle kompetencer og dygtiggøre sig indenfor dansen, hvorfor det er relevant at diskutere fordelene og ulemperne ved at fokusere på kompetenceudvikling i forbindelse med rekrutteringen af 11-15årige piger. I fokusgruppeinterviewet blev det fremhævet, at det kan opleves som værende grænseoverskridende at danse sammen med andre, hvis man som deltager, ikke føler at ens kompetencer er lige så stærke som den resterende gruppe, hvilket kan give en følelse af social eksklusion (Goffman, 2014). Frygten for ikke at besidde tilstrækkelige kompetencer indenfor dansen, kan dermed være hæmmende faktor for lysten og motivationen til både at afprøve dans som fysisk aktivitetsform og ligeledes at fortsætte aktiviteten. Det er gennem fokusgruppeinterviewet og de inkluderede litteraturstudier blevet fremanalyseret, at særligt piger i denne målgruppe oplever det som værende vigtigt at føle sig som en del af gruppen. Som beskrevet i afsnit 7.1 *Analyse af fokusgruppeinterview* samt afsnit 7.3.1 *Analyse af udvalgte studier*, blev det fremanalyseret at pigerne i højere grad opnår tryghed i forbindelse med dans som fysisk aktivitet, når de føler et socialt tilhørsforhold til dem, de danser sammen med og de kontekstuelle rammer de indgår i, hvilket er med til at styrke argumentet om, at dansen også bør promoveres som værende en fysisk aktivitet som ikke blot handler om at være den bedste og mest kompetencedygtige, men at man som deltager kan skabe sociale relationer og opnå et socialt tilhørsforhold til foreningen og de andre medlemmer.

Dog blev det i fokusgruppeinterviewet fremhævet, at det for nogle af pigerne opleves som værende sjovt og spændende at udvikle sig indenfor forskellige stilarter og ligeledes at lære nye koreografier. Ud fra Self-Determination Theory er kompetenceudvikling ligeledes et vigtigt aspekt for at man som individ både opnår og fastholder motivationen for en aktivitet (Ryan & Deci, 2000). Der er derfor flere faktorer der bør medtænkes i en rekrutteringsstrategi, for både at kunne appellere til dem, der

primært kommer for det sociale fællesskab omkring aktiviteten, og ligeledes dem, som deltager i aktiviteten for at lære og udvikle kompetencer. På baggrund heraf en udfordring af tilgodesee og tilfredsstille alle de implicerede parter, idet det er blevet fremanalyseret at denne målgruppe har forskellige, individuelle behov og motivationsfaktorer. Hvis foreningen blot tilgodeser én af de fremanalyserede fremmende faktorer frem for en anden, eksempelvis at fokusere på læring og udvikling, kan der opstå en potentiel risiko for, at utilsigtede konsekvenser kan opstå i form af frafald af de piger, der primært kommer for underholdningen og samværets skyld.

Tilgængelighed

Temaet tilgængelighed er udviklet på baggrund af litteraturstudiet samt fokusgruppeinterviewet, da der argumenteres for, at tilgængeligheden af dansetilbud i foreningerne er relevant i forbindelse med rekruttering af nye medlemmer. Det blev i fokusgruppeinterviewet fremhævet, at tilgængeligheden af dansetilbud både kan opleves som værende en hæmmende og fremmende faktor for deltagelse. Det er gennem fokusgruppeinterviewet blevet fremanalyseret at der i nærværende case er flere synlige, nærliggende kommercielle danseskoler som tilbyder dans til målgruppen, sammenlignet med dans i foreningsregi, hvorfor dette kan være en hæmmende faktor for deltagelse, da flere af pigerne kommer fra mindre bemidlede hjem og derfor er økonomisk begrænsede. Dette taler derfor for at højne tilgængeligheden af de eksisterende tilbud i foreningerne med fokus på dans som fysisk aktivitet, for at imødekomme dem, der kommer fra mindre ressourcestærke familier. Derfor har tilgængeligheden af de lokale idrætsforeninger en særlig betydning for at skabe lige adgang til dans som fysisk aktivitet i denne målgruppe. Der blev i det individuelle semistrukturerede interview fremhævet at ressourcerne i foreningen er begrænsede da foreningen primært er baseret på frivillighed, hvorfor dette skaber udfordringer i forbindelse med markedsføring af de forskellige aktivitetstilbud og dermed at tiltrække flere medlemmer. Foreningsformanden nævner i tråd med dette, at de ved deltagelse i et "Åben Skole" forløb har oplevet en positiv effekt i forbindelse med at rekruttere medlemmer. I forbindelse med litteraturstudiet, blev det i artiklen af Jago et al. (2011) ligeledes fundet, at prøvetimer på skolen, workshops eller andre former for arrangementer på skolerne kan bidrage positivt ind i en rekrutteringsstrategi, da det både skaber kendskab til hvor og hvornår

dansetimerne er tilgængelige, og ligeledes giver et indblik i hvad aktiviteten indebærer og hvordan en dansetime er bygget op. I tråd med dette anbefales der i forbindelse med rekrutteringen af fokusere på mund til mund kampagner, da pigerne giver udtryk for, at de i højere grad ville deltage i dans, hvis de havde hørt godt om det fra venner og bekendte (Jago et al. 2011). Fundene gennem det individuelle semistrukturerede interview samt litteraturstudiet argumenterer derfor for, at foreninger fremadrettet i et rekrutteringsperspektiv, bør prioritere ressourcerne således at de kan nå ud til deres kommende medlemmer gennem skolebaserede aktiviteter, som kan være med til at skabe opmærksomhed omkring tilgængeligheden af de dansetilbud der forefindes i foreningen. Dermed møder foreningen deres kommende medlemmer i deres vante omgivelser og rammer, hvor de er sammen med deres nære sociale relationer, hvilket kan være bidragende til, at aktiviteten kan opleves som værende sjov og underholdende og samtidig mindre grænseoverskridende for de elever, som afprøver dansen for første gang. Dog er det i et ressourcemæssigt perspektiv ikke alle foreninger, der har mulighederne for at tilgå 'Åben Skole'-arrangementer, hvorfor disse foreninger med fordel kan søge midler til promovning og events gennem eksempelvis DGI's foreningspulje, som kan bidrage med økonomisk støtte og vejledning i forbindelse med opstart af nye hold og rekruttering af medlemmer (DGI, 2022).

Forældreinddragelse

Det blev i begge inkluderede litteraturstudier fremhævet, at forældreinddragelse anses som værende gavnlig, da en øget forældrebevidsthed omkring dansetilbud kan bidrage til både at rekruttere og fastholde pigerne i målgruppen (Edwards et al., 2016; Jago et al., 2011). Forældreinddragelse kræver i forbindelse med de skolebaserede aktiviteter, et tæt samarbejde lærere og foreninger imellem. Eksempelvis kan foreningerne med dans formidles gennem de kommunikationsplatforme som skolerne i forvejen benytter sig af, således at den rette information er nemt tilgængelig for forældrene. Derudover kan forældreinddragelse ligeledes medtænkes i en potentiel workshop eller event som afholdes af foreningerne, for at de kan få et indblik i hvad dansen bidrager med, både i et træningsaspekt med fokus på kompetenceudvikling, og ligeledes dansens bidrag til sociale fællesskaber og relationer, herunder det sociale tilhørsforhold der skabes til foreningen samt deres medlemmer, som forældrene

aAQW2jf. afsnit 7.3.1 *Analyse af udvalgte*

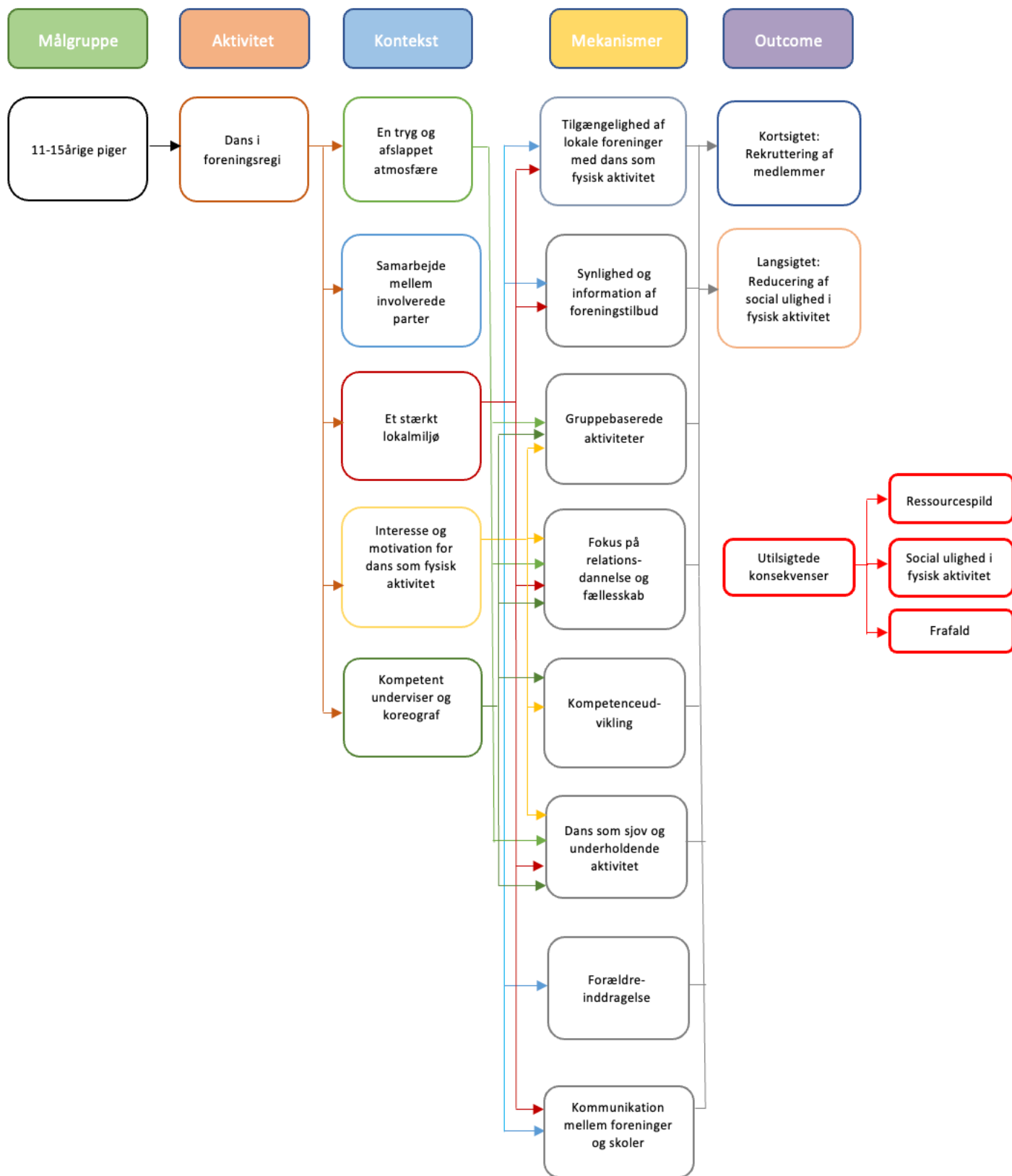
studier, vægter højt når de udvælger aktiviteter for deres børn. Dog kræver det i et ressourcemæssigt perspektiv, at denne proces, koordinering og samarbejde med skolerne prioriteres, hvilket for det nogle foreninger kan være en ressourcemæssig barriere. Som beskrevet i ovenstående afsnit *Tilgængelighed*, er det for nogle foreninger derfor et must, at de mindre bemidlede foreninger har kendskab til eksempelvis DGI's foreningspulje. For at opnå kendskab og indblik i foreningens aktiviteter, kræver dette en vis interesse fra et forældermæssigt perspektiv, hvorfor der fra forældrenes side ligeledes ressourcemæssigt bør prioriteres og investeres i.

Temaerne *Fællesskab, underholdning og de sociale relationers betydning for deltagelse i dans som fysisk aktivitet, kompetenceudvikling, tilgængelighed og forældreinddragelse* anses som værende relevante i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af 11-15årige piger gennem dans i foreningsregi, hvilket i et langsigtet perspektiv kan udbrede dans i foreningslivet og bidrage til en reducere af den sociale ulighed i deltagelse i fysisk aktivitet. Dog er det i forbindelse med projektets fund og resultatdiskussion relevant tydeliggøre, at dans som fysisk aktivitet ikke nødvendigvis skaber mere lighed i børn og unges motionsvaner. Som beskrevet i problemanalysen jf. afsnit 2.4 *Ulighed i deltagelse i foreningsbaserede aktiviteter blandt piger og drenge*, er det komplekst at klarlægge de præcise årsager til uligheden i børn og unges aktivitets- og motionsvaner, da flere forskellige faktorer kan være med til at påvirke den enkelte, eksempelvis familiære forhold og socioøkonomiske forhold. Derudover er dans ikke givet en aktivitetsform der tiltaler alle 11-15årige piger, hvorfor en udbredelse af dans i foreningsregi alene, ikke vil kunne reducere social ulighed i fysisk aktivitet blandt denne målgruppe. Dog kan det på baggrund af projektets fund udledes, at dans som fysisk aktivitet kan være positivt bidragende ind i et sundhedsfremmende perspektiv, da det potentielt kan få flere piger i målgruppen til at være fysisk aktive.

9. Forandringsforslag

I følgende afsnit er der på baggrund af projektets analyser samt resultatdiskussion udarbejdet et forandringsforslag, som har til formål at bidrage med viden om, hvordan foreninger med dans som fysisk aktivitet fremadrettet kan rekruttere og fastholde 11-15-årige piger. I et langsigtet perspektiv kan denne viden bidrage til at brede dans som fysisk aktivitet ud i Danmarks foreninger, hvilket potentielt kan reducere social ulighed i fysisk aktivitet i denne målgruppe.

Da projektet tager udgangspunkt i den første fase i MRC-modellen, *development*, er forslaget udarbejdet på baggrund af udviklingsfasen i modellen, som udgør en afdækning af den i forvejen eksisterende viden på området, herunder litteraturstudiet samt de anvendte kvalitative metoder i projektet. For at skabe et detaljeret overblik samt struktur over forandringsforslaget anvendes en prospektiv programteori, som opdeles i fem bokse omhandlende *målgruppe*, *aktivitet*, *kontekst*, *mekanisme* og *outcome* (Krogstrup, 2016). Programteorier anvendes i forbindelse med virkningsevalueringer, hvor fokus er rettet mod sammenhængen mellem en intervention og effekt, hvorfor programteorien belyser hvordan og hvorfor en given indsats virker med henblik på at evaluere interventionen (Krogstrup, 2016). Programteorien anvendes i nærværende projekt prospektivt, da der udelukkende er fokus på selve udviklingsfasen og derfor ikke er mulighed for at foretage en evaluering heraf. Den prospektive programteori bidrager derfor, ved hjælp af kilder, anvendt teori og fund i data med viden ind i et beslutningsgrundlag for forandring, således at foreningerne kan rekruttere flere medlemmer og i et længere sigte udbrede dans som fysisk aktivitet i foreningerne (Krogstrup, 2016). Programteorien illustreres i nedenstående figur 6, som har til formål at beskrive for hvem, hvordan og under hvilke betingelser foreningerne fremadrettet kan arbejde under og lade sig inspirere af, for at kunne rekruttere flere piger i aldersgruppen 11-15 år i foreningerne med fokus på dans som fysisk aktivitet (Krogstrup, 2016). Den prospektive programteori er derfor med til at bidrage med viden om, hvordan rekrutteringsprocessen forventes at virke.



Figur 6. Forandringsforslag illustreret i en prospektiv programteori

Målgruppe

Målgruppen består 11-15årige piger, da det gennem projektets problemanalyse fremgår, at 81% af alle 11-15årige danske piger ikke lever op til anbefalingerne om at være fysisk aktiv minimum 60 minutter om dagligt.

Aktivitet

Aktiviteten består af dans som fysisk aktivitet i foreningsregi. Danseundervisningen varer typisk mellem 45-60 minutter og består af opvarmning, indlæring af koreografi, lege og udstrækning.

Kontekstuelle betingelser og mekanismer*En tryk og afslappet atmosfære*

Det er gennem problemanalysen blevet fremanalyseret, at piger i aldersgruppen 11-15år har et særligt behov for at føle sig trygge i de sociale relationer og omgivelser de indgår i, og særligt når de skal afprøve en ny aktivitetsform. Der er gennem fokusgruppeinterviewet samt de inkluderede litteraturstudier ligeledes blevet fremanalyseret, at en tryk og afslappende atmosfære er bidragende til, at 11-15årige piger vil føle sig komfortable og mere selvsikre i forbindelse med dans som fysisk aktivitet, og dermed vil opleve aktiviteten som værende mindre grænseoverskridende. At dans som fysisk aktivitet foregår i en tryk og afslappet atmosfære anses derfor som værende en kontekstuel betingelse for undersøgelsens kort- og langsigtede outcome, herunder rekruttering og fastholdelse af 11-15årige piger i foreningslivet som i et langsigtet perspektiv kan bidrage til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet blandt børn og unge. For at kunne skabe og opretholde en tryk og afslappet atmosfære, er det betinget af følgende mekanismer; *gruppebaserede aktiviteter, fokus på relationsdannelse og fællesskab, dans som sjov og underholdene aktivitet* som ligeledes er blevet fremanalyseret i data. Disse anses som værende en forudsætning for det ønskede outcome.

Samarbejde mellem involverede parter

Det er gennem problemanalysen, det individuelle semistrukturerede interview samt litteraturstudiet blevet fremanalyseret, at et samarbejde mellem skoler, foreninger og forældre er af afgørende betydning for, om foreningerne opnår succes med at rekruttere 11-15årige piger i

foreningsregi med dans som fysisk aktivitet. I et rekrutteringsperspektiv er det blevet fremanalyseret, at samarbejdet mellem den lokale forening og nærliggende skole, eksempelvis gennem et 'Åben Skole'-forløb, har særlig betydning for både kendskab og deltagelse i dans som fysisk aktivitet blandt målgruppen. Et 'Åben Skole'-forløb kan derfor bidrage til, at eleverne stifter bekendtskab med foreningslivet og de muligheder, som lokalområdet rummer, hvilket potentielt kan skabe opmærksomhed omkring dansen og tiltrække nye medlemmer.

Ligeledes er det blevet fremanalyseret, at forældreinddragelse har en positiv effekt i forbindelse med at rekruttere og fastholde målgruppen i dans som fysisk aktivitet. Forældre kan eksempelvis inddrages og informeres omkring foreningernes tilbud gennem skolernes platforme, markedsføring eller gennem foreningsevents, hvor forældrene inviteres som tilskuere.

Forældreinddragelse kan være med til at højne det generelle kendskab til foreningslivet og ligeledes at skabe indsigt i dansens bidrag til fysisk og motorisk udvikling samt muligheden for relationsdannelse og fællesskab pigerne imellem. Dette kan være med til at skabe interesse for dans som fysisk aktivitet blandt pigernes forældre, hvilket potentielt kan påvirke og overføres til deres børns nysgerrighed og interesse for aktiviteten, hvilket bidrager positivt ind i et rekrutteringsperspektiv. Derudover er en prioritering af forældreinddragelse med til at sikre, at foreningens promoveringsarbejde og ressourcerne forbundet med dette, eksempelvis et 'Åben Skole'-forløb, ikke går tabt. Dette kræver et tæt samarbejde skolerne og foreningerne imellem, hvilket som tidligere beskrevet kan være ressourcekrævende for den enkelte forening, både i forbindelse med at etablere kontakten og ligeledes at sikre, at det rette budskab og informationer, herunder eksempelvis praktiske informationer som tid, lokation og formål bliver formidlet korrekt. Det kræver et gensidigt samarbejde, både mellem foreninger og skole, forældre og skole og forening og forældre, hvorfor samarbejdet mellem de involverede parter anses som værende en kontekstuel betingelse for rekrutteringen af 11-15årige piger. I forbindelse med at styrke samarbejdet aktørerne imellem og dermed skabe et bedre outcome, anses *Tilgængelighed af lokale foreninger med dans som fysisk aktivitet, synlighed og information af foreningstilbud, forældreinddragelse, kommunikation mellem foreninger og skoler* som værende vigtige og relevante mekanismer.

Et stærkt lokalmiljø

Det er i forbindelse med fokusgruppeinterviewet, litteraturstudiet samt det individuelle semistrukturerede interview blevet fremanalyseret, at et stærkt lokalmiljø anses som værende en forudsætning for at kunne rekruttere 11-15årige piger, hvorfor et stærkt lokalmiljø opfattes som værende en kontekstuel betingelse for projektets outcome. Et stærkt lokalmiljø er betinget af, at der i lokalområdet både er en synlighed og tilgængelighed af foreningstilbud med dans som fysisk aktivitet. Ligeledes repræsenterer *et stærkt lokalmiljø* den enkelte forenings værdier, som ligeledes er blevet fremanalyseret som værende vigtige i et rekrutteringsperspektiv, herunder særligt værdier som indeholder fællesskab, relationsdannelse og underholdning.

For at kunne opfylde kravet om et stærkt lokalmiljø og dermed bidrage positivt til outcome med henblik på rekruttering af 11-15årige piger, er det derfor betinget af følgende mekanismer:

Tilgængelighed af lokale foreninger med dans som fysisk aktivitet, synlighed og information af foreningstilbud, fokus på relationsdannelse og fællesskab, dans som sjov og underholdende aktivitet, kommunikation mellem foreninger og skoler.

Interesse og motivation for dans som fysisk aktivitet

Det er gennem problemanalysen og det inkluderede data blevet fremanalyseret, *at interesse og motivation for dans som fysisk aktivitet* er af afgørende betydning for outcome, herunder om foreningerne formår at rekruttere 11-15årige i deres foreninger med fokus på dans som fysisk aktivitet. I forbindelse med hvad der motiverer målgruppen, er der med udgangspunkt i fokusgruppeinterviewet og litteratursøgningen blevet fremanalyseret, at målgruppen motiveres af forskellige faktorer som udspringer på baggrund af individuelle behov. Det er blevet fremanalyseret at *gruppebaserede aktiviteter, fokus på relationsdannelse og fællesskab, dans som sjov og underholdende aktivitet samt kompetenceudvikling* kan være med til at højne motivationen og interessen for at deltage i dans som fysisk aktivitet, hvorfor disse anses som værende relevante mekanismer for projektets outcome.

Kompetent underviser og koreograf

Alle fund baseret på projektets analyseresultater peger på, at det sociale tilhørsforhold er en afgørende faktor for, om foreningerne formår at rekruttere og fastholde 11-15årige piger i forbindelse med dans som fysisk aktivitet (Ryan & Deci, 2000). Underviserens rolle har i denne forbindelse derfor en stor betydning for skabelsen og opretholdelse af det sociale tilhørsforhold, både medlemmer underviser imellem og ligeledes relationerne medlemmerne imellem på det pågældende hold.

Hvis underviseren formår at skabe et rum, hvor alle føler sig anerkendt, velkommen og iagttaget, kan det påvirke den enkeltes tilhørsforhold, følelse af tryghed samt motivation for at fortsætte med at danse (Ryan & Deci, 2000). Ligeledes har underviseren et vigtigt ansvar i forbindelse med at motivere holdet, og samtidig tage højde for, hvad medlemmerne motiveres af. I dette henseende er det essentielt, at der derfor blevet fremanalyseret i fokusgruppeinterviewet samt den systematiske litteratursøgning, at der både bør tages højde for og hensyn til medlemmer, som motiveres af, at det blot skal være sjovt og underholdende at danse, og ligeledes dem, som motiveres af at udvikle kompetencer indenfor dansen.

En kompetent underviser og koreograf kan derfor bidrage positivt til outcome, og dermed bidrage ind i selve rekrutteringsprocessen samt fastholdelse af 11-15årige piger. En kompetent underviser og koreograf er med udgangspunkt i ovenstående derfor betinget af, at han eller hun formår at besidde kompetencer indenfor følgende mekanismer: *Kompetenceudvikling, Fokus på relationsdannelse og fællesskab* samt *Gruppebaserede aktiviteter*.

Outcome*Kortsigtet outcome*

Det kortsigtede outcome omhandler, at foreningerne med udgangspunkt i projektets fund og analyseresultater kan rekruttere flere 11-15årige ned i foreningen med fokus på dans som fysisk aktivitet. Da projektet udelukkende har fokus på udviklingsfasen og ikke danner grundlag for en afprøvning af forandringsforslaget, danner projektet ikke grundlag for at kunne belyse det kortsigtede outcome.

Langsigtet outcome

Det langsigtede outcome, at reducere social ulighed i fysisk aktivitet blandt 11-15årige piger, bestræbes opnået i et langsigtet perspektiv, hvorfor nærværende projekt ikke danner grundlag for at kunne belyse det langsigtede outcome.

Utilsigtede konsekvenser

Det er gennem fokusgruppeinterviewet, det individuelle semistrukturerede interview samt litteraturstudiet blevet fremanalyseret, at 11-15årige piger motiveres af forskellige faktorer. Det er blevet tydeligt, at nogle motiveres af at udvikle kompetencer og dygtiggøre sig indenfor dansen, hvor andre i højere grad motiveres af det sociale fællesskab, underholdning og sjove indslag som dansen bidrager med. Det er på baggrund heraf, ud fra et foreningsperspektiv med henblik på rekruttering og fastholdelse af elever en udfordring at tilgodese og tilfredsstille alle implicerede parter, idet 11-15årige piger har forskellige og individuelle behov. Hvis foreningen og den pågældende instruktør tilgodeser én af de fremanalyserede fremmende faktorer for motivation frem for en anden, eksempelvis ved at udelukke fokusere på læring og kompetenceudvikling, kan der opstå en potentiel risiko for, at utilsigtede konsekvenser kan opstå i form af *frafald* af de piger, der primært kommer for underholdningen og fællesskabets skyld og vice versa. Derfor anbefales det, særligt med fokus på fastholdelse af de 11-15årige piger, at foreningen løbende evaluerer danseundervisningen med input fra danseeleverne, således at der tages højde for deres behov. Hvis foreningerne på baggrund af evalueringen erfarer, at der er differentierede motivationsfaktorer medlemmerne imellem, og at der i dette henseende er en gruppe som motiveres af, at undervisningsformen er sjov, hvor andre motiveres af at udvikle og forbedre sig, kan foreningerne med fordel imødekomme begge parter. Eksempelvis kan dette imødekommes ved at etablere to dansehold med to forskellige formål; et hold som primært er koncentreret om dans som en sjov og underholdende aktivitet, gennem gruppebaserede aktiviteter med fokus på fællesskabet blandt medlemmerne, og et hold som har til formål at udvikle medlemmers kompetencer indenfor dansen med henblik på opvisning eller konkurrence. Dog kræver dette ligeledes, at underviseren har tilstrækkelige kompetencer eller har mulighed for at tilegne sig disse,

hvilket kan være en barriere i forbindelse med dette forslag. Ligeledes kan der med disse differentierede hold og deres formål opstå utilsigtede konsekvenser i forbindelse med, at dans i foreningerne i højere grad vil blive præget af et fokus på konkurrence, hvilket skaber nogle kompetencemæssige forventninger hos den enkelte. Foreningslivets værdier er tidligere beskrevet jf. afsnit 2. *problemanalyse* influeret af vigtigheden af, at alle uanset niveau skal kunne føle sig som en del af fællesskabet. Et konkurrencepræget fokus bør derfor overvejes, da det potentielt kan gå imod foreningernes formål og værdi, og påvirke den enkeltes lyst til at gå til dans, hvis medlemmet ikke føler, at han eller hun kan leve op til disse kompetencer det kræver, at gå på et konkurrencehold.

I relation til anbefalingerne omhandlende samarbejde foreninger, skoler og forældre imellem, eksempelvis i forbindelse med et 'Åben Skole'-forløb, er dette en ressourcekrævende proces for foreningerne, både i forbindelse med at etablere kontakten og ligeledes at sikre, at det rette budskab og informationer, herunder eksempelvis praktiske informationer som tid, lokation og formål bliver formidlet korrekt. Ligeledes kræver det, at skolerne vil anvende de nødvendige ressourcer i forbindelse med at skabe et samarbejde med foreningerne. Hvis foreningerne anvender ressourcerne på at etablere kontakten og ligeledes deltager i et 'Åben Skole'-forløb, men ikke formår at rekruttere flere medlemmer på dette grundlag, kan det føre til ressourcespild i den enkelte forening. Det kan yderligere være en udfordring at identificere hvad der ligger til grund for outcome, hvorfor det ligeledes i denne kontekst anbefales at den enkelte forening evaluerer et afsluttet 'Åben Skole'-forløb, således der kan skabes indsigt i, om outcome skyldes at de lokale børn og unge blot ingen interesse har for dansen, eller om det hænger sammen med selve undervisningen og de dertilhørende faktorer, såsom instruktøren, stilarten, tidsrummet med mere.

I forbindelse med projektets langsigtede outcome, at reducere social ulighed i fysisk aktivitet blandt 11-15årige piger, kan der ligeledes opstå den utilsigtede konsekvens, at dans som fysisk aktivitet ikke er bidragende hertil. Eksempelvis hvis det viser sig, at dansen ikke har stort nok potentiale og interesse for målgruppen eller hvis det fortsat blot er de kommercielle danseskoler der tiltrækker de mest ressourcestærke, hvilket bidrager negativt til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet i målgruppen.

10. Konklusion

Følgende afsnit har på baggrund af projektets analyse og dertil udarbejdede forandringsforslag til formål at besvare projektets problemformulering: *"Hvilke fremmende og hæmmende faktorer har betydning for 11-15årige pigers fysiske aktivitetsniveau i form af dans i foreningsregi, og hvordan kan viden herom danne beslutningsgrundlag for forandring, således at foreningerne kan rekruttere flere medlemmer og derved reducere social ulighed i fysisk aktivitet?"*

Det kan af projektets litteraturstudie udledes, at der på baggrund af den begrænsede viden på området forefindes et videnshul i forbindelse med dans som fysisk aktivitet i et rekrutteringsperspektiv, hvorfor der på dette grundlag kræves en yderligere afdækning på området. Der er gennem de fremanalyserede temaer i fokusgruppeinterviewet, det individuelle, semistrukturerede interview samt litteraturstudiet fundet, at de kontekstuelle rammer, herunder særligt den sociale tilknytning og de sociale relationer som 11-15årige piger kan tilegne sig gennem dans er fremmende faktorer for deltagelse i dans som fysisk aktivitet i foreningsregi. Det er ligeledes blevet fundet, at kompetenceudvikling og læring er en vigtig faktor, i forbindelse med rekruttering og fastholdelse af 11-15årige piger. Det er derfor relevant, at foreningerne i et rekrutteringsperspektiv, søger at imødekomme elevernes individuelle behov ved at evaluere undervisningen løbende, således at foreningerne undgår utilsigtede konsekvenser i forbindelse med rekruttering og fastholdelse, eksempelvis i form af frafald af medlemmer.

I forbindelse med en rekrutteringsproces er der blevet identificeret en række temaer, som kan være behjælpelige for foreningerne i henhold til at udbrede kendskab til dans som fysisk aktivitet; *et tæt samarbejde mellem skoler, foreninger og forældre samt et stærkt lokalmiljø*. På baggrund af disse fund, vil en yderligere afprøvning efterfulgt af en evaluering af foreninger med etablerede dansehold, kunne styrke det fremadrettede arbejde med at rekruttere og fastholde 11-15årige piger i foreningslivet med fokus på dans som fysisk aktivitet. Dette kan være med til at belyse dansens potentiale blandt målgruppen og undersøge muligheden for at udbrede dans som aktivitetsform i foreningslivet, hvilket potentielt kan bidrage til at reducere social ulighed i fysisk aktivitet.

11. Litteraturliste

Aagard, Peter (2014): *Fysisk inaktivitet*.

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/sundhedsoplysning/idraet-og-motion/fysisk-inaktivitet/> (19/02/2022)

Aalborg Danse Center (2022): *Danseskole og undervisning i Aalborg*. <https://adc.dk/default.aspx> (17/02/2022)

Antoft, R. H. & Salomonsen, H. (2007). Det kvalitative casestudium – introduktion til en forskningsstrategi. I: R. H. Antoft, M. H. Jacobsen, A. Jørgensen & S. Kristiansen, *Håndværk og Horisonter. Tradition og nytænkning i kvalitativ metode* (s.29-57). Odense: Syddansk Universitetsforlag.

Aub (2022): *Aalborg Universitetsbibliotek*. <https://www.aub.aau.dk> (06/04/2022)

Basch, Charles (2011): *Physical activity and the achievement gap among urban minority youth*. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2011.00637.x>

Bauman, Adrian & Reis, Rodrigo & Sallis, James & Wells, Jonathan & Loos, Ruth & Martin, Brian (2012): *Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?* [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)

Bedre Psykiatri (2022): *Så mange er syge*. <https://bedrepsykiatri.dk/viden/behandlingspsykiatrien/> (06/04/2022)

Berger, P & Luckmann, T. (1972): *Den samfundsskabte virkelighed – En videnssociologisk afhandling*. København: Lindhardt og Ringhof

Brandt, Henrik (2016): *Ulighed er idrættens største udfordring*.

https://www.idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2016/a887_uliighed-er-idraettens-stoerste-udfordring/ (20/03/2022)

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2020). *Kvalitative metoder - en grundbog* (3rd ed.). Hans Reitzels Forlag.

Børne- og Undervisningsministeriet (2022): *Den åbne skole*.

<https://www.uvm.dk/folkeskolen/laering-og-laeringsmiljoe/den-aabne-skole> (20/03/2022)

Ferreira, I & Horst, K & Wendel-Vos, W & Kremers, S & Lenthe, F & Brug, J (2006): *Environmental correlates of physical activity in youth – a review and update*. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2006.00264.x>

Foucault, Michel (1991): *The Foucault Effect: Studies in governmentality*. The University of Chicago Press.

CPH-dans (2022): *CPH dans – vi brænder for det vi laver*. <https://www.cphdans.dk> (17/02/2022)

Craig, Peter & Dieppe, Paul & Macintyre, Sally & Michie, Susan & Nazareth Irwin & Petticrew Mark (2008): *Developing and evaluating complex interventions: the new Medical Research Council Guidance*. <https://doi.org/10.1136/bmj.a1655>

Darren, Warburton & Nicol, Crystal & Bredin, Shannon (2006): *Health benefits of physical activity: the evidence*. <https://doi.org/10.1503/cmaj.051351>

Datatilsynet (2017): *Lovgivning*. <https://www.datatilsynet.dk/hvad-siger-reglerne/lovgivning> (05/10/2022)

DGI (2021): *Foreningens frivillige*. <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/viden-vaerktoejer/viden-vaerktoejer/foreningens-frivillige> (19/04/2022)

DGI (2022): *DIF OG DGI's foreningspulje*. <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/medlem-af-dgi/medlem-af-dgi/medlemsfordele/soeg-dif-og-dgi-s-foreningspulje> (17/04/2022)

DIF, DGI & DUF (2019): *Politisk udspil om foreningsliv og frivillighed*. https://www.dif.dk/media/lyqcsego/06528-forenings-og-frivillighedsudspil-danmarks-idrtsforbund_190329_low_final.pdf

Edwards, Mark & May, Thomas & Kesten Joanna & Banfield, Kate & Bird, Emma (2016): *Lessons learnt from the Bristol Girls Dance Project cluster RCT: implications for designing and implementing after-school physical activity interventions*.

Embase (2022): *Embase*. <https://www.embase.com/landing?status=grey> (05/03/2022)

Erving Goffman (2014): *Hverdagslivets Rollespil*. Udgave 1.

Google Scholar (2022): *Google Scholar*. <https://scholar.google.com> (04/03/2022)

Gut, R., & Fuglsang, M. (2011). *Spørg brugerne - en guide til kvalitative og kvantitative brugerundersøgelser i sundhedsvæsenet*.

Hallal, Pedro & Victoria, Cesar & Azevedo, Mario & Wells, Jonathan (2006): *Adolescent Physical Activity and Health*

Ibsen, Bjarne & Pilgaard Maja & Kruse-Høyer Jens & Støckel, Jan (2015): *Pigers idrætsdeltagelse*. Institut for idræt og biomekanik

Jago, Russell & David, Laura & McNeill, Jade & Sebire, Simon & Haase, Anne & Powell, Jane & Cooper, Ashley (2011): *Adolescent girls' and parents' views on recruiting and retaining girls into an after-school dance intervention: implications for extra-curricular physical activity provision*.

Jensen, Stephanie & Østergaard Søren (2018): *Hverdag, sport og alle andre ting: piger og drenge – er der forskel?* 1. udgave. Center for ungdomsstudier

Kohl, H & Hobbs, E (1998): *Development of physical activity behaviors among children and adolescents*.

Krogstrup, Hanne (2016): *Evalueringsmodeller*. Hans Reitzels Forlag.

Kristiansen, S. & M. H. Jacobsen (2010): *Erving Goffman*, in P. T. Andersen & H. Timm (red.) (2010) *Sundhedssociologi*, København: Hans Reitzels Forlag

Kulturministeriet (2009): *Idræt for alle. Breddeidrætsudvalgets rapport*.

<https://www.idan.dk/vidensbank/downloads/idraet-for-alle-konklusioner-og-forslag/4768d247-3708-405f-8799-9bca0129e71b>

Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). *Qualitative research: a guide to design and implementation: Vol. 4. udg.* John Wiley & Sons.

Michel Foucault (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health*.

Pedersen, Bente & Andersen, Lars (2016): *Fysisk aktivitet – Læring, trivsel og sundhed i folkeskolen*. Vidensråd For Forebyggelse.

http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/vidensraad_for_forebyggelse_fysisk_aktivitet_laering_trivsel_sundhed_2016.pdf

PubMed (2022): *PubMed*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/about/> (17/03/2022)

Rossberg-Gempton, Irene (1994): *The use of dance in the promotion of mental health in girls: an exploratory study*.

Ryan, Richard & Deci, Edward (2000): *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*. University of Rochester

Ryom, Knud & Eshøj, Signe & Simonsen, Camilla & Nielsen, Glen & Troelsen, Jens & Maindal, Helle (2019): *Inaktivitet i Danmark, delrapport 1. Kortlægning af eksisterende viden og faktorer, der påvirker inaktivitet*.

Sawka, Keri & McCormack, Gavin & Nettel, Alberto (2014): *Associations between aspects of friendship networks, physical activity, and sedentary behaviour among adolescents*.
<https://doi.org/10.1155/2014/632689>

Scopus (2022): Scopus. <https://www.elsevier.com/solutions/scopus> (18/03/2022)

Singh Amika & Uitdewilligen, Léonie & Twisk, Jos & Mechelen, Willem & Chinapaw, Mai (2012): *Physical Activity and Performance At School – A systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment*. 10.1001/archpediatrics.2011.716

Sharara, Eman & Ghattas, Hala & Obermeyer, Carla (2018): *Physical inactivity, gender and culture in Arab countries: a systematic assessment of the literature*.

Skolebørnsundersøgelsen (2018): *Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark*. Statens Institut For Folkesundhed

Skivington, K., Matthews, L., Simpson, S. A., Craig, P., Baird, J., Blazeby, J. M., Boyd, K. A., Craig, N., French, D. P., McIntosh, E., Petticrew, M., Rycroft-Malone, J., White, M., & Moore, L. (2021). A new framework for developing and evaluating complex interventions: update of Medical Research Council guidance. *BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.n2061>

Stenbæk, D. E., & Jensen, M. F. (2007). *Litteratursøgning. Metodehåndbog for Medicinsk Teknologivurdering*. 2. udgave. Sundhedsstyrelsen.

Sundhedsstyrelsen (2020): *Anbefalinger om fysisk aktivitet for børn mellem 5 og 17 år*.
<https://www.sst.dk/da/Viden/Fysisk-aktivitet/Anbefalinger-om-fysisk-aktivitet/Boern-mellem-5-og-17-aar> (03/04/2022)

Sundhedsstyrelsen (2006): *Børn og fysisk aktivitet*.
<https://www.idan.dk/vidensbank/downloads/boern-og-fysisk-aktivitet/cf98a2c4-ea6e-437e-a489-981001077b83>

Sundhedsstyrelsen (2019): *Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11-15årige*.
<https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2019/Fysisk-aktivitet-og-stillesiddende-adfaerd-blandt-11-15-aarige-monitorering-m-objektive-maalinger.ashx?la=da&hash=90ECE68F2E75405171B69B451706EC6529083C33>

Sundhedsstyrelsen (2018): *Fysisk aktivitet – håndbog om forebyggelse og behandling*. København: Sundhedsstyrelsen

Spanggaard, Maria & Bødelund, Mette & Dirksen, Carsten & Jørgensen, Nils & Madsbad, Steen & Panton, Ulrik (2022): *The substantial costs to society associated with obesity – a Danish register-based study based on 2002-2018 data*. <https://doi.org/10.1080/14737167.2022.2053676>

Svalastoga, Kaare & Wolf, Preben (1961): *Social rang og mobilitet*. Gyldendals ugelbøger

The Joanna Briggs Institute (2017): *Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses*. https://jbi.global/sites/default/files/2019-05/JBI_Critical_Appraisal-Checklist_for_Systematic_Reviews2017_0.pdf

Tofft-Jørgensen, Lau & Gottlieb, Peter (2020): *Idrætten i tal 2020. Status på foreningsidrætten i Danmark*. 1. Udgave. Danmarks Idrætsforbund

Wold, Bente & Øygard, Lisbet & Eder, Anslem & Smith, Christopher (1994): *Social reproduction of physical activity: Implications for health promotion in young people*. <https://doi.org/10.1093/eurpub/4.3.163>

World Health Organization (2018). *Global action plan on physical activity 2018-2030. More active people for a healthier world*. <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>

World Health Organization (2018): *Health Behavior in School-aged Children*. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc/about-hbsc> (19/04/2022)

World Health Organization (2020): *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> (06/03/2022)

World Medical Association. (2018). *WMA declaration of Helsinki - Ethical principles for medical research involving human subjects*. <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/> (04/04/2022).

12. Bilagsfortegnelse

Bilag 1. Transskriberingsguide.....	80
Bilag 2. Briefing og debriefing.....	81
Bilag 3. Interviewguide til det individuelle, semistrukturerede interview.....	83
Bilag 4. Interviewguide til fokusgruppeinterview.....	84
Bilag 5. Informationsbrev og samtykkeerklæring til forældre vedrørende deltagelse i fokusgruppeinterview.....	86
Bilag 6. Samtykkeerklæring, individuelt interview.....	89
Bilag 7. Søgebilag.....	91
Bilag 8. Eksempel på kvalitetsvurdering af artikel.....	92
Bilag 9. Eksempel på kodetræ.....	93

Bilag 1. Transskriberingsguide

Retningslinjer	Transskribering
Anonymisering af navne eller foreninger der nævnes af informanter eller interviewer	Navne på privatpersoner og potentielle foreninger får nye navne, således at disse anonymiseres
Sætninger som indeholder gentagelser	Sætningen renskrives, hvis gentagelsen ikke har betydning for forståelsen og helheden
Grin og latter	Udelades hvis det ikke har betydning for forståelsen og helheden
Identifikation af, hvem der taler	For at anonymisere informanterne, har disse fået nye navne
Taleord så som øh, mmh mm.	Udelades, da det ikke vurderes relevant

Bilag 2. Briefing og debriefing**Fokusgruppeinterview****Briefing**

Hej og velkommen til. Inden vi går i gang med interviewet, vil jeg informere om, at jeg optager det undervejs. Er det ok?

Lydoptager tændes.

Relevante informationer inden interviewet:

- Jeg er kandidatstuderende fra Aalborg Universitet, og er i gang med et projekt omhandlende, hvordan dans som fysisk aktivitet kan blive bredt ud i Danmarks foreninger
- Interviewet tager 45-60 minutter.
- Jeg har nogle temaer og spørgsmål med omhandlende dans. I må gerne give udtryk for, om I er enige eller uenige med det, de andre siger, og kommentere det, hinanden siger. Der er ingen rigtige eller forkerte svar, så I skal endelig ikke holde jer tilbage undervejs.
- Det er selvfølgelig kun mig som kommer til at høre interviewet, og I vil fremstå helt anonymt i mit projekt. Alt data vil blive behandlet i tråd med GDPR-reglerne
- Har I nogle spørgsmål inden vi går i gang?

Fokusgruppeinterview

Interview afholdes med udgangspunkt i interviewguiden (*Bilag X*)

Debriefing

- Er der nogle som har noget at tilføje her til sidst?
- Hvordan oplevede I interviewet?
- Tusind tak for jeres interesse for at deltage

Lydoptager slukkes

Individuelt, semistruktureret interview**Briefing**

Hej og velkommen til. Inden vi går i gang med interviewet, vil jeg informere om, at jeg optager det undervejs. Er det ok med dig?

Lydoptager tændes.

Relevante informationer inden interviewet:

- Jeg er kandidatstuderende fra Aalborg Universitet, og er i gang med et projekt omhandlende, hvordan dans som fysisk aktivitet kan blive bredt ud i Danmarks foreninger.
- Interviewet tager mellem 45-60 minutter.
- Jeg starter med et par indledende spørgsmål, hvorefter jeg kommer til at spørge ind til, hvordan i primært arbejder med rekruttering hos jer samt dine tanker omkring dansens potentiale i jeres forening.
- Det er selvfølgelig kun mig som kommer til at høre interviewet, og du samt foreningen vil fremstå helt anonymt i mit projekt. Alt data vil blive behandlet i tråd med GDPR-reglerne.
- Har du nogle spørgsmål inden vi går i gang?

Semistruktureret, individuelt interview

Interview afholdes med udgangspunkt i interviewguiden (*Bilag X*)

Debriefing

- Har du noget at tilføje her til sidst?
- Hvordan oplevede du interviewet?
- Tusind tak for din interesse for at deltage

Lydoptager slukkes

Bilag 3: Interviewguide til semistruktureret, individuelt interview

	Interviewspørgsmål	Uddybende spørgsmål
Indledende spørgsmål	Vil du fortælle lidt om din nuværende rolle i foreningen som foreningsformand? Hvor længe har du været en del af foreningslivet? Hvad er en god forening for dig?	Vil du fortælle om din funktion og dine generelle ansvarsområder? Hvad er jeres værdier i foreningen?
Rekruttering af nye medlemmer	Hvilken målgruppe har i flest af på nuværende tidspunkt? Hvor mange medlemmer har i på nuværende tidspunkt? Gør I som forening noget aktivt for at rekruttere medlemmer til jeres forening?	Hvilke strategier gør i brug af, og hvordan har det virket indtil nu?
Dans som fysisk aktivitet	Har der været stor efterspørgsel på dans som fysisk aktivitet i jeres forening? Hvad mener du at et dansehold kan bidrage med i jeres forening? Hvad gør i for at styrke fællesskabet på holdene? Hvad tror du motiverer børn og unge til at gå til dans?	Hvis ja, hvorfor tror du at der særligt er efterspørgsmål på dans?

	Hvorfor tror du det kan være svært at rekruttere medlemmer?	
--	---	--

Bilag 4. Interviewguide til fokusgruppeinterview

	Startspørgsmål	Formål
Indledende spørgsmål: Korte præsentationer af deltagerne	• Navn • Alder • Går du til sport, og hvis ja – hvilken sportsgren?	Deltagerne føler sig trygge ved hinanden og alle får ordet
Tema 1: Autonomi	• Har I prøvet at danse? • Hvornår dansede I sidst? • Vil I gerne gå til dans? (Hvis ja, hvad afholder jer fra at gå til dans?) • Kender i nogle som elsker at danse, men ikke går til dans?	Viden om, hvorvidt informanterne går til dans samt deres ønske om at gå til dans (autonomi)
Tema 2: Kompetencer	• Kan I sætte ord på hvilken følelse dansen giver jer? • Føler I, at I er gode til at danse? • Har i nogensinde følt at det var pinligt at danse?	Viden om vigtigheden af kompetencer og hvilken følelse det kan give, hvis man ikke føler sig god nok.

Tema 3: Tilhørsforhold	• Går jeres venner til dans? Hvis ja, hvor? • Hvad er det bedste ved at danse? • Kan I lide at danse for jer selv eller sammen med andre? • Hvad skulle der til, før I gerne vil starte til dans?	Sociale relationer og det sociale tilhørsforholds betydning for dans som fysisk aktivitet
-------------------------------	---	---

Bilag 5. Informationsbrev til forældre vedrørende deltagelse i fokusgruppeinterview

I dette informationsbrev kan du læse om projektets formål. Du kan ligeledes læse om, hvordan dit barns deltagelse bidrager til projektet, samt de rettigheder, du har som deltager. Nederst er der en samtykkeerklæring som du bedes skrive under på, på dit barns vegne. Jeg vil bede dig læse både Informationsbrevet og Samtykkeerklæringen, inden du underskriver Samtykkeerklæringen, såfremt du ønsker at dit barn skal deltage i interviewet.

Hvad går projektet ud på?

Projektet har til formål at undersøge hvilke fremmende og hæmmende faktorer, der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans i foreningsregi, med henblik på rekruttering af flere medlemmer for på sigt at kunne udbrede dans som fysisk aktivitet i Danmarks foreninger. Fokusgruppeinterviewet har derfor til formål at få indblik i, hvorfor dit barn kan lide at danse og hvilke faktorer, der påvirker dit barns lyst og motivation for at danse.

Hvad skal dit barn som deltager?

Hvis dit barn ønsker at deltage, afholdes et fokusgruppeinterview med 6-10 andre piger i alderen 11-15 år, som varer mellem 45-60 minutter og foregår i skoletiden. Interviewet foregår som en samtale, hvor der er forberedt en række spørgsmål, men hvor der samtidig er plads til flere forskellige holdninger og meninger om dans som fysisk aktivitet.

Hvad får dit barn ud af at deltage?

Ved at deltage i projektet har dit barn mulighed for at udtrykke sine tanker omkring dansen og reflektere over, hvad der er vigtigt i forbindelse med at udføre fysisk aktivitet.

Dine oplysninger behandles fortroligt

Alle de oplysninger og informationer dit barn fortæller under dette interview behandles efter Databeskyttelsesforordningens bestemmelser og AAU's retningslinjer. Derfor bliver oplysningerne

kun anvendt i forbindelse projektets formål og derfor kan interviewet og dine oplysninger kun tilgås af mig.

Tilbagekaldelse af samtykke

Du har ret til at tilbagekalde dit samtykke, og hvis du ønsker dette, er det kun projektgruppens eneste medlem, som er vidne til tilbagekaldet. Hvis du tilbagekalder dit samtykke før aflevering af projektet, vil den information dit barn har delt ikke fremgå i projektrapporten.

Muligheden for at klage

Hvis du ønsker at klage på baggrund af projektgruppens behandling af dit barns oplysninger, kan du klage til Datatilsynet. Det er dog en god ide, at du først kontakter Aalborg Universitets databeskyttelsesrådgiver (mail: dpo@aau.dk) for at løse problemet.

Dit samtykke

Jeg bekræfter med ved at underskrive denne samtykkeerklæring, at jeg giver mit samtykke til at mit barns udtalelser i dette interview må anvendes i anonymiseret form i projektet.

Jeg bekræfter, at jeg både er blevet skriftligt og mundtligt informeret om projektet og dets formål og at mit barns oplysninger behandles efter Databeskyttelsesforordningens og AAU's retningslinjer.

Jeg er blevet informeret om, at det er frivilligt at deltage, og at jeg til enhver tid kan trække mit barns samtykke tilbage.

Forælder underskrift:

Navn: _____

Dato: _____ Underskrift: _____

Projektgruppens medlemmer:

Freja Gammelgaard Bertel

Dato: _____ Underskrift: _____

Bilag 6. Samtykkeerklæring: individuelt, semistruktureret interview**Skriftlig informeret samtykke til deltagelse i projektet vedrørende dans i foreningsregi****Gruppens kontaktinfo:**

Tlf.: 42 34 27 39 (Freja Gammelgaard Bertel)

Ønsker du at tilbagekalde dit samtykke, skal du kontakte Freja Bertel telefonisk



AALBORG UNIVERSITET
STUDENTERRAPPORT

Projektets formål

Projektet har til formål at undersøge hvilke fremmende og hæmmende faktorer, der har betydning for 11-15årige pigers deltagelse i dans i foreningsregi, med henblik på rekruttering af flere medlemmer for på sigt at kunne udbrede dans som fysisk aktivitet i Danmarks foreninger.

Frivillig deltagelse

Du er ikke forpligtet til at deltage, og du har derfor ret til ikke at deltage. Af samme årsag bliver du ikke bedt om en begrundelse, hvis du ikke har et ønske om at deltage i interviewet.

Dine oplysninger behandles fortroligt

Alle de oplysninger og informationer du fortæller under dette interview behandles efter Databeskyttelsesforordningens bestemmelser og AAU's retningslinjer. Derfor bliver oplysningerne kun anvendt i forbindelse projektets formål og derfor kan interviewet og dine oplysninger kun tilgås af mig.

Tilbagekaldelse af samtykke

Du har ret til at tilbagekalde dit samtykke, og hvis du ønsker dette, er det kun projektgruppens eneste medlem, som er vidne til tilbagekaldet. Hvis du tilbagekalder dit samtykke før aflevering af projektet, vil den information du har delt ikke fremgå i projektrapporten.

Muligheden for at klage

Hvis du ønsker at klage på baggrund af projektgruppens behandling af dine oplysninger, kan du klage til Datatilsynet. Det er dog en god ide, at du først kontakter Aalborg Universitets databeskyttelsesrådgiver (mail: dpo@aau.dk) for at løse problemet.

Dit samtykke

Jeg bekræfter med ved at underskrive denne samtykkeerklæring, at jeg giver mit samtykke til at mine udtalelser i dette interview må anvendes i anonymiseret form i projektet.

Jeg bekræfter, at jeg både er blevet skriftligt og mundtligt informeret om projektet og dets formål og at mine oplysninger behandles efter Databeskyttelsesforordningens og AAU's retningslinjer.

Jeg er blevet informeret om, at det er frivilligt at deltage, og at jeg til enhver tid kan trække mit samtykke tilbage.

Den interviewede:

Navn: _____

Dato: _____ Underskrift: _____

Projektgruppens medlemmer:

Freja Gammelgaard Bertel

Dato: _____ Underskrift: _____

Bilag 7. Søgebilag**Bloksøgning i PubMed (Udført d. 23/03/22)**

((("Adolescent"[Mesh]) AND ("Dance"[Mesh])) AND ("Intervention"[Mesh]))

Facet 1: Målgruppe	Facet 2: Dans	Facet 3: Intervention
MeSH termer: Adolescence (2,281,919 hits)	MeSH termer: Dance (3308 hits)	MeSH termer: Intervention (717,208 hits)
Antal hits: 2,281,919	Antal hits: 3308	Antal hits: 717,208
Samlede antal hits: 415		

Bloksøgning i Embase (Udført d. 23/03/22)

((“adolescence”/exp OR “adolescent”/exp) AND (“Dance” OR “Dance activity”/exp) AND ‘Intervention’/exp)

Facet 1: Målgruppe	Facet 2: Dans	Facet 3: Intervention
Emtree termer: Adolescence (102,232 hits) OR Adolescent (1,882,239 hits)	Emtree termer: Dance (2553 hits) OR "Dance activity" (2665 hits)	Emtree termer: Intervention (667,403 hits)
Antal hits: 1,984,471	Antal hits: 5218	Antal hits: 667,403
Samlede antal hits: 376		

Bloksøgning i Scopus (Udført d. 24/03/22)

(TITLE-ABS-KEY (adolescent*) OR TITLE-ABS-KEY (youth) OR TITLE-ABS-KEY (young) AND TITLE-ABS-KEY (dance) OR TITLE-ABS-KEY (“dance activity”) AND TITLE-ABS-KEY (Intervention)) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , "English"))

Facet 1: Målgruppe	Facet 2: Dans	Facet 3: Intervention
Fritekst: Adolescent* (1,641,214 hits) OR Youth (191,776 hits) OR Young (89,071 hits)	Fritekst termer: Dance (4303 hits) OR "Dance activity" (3706 hits)	Fritekst termer: Intervention (587,605 hits)
Antal hits: 1,922,061	Antal hits: 8009	Antal hits: 587,605
Samlede antal hits: 315		

Bilag 8. Eksempel på kvalitetstjekliste af artikel

JBI CRITICAL APPRAISAL CHECKLIST FOR QUALITATIVE RESEARCH

Reviewer Freja Gammelgaard Bertel Date 23/4/22

Jago, Russell & David, Laura & McNeill, Jade & Sebire, Simon & Haase, Anne & Powell, Jane & Cooper, Ashley

Author Cooper, Ashley Year 2022 Record Number _____

	Yes	No	Unclear	Not applicable
1. Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?	☒	☐	☐	☐
2. Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	☒	☐	☐	☐
3. Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	☒	☐	☐	☐
4. Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	☒	☐	☐	☐
5. Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	☒	☐	☐	☐
6. Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?	☐	☐	☒	☐
7. Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?	☐	☐	☒	☐
8. Are participants, and their voices, adequately represented?	☒	☐	☐	☐
9. Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	☒	☐	☐	☐
10. Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	☒	☐	☐	☐

Overall appraisal: Include ☒ Exclude ☐ Seek further info ☐

Comments (Including reason for exclusion)

Bilag 9. Eksempel på kodetræKodning af temaet *motivation* (Fokusgruppeinterview)