

Gamingfællesskaber som social ramme for fysisk aktivitet



Kasper Mortensen: 20205556

Vejleder: Lars Domino Østergaard

11. Semester: Idræt med sidefag i historie

Opslagstegn: 131.782

Aalborg Universitet 02/01/2026

Abstract

This thesis investigates how gaming communities can function as a framework that supports the transition from digital activities to participation in physical activity among young people and young adults. The study is motivated by the growing prevalence of gaming as a social practice among young people and a parallel interest in developing alternative pathways to physical activity for individuals who do not feel at home in traditional sports settings. Rather than focusing on direct motivational effects, the thesis examines the social mechanisms through which gaming communities may facilitate engagement in physical activity.

The study is designed as a qualitative investigation and is based on semi-structured interviews with a group of young gamers and a project leader associated with a local project in Sønderborg that combined gaming and physical activity in a sports hall. The interview material was analysed using thematic analysis inspired by Braun and Clarke, and the interpretation is grounded in a hermeneutic epistemological framework.

The findings show that gaming is not experienced as a direct source of motivation for physical activity. Instead, the analysis highlights the importance of social relationships and shared community structures formed through gaming, which create the conditions under which physical activity can emerge as a natural extension of social interaction. Furthermore, the study demonstrates that shared activities, clear organisational structures, and the presence of adult facilitators are crucial for the sustainability of such projects.

The thesis contributes to existing research by providing insight into how gaming communities can serve as a social foundation for physical activity and by emphasising the importance of synergy between digital and physical communities rather than a direct linkage between gaming and movement.

Forord

Dette speciale er udarbejdet som afslutning på kandidatuddannelsen i Idræt ved Aalborg Universitet. Arbejdet markerer afslutningen på mit studieforløb og er resultatet af både faglige, metodiske og personlige læreprocesser.

Jeg vil først og fremmest rette en stor tak til specialets informanter for deres tid, åbenhed og villighed til at dele erfaringer og refleksioner. Uden deres bidrag havde specialet ikke været muligt.

Dernæst vil jeg gerne takke min vejleder for kvalificeret og konstruktiv feedback gennem specialeforløbet. Vejledningen har bidraget væsentligt til at skærpe specialet. Også en tak til mine medstuderende for faglige drøftelser, sparring og støtte undervejs i processen.

Jeg vil desuden gerne takke mine forældre for at have været behjælpelige med at etablere den indledende kontakt til informanterne. Endelig vil jeg gerne takke min kæreste for omfattende støtte og kritisk sparring gennem projektets analyse- og skrivefaser. Hun har fungeret som 'critical friend' ved løbende at stille afklarende og udfordrende spørgsmål, som har bidraget til at skærpe mine egne analytiske refleksioner.

I forbindelse med udarbejdelsen af specialet er kunstig intelligens (ChatGPT og Microsoft Copilot) anvendt som sparringsværktøj til strukturering af tekst, sproglig præcisering og refleksion over akademisk formulering, samt transskribering af interviews. AI er ikke anvendt til generering af empiri, analyse af data eller udformning af selvstændige faglige argumenter. Alle analytiske valg, fortolkninger og konklusioner er mine egne.

Indholdsfortegnelse

Abstract.....	2
Forord.....	3
1. Indledning.....	7
2. State of the art.....	9
2.1 Screening og kvalificering.....	11
2.2 Centrale bidrag i litteraturen.....	12
2.3 Videnshul.....	14
3. Teori.....	15
3.1 Self determination theory og dens delteorier.....	15
3.2 Indre motivation som observerbar praksis.....	17
3.3 Den hierarkiske model.....	18
4. Videnskabsteoretisk ståsted.....	20
4.1 Min profil i en hermeneutisk ramme.....	21
5. Metode.....	22
5.1 Forskningsdesign.....	22
5.2 Videnskabsteoretiske overvejelser.....	23
5.3 Valg af informanter og kontekst.....	24
5.4 Udførelse af undersøgelsen.....	25
5.5 Ethiske overvejelser.....	25
5.6 Indsamling af data.....	26
5.7 Analysemetode.....	27
5.8 Metodekritik.....	29
6. Resultater.....	30
6.1 Ramme om venskabet.....	30
6.1.1 “De fleste af os vi kender hinanden fra fodbold eller skole” – Venskabets oprindelse.....	30
6.1.2 “Det meste af tiden... er ment meget jokende” – Normer, tone og konfliktforståelse.....	32
6.1.3 “Vi kunne lade være med at snakke sammen i et år, og så ville ting stadig være normale” – Relationernes dybde og varighed.....	33

6.2 Gaming som social praksis.....	33
6.2.1 “Folk kommer bare drypvis ind” – Gaming som lavtærskel-mødested.....	33
6.2.2 “Man hopper bare ind i en Discord-gruppe... og så kommer der flere og flere” – Gaming som fællesskabsdannende mekanisme.....	34
6.2.3 “Det handler om ikke at ligge lavest på leaderbordet” – Udvikling i engagement, motivation og konkurrence i gaming.....	36
6.3 Digitale og fysiske fællesskaber.....	37
6.3.1 “Du kan være meget mere fri online” – Kommunikation og udtryk i forskellige arenaer.....	37
6.3.2 “Sportskammerater er lidt mere platoniske” – Identitetsskift og relationel kontinuitet.....	38
6.3.3 “Der er altid et indirekte hierarki” – Situationsbestemte roller.....	38
6.4 Fysisk aktivitet og motivation.....	39
6.4.1 “Jeg startede til fodbold, da jeg var 4” – Fysisk aktivitet som tidligt udgangspunkt.....	39
6.4.2 “Man kommer på idéer, når man sidder og gamer” – Gaming som social motor for fysisk aktivitet.....	39
6.4.3 “Det er altid sjovere sammen med nogen” – Fællesskabet som motivationskilde.....	40
6.4.4 “Man bliver træt af at game... så er der behov for at komme ud og røre sig” –Øger gaming aktivitetsniveauet?.....	41
6.5 Gaming i sportshallen som interventionsprojekt.....	42
6.5.1 “Vi ville have synergieffekten” – Formålet med projektet og dets rationale.....	42
6.5.2 “Fra intro-LAN til fast tilbud i hallen” – Rammer, organisering og opstart.....	42
6.5.3 “De løb fra bilen” – Børnenes deltagelse, reaktioner og oplevelse af projektet.....	44
6.5.4 “Man giver altid hånd” – Hvad der fungerede godt i praksis.....	45
6.5.5 “Corona var hård ved os” – Hvad der fungerede dårligt: udfordringer og barrierer..	45
6.5.6 “Vi blev enige om at lukke ned” – Hvorfor projektet stoppede, og hvad vi kan lære af det.....	46
7. Diskussion.....	47
7.1 Diskussion af litteratur og fund.....	48
7.1.1 Fællesskabets rolle som (ubevidst) katalysator for motivation.....	48
7.1.1.1 Fælles værdier som forklaringsmekanisme.....	50
7.1.2 Gaming, motivation og fysisk aktivitet.....	51

7.1.3 Digitale og fysiske arenaer som integrerede praksisser	53
7.1.4 Betydningen af fælles struktur, fælles spil og rammesætning	54
7.1.5 COVID-19 som katalysator for strukturelle brud	56
7.2 Diskussion: Metodekritik og undersøgelsens begrænsninger	58
7.2.1 Forfatterrollen og manglende erfaring	58
7.2.2 Manglende sparring og peer-feedback	59
7.2.3 Datamaterialets omfang og sammensætning	60
7.2.4 Validitet, bias og refleksivitet	61
7.2.5 Metodisk vurdering	63
8. Konklusion	63
9. Perspektivering	64
10. Referencer	66

1. Indledning

Computerspil udgør i dag en del af børn og unges hverdagsliv og spiller en afgørende rolle i deres sociale, kulturelle og rekreative praksisser (DR, DFI & Medierådet for Børn og Unge, 2024; DR Medieforskning, 2017). Det moderne spilmiljø har bevæget sig langt ud over tidligere tiders underholdningslogik og er i dag en global kulturform, hvor læring, identitet og fællesskab udfolder sig på tværs af digitale platforme. Den videnskabelige litteratur beskriver gaming som et komplekst og flertydigt fænomen, der rummer både udfordringer og potentialer. På den ene side peger en række studier på de sundhedsmæssige risici ved overdreven gaming, såsom stillesiddende livsstil, søvnforstyrrelser, stress og afhængighedstendenser (Shen & Cicchella, 2023). På den anden side har nyere forskning og metaanalyser vist, at gaming kan have betydelige positive effekter på spillernes kognitive, emotionelle og sociale kompetencer, herunder evnen til problemløsning, strategisk tænkning, samarbejde og emotionel regulering (Dekker & Slotboom, 2023; Hesketh, Deterding & Gow, 2020). I stedet for blot at forstå gaming som et adfærdsmæssigt problem eller som en hindring for fysisk aktivitet, argumenterer flere forskere for, at digitale spil kan være katalysatorer for læring og sociale relationer. Marlatt (2019) beskriver eksempelvis, hvordan spilmiljøer som *Fortnite* fungerer som sociale og kulturelle praksisfællesskaber, hvor spillere opnår tilhør, identitet og mestring gennem fælles interaktion. Spil er ikke blot en aktivitet, men et rum, hvor unge eksperimenterer med samarbejde, kommunikation og fællesskab på måder, der minder om de lærings- og dannelsesprocesser, der traditionelt forbindes med fysiske aktiviteter. Gaming bør derfor ansues som et dynamisk felt, hvor både risici og ressourcer sameksisterer, og hvor potentialet for social og sundhedsmæssig udvikling er betydeligt (Dekker & Slotboom, 2023; Hesketh, Deterding & Gow, 2020; Marlatt, 2019).

I en dansk kontekst er gaming fast forankret i børns og unges fritidsliv. Ifølge *Børns spillevaner 2023* (DR, DFI & Medierådet for Børn og Unge, 2024), spiller 84 % af børn i alderen op til 15 år digitale spil ugentligt, og næsten halvdelen spiller dagligt. De ældre børn spiller ikke blot for underholdningens skyld, men i høj grad for at være sammen med venner og deltage i sociale fællesskaber. Dette bekræftes af DR Medieforskning (2017), som viser, at 96 % af drenge mellem 13 og 19 år spiller computerspil, og at halvdelen spiller dagligt. Gaming fungerer

dermed som et centralt socialt mødested, hvor relationer etableres og vedligeholdes på tværs af tid og rum (Kowert & Oldmeadow, 2015; Trepte, Reinecke & Juechems, 2012). Samtidig peger flere kvalitative studier på, at gaming for mange unge repræsenterer et trygt og inkluderende fællesskab, hvor de kan være sig selv og opleve social anerkendelse elementer, der ofte savnes i mere traditionelle idrætsfællesskaber (Marlatt 2019; Pachecco et al., 2021; Kordyaka et al., 2020). Imens gaming formår at fastholde unges engagement og sociale deltagelse, viser data fra Idrættens Analyseinstitut et modsatrettet mønster i relation til fysisk aktivitet. Rapporten *Danskerne motions- og sportsvaner 2024* (Pilgaard, Petersen, Munch & Andersen, 2025) dokumenterer, at idrætsdeltagelsen falder markant i overgangen fra barndom til ungdom: 81 % af børn i alderen 7–15 år angiver, at de dyrker sport eller motion, mens det kun gælder 63 % af de 16–19-årige. Denne udvikling kan dels forklares ved et stigende tidspres fra skole, afleveringer, sociale relationer og fritidsarbejde, men også ved, at mange unge i stigende grad søger mod digitale fællesskaber frem for foreningslivets fysiske rammer (Pilgaard, Petersen, Munch & Andersen, 2025; DR Medieforskning, 2017). I stedet for at opfatte dette som en negativ tendens, kan udviklingen fortolkes som et udtryk for en ændret ungdomskultur, hvor digital interaktion og fysisk aktivitet i stigende grad kan forstås som komplementære frem for konkurrerende domæner.

Et voksende forskningsfelt har de seneste år undersøgt, hvordan gaming kan anvendes som platforme til at fremme bevægelse og sundhed. Ketelhut et al. (2021) argumenterer for, at esports teknologiske og organisatoriske strukturer rummer en unik mulighed for at integrere fysisk aktivitet i spilrelaterede kontekster. Ved at udnytte spillernes eksisterende engagement og sociale tilhørsforhold kan man skabe nye sundhedspædagogiske strategier, hvor fysisk aktivitet introduceres som en naturlig del af gamingmiljøet. Denne form for praksis, hvor digitale og fysiske aktiviteter flettes sammen, kan danne grundlag for nye former for bevægelseskultur, som appellerer til unge, der ikke finder sig hjemme i traditionelle idrætsmiljøer. Denne udvikling danner baggrund for nærværende speciale, der undersøger, hvordan gamingfællesskaber kan anvendes som springbræt til fysisk aktivitet. Formålet er at forstå, hvordan de sociale relationer og fællesskaber, der opstår gennem gaming, kan danne grobund for motivation, trivsel og bevægelse. På baggrund af denne kontekst formuleres specialets overordnede problemstilling således:

Hvordan kan fællesskaber i gaming fungere som en ramme, der understøtter overgangen fra digitale aktiviteter til deltagelse i fysisk aktivitet blandt unge og unge voksne?

2. State of the art

Dette afsnit har til formål at etablere et solidt og dybdegående forskningsmæssigt fundament for specialets problemfelt gennem en gennemgang af den eksisterende litteratur om gaming, sociale relationer og fysisk aktivitet. Målet er ikke alene at beskrive den viden, der allerede eksisterer, men at vurdere, hvordan forskellige forskningsretninger og metodiske tilgange har bidraget til at forstå relationen mellem digitale og fysiske aktivitetsformer. Et State of the art afsnit bidrager således til at tydeliggøre specialets teoretiske forankring, og dets videnskabelige bidrag til et forskningsfelt i udvikling.

Litteratursøgningen er udført på baggrund af en systematisk og reproducerbar metode, der kombinerer bloksøgning med anvendelsen af PCC-modellen (Population, Concept, Context). Modellen er valgt, fordi den muliggør en struktureret tilgang til et forskningsfelt, hvor fokus ligger på forståelse, sammenhæng og kontekst frem for interventionsmåling. Populationen defineres som gamere og e-sportsudøvere, konceptet dækker over sociale relationer og fællesskaber, mens konteksten fokuserer på fysisk aktivitet, motion og sport (Tabel 1). De indledende test-søgninger blev anvendt til at identificere de mest centrale søgetermer og begreber. Denne tilgang sikrede, at litteraturen, der indgår i analysen, både er fokuseret og relevant.

PCC- Model		
Population	Concept	Context
"Gamer*" OR "E Sports player" OR "Esports Player" OR "E Sport player" OR "Esport Player"	"social interaction" OR "Communities of practice" OR "Social"	"physical activity" OR "exercise" OR "fitness" OR "physical exercise" OR "Sport" OR "Sports"

Tabel 1 PCC-model skemalagt

Datagrundlaget for søgningen blev etableret gennem databaserne *APA PsycNet* og *EBSCOhost*, som dækker forskningsområderne psykologi, sundhed, fysisk aktivitet og social

adfærd. Disse databaser muliggør en belysning af emnet, hvor gaming og fysisk aktivitet kan forstås både som individuelle og sociale fænomener. For at afgrænse undersøgelsen til den mest relevante aldersgruppe blev fokus sat på børn, unge og unge voksne i alderen op til 29 år, idet netop denne gruppe udgør kernen i den moderne gamer-kultur. I alt blev 73 artikler identificeret, hvoraf 14 blev frasorteret som dubletter (Tabel 2; Tabel 3). De resterende 59 artikler blev systematisk screenet og vurderet for kvalitet og relevans, hvilket dannede grundlaget for den endelige udvælgelse af studier til gennemgang.

Komplet bloksøgning APA PsycNet	
Komplet søgning	Databaser
(((abstract: ("Gamer*") OR abstract: ("E Sports player") OR abstract: ("Esports Player") OR abstract: ("E Sport player") OR abstract: ("Esport Player") OR abstract: ("digital gamer") OR abstract: ("videogamer") OR abstract: ("videogameplayer")))) AND (PublicationTypeFilt: "Peer Reviewed Journal" AND ((AgeGroupFilt: ("Preschool Age (2-5 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("School Age (6-12 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adolescence (13-17 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adulthood (18 yrs & older)") OR AgeGroupFilt: ("Young Adulthood (18-29 yrs)"))))) AND (((abstract: ("social interaction") OR abstract: ("Communities of practice") OR abstract: ("Social") OR abstract: ("communit*")))) AND (PublicationTypeFilt: "Peer Reviewed Journal" AND ((AgeGroupFilt: ("Preschool Age (2-5 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("School Age (6-12 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adolescence (13-17 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adulthood (18 yrs & older)") OR AgeGroupFilt: ("Young Adulthood (18-29 yrs)"))))) AND (((abstract: ("physical activity") OR abstract: ("exercise") OR abstract: ("fitness") OR abstract: ("physical exercise") OR abstract: ("Sport") OR abstract: ("Sports")))) AND (PublicationTypeFilt: "Peer Reviewed Journal" AND ((AgeGroupFilt: ("Preschool Age (2-5 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("School Age (6-12 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adolescence	APA PsycInfo, APA PsycArticles, APA PsycTests, APA PsycTherapy

(13-17 yrs)") OR AgeGroupFilt: ("Adulthood (18 yrs & older)") OR AgeGroupFilt: ("Young Adulthood (18-29 yrs)"))))	
---	--

Tabel 2 Oversigt over søgning, APA Psycnet

Komplet søgning EBSCOhost	
Komplet søgning	Databaser
(S1(AB ("Gamer*" OR "E Sports player" OR "Esports Player" OR "E Sport player" OR "Esport Player")) (S2(AB ("social interaction" OR "Communities of practice" OR "Social")) (S3(AB ("physical activity" OR "exercise" OR "fitness" OR "physical exercise" OR "Sport" OR "Sports"))	Academic Search Premier, Business Source Complete, Business Source Premier, CINAHL with Full Text, eBook Collection (EBSCOhost), eBook Open Access (OA) Collection (EBSCOhost), ERIC, European Views of the Americas: 1493 to 1750, GreenFILE, Historical Abstracts, International Political Science Abstracts, Library, Information Science & Technology Abstracts, MEDLINE, MLA Directory of Periodicals, MLA International Bibliography, Newswires, Public Administration Abstracts, Regional Business News, RILM Abstracts of Music Literature, SPORTDiscus, Teacher Reference Center, Women's Studies International.

Tabel 3 Oversigt over søgning, EBSCOhost

2.1 Screening og kvalificering

For at sikre metodisk stringens og høj validitet blev der udarbejdet eksplicite inklusions- og eksklusionskriterier (Tabel 4). Artikler blev inkluderet, hvis de behandlede sammenhængen mellem gaming, sociale fællesskaber og fysisk aktivitet eller motivation for bevægelse. Derimod blev studier, der udelukkende omhandlede gambling eller exergames, som eksempelvis *Pokémon Go* og *Nintendo Wii*, ekskluderet, da deres fokus på teknologisk bevægelsesstimulering afveg fra specialets interesse for sociale mekanismer. Efter screening af titler og abstracts blev 53 artikler ekskluderet, mens seks studier blev udvalgt til

fuldtekstgennemlæsning. I denne fase blev der desuden anvendt referencekædesøgning, hvor yderligere relevante artikler blev identificeret og inddraget, når de teoretisk eller empirisk kunne bidrage til problemfeltet.

Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
<ul style="list-style-type: none"> - Artiklen handler om motionsvaner for gamere der spiller i en gruppe enten lokalt, online eller til LAN-party. - Artiklen undersøger hvordan man kan bruge computerspil og relationer som springbræt til fysisk aktivitet - Peer reviewed - Artiklen er på dansk eller engelsk 	<ul style="list-style-type: none"> - Artiklen fokuserer på "active games, exergaming ect" altså spil der kræver bevægelse for at interagere med spillet eksempelvis Pokémon GO, Nintendo Wii spil, Xbox Kinect ect eller virtual reality - Artiklen handler eller inddrager gambling

Tabel 4 Inklusions- og eksklusionskriterier

2.2 Centrale bidrag i litteraturen

Den endelige litteraturgennemgang identificerede fem nøgleartikler, som tegner et nuanceret billede af forskningsfeltet og fremhæver centrale mekanismer i samspillet mellem gaming, sociale relationer og fysisk aktivitet (Tabel 5).

År	Forfatter(e)	Titel	Formål	Metode	Resultater / fund
2005	Crawford, G.	<i>Digital Gaming, Sport and Gender</i>	At udforske sammenhængen mellem sport, digital gaming og køn samt hvordan gaming kan påvirke sportsdeltagelse og sportsidentitet.	Spørgeskema (n=392) + 16 kvalitative interviews med universitetsstuderende.	Ingen direkte sammenhæng mellem gaming og fysisk inaktivitet; gaming styrker snarere sportsinteresse og fungerer som social forlængelse af sportsidentitet.
2003	Fromme, J.	<i>Computer Games as a Part of Children's Culture</i>	At undersøge computerspil som en integreret del af børns	Spørgeskema (n=1.111 børn, 7-14 år) + 21 interviews.	Gaming fungerer primært som social aktivitet snarere end erstatning for fysisk leg; spil bidrager til

			kultur og sociale interaktion.		fællesskab og kønsspecifik identitetsskabelse.
2016	Adachi, P. J. C. & Willoughby, T.	<i>Does Playing Sports Video Games Predict Increased Involvement in Real-Life Sports?</i>	At undersøge, om sportsspil kan motivere til øget deltagelse i fysisk aktivitet og sport.	Longitudinel undersøgelse (n=1.132, 17–25 år).	Spil af sportsspil forudsiger senere deltagelse i fysisk aktivitet gennem styrket selvværd og kompetenceoplevelse.
2025	Canale, N. et al.	<i>Problem Gaming and Adolescents' Health and Well-being: Evidence from Italy</i>	At kortlægge sammenhængen mellem gaming, mental trivsel og fysisk aktivitet blandt unge.	Tværsnitsstudie (n=89.321, 11–17 år).	Moderat gaming korrelerer med højere trivsel og social tilknytning, mens problematisk gaming hænger sammen med lav fysisk aktivitet og øget psykisk belastning.
2012	Trepte, S., Reinecke, L. & Juechems, K.	<i>The Social Side of Gaming: How Playing Online Computer Games Creates Online and Offline</i>	At undersøge, hvordan sociale gamingfællesskaber udvikler social kapital og styrker relationer både online og offline.	Online spørgeskema (n=811 e-sportsklanmedlemmer).	Deltagelse i organiserede gamingfællesskaber øger både tæt (bonding) og bred (bridging) social kapital, som igen fremmer oplevet social støtte og trivsel.

		<i>Social Support</i>			
--	--	-----------------------	--	--	--

Tabel 5 Oversigt over inkluderede artikler

2.3 Videnshul

Den samlede gennemgang af litteraturen viser, at gaming kan være forbundet med både sociale og psykologiske gevinster, men at koblingen til fysisk aktivitet fortsat er begrænset belyst. Forskningen har primært koncentreret sig om sportsspil, hvor forbindelsen til fysisk aktivitet er direkte, mens andre genrer f.eks. strategispil, rollespil (RPG) eller konkurrenceprægede som Counter strike eller League of Legends sjældent analyseres i en sundheds- eller bevægelsesmæssig kontekst.

Et centralt videnshul består i forståelsen af, hvordan sociale relationer, der dannes gennem gaming, kan videre- eller overføres til fysisk samvær og fælles bevægelsesaktiviteter uden for den digitale arena. Samtidig mangler der kvalitative undersøgelser, der anvender en tematisk analyse af interviewdata for at afdække deltagernes egne oplevelser og fortolkninger. Den eksisterende forskning benytter i høj grad kvantitative metoder og spørgeskemaer, hvilket betyder, at de subjektive og meningsskabende dimensioner af gamernes sociale og kropslige erfaringer forbliver underbelyste. Dette peger på behovet for en tilgang, hvor gaming ikke kun forstås som en kulturel praksis, men som et muligt middel til at fremme social inklusion, trivsel og bevægelse.

Særligt i en dansk kontekst mangler der empiriske undersøgelser, som belyser, hvordan unge oplever og bruger gamingfællesskaber som arena for sociale relationer og potentielt som indgang til fysisk aktivitet. Dette speciale søger derfor at udfylde dette hul ved at undersøge, hvordan gaming som social praksis kan anvendes som ramme for fællesskab, deltagelse og bevægelse blandt unge i Danmark. Den viden, der genereres, kan bidrage til en mere nuanceret forståelse af, hvordan digitale fællesskaber kan integreres i sundhedsfremmende indsatser og skabe nye veje til fysisk aktivitet i et moderne ungdomsliv.

3. Teori

Dette teori-afsnit præsenterer en fremstilling af Deci og Ryans Self determination theory (SDT) samt Robert J. Vallerands hierarkiske motivationsmodel. Teorierne udgør tilsammen et solidt psykologisk fundament for at analysere unges motivation i gamingkontekster. De tilbyder både en forståelse af de psykologiske behov, der ligger til grund for motivation, og en model for, hvordan motivation udvikles på tværs af situationer, kontekster og mere generelle livsorienteringer. I specialets sammenhæng er teorierne særligt relevante, fordi de gør det muligt at undersøge, hvordan gaming kan fungere som en motivationsskabende og trivselsfremmende aktivitet, men også hvordan motivation kan variere afhængigt af sociale, kontekstuelle og individuelle faktorer.

3.1 Self determination theory og dens delteorier

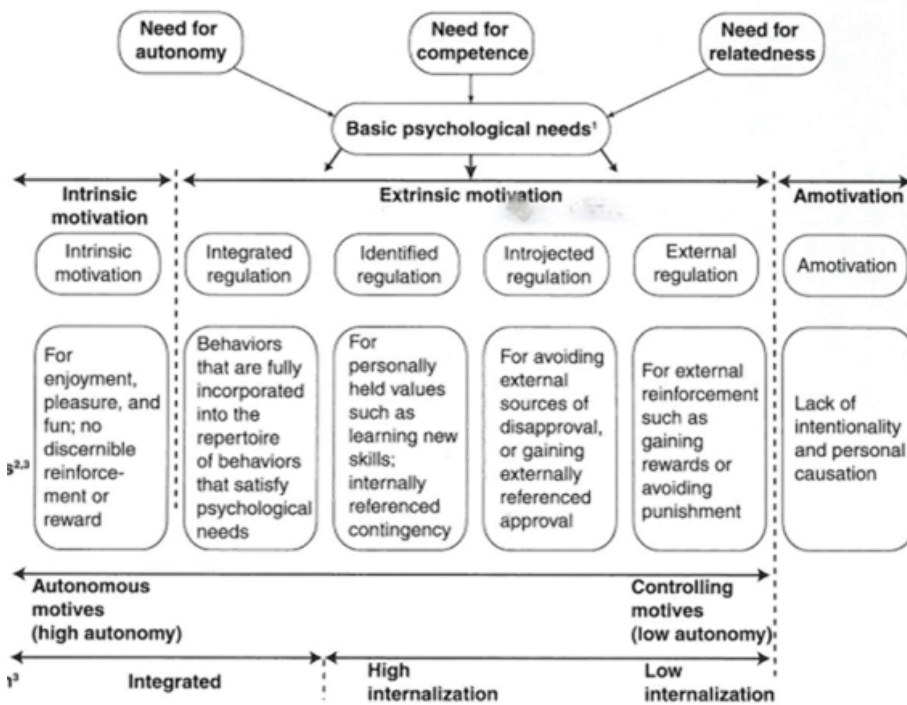
SDT er en af de mest anerkendte teorier inden for motivationspsykologien og består ikke af én samlet teori, men af en række indbyrdes forbundne delteorier, der tilsammen beskriver forskellige aspekter af menneskelig motivation (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2020). SDT omfatter blandt andet Basic Psychological Needs Theory (BPNT), Organismic Integration Theory (OIT), Goal Contents Theory (GCT), som omhandler forskelle mellem indre og ydre mål (Ryan, Sheldon, Kasser & Deci, 1996), Causality Orientations Theory (COT), der fokuserer på individuelle orienteringer mod autonom, kontrolleret eller amotiveret regulering (Deci & Ryan, 1985), samt Relationships Motivation Theory, der undersøger betydningen af relationer for motivation og trivsel (Ryan & Deci, 2017). I dette speciale inddrages disse delteorier ikke eksplicit, da fokus er på motivation i konkrete praksisser snarere end på individuelle forskelle eller værdiorienteringer. BPNT og OIT udvælges, fordi de tilsammen udgør kernen i SDT's forklaring af, hvordan motivation både opstår og reguleres.

BPNT fokuserer på de grundlæggende psykologiske forudsætninger for motivation og trivsel (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017) og beskriver, hvordan behovene for autonomi, kompetence og tilhørighed fungerer som nødvendige betingelser for udvikling af selvbestemt motivation. Autonomi refererer her til oplevelsen af frivillighed og psykologisk ejerskab over egne handlinger; kompetence til oplevelsen af effektivitet og mestring i mødet med

udfordringer; og tilhørighed til følelsen af at være socialt forbundet og accepteret i et fællesskab. BPNT bidrager dermed med en forklaring på, hvorfor bestemte sociale og kontekstuelle betingelser fremmer motivation og trivsel, mens andre fører til kontrol, pres eller amotivation. I dette speciale anvendes BPNT til at analysere, hvordan gamingkontekster kan understøtte, eller frustrere, disse behov og dermed skabe forskellige motivationsmæssige forudsætninger (figur 1).

BPNT forklarer således de psykologiske forudsætninger for motivation, men er ikke tilstrækkelig til at forklare, hvordan motivation udvikler sig over tid, eller hvordan ydre krav og strukturer kan blive oplevet som selvvalgte. Dette forklares gennem OIT, som beskriver motivation som et kontinuum fra ydre regulering til integreret og indre motivation (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2020). OIT tydeliggør, hvordan motivation kan internaliseres i takt med, at individet oplever mening, autonomi og sammenhæng i aktiviteten. I specialets kontekst er OIT central, fordi den gør det muligt at analysere, hvordan motivation i gaming kan bevæge sig fra at være styret af ydre faktorer, såsom sociale forventninger eller strukturer, til at blive en mere selvbestemt og integreret del af individets identitet og hverdagspraksis.

Inden for SDT suppleres OIT af Cognitive Evaluation Theory (CET), som fokuserer på betingelserne for indre motivation og på, hvordan feedback og belønninger påvirker oplevelsen af autonomi og kompetence (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2020). CET viser, hvordan feedback, belønninger og sociale evalueringer kan understøtte eller underminere indre motivation afhængigt af, om de opleves som informerende eller kontrollerende. Selvom CET ikke udfoldes selvstændigt i analysen, er teorien implicit relevant, idet den bidrager til forståelsen af, hvorfor bestemte spillemæssige mekanismer, såsom feedback og belønningssystemer, kan styrke eller svække oplevelsen af autonomi og kompetence (Ryan & Deci, 2020).



Figur 1 Motivationskontinuum i Self-Determination Theory (SDT), der viser sammenhængen mellem psykologiske behov (autonomi, competence og relatedness), forskellige former for regulering af motivation samt overgangen fra indre motivation til amotivation.

I gamingkontekster er SDT særligt relevant, fordi forskning peger på, at mange digitale spil, bevidst eller uformelt, indeholder strukturer, der kan understøtte de tre psykologiske behov (Ryan & Deci, 2020; Rigby & Ryan, 2011). Spil kan eksempelvis give spillerne betydelig autonomi gennem valg af strategier, roller og spillestile, mens spilsystemers strukturer som levels, feedback, belønninger og tydelige mål styrker oplevelsen af kompetence gennem kontinuerlige muligheder for progression. Multiplayer-spil skaber desuden sociale fællesskaber, hvor samarbejde, dialog og fælles målsætninger understøtter tilhørighed. SDT bidrager dermed til at forklare, hvorfor gaming ofte opleves som engagerende og meningsfuldt for unge, hvilket også understøttes af eksperimentelle studier, der viser, at spilfunktioner designet til at støtte behovstilfredsstillelse øger både motivation og engagement (Peng et al., 2012).

3.2 Indre motivation som observerbar praksis

For at nuancere forståelsen af den indre motivation, som observeres i gaming, kan der yderligere trækkes på Carbonneau, Vallerand og Lafrenières' (2011) tredelte model for indre

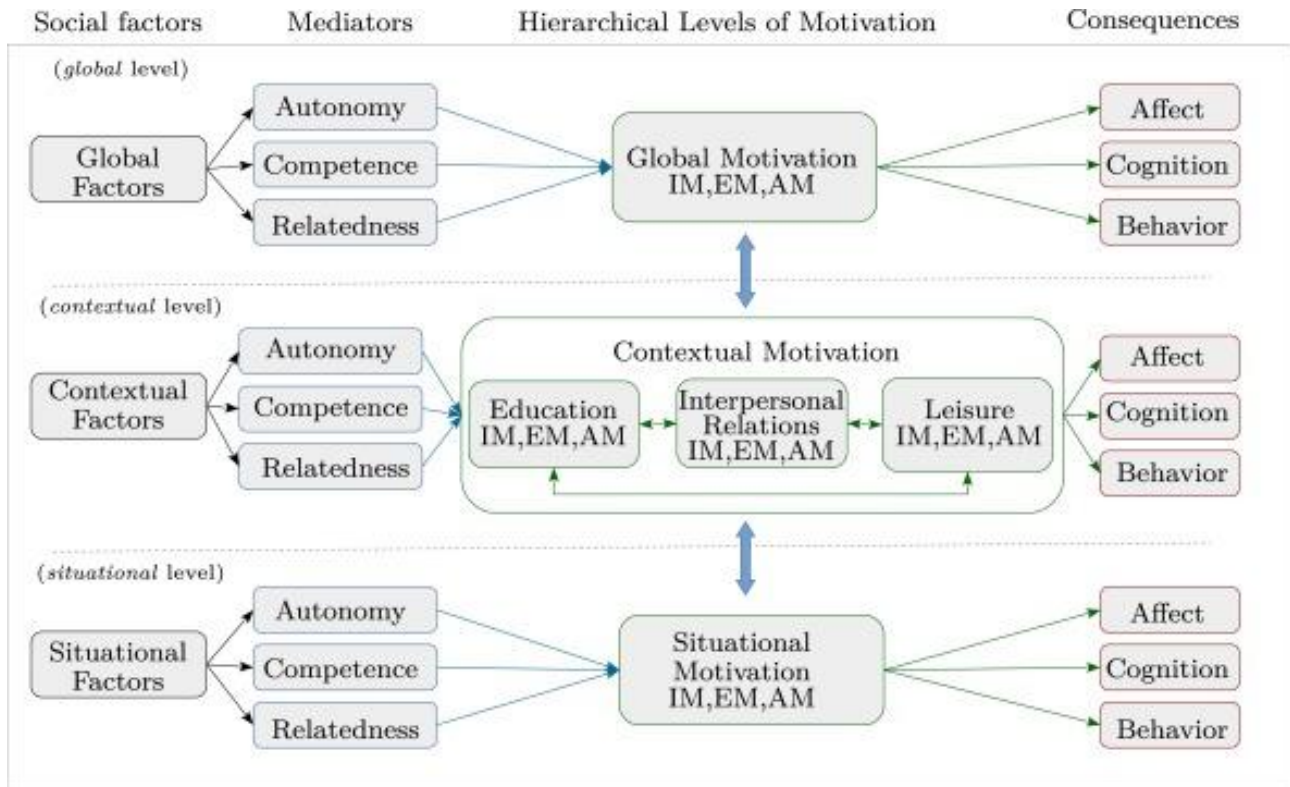
motivation. Her skelnes der mellem indre motivation rettet mod viden, mod præstation og mod stimulation. Denne differentiering er relevant, fordi den tydeliggør, at indre motivation ikke er et entydigt fænomen, men kan manifestere sig gennem forskellige former for observerbar adfærd. Motivation rettet mod viden kommer eksempelvis til udtryk gennem nysgerrighed, udforskning og ønsket om at lære nye færdigheder; motivation rettet mod præstation viser sig i bestræbelser på at mestre udfordringer og forbedre egne kompetencer; mens motivation rettet mod stimulation knytter sig til den følelsesmæssige og sanselige oplevelse ved aktiviteten. I en gamingkontekst kan disse former for indre motivation eksistere side om side og variere afhængigt af spiltype, sociale relationer og konkrete spilsituationer.

Den tredelte model bidrager dermed til at forbinde SDT's mere overordnede motivationsbegreb med empirisk observerbare handlemønstre og markerer et analytisk skift fra motivation som teoretisk begreb til motivation som noget, der kan identificeres i praksis. Samtidig fungerer modellen som et teoretisk mellemlid mellem OIT og den hierarkiske motivationsmodel, idet den viser, hvordan forskellige former for indre motivation kan identificeres på situationsniveau og senere analyseres i relation til både kontekstuelle og globale motivationsprocesser (Carbonneau et al., 2011). Dermed bliver det muligt ikke blot at diskutere, om motivation er indre eller ydre, men også at analysere, hvordan motivation konkret kommer til udtryk i praksis og udvikler sig over tid.

3.3 Den hierarkiske model

Vallerands hierarkiske motivationsmodel inddrages da, den bygger videre på SDT's antagelser, men tilføjer en strukturel dimension, der forklarer, hvordan motivation opstår og udvikles på tre indbyrdes forbundne niveauer: det globale, det kontekstuelle og det situationelle (Vallerand, 1997). Modellen tydeliggør, at motivation ikke alene formes af individuelle dispositioner, men i høj grad påvirkes af sociale og kontekstuelle faktorer, som medierer motivation gennem tilfredsstillelse af behovene for autonomi, kompetence og tilhørighed (Figur 2). Disse behov fungerer som bindeled mellem de sociale betingelser, individet indgår i, og den motivation, der kommer til udtryk på de tre niveauer. På det globale niveau beskrives individets generelle motivationsorientering, som er formet af personlighed, tidligere erfaringer og langsigtede selvfortællinger. På det kontekstuelle niveau analyseres motivation inden for

specifikke livsområder såsom gaming, skole eller sport. Det situationelle niveau omhandler motivationen i konkrete handlinger og øjeblikke, eksempelvis en specifik spilsession, en samarbejdsituation eller en udfordrende mission.



Figur 2 Vallerands hierarkiske motivationsmodel, der illustrerer, hvordan sociale faktorer og psykologiske behov påvirker motivation på situationelt, kontekstuel og på globalt niveau samt motivationens affektive, kognitive og adfærdsmæssige konsekvenser.

Modellens analytiske styrke ligger i dens evne til at beskrive de dynamiske bevægelser mellem niveauerne (Vallerand, 1997), men også i dens tydelige fokus på motivationens konsekvenser. I tilfælde hvor behovstilfredsstillelse og internalisering over tid undermineres, kan motivationens konsekvenser fremtræde sig som amotivation, hvilket empirisk kommer til udtryk gennem affektive reaktioner som apati eller ligegyldighed, kognitive oplevelser af meningsløshed og lav mestringsforventning samt adfærdsmæssige konsekvenser såsom passivitet, fravalg eller frafald. Positive oplevelser på situationsniveau kan ikke blot styrke motivationen i et helt domæne, men også komme til udtryk gennem observerbare konsekvenser i form af affektive, kognitive og adfærdsmæssige reaktioner. Affektivt kan dette vise sig som glæde, engagement eller interesse; kognitivt som øget oplevelse af mening, selvforståelse eller refleksion over egne kompetencer; og adfærdsmæssigt som vedvarende

deltagelse, øget indsats eller opsøgende handlinger i fællesskabet. Omvendt kan negative oplevelser på situationsniveau, såsom nederlag, konflikter eller eksklusion, føre til affektive reaktioner som frustration eller apati, kognitive fortolkninger præget af lav mestringsforventning samt adfærdsmæssige konsekvenser som tilbagetrækning eller frafald. Vallerands model gør det dermed muligt ikke blot at analysere motivation som et dynamisk fænomen, men også at undersøge, hvordan motivation konkret manifesterer sig i følelsesmæssige, kognitive og adfærdsmæssige mønstre, der kan identificeres og analyseres empirisk. I stedet for at betragte SDT og den hierarkiske model som to adskilte perspektiver, kan SDT forstås som det teoretiske fundament, der er indlejret i Vallerands hierarkiske motivationsmodel. Modellen integrerer SDT's antagelser om behovstilfredsstillelse og motivationsregulering og viser, hvordan disse mekanismer udfolder sig på tværs af niveauer og kommer til udtryk gennem konkrete affektive, kognitive og adfærdsmæssige konsekvenser (Ryan & Deci, 2020; Vallerand, 1997). SDT bidrager med en forståelse af, hvordan fundamentale behov understøttes i gaming, mens Vallerands model tydeliggør, hvordan disse oplevelser kan påvirke unges generelle motivation og identitet. Sammen gør teorierne det muligt at analysere både de øjeblikkelige motivationsmekanismer, der opstår i konkrete gamingaktiviteter, og de langsigtede udviklingsprocesser, som former unges deltagelse og trivsel i gamingfællesskaber. I specialets analyse vil fokus derfor ikke alene være på motivation som indre tilstand, men på motivationens konsekvenser, som udgør analysens centrale omdrejningspunkt, forstået som affektive, kognitive og adfærdsmæssige udtryk. Det er gennem disse konsekvenser, at motivation bliver empirisk synlig og analytisk tilgængelig, idet informanternes følelser, fortolkninger og handlinger kan analyseres som udtryk for, hvordan motivation er formet af sociale og kontekstuelle betingelser.

4. Videnskabsteoretisk ståsted

Dette speciale tager sit videnskabsteoretiske afsæt i hermeneutikken, som er en humanvidenskabelig tilgang med fokus på forståelse og fortolkning af menneskers oplevelser og meningsdannelse i sociale og kulturelle sammenhænge. I modsætning til naturvidenskabelige erkendelsesformer søger hermeneutikken ikke kausale forklaringer, men

indsigt i de betydninger, som mennesker tillægger deres handlinger og erfaringer (Thing & Ottesen, 2015; Gulddal & Møller, 1999).

Et centralt hermeneutisk udgangspunkt er, at forståelse altid er betinget af forforståelse. Forskeren møder feltet med erfaringer, begreber og perspektiver, som danner grundlag for fortolkningen, men som samtidig løbende udfordres og nuanceres i mødet med det empiriske materiale. Denne proces beskrives gennem den hermeneutiske cirkel, hvor forståelsen udvikles i et samspil mellem del og helhed, mellem empiriske udsagn og teoretiske begreber (Thing & Ottesen, 2015; Holm, 2023). I forlængelse heraf peger Gadamer på begrebet horisontsammensmeltning, der betegner den proces, hvor forskerens og deltagernes forståelseshorisonter mødes og skaber ny indsigt (Gulddal & Møller, 1999).

Hermeneutikken er et velegnet grundlag for dette speciale, da formålet er at forstå, hvordan unge gamere oplever og skaber mening i fællesskaber, der kombinerer gaming og fysisk aktivitet. Den hermeneutiske tilgang kommer metodisk til udtryk gennem en fortolkende analyse, hvor der løbende bevæges mellem enkelte udsagn i interviewmaterialet og en samlet forståelse af informanternes oplevelser og fællesskabsdannelse. Analysen fokuserer således på deltagernes egne fortolkninger frem for på objektive forklaringer på adfærd, og den producerede viden forstås som situeret og kontekstafhængig.

4.1 Min profil i en hermeneutisk ramme

Som studerende indgår jeg selv som et fortolkende subjekt i den hermeneutiske proces. Min egen baggrund og mine erfaringer præger uundgåeligt de perspektiver, jeg bringer med ind i feltet. Jeg har gamet siden barndommen og har gennem årene været engageret i både esports-titler, multiplayerfællesskaber og singleplayeruniverser. Gaming har dermed ikke blot været en fritidsaktivitet, men en integreret del af min identitet og sociale praksis. Jeg spiller fortsat og opfatter gaming som et meningsfuldt kulturelt fællesskab, der har formet min forståelse af både digitale og fysiske fællesskaber.

Disse erfaringer fungerer som en forforståelse, der påvirker, hvordan jeg møder deltagerne, hvilke nuancer jeg er særligt opmærksom på, og hvordan jeg fortolker deres udsagn. Samtidig er denne forforståelse ikke statisk; i mødet med informanternes fortællinger udfordres og udvides min egen forståelseshorizont. Min forskerprofil skal derfor forstås som et aktivt i

analysen, idet min personlige erfaring giver en særlig adgang til feltets meningsstrukturer, samtidig med at jeg metodisk arbejder reflektivt for at sikre transparens og analytisk stringens.

Hermeneutikken tilbyder et metodologisk og epistemologisk grundlag, der gør det muligt at udforske de komplekse lag af betydning, som antager menneskelig erfaring. Den understøtter en dybdegående og meningsorienteret analyse, hvor erkendelse forstås som en proces, der udvikles gennem fortolkning, dialog og refleksion. Hermeneutikken gør det dermed muligt at skabe indsigt i, hvordan unge gamere fortolker deres deltagelse i fællesskaber, der kombinerer spil og bevægelse, og derved bidrager den til en mere nuanceret forståelse af samspillet mellem kultur, krop og identitet (Thing & Ottesen, 2015; Gulddal & Møller, 1999; Holm, 2023).

5. Metode

5.1 Forskningsdesign

Dette afsnit havde til formål at redegøre for, hvordan undersøgelsen overordnet var tilrettelagt for at besvare problemformuleringen: hvordan fællesskaber i gaming kan fungere som en ramme, der understøtter overgangen fra digitale aktiviteter til øget fysisk aktivitet.

Undersøgelsen var designet som et kvalitativt speciale, da problemformuleringen har et eksplorativt og forståelsesorienteret sigte (Kvale & Brinkmann, 2018). Formålet var ikke at måle effekter eller omfang, men at opnå indsigt i de processer, erfaringer og meningsdannelser, som deltagerne selv oplever i relation til gamingfællesskaber og fysisk aktivitet.

For at belyse problemformuleringen fra flere perspektiver indgik to forskellige informantgrupper i undersøgelsen: en gruppe unge gamere samt en projektleder tilknyttet et konkret projekt i Sønderborg, hvor gaming og fysisk aktivitet blev kombineret. Gamergruppen var inkluderet, fordi gaming og fysisk aktivitet allerede udgør centrale elementer i deres fællesskab. Interviewene med gamergruppen har til formål at undersøge rammerne for deres venskab, de værdier fællesskabet bygger på, samt hvilke betingelser der opleves som nødvendige for, at et fællesskab, hvor gaming og fysisk aktivitet kombineres, kan fungere og vedligeholdes.

Projektlederen var inkluderet for at belyse et organiseret projekt, hvor kombinationen af gaming og fysisk aktivitet allerede var blevet realiseret i praksis. Interviewet med projektlederen fokuserede på, hvordan projektet blev etableret, hvilke formål der lå til grund for projektet, hvordan aktiviteterne blev tilrettelagt, samt hvilke faktorer der bidrog til, at projektet ophørte og ikke blev genoptaget. Denne kombination af informantgrupper muliggør en bredere indsigt i, hvordan gaming, fællesskab og fysisk aktivitet kan forbindes i både uformelle venskabsfællesskaber og organiserede rammer.

5.2 Videnskabsteoretiske overvejelser

Undersøgelsen tog udgangspunkt i en hermeneutisk videnskabsteoretisk tilgang. Inden for denne forståelsesramme anskues viden som fortolket og kontekstafhængig, og fokus rettes mod at forstå menneskers oplevelser og meningsskabelse fremfor at afdække objektive sandheder. Hermeneutikken var særlig relevant i relation til dette speciale, da problemformuleringen omhandlede subjektive erfaringer med fællesskab, motivation og overgang mellem digitale og fysiske aktiviteter (Kvale & Brinkmann, 2018). I en hermeneutisk tilgang var forskerens forforståelse et uundgåeligt vilkår (Kvale & Brinkmann, 2018). Min egen erfaring med både gaming og fysisk aktivitet udgør derfor et analytisk udgangspunkt, som jeg løbende har forholdt mig reflektivt til gennem hele forskningsprocessen. Fortolkningen var sket i en bevægelse mellem del og helhed, hvor enkelte udsagn var blevet forstået i relation til den samlede empiri og den kontekst, de indgik i.

I praksis var den hermeneutiske tilgang kommet til udtryk gennem hele forskningsprocessen. Min forforståelse, som var præget af egne erfaringer med både gaming og fysisk aktivitet, har fungeret som et udgangspunkt for fortolkningen, men var løbende blevet udfordret og nuanceret gennem arbejdet med empirien. Forståelsen var udviklet i en bevægelse mellem del og helhed, hvor enkelte udsagn var blevet fortolket i relation til både det enkelte interview og det samlede datamateriale. Den hermeneutiske proces har været iterativ og fremadskridende, idet gentagne gennemlæsninger, kodning og tematisering har medført justeringer i forståelsen af materialet. Denne udvikling kom blandt andet til udtryk i beslutningen om at gennemføre et opfølgende interview samt i den efterfølgende raffinering af

temaer i dialog med en critical friend. Hermeneutikken har således ikke alene fungeret som et teoretisk ståsted, men som en aktiv fortolkningsramme for både dataindsamling og analyse.

5.3 Valg af informanter og kontekst

Informanterne var udvalgt strategisk med henblik på at opnå en bredere og mere nuanceret indsigt i, hvordan fællesskaber i gaming kan understøtte en kobling mellem fysisk aktivitet, fællesskab og sport. Undersøgelsen omfattede i alt tre interviews: to interviews med unge gamere på 21 år, som har spillet computerspil og været fysisk aktiv siden barndommen, samt ét interview med en projektleder tilknyttet et konkret projekt i Sønderborg, hvor gaming og fysisk aktivitet blev kombineret i et organiseret fællesskab.

Oprindeligt var det planlagt, at gamergruppen skulle bestå af tre deltagere. Forud for interviewene meddelte én potentiel deltager dog via mail, at han ikke havde mulighed for at deltage i specialet på grund af manglende tid. Undersøgelsen blev derfor gennemført med to deltagere fra gamergruppen.

Gamergruppen var inkluderet, fordi gaming og fysisk aktivitet allerede udgør centrale elementer i deres fællesskab. Interviewene med gamergruppen har til formål at undersøge rammerne for deres venskab, de værdier fællesskabet bygger på, samt hvilke betingelser der opleves som nødvendige for, at et fællesskab, hvor gaming og fysisk aktivitet kombineres, kan opstå og vedligeholdes. På den måde bidrager gamergruppen med deltagernære perspektiver på, hvordan sammenhængen mellem gaming, fællesskab og fysisk aktivitet udfolder sig i en uformel kontekst.

Projektlederen var inkluderet for at belyse et organiseret projekt, hvor kombinationen af gaming og fysisk aktivitet allerede var blevet realiseret i praksis. Interviewet med projektlederen fokuserede på, hvordan projektet blev etableret, hvilke formål der lå til grund for projektet, hvordan aktiviteterne blev tilrettelagt, samt hvilke faktorer der bidrog til, at projektet ophørte og ikke blev genoptaget. Projektlederen repræsenterer således den organisatoriske og strukturelle ramme for specialet.

Alle informanter udgør det empiriske grundlag for specialet, men de repræsenterer forskellige analytiske positioner. Kombinationen af en uformel venskabskontekst og en organiseret

praksiskontekst muliggør en analytisk belysning af, hvordan gamingfællesskaber kan fungere som ramme for overgangen fra digitale aktiviteter til fysisk aktivitet.

5.4 Udførelse af undersøgelsen

Undersøgelsen blev gennemført som individuelle, semistrukturerede interviews afholdt online (Kvale & Brinkmann, 2018). Inden interviewene blev der etableret kontakt via mail og telefon, hvor deltagerne blev informeret om undersøgelsens formål og modtog samtykkeerklæring (Bilag 2). Før hvert interview gennemførte jeg en kort briefing, hvor jeg præsenterede mig selv, gennemgik interviewets struktur og sikrede, at deltagerne havde forstået samtykkeerklæringen, samt gav deltagerne mulighed for at stille spørgsmål.

Interviewene blev afholdt online i deltagernes egne omgivelser, hjemme hos dem selv eller på kontoret på arbejde, hvilket bidrog til at skabe en tryk og uformel ramme for samtalen. Denne ramme skabte en tryk atmosfære og reducerede den formelle distance, som ofte forbindes med fysiske interviews. Lobe et al. (2022) fremhæver, at digitale interviews især blandt yngre deltagere kan understøtte en mere naturlig og uformel kommunikation, fordi formatet ligger tæt på deres daglige digitale interaktioner. Forud for interviewene blev deltagerne informeret om de tekniske krav, herunder stabil internetforbindelse, mikrofon, headset og webcam, for at sikre et uforstyrret interviewforløb. Derudover afklarede jeg sammen med deltagerne, at de havde adgang til et uforstyrret fysisk rum, og at forbindelsen og Teams-mødet fungerede, inden interviewet gik i gang ved at sidde klar i mødet 15 minutter inden interviewet, så informanten kunne deltage når vedkommende var klar (Lobe et al. 2022).

5.5 Etiske overvejelser

I arbejdet med dette speciale var der løbende blevet taget højde for de etiske overvejelser, der knytter sig til kvalitativ, interviewbaseret forskning, hvor informanter deler personlige erfaringer og refleksioner. Centralt har hensynet til frivillighed, informeret samtykke og fortrolighed været gennemgående principper i hele forskningsprocessen (Kvale & Brinkmann, 2018).

Forud for interviewene modtog alle informanter skriftlig information om undersøgelsens formål, deres rolle som deltagere samt deres rettigheder, herunder retten til at trække sig fra undersøgelsen uden begrundelse. Informeret samtykke blev indhentet via en

samtykkeerklæring, som deltagerne havde mulighed for at læse igennem inden interviewet, og samtykket blev derudover bekræftet mundtligt ved interviewets start.

For at sikre informanternes fortrolighed var alle deltagere blevet pseudonymiseret, og identificerbare oplysninger var udeladt eller ændret i både transskriptioner og den videre analytiske fremstilling. Det indsamlede datamateriale var udelukkende anvendt i forbindelse med dette speciale og var blevet opbevaret forsvarligt.

Som interviewer har jeg bestræbt mig på at indtage en etisk ansvarlig og respektfuld rolle under interviewene. Dette indebærer blandt andet, at jeg undlod at lægge ord i munden på informanterne, lyttede aktivt til deres svar og løbende sikrede korrekt forståelse gennem opsummerende og afklarende spørgsmål.

5.6 Indsamling af data

Empirien blev indsamlet gennem semistrukturerede interviews, da denne metode var velegnet til at indfange deltagernes egne oplevelser, forståelser og refleksioner i relation til problemformuleringen (Kvale & Brinkmann, 2018). Der blev anvendt to separate interviewguides: én til gamergruppen og én til projektlederen (Bilag 1.1; Bilag 1.3).

Interviewguiden til projektlederen omfattede temaer om baggrund, modtagelse af deltagere, aktiviteter og bevægelse, gamingdelen, deltagelse og dynamik, erfaringer med COVID-19-nedlukningen samt afslutning. Disse temaer var udvalgt for at få indblik i projektets struktur, erfaringer fra praksis og projektlederens refleksioner over målgruppen og rammesætningen.

Interviewguiden til gamergruppen omfattede temaer om baggrund, gaming, fysisk aktivitet, oplevelser, venskaber og afslutning. Disse temaer havde til formål at udforske deltagernes oplevelser, deres sociale dynamik og deres egne beskrivelser af samspillet mellem gaming, fysisk aktivitet og fællesskab.

Der blev ikke gennemført egentlige pilotinterviews grundet det begrænsede antal potentielle deltagere. I stedet blev interviewguidernes første udkast gennemgået af min vejleder, og de reviderede versioner blev yderligere kvalificeret gennem sparring med min critical friend som var journalistuddannet. Hendes erfaring med interviewteknik og formulering af spørgsmål

bidrog væsentligt til at sikre, at spørgsmålene var både klare, undersøgende og egnede til en semistruktureret interviewform.

Hvert interview blev optaget som lydfil efter deltagernes samtykke. Optagelserne blev transskriberet ved hjælp af kunstig intelligens, som var indbygget i Microsoft Teams (Bilag 3). Materialet blev gennemlæst for at sikre, korrekthed, overensstemmelse, fortrolighed og fordybelse i indholdet. I forbindelse med denne gennemlæsning blev det tydeligt, at der var behov for et opfølgende interview med én af deltagerne, da det indledende interview ikke fuldt ud gav mulighed for at udfolde de relevante erfaringer og perspektiver. Dette skyldtes blandt andet min begrænsede erfaring med interview som metode. Det opfølgende interview blev derfor gennemført med henblik på at uddybe og præcisere centrale udsagn og sikre et mere fyldestgørende empirisk grundlag. Det opfølgende interview tog afsæt i den oprindelige interviewguide, men med særligt fokus på at uddybe de temaer, der fremstod underbelyst i det første interview (Bilag 1.2).

Tidstabel over interview	
Person:	Tid:
Jonas (gamer)	48:36
Jonas (opfølgende)	18:51
Mads (gamer)	1:01:25
Lars (projektleder)	57:25

Tabel 6 Tidstabel over varighed af interviews

5.7 Analysemetode

Analysen af interviewmaterialet var foretaget ved hjælp af tematisk analyse med afsæt i Braun og Clarke (2017). Den tematiske analyse var valgt, fordi den understøtter specialets eksplorative formål og muliggør en systematisk, men fleksibel bearbejdning af informanternes udsagn med fokus på oplevelser, meningsdannelse og sociale processer relateret til gaming, fællesskab og fysisk aktivitet.

Analysen blev gennemført i NVivo 15 og var inspireret af Braun og Clarkes seks faser for tematisk analyse, som i praksis blev anvendt som en iterativ og sammenhængende proces (Braun & Clarke, 2017). Analyseprocessen kan overordnet beskrives i seks sammenhængende

trin: (1) fortrolighed med data gennem gentagne gennemlæsninger, (2) udvikling af indledende induktive koder, (3) gruppering af koder i foreløbige temaer, (4) gennemgang og definition af temaer, (5) udvælgelse af citater samt (6) udarbejdelse af den endelige analytiske fremstilling (Figur 3).



Figur 3 Flowchart over analyseprocessen

Først gennemlæste jeg samtlige transskriberede interviews to gange, samt lyttede til interviewet, for at opnå fortrolighed med materialet og danne et overordnet indtryk af centrale mønstre og meningsbærende udsagn.

Herefter blev materialet kodet induktivt, hvor relevante udsagn blev markeret og tildelt foreløbige koder, der beskrev, hvad informanterne talte om (Bilag 4.2). Kodningen blev gennemført, således at de samme koder kunne optræde i flere interviews. Centrale koder som fællesskab, gaming og fysisk aktivitet optrådte i alle interviews og gjorde det muligt at identificere både ligheder og variationer i informanternes udsagn. I alt blev der identificeret 117 induktive koder. De induktive koder blev udviklet direkte på baggrund af informanternes udsagn og havde karakter af korte, beskrivende betegnelser, der indfangede, hvad deltagerne talte om, uden anvendelse af på forhånd fastlagte teoretiske kategorier. En kode blev oprettet, når et udsagn fremstod som meningsbærende i relation til problemformuleringen, enten ved at gentage et centralt forhold eller ved at bidrage med en ny vinkel på samspillet mellem gaming, fællesskab og fysisk aktivitet.

På baggrund af kodningen blev beslægtede koder samlet i foreløbige tematiske klynger (Bilag 4.1). I denne fase blev koder flyttet, sammenslået og omformuleret, efterhånden som analysen skred frem. Flere koder viste sig at overlappende, mens andre ikke udviklede sig yderligere og derfor ikke indgik i de endelige temaer. Denne analytiske bearbejdning

resulterede i fem overordnede temaer: (1) gaming som socialt samlingspunkt, (2) digitale og fysiske fællesskaber, (3) rammen om venskabet, (4) fysisk aktivitet og motivation samt (5) projektets struktur, organisering og ramme.

Temaerne blev efterfølgende gennemgået kritisk med fokus på intern sammenhæng og tydelig afgrænsning i forhold til hinanden. I denne fase blev temaerne finjusteret og navngivet med betegnelser, der afspejler deres centrale indhold og analytiske bidrag til besvarelsen af specialets problemformulering. Denne tematiske raffinering fandt sted i dialog med en critical friend, hvilket bidrog til at kvalificere temastrukturen gennem kritiske spørgsmål og refleksion over temaernes afgrænsning og sammenhæng. Den afsluttende del af analysen bestod i at skrive temaerne frem i analysen. I denne fase blev der udvalgt citater inden for hvert tema, som på særlig tydelig vis afspejlede temaets centrale indhold eller understøttede en analytisk pointe. Udvælgelsen af citater skete med henblik på at sikre, at analysen forblev empirisk forankret, samtidig med at citaterne bidrog til at nuancere og tydeliggøre fortolkningerne (Bilag 4.3).

5.8 Metodekritik

Specialet var baseret på tre informanter, hvilket udgør et relativt begrænset empirisk grundlag. Datamaterialets omfang sætter rammer for undersøgelsens empiriske bredde, men muliggør samtidig en dybdegående indsigt i informanternes konkrete erfaringer og perspektiver.

Rekrutteringen af informanter har primært fundet sted via forfatterens netværk, hvilket udgør et metodisk vilkår i undersøgelsen. Al efterfølgende kontakt og gennemførelse af interviewene var foregået direkte mellem forfatter og informanter, og deltagelsen har været frivillig.

Informanterne var anonymiseret i alle led af processen.

Endvidere var interviewene gennemført online, hvilket kan have haft betydning for interaktionen mellem interviewer og informant. Denne ramme betragtes som en metodisk begrænsning og indgik i fortolkningen af undersøgelsens resultater.

6. Resultater

I dette kapitel præsenteres resultaterne af den tematiske analyse foretaget i NVivo 15. Kapitlet redegør for, hvilke mønstre der fremtrådte i interviewmaterialet om hverdagsliv, relationer og praksisser, samt hvordan gamingfællesskaber indgik i informanternes sociale liv og i deres erfaringer med fysisk aktivitet. Afsnittet præsenterer kun de empiriske fund og dermed mine fortolkninger af informanternes udsagn.

I afsnittets første del (afsnit 6.1-6.4) blev der fokuseret på gamerdrengenes venskaber, fællesskaber og motivation for gaming og fysisk aktivitet. Resultaterne bevægede sig her fra etableringen af venskaber over digitale og fysiske fællesskaber til gaming som social praksis og fysisk aktivitet som en integreret del af fællesskabet.

I kapitlets anden del (afsnit 6.5) blev fokus rettet mod projektet med gaming i sportshallen. Her blev der lagt vægt på projektets formål, organisering og rammer samt deltagernes og projektlederens oplevelser.

6.1 Ramme om venskabet

I dette tema rettes fokus mod vennegruppen bestående af de to gamer-informanter (Mads og Jonas). Resultaterne undersøger, hvordan deres venskaber var blevet etableret og vedligeholdt over tid, samt hvordan fællesskabet udvikler sig på tværs fysisk og digitalt.

6.1.1 “De fleste af os vi kender hinanden fra fodbold eller skole” – Venskabets oprindelse

Vennegruppens relationer har deres udspring i barndommens lokale, fysiske miljøer, hvor både Jonas og Mads blev en del af fællesskaber før gaming fik en central social betydning. Jonas beskriver, hvordan relationerne primært blev grundlagt gennem fysiske aktiviteter: “De fleste af os vi kender hinanden fra fodbold eller skole” (Jonas, Bilag 4.3.1). Mads supplerer denne fortælling ved at beskrive, hvordan venskaberne udviklede sig gennem en kombination af fodbold og skole: “Jeg startede til fodbold da jeg var 4... helt fra helt små har vi kendt hinanden” (Mads, Bilag 4.3.1). Han beskrev samtidig en tidlig form for digitalt fællesskab, der udsprang af de fysiske relationer: “Jeg kan i hvert fald huske, at det var i skolen man havde en

seddel med sit PlayStation-navn... så kunne man jo blive venner derinde og spille sammen” (Mads, Bilag 4.3.1). Det viser, hvordan digitale fællesskaber allerede tidligt blev en forlængelse af fysiske relationer snarere end et alternativ til dem. Som ungdomstiden skred frem, begynder fællesskabet at udvide sig på tværs af arenaer. Jonas understreger, at initiativet til at være sammen fysisk eller digitalt var jævnt fordelt: “Jeg tror det har været ret god fordeling... nogen siger ‘skal vi spille computer’, andre siger ‘skal vi tage på banen?’” (Jonas, Bilag 4.3.1). Denne gensidige, spontane måde at danne fællesskab på var med til at styrke relationerne, fordi samværet ikke var bundet til én type aktivitet, men til den motivation, der opstod i fællesskabet, når samværet opleves som selvvalgt og meningsfuldt. Mads pegede på, at perioden omkring COVID-19 styrkede relationerne yderligere: “Der blev spillet meget computer... men samtidig løb vi tit om aftenen, 5 eller 10 mand samlet ... det var en måde at holde lidt aktivitet” (Mads, Bilag 4.3.1). Udsagnet viste, hvordan digitale og fysiske samværsformer fungerede parallelt i samme periode. Gaming bidrog her til at opretholde kontakt og tilgængelighed i hverdagen, mens den fælles fysiske aktivitet gav gruppen mulighed for at dele konkrete oplevelser. Dette pegede på, at den digitale kontakt og den fælles fysiske aktivitet fungerede parallelt og gensidigt understøttede hinanden i perioden.

Et centralt kendetegn for gruppens venskab var trygheden i at kunne mødes uden faste forventninger eller krav. Jonas beskrev Discord som et åbent socialt rum: “Man hopper bare ind... så kan folk jo, hoppe på, hvis de har lyst” (Jonas, Bilag 4.3.1). Her opstod fællesskabet ud af tilgængelighed og gensidig lyst, og dette miljø skabte en følelse af tilhørsforhold. Den sociale fleksibilitet uddybes af Jonas: “Hvis du lige har tid, så blev du derinde... vi spiller bare lidt for sjov det meste af tiden” (Jonas, Bilag 4.3.1). Fællesskabet understøtter således både spontanitet og kontinuitet.

Alt dette viser, at gruppens venskaber ikke udspringer af én aktivitet, men af en flerstrengt social praksis, hvor fodbold, skole, gaming, Discord og spontane initiativer tilsammen danner et dynamisk fællesskab. Relationerne blev stærkere, fordi de hele tiden vedligeholdes gennem små handlinger og gentagne former for samvær, både offline og online. Mads beskrev denne udvikling meget præcist: “Det var gået fra det ene til det andet... fra at slås til at spille computer og hygge sig” (Mads, Bilag 4.3.1). Relationerne var dermed ikke statiske, men følger de unges livsfaser og behov for tilhørsforhold, tryghed og fælles aktivitet. Dette fælles

udgangspunkt: "Altså mig og Jonas kan i hvert fald huske at spille computer eller playstation sammen... Vi har altid spillet fodbold sammen" (Mads, Bilag 4.3.1). Han beskrev også, hvordan deres relation udviklede sig fra drilleri og småkonflikter på banen til et dybere venskab gennem gaming: "Vi havde nok begge to meget iltert temperament... Jeg vil næsten vove at påstå, at fra vi begyndte at spille computer, så stoppede vi også med at slås" (Mads, Bilag 4.3.1).

Fællesskabets inklusion fremhæves af begge. Jonas beskrev det som: "Der var altid plads" (Jonas). Mads supplerer: "Det var ikke et lukket forum eller noget" (Mads, Bilag 4.3.1). Dette viste en gennemgående kultur, hvor relationer skabes gennem tilgængelighed og lavt pres, alle kan være med, både fysisk og digitalt.

6.1.2 "Det meste af tiden... er ment meget jokende" – Normer, tone og konfliktforståelse

Tonen i vennegruppen var præget af humor, drilleri og en fælles forståelse af, at kommunikationen ofte var direkte uden at være sårende. Jonas beskriver: "Det meste af tiden... var ment meget jokende" (Jonas, Bilag 4.3.1), hvilket illustrerer en social norm, hvor sproglig leg og små provokationer fungerede som et udtryk for nærhed snarere end konflikt. Mads supplerer denne forståelse ved at forklare, hvordan drilleri var en integreret del af gruppens dynamik: "Dem der lærer hurtigt, skal drille dem der lærer langsomt så meget som muligt... det var kærligt drilleri" (Mads, Bilag 4.3.1). Drilleri blev dermed et socialt signal om inklusion og fælles forståelse. Denne norm videreføres også i fysisk aktivitet: "Snubler du over bolden... så hører man for det, men på en ordentlig måde" (Mads, Bilag 4.3.1).

Når konflikter opstår, blev de håndteret roligt og uden eskalation. Jonas beskriver: "Hvis man blev sur, så snakkede man jo bare med den person" (Jonas, Bilag 4.3.1). Mads uddyber dette gennem en personlig refleksion: "Fra vi begyndte at spille computer, så stoppede vi også med at slås... man får måske snakket lidt mere end man gjorde på en fodboldbane" (Mads, Bilag 4.3.1). Her fremgår det, at gaming ikke blot reducerer konfliktniveauet, men også skabte et rum for refleksion og dialog. Digitale miljøer giver plads til, at man kan trække sig kortvarigt uden at relationen belastes, mens fysiske aktiviteter giver mulighed for genforhandling af relationen gennem kropslig og social koordinering. Citaterne viser, at gruppens

kommunikation var præget af en høj grad af social modenhed, hvor relationerne prioriteres over øjeblikkets frustrationer.

6.1.3 “Vi kunne lade være med at snakke sammen i et år, og så ville ting stadig være normale” – Relationernes dybde og varighed

Et centralt fund var relationernes robusthed. Mads understreger, at de lange venskaber ikke trues af afstand eller ændrede livsrytmer: “Vi går rigtig langt tilbage... vi kunne lade være med at snakke sammen i et år, og så ville ting stadig være normale” (Mads, Bilag 4.3.1). Denne stabilitet hænger sammen med gruppens evne til at inkludere både forskellige personligheder og forskellige grader af tilstedeværelse. Mads beskriver, hvordan nogle blot “er med i snakken uden at game” (Mads, Bilag 4.3.1), fordi de ikke har udstyr, men stadig har social værdi i gruppen.

For begge informanter fremstår relationerne som et identitetsbærende fundament. Jonas opsummerer det klart: “Det var dem, du har kendt længst... dine venner” (Jonas). Mads beskrev det gennem deres udvikling: “Det var gået fra det ene til det andet... fra at slås til at spille computer og hygge sig” (Mads, Bilag 4.3.1).

6.2 Gaming som social praksis

I dette tema præsenteres resultaterne, der belyser gaming som en social praksis i vennegruppens hverdag. Fokus var rettet mod, hvordan gaming fungerede som et centralt mødested, hvordan fællesskab blev skabt og vedligeholdt gennem spil og samtale, samt hvordan engagement, konkurrence og motivation udviklede sig over tid.

6.2.1 “Folk kommer bare drypvis ind” – Gaming som lavtærskel-mødested

Gaming fungerede som et naturligt socialt mødested for vennegruppen, særligt i deres barndom og tidlige ungdom. Mads beskriver, hvordan gaming næsten var en fast del af hverdagen: “Når man kom hjem fra skole... noget af det første var at tænde computeren” (Mads, Bilag 4.3.3). På dette tidspunkt krævede gaming ingen planlægning; fællesskabet opstod spontant, når de loggede på og fandt hinanden via Discord. Denne spontane struktur skabte et flydende og inkluderende fællesskab, hvor deltagelsen ikke var bundet til aftaler eller krav. Jonas forklarer: “Det var en meget flydende vennegruppe... folk hoppede ind og ud”

(Jonas, Bilag 4.3.3). Når nogen kom online, skrev de blot: "Skal vi lave noget?" og fællesskabet opstod i det øjeblik (Jonas, Bilag 4.3.3). Dette digitale mødested fungerede som en form for udvidet dagligstue, hvor sociale rytmer blev etableret gennem nærvær og tilgængelighed. I dag var gaming mindre spontant, fordi hverdagen var fyldt med arbejde og studier: "I dag var det mere aftalt... førhen kom man bare dryppende" (Mads, Bilag 4.3.3). Det viser, hvordan gaming som social praksis modnes over tid, men stadig fungerede som en måde at holde kontakt på.

6.2.2 "Man hopper bare ind i en Discord-gruppe... og så kommer der flere og flere" – Gaming som fællesskabsdannende mekanisme

Gaming fungerede senere som det primære mødested, hvor gruppen fastholdt kontakt og struktur uanset geografi. Jonas beskrev, hvordan deltagerne spontant samledes online: "Man hopper bare ind i en Discord-gruppe... og så kommer der flere og flere" (Jonas, Bilag 4.3.1). Enkelheden og den lave tærskel var central for fællesskabets karakter: der var ingen krav om planlægning, ingen forventninger om præstation og ingen forpligtelse til at være til stede i bestemte tidsrum. Netop denne tilgængelighed gjorde, at Discord fungerede som en konstant social base, et "altid-på" rum, præget af tætte relationer, gensidig genkendelse og kontinuerlig kontakt blandt allerede etablerede venner. Når man allerede var sammen, var det desuden lav social risiko at foreslå nye aktiviteter; initiativer opstod naturligt, fordi kontakten allerede var i gang.

For Mads var denne digitale kontinuitet særligt vigtig i voksenlivet: "En stor del af kontakten blev holdt via gaming... man ringer ikke lige i det længere opkald, men når man spiller computer, så kommer det mere naturligt" (Mads, Bilag 4.3.1). Det viste, hvordan digitale samværsformer ikke blot var praktiske, men udgjorde en måde at bevare relationel nærhed på, når hverdagen blev fyldt af arbejde, studie og afstand. Samtalerne fortsatte på tværs af tid og arenaer; man kunne glide ind og ud af voice-kanaler, vende tilbage senere og genoptage en igangværende dialog uden formelle aftaler.

Metaforisk indfangede Mads oplevelsen som “det lange frikvarter, der bare aldrig stopper” (Mads, Bilag 4.3.2). Metaforen pegede på vedvarende nærhed og lavt socialt pres: man kunne tilslutte sig, blive hængende og falde ind i samtalerne, uden at der var krav om planlægning eller præstation. Det digitale rum forlængede dermed hverdagskontakt og gjorde det let at holde relationerne varme.

Samtidig skabte gaming fællesskab gennem aktiviteter i og omkring spillet. For Mads og Jonas bestod gaming ikke kun af det, der skete på skærmen, men også af de fortællinger og ritualer, der opstod imens. Mads beskrev et konkret minde fra **Borderlands 2**: “Vi skulle selvfølgelig have en bestemt pistol... farne bosser... en legendary” (Mads, Bilag 4.3.3). Sådanne episoder blev fælles narrativer, som gruppen refererede til senere, og som styrkede den interne historie og samhørighed. Også hverdagsinteraktioner bar fællesskabet. Mads forklarede, at de ofte talte om fodbold, mens de spillede: “Vi kunne godt sidde og game, men samtidig snakke om fodboldkampen i weekenden” (Mads, Bilag 4.3.3). Gaming fungerede dermed som en ramme, hvor samtaler opstod naturligt, og hvor relationer blev vedligeholdt gennem både leg og dialog.

Begge informanter fremhævede, at digitale fællesskaber ikke stod i modsætning til fysiske aktiviteter. Mads beskrev perioden i 9. klasse under COVID-19: “Der blev spillet meget computer... men samtidig løb vi om aftenen, 5 eller 10 mand samlet” (Mads, Bilag 4.3.1). Her fungerede gaming som et koordinerende rum, hvor kontakt blev opretholdt, og hvor aftaler om fælles aktiviteter kunne opstå. Jonas beskrev lignende mønstre i forbindelse med LAN-events og sommerhusture: “5–10 mennesker tog i sommerhus... og så sad man og spillede videospil hele natten” (Jonas, Bilag 4.3.1). Disse situationer viste, hvordan digitale platforme kunne fungere som ramme for planlægning og samvær, men uden entydigt at være årsag til fysisk aktivitet. Informanternes udsagn pegede dermed på, at digitalt og fysisk samvær eksisterede parallelt og flettede sig ind i hinanden, snarere end at det ene entydigt førte til det andet. Hvordan denne digitale tilgængelighed blev omsat til konkrete bevægelsesinitiativer, blev uddybet i afsnit 6.4.2.

6.2.3 “Det handler om ikke at ligge lavest på leaderbordet” – Udvikling i engagement, motivation og konkurrence i gaming

Gamingen har udviklet sig over tid og afspejler både livsfaser og ændrede sociale behov. Mads forklarer, hvordan motivationen har ændret sig: “I folkeskolen ville jeg gerne vinde... i gymnasiet blev det ligegyldigt hvilken rank man havde” (Mads, Bilag 4.3.3). Gaming går fra at være præstationsdrevet og konkurrencepræget til at blive mere fokuseret på hygge, fællesskab og afslapning. Jonas beskrev en lignende udvikling: “Det var stadig skydespil... men nu også sjove spil man finder” (Jonas, Bilag 4.3.3). Dette viser, at engagementet ikke forsvinder, men tilpasser sig livets rammer. Gaming blev dermed en fleksibel praksis, hvor både interesse, tidsforbrug og formål ændrer sig, men hvor den sociale funktion stadig består. Selvom gaming primært fungerede som fællesskab, spiller konkurrence stadig en væsentlig social rolle. For Jonas var konkurrencen tydelig i teenageårene: “Det handler om ikke at ligge lavest på det der leaderboard” (Jonas, Bilag 4.3.3). Spil som CS:GO og League skabte mere konkurrence end andre: “Hvis du har sådan noget CS:GO eller League, så vil du helt klart have konkurrence” (Jonas, Bilag 4.3.3).

Derudover påvirker konkurrencegruppen dynamikken. Jonas nævner, hvordan de alle startede samme sted, men én ven udviklede sig til et semiprofessionelt niveau: “Vi havde en der kom op og spillede på et semiprofessionelt niveau... så når han var med var det lidt tryk hard” (Jonas, Bilag 4.3.3). Det skabte ikke konflikt, men differentierer roller og ambitionsniveauer. Mads fremhæver, at ikke alle spil var konkurrenceorienterede: “Det synes jeg faktisk var mega hyggeligt... der var slet ikke konkurrence i det” (Mads om Arma 3 RP, Bilag 4.3.3). Det viser, at gamingfællesskabet kan tilpasse sig forskellige behov, nogle gange handler det om at vinde, andre gange om at være sammen uden pres.

Temaet viser, at konkurrence fungerede som en social drivkraft, men ikke var fællesskabets kerne. Det var snarere en dimension, der strukturerer rollerne i konkrete situationer og giver variation i praksis, mens fællesskabet fortsat var det bærende fundament.

6.3 Digitale og fysiske fællesskaber

Dette tema belyste forskelle og sammenhænge mellem digitale og fysiske fællesskaber med særligt fokus på kommunikation, roller og sociale normer. Analysen viste, hvordan informanterne navigerede mellem arenaerne og tilpassede deres adfærd og identitet afhængigt af konteksten. Her blev der lagt vægt på at beskrive, hvordan informanterne navigerede mellem arenaerne og tilpassede deres adfærd og roller afhængigt af konteksten.

6.3.1 “Du kan være meget mere fri online” – Kommunikation og udtryk i forskellige arenaer

Jonas beskrev markante forskelle mellem kommunikationen i fodbold og i gaming, hvor hver arena har sine egne sociale normer og udtryk. Han forklarer, at fodbold var præget af fysisk nærhed, kropsligt engagement og høj energi: “Til fodbold der vil du så råbe lidt eller kalde på hinanden eller være sådan... ret meget show” (Jonas, Bilag 4.3.2). Den fysiske tilstedeværelse skabte et rum, hvor man aflæser hinandens kropssprog og reagerer direkte på det, der sker i kampens intensitet.

Online samvær fungerede efter andre logikker end fysisk samvær. Jonas beskriver, hvordan graden af udadvendthed online i højere grad afhænger af personlighed og digital komfort: “Online kommer det meget an på din personlighed om du var meget stille eller om du bare sidder og smider hatecrimes højre og venstre” (Jonas, Bilag 4.3.2). Samtidig pegede han på, at unge kan udtrykke sig mere frit online, fordi de ikke står over for en umiddelbar fysisk konfrontation: “Du kan være meget mere fri online fordi der har du ikke de samme konsekvenser af at du skal fysisk konfronteres med det” (Jonas, Bilag 4.3.2). Dette understøttes yderligere af hans observation af, at nogle personer var stille i fysisk samvær, men “sidder og skriver romaner når du gamer”, hvilket viser, at unge kan udtrykke forskellige sider af sig selv afhængigt af konteksten. Det digitale rum giver dermed mulighed for mere ekspressive og mindre filtrerede sproglige udtryk end fysisk interaktion.

6.3.2 “Sportskammerater er lidt mere platoniske” – Identitetsskift og relationel kontinuitet

Forskellen i kommunikation understøtter en bredere pointe: unge indtager forskellige identiteter i forskellige arenaer. Jonas beskrev forskellen således: venskaber blandt “sportskammerater” var ofte mere situationsbestemte og bundet til aktiviteten, mens gamingvenner skabte kontinuitet gennem samtaler før, under og efter aktiviteten. Han siger: “Med dem jeg gamer med, har jeg flere talepunkter som du har snakket om aftenen før... hvor du så med en person du ikke spiller online med, kun rigtig har kontakt, når du var sammen med dem” (Jonas, Bilag 4.3.2).

Det viser, hvordan gaming skabte en social forbundethed, der rækker ud over selve aktiviteten. Identiteten som gamer fremstår mere relationel og kontinuerlig, mens identiteten i sport i højere grad var knyttet til situationen, holdet og den konkrete fysiske praksis. Dette dobbelte identitetsarbejde, at være én form for ven i sport og en anden i gaming, synliggør de unges evne til at forstå og navigere mellem forskellige sociale roller i hverdagen.

6.3.3 “Der er altid et indirekte hierarki” – Situationsbestemte roller

Mads beskriver, hvordan sociale hierarkier opstod forskelligt afhængigt af arenaen. I sport var det ofte den dygtigste spiller, der uformelt får mest at sige, mens gaming skabte lignende, men arena-specifikke hierarkier: “Til fodbold var det ham der var bedst, der har lidt mere at sige... til computerspil var det ham der var bedst til computerspil der har lidt mere at sige” (Mads, Bilag 4.3.2). Disse forskelle var ikke udtryk for konflikt, men for en naturlig dynamik, hvor kompetence i aktiviteten giver social gennemslagskraft.

Mads beskrev også, hvordan læringshastighed i gaming påvirker rollerne, idet nogle hurtigt opnår en position med større indflydelse i fællesskabet. Når nogle lærer hurtigt, oplever de høj kompetence på det situerede niveau, hvilket naturligt giver dem mere social vægt. “Dem der lærer hurtigt, skal drille dem der lærer langsomt... det var kærligt drilleri” (Mads, Bilag 4.3.2).: “Dem der lærer hurtigt, skal drille dem der lærer langsomt så meget som muligt... det var kærligt drilleri” (Mads, Bilag 4.3.2). Dette drilleri handler ikke om dominans, men om social rytme og gruppetradition. Det viser, hvordan roller skabes og forhandles løbende og på

tværs af kontekster, og hvordan unge accepterer, at status kan skifte afhængigt af aktiviteten. Rollen som “den gode” eller “den sjove” eller “den stille” var ikke fast, men situeret.

6.4 Fysisk aktivitet og motivation

Dette tema præsenterer resultater om informanternes erfaringer med fysisk aktivitet og motivation. Fokus var på, hvordan fysisk aktivitet indgik i deres hverdagsliv, samt hvilken betydning fællesskab og sociale relationer havde for deres lyst til at være aktive. Afsnittet fokuserede på informanternes egne beskrivelser af erfaringer og praksisser.

6.4.1 “Jeg startede til fodbold, da jeg var 4” – Fysisk aktivitet som tidligt udgangspunkt

Både Mads og Jonas beskriver, at fysisk aktivitet har været en naturlig og tilbagevendende del af deres hverdag siden barndommen. Mads fortæller, hvordan han begyndte til fodbold som helt lille: “Jeg ved ikke rigtig... men ens forældre har nok tænkt, man skal dyrke noget sport... Jeg startede til fodbold da jeg var 4” (Mads, Bilag 4.3.4). Han knytter sine tidlige erfaringer til glæde ved bevægelse og fysisk leg: “Jeg må jo helt sikkert have haft det sjovt... og så senere var det blevet mere konkurrencepræget” (Mads, Bilag 4.3.4).

Som beskrevet i tidligere afsnit om hvordan deres venskab opstod var denne tidlige erfaring med sport udgør et centralt udgangspunkt for deres fysiske aktivitet og venskaber, som senere eksisterer side om side med gaming i deres hverdagsliv. Sporten skabte de første venskaber, strukturer og rytmer i deres sociale liv, og relationerne fra barndommen følger med ind i de digitale fællesskaber, der opstod senere. Gaming blev derfor ikke en erstatning for fysisk aktivitet, men en ny ramme oven på et i forvejen aktivt ungdomsliv.

6.4.2 “Man kommer på idéer, når man sidder og gamer” – Gaming som social motor for fysisk aktivitet

Gaming fungerede som et centralt socialt rum, hvor gruppen allerede var samlet, i kontakt og engageret, og netop denne nærhed skabte de sociale betingelser, der gjorde fysisk aktivitet lettere at foreslå og gennemføre. Mads beskriver, hvordan idéer til fysisk aktivitet ofte opstod spontant midt i en gaming-session: “Det var nemmere at sige hey har du lyst til det der lige

nu... fremfor at skulle planlægge det” (Mads, Bilag 4.3.4). Når fællesskabet allerede var aktiveret digitalt, blev overgangen til fysisk aktivitet mindre sårbar og mere naturlig.

Informanternes udsagn fremhævede, at digitale fællesskaber ikke stod i modsætning til fysisk samvær, men gjorde overgange mellem arenaer lette og naturlige. Under COVID-19 beskrev Mads, hvordan “der blev spillet meget computer... men samtidig løb vi om aftenen, 5 eller 10 mand samlet” (Mads, Bilag 4.3.1). Her fungerede gaming som et koordinerende rum, hvor kontakt blev opretholdt, og hvor aftaler om fælles aktiviteter kunne opstå. Jonas beskrev lignende mønstre i forbindelse med LAN-events og sommerhusture: “5–10 mennesker tog i sommerhus... og så sad man og spillede videospil hele natten” (Jonas, Bilag 4.3.1). Disse situationer viste, at digitale platforme udgjorde rammen for planlægning og samvær, mens digitalt og fysisk samvær eksisterede parallelt og flettede sig ind i hinanden, snarere end at det ene entydigt førte til det andet. De unges fortællinger viste samtidig, at gaming fungerede som en social motor, hvor idéer til bevægelse opstod spontant, fordi den digitale samling allerede var et fælles udgangspunkt. Mads eksemplificerede dette ved en kammerat, der gerne ville tabe sig: “så ville jeg gerne hjælpe, og vi kunne også godt, så det var en måde at holde hinanden motiveret... han smed det ofte op, fordi han havde et mål med det” (Mads, Bilag 4.3.4). Her blev fysisk aktivitet en social støttehandling, hvor gruppen engagerede sig, ikke fordi aktiviteten i sig selv var målet, men fordi relationen og fællesskabet bar handlingen. Jonas pegede på samme mekanisme, da han fortalte, hvordan nye aktiviteter opstod ud fra én persons nysgerrighed: “Det var sådan, vi begyndte at spille golf... én havde prøvet det, og så skulle vi andre prøve det” (Jonas, Bilag 4.3.4). Samlet set fungerede gaming således som social infrastruktur og rammesættende praksis, der gjorde det let at foreslå og følge op på fysisk aktivitet—uden at udgøre en enkel, direkte årsag til den.

6.4.3 “Det er altid sjovere sammen med nogen” – Fællesskabet som motivationskilde

Motivationen for fysisk aktivitet ligger ikke primært i aktiviteten selv, men i fællesskabet. Jonas fremhævede dette meget tydeligt: “Jeg var 100% mere motiveret til fysisk aktivitet gennem fællesskabet” (Jonas, Bilag 4.3.4). Det sociale samvær, konkurrenceelementet og muligheden for at dele succeser gjorde fysisk aktivitet betydningsfuld. Som Jonas siger: “Der vil altid være

et konkurrenceelement... hvem kan løfte mest, hoppe højest... noget man bare kan hygge sig med” (Jonas, Bilag 4.3.4). Konkurrencen fungerede ikke som pres, men som legende motivation.

Fysisk aktivitet blev også understøttet af sociale strukturer som Facebook-gruppen, hvor fravær kan virke demotiverende: “Du ville ikke dukke op til fodbold, hvis du kan se, der kun var to mand tilmeldt” (Jonas, Bilag 4.3.4). Her viste det sig, at gruppens størrelse, tilgængelighed og energi har direkte indflydelse på motivationen.

Mads beskrev samme mønster: “Ideen kommer jo først, når det var rigtig sent... man sidder og gamer, og så var det nemmere at spørge” (Mads). Spontaniteten og nærheden gjorde det lettere at sige ja. Det var de sociale rammer, ikke lysten til selve aktiviteten, der driver deltagelsen.

6.4.4 “Man bliver træt af at game... så er der behov for at komme ud og røre sig” – Øger gaming aktivitetsniveauet?

Svaret på dette spørgsmål var nuanceret. På den ene side siger Jonas klart, at han også var fysisk aktiv med mennesker, han ikke gamer med: “Jeg har kollegaer, jeg tog i fitness med... selvom jeg ikke spiller computer med dem” (Jonas, Bilag 4.3.4). Det viser, at gaming ikke var forudsætningen for fysisk aktivitet.

På den anden side var gaming-gruppen særligt betydningsfuld, fordi relationerne her var tættest, og fordi gaming skabte flere anledninger til bevægelse. Mads beskriver, hvordan gaming-sessioner ofte resulterer i lyst til at lave noget fysisk: “Man kan godt blive lidt træt af at game... og så var der et behov for at komme ud og røre sig” (Mads, Bilag 4.3.4). Dette behov for afveksling opstod især i de tætte fællesskaber, som oprindeligt blev etableret gennem fysiske aktiviteter i skole, og foreningslivet, og hvor gaming senere blev en central samværsform, der i nogle situationer følges af fælles fysisk aktivitet.

Derudover spiller gruppens dynamikker en rolle. Især når de “små drenge med krudt i røven” var med, som Mads siger humoristisk, blev fysisk aktivitet nødvendig: “Så går det da ikke, at det kun var at sidde og spille PlayStation” (Mads, Bilag 4.3.4). Her fremgår det, at gaming og fysisk aktivitet eksisterer side om side, ikke som modsætninger, men som praksisser, der supplerer hinanden.

6.5 Gaming i sportshallen som interventionsprojekt

I dette tema præsenteres resultaterne fra analysen af projektet med gaming i sportshallen. Afsnittet omhandlede projektets formål, organisering og rammer samt de erfaringer og oplevelser, som projektlederen og deltagerne beskrev. Temaet belyser både de intentioner, der lå til grund for projektet, og de praktiske og organisatoriske forhold, som fik betydning for dets udvikling og afslutning.

6.5.1 “Vi ville have synergieffekten” – Formålet med projektet og dets rationale

Projektet til at etablere et gaming- og esports tilbud i sportshallen udspringer af et tydeligt foreningsperspektiv. Lars beskriver, hvordan både han selv og halinspektøren kommer fra en stærk foreningskultur, særligt gennem håndbolden, og hvordan det prægede måden, de tænkte projektet på: “Vi tænkte mere foreningsliv... kunne vi få noget synergieffekt af, at de var inde i esport, kunne vi måske få en til at spille håndbold eller gymnastik... det var vores indgangsvinkel” (Lars, Bilag 4.3.5). Projektet var dermed ikke kun tænkt som et gamingtilbud, men som et strategisk greb til at bruge gaming som indgang til andre idræts- og foreningsaktiviteter. Det var afgørende for dem, at tilbuddet var forankret i hallen: “Det skulle være i hallen... det var afgørende, fordi vi ville have synergieffekten” (Lars, Bilag 4.3.5). Ved at placere esport-fællesskabet fysisk i samme miljø som de traditionelle idrætsforeninger håbede de at skabe glidende overgange mellem aktiviteterne, eksempelvis at børn, der kom for at game, også fik øje på badminton, fodbold eller gymnastik. Samtidig var der et klart værdimæssigt ståsted. De ønskede ikke at etablere et elitært miljø, men et breddeorienteret, inkluderende tilbud: “Vi ville ikke lave det der elite halløjsa... alle skulle være med. Fandt vi nogen der var gode, var det fedt, men hvis vi ikke gjorde, var det også okay” (Lars, Bilag 4.3.5). Esport skulle således være et åbent fællesskab med plads til mange forskellige børn, ikke kun dem, der havde ambitioner om at konkurrere på højt niveau.

6.5.2 “Fra intro-LAN til fast tilbud i hallen” – Rammer, organisering og opstart

Projektet blev indledt med et intro-LAN for at afsøge interessen hos børn og unge for foreningen. Lars fortæller, hvordan de uden større erfaring “bare ville prøve at se, om der var grobund”: “Vi startede med at lave et intro LAN... vi havde 80 pladser og var 110” (Lars, Bilag 4.3.5). Den store tilslutning bekræftede, at der var et potentiale i at etablere et mere

permanent tilbud. Organisatorisk blev projektet i første omgang forankret som en paraply under den lokale fodboldforening. Det gav dem et eksisterende administrativt setup at læne sig op ad: "Vi valgte at lave en paraplyorganisation med fodbolden... vi kunne bruge alle kræfter på at få den rigtige træner, det rigtige udstyr og de rigtige lokaler" (Lars, Bilag 4.3.5). Først senere blev esport-tilbuddet til en selvstændig forening med eget CVR-nummer og økonomi.

Rekrutteringen skete både gennem lokale netværk og direkte kontakt til forældre: "Vi var ude ved familierne... vi kender forældrene, vi bor i et lokalsamfund... og vi prøvede også på sociale medier" (Lars). Målgruppen var i udgangspunktet 12–18-årige, senere justeret til 10–18 år, men med en bevidsthed om, at store aldersspænd kan skabe gnidninger: "Vi ville helst ikke have 12-årige og 20-årige sammen" (Lars, Bilag 4.3.5). De fysiske rammer var stabile og tydeligt integreret i hallens øvrige faciliteter. Gaming foregik i et mødelokale, som var etableret permanent med computere og udstyr: "Det var ikke noget med, at vi skulle sætte det op hver tirsdag og torsdag... det var fast etableret" (Lars). Samtidig havde projektet adgang til hele hallens redskaber og faciliteter: "Alt... vi kunne låne gymnastikting, sætte airtrack op... børn vil jo gerne lave det" (Lars, Bilag 4.3.5). Dette gjorde det muligt at variere aktiviteterne og trække på kendte idrætspraksisser.

En central del af organiseringen var kravet om fysisk aktivitet som integreret del af træningen. Dette krav kan forstås som et tydeligt normativt greb, hvor foreningskulturen aktivt blev overført til gamingkonteksten. Kravet signalerede, at deltagelse i fællesskabet ikke alene handlede om gaming, men om at indgå i en samlet praksis, hvor bevægelse, disciplin og fælles rammer var ufravigelige elementer. Dermed fungerede kravet både som strukturerende ramme og som værdimæssig markering af, hvad det vil sige at være en del af tilbuddet. Lars beskriver, hvordan børnene typisk startede med at få sat computere og eget udstyr op, hvorefter de efter få minutter blev sendt ud til fysisk aktivitet: "Om sommeren lavede vi løb eller rundbold på sportspladsen... om vinteren var vi i multisalen... vi havde puls oppe i minimum 20 minutter inden de kom ind" (Lars, Bilag 4.3.5). Opvarmningen bestod af klassiske idrætsøvelser: "Helt almindelig standard opvarmning... rundsving, løb, høje knæløft, armbøjninger... de havde sved på panden, inden de skulle sidde" (Lars, Bilag 4.3.5).

Kravet om bevægelse var tydeligt formuleret: “Det var ikke nogen, der fik lov til at blive derinde... hvis de ikke deltog, fik de ikke lov til at komme med til undervisningen” (Lars, Bilag 4.3.5). Forældrene var informeret om dette, og fysisk aktivitet var derfor en grundpræmis for deltagelse, ikke en frivillig “bonus”. På den måde kom foreningslogikken direkte til udtryk i rammesætningen.

6.5.3 “De løb fra bilen” – Børnenes deltagelse, reaktioner og oplevelse af projektet

Lars beskrev børnenes engagement som markant og positivt. Han fortæller, hvordan mange af dem nærmest ikke kunne komme hurtigt nok ind i hallen: “De løb fra bilen inde fra parkeringspladsen... håbede på, at trænerne var kommet i god tid, så de kunne nå at få sat tingene op” (Lars, Bilag 4.3.5). For cirka 90 % af deltagerne var oplevelsen entydigt positiv: “De var altid glade... både når de kom, og når de gik 2 timer og et kvarter senere” (Lars, Bilag 4.3.5). Kun én enkelt episode førte til bortvisning. For flere børn blev projektet også en ny måde at møde hallen og foreningslivet på. Lars oplever, at mange kendte hinanden i forvejen, men at gaming gav dem en positiv relation til hallen: “Når de kom ind i hallen, var der mange der kendte hinanden... bare at de får en positiv relation og ser, at der var andre ting end det mørke lokale” (Lars, Bilag 4.3.5). Gamingtilbuddet fungerede dermed som en slags bro mellem private gaming-vaner og det organiserede foreningsliv. Børnenes motivation for at melde sig ind beskrives som en kombination af nysgerrighed og fællesskab: “Det ser sgu da sjovt ud det der... nysgerrighed” (Lars, Bilag 4.3.5). Samtidig fremhævede Lars betydningen af holdånd: “Man får et eller andet holdånd... og det har vi også i esport... nogen passer på medlemmerne, både store og små” (Lars, Bilag 4.3.5). Her træder foreningskulturen tydeligt frem som en ramme, hvor børnene ikke kun deltager i gaming, men også i en bestemt social form for fællesskab.

Der var også tegn på, at nogle børn bevæger sig fra gaming og videre til andre aktiviteter. Lars fortæller, at flere bagefter gik ind og spillede badminton eller var aktive i andre foreninger, og at der kom børn langvejs fra for at deltage. Projektet lykkes dermed i et vist omfang med at åbne hallen for nye målgrupper og etablere esport som del af et bredere idrætsmiljø.

6.5.4 “Man giver altid hånd” – Hvad der fungerede godt i praksis

Projektet var organiseret omkring flere faste organisatoriske og pædagogiske. Et vigtigt aspekt var integrationen af foreningskultur i gamingmiljøet. Lars beskrev en simpel, men konsekvent praksis: “Man giver altid hånd til træneren... det var fast, at man sagde pænt goddag” (Lars, Bilag 4.3.5). Denne norm understøtter en kultur af respekt, genkendelighed og tilhørsforhold, som mange børn i forvejen kender fra andre idrætter.

Rollemodeller spillede også en central rolle. Projektet havde på et tidspunkt en professionel træner, som både demonstrerede højt niveau og fungerede som inspirationsfigur: “Vi havde en træner som var professionel... han kunne slå dem alle sammen... de så op til ham” (Lars, Bilag 4.3.5). Samtidig fastholder Lars, at tilbuddet ikke skulle være elitært. Den professionelle træner blev dermed brugt mere som motiverende rollemodel end som løftestang til et præstationsorienteret miljø. Synergieffekten med hallens øvrige aktiviteter fremstod ligeledes som en succes. Ved fælles arrangementer, hvor alle foreninger stiller sig til rådighed, oplever de, at nogle børn “hellere vil ind og prøve at slå med en badmintonketcher og bolde... eller spille fodbold” (Lars, Bilag 4.3.5). Gaming blev her en indgang til hallen, men ikke nødvendigvis slutpunktet for deres deltagelse. Halinspektøren var ifølge Lars meget tilfreds med denne effekt, fordi den både trak nye børn og forældre ind i hallen og synliggjorde bredden af aktiviteter. Organisatorisk var det en styrke, at projektet i starten læner sig op ad en eksisterende forening. Det gav dem frihed til at fokusere på kerneopgaverne: “Vi kunne bruge alle kræfter på at få den rigtige træner, det rigtige udstyr og de rigtige lokaler... organisering af de fysiske aktiviteter” (Lars, Bilag 4.3.5). Overgangen til selvstændig forening efter tre år viser, at projektet i en periode opnåede en vis bæredygtighed og organisatorisk modenhed.

6.5.5 “Corona var hård ved os” – Hvad der fungerede dårligt: udfordringer og barrierer

På trods af de mange styrker pegede Lars på en række udfordringer, som med tiden underminerede projektets bæredygtighed. Den mest umiddelbare forklaring var COVID-19-nedlukningen: “Coronaen var hård ved os... jeg havde svært ved at få et hold op at køre igen” (Lars, Bilag 4.3.5). Han beskrev, hvordan forældrene efter nedlukningen ændrer holdning: “Forældrene havde måske også sagt: nu skal du ikke gå til esport, når du har spillet i 2,5 år...

nu skal du ud og røre dig” (Lars, Bilag 4.3.5). Her blev gaming som organiseret tilbud ramt af, at hjemmegaming allerede har fyldt meget. Derudover pegede Lars på tabet af nøglepersoner som en afgørende faktor. “Vi mistede også et par gode trænere... trænerne var livsnerven i foreningen” (Lars, Bilag 4.3.5). Når de trænere, der bærer den daglige praksis, forsvinder, var det svært at holde strukturen i gang. Et forsøg på at erstatte dem med en person uden foreningsbaggrund lykkes ikke: “Vi havde en som ikke kom fra foreningsliv... kunne ikke sætte sig ind i de regelsæt, vi havde... så blev vi enige om, at det var det” (Lars, Bilag 4.3.5). Her blev afhængigheden af få engagerede voksne tydelig. Alders- og uddannelsesovergange udgør en yderligere barriere. Lars forklarer, at de ældste deltagere efterhånden “var blevet for gamle... konfirmationsalderen... efterskole i 9. og 10. klasse... så har du meget svært ved at holde fast i gruppen” (Lars, Bilag 4.3.5). Når de centrale deltagere forsvinder til efterskole, skabte det et tomrum, som det var vanskeligt at rekruttere nye til at udfylde. Endelig nævner Lars, at “hypen omkring esport måske også var på tilbagefald” (Lars, Bilag 4.3.5).

Ud over coronanedlukningen pegede Lars også på ændringer i projektets interne organisering som en udfordring for projektets sammenhængskraft. Han beskrev, hvordan de faste rammer gradvist blev svækket, særligt i perioder med færre deltagere: “Før vi, når de kun var mellem 4 og 7–8 stykker... så fik de sådan set lov til at spille det, som de egentlig selv syntes, de gerne ville” (Lars, Bilag 4.3.5). Udsagnet viser, at der i praksis skete en bevægelse væk fra fælles, strukturerede spilsessioner mod mere individuelt spilindhold. Denne ændring betød, at det fælles fokus i gamingdelen blev mindre tydeligt, hvilket samtidig svækkede projektets oprindelige intention om at skabe et samlet fællesskab omkring både gaming og fysisk aktivitet. Når deltagerne spillede forskellige spil efter egne præferencer, blev det vanskeligere at fastholde de fælles rytmer og sociale interaktioner, som tidligere havde været bærende for projektet.

6.5.6 “Vi blev enige om at lukke ned” – Hvorfor projektet stoppede, og hvad vi kan lære af det

Ifølge Lars var nedlukningen af projektet resultatet af en kombination af udmattelse, ydre omstændigheder og manglende forankring på længere sigt. “Til sidst havde vi et enkelt hold... så var der ikke mere tilbage, og så blev vi enige om at lukke ned” (Lars, Bilag 4.3.5). Han

formulerer det nøgternt: “Vi gider ikke mere... skal vi ikke bare sige det sådan?” (Lars, Bilag 4.3.5). Trænerne har brugt mange kræfter på at starte noget op fra bunden, og uden nye kræfter til at tage over blev projektet skrøbeligt. Samtidig pegede Lars på vigtige læringspointer. For det første understregede han nødvendigheden af lokal forankring: “Man skal kende sit lokalområde... have nogen der brænder for det” (Lars, Bilag 4.3.5). For det andet fremhævede han betydningen af, at trænere kommer fra foreningskultur: “Hvis det var idræt, var det vigtigt, at de kommer fra en foreningskultur, som de kan tage med i rygsækken” (Lars, Bilag 4.3.5). Det var ikke nok at kunne gaming; man skal også kunne indgå i og bære en foreningsramme. Lars oplever også, at deres projekt adskiller sig fra andre gamingklubber ved netop at have fokus på kombinationen af fysisk aktivitet og gaming. Han fortæller, at de fra Sønderborg og efterskoler hører, at andre tilbud “manglede lidt af det, som vi var gode til” (Lars, Bilag 4.3.5). I hans optik var de “langt mere fremme end mange af de andre”, selv om disse havde flere medlemmer eller bedre spillere. Det indikerer, at projektet ikke kun var unikt lokalt, men også i en bredere kontekst, fordi det integrerede fysisk aktivitet, foreningskultur og gaming.

Projektet fremstår derfor som et ambitiøst og delvist succesfuldt forsøg på at skabe en ny type fritidstilbud, hvor gaming blev brugt som indgang til fællesskab, bevægelse og foreningsliv. Samtidig illustrerer det, hvor sårbar denne type projekter kan være over for skift i deltagergrundlag, ressourcepersoner og samfundsmæssige vilkår. Disse erfaringer danner et vigtigt afsæt for den efterfølgende diskussion af, hvad der skal til for at skabe bæredygtige, hybride tilbud, der kobler gaming og fysisk aktivitet i praksis.

7. Diskussion

Dette kapitel er opdelt i to overordnede afsnit. Afsnit 7.1 diskuterer specialets empiriske fund med afsæt i relevant teori og eksisterende forskning, mens afsnit 7.2 har fokus på en kritisk diskussion og refleksion af undersøgelsens metodiske valg samt de begrænsninger, der knytter sig til specialets videnskabelige kvalitet.

7.1 Diskussion af litteratur og fund

Dette delafsnit af diskussionen tager afsæt i de empiriske resultater præsenteret i afsnit 6, hvortil der løbende henvises for at tydeliggøre sammenhængen mellem analyse og teoretisk fortolkning. Herudover inddrages specialets State of the art-gennemgang (jf. afsnit 2) som et centralt sammenligningsgrundlag, hvor specialets fund diskuteres i relation til eksisterende studier for at identificere både sammenfald, afvigelser og videnshuller. I denne sammenhæng anvendes litteraturen ikke som facit, men som et referencepunkt, der muliggør en diskussion af, hvordan resultaterne placerer sig i forhold til tidligere forskning. I diskussionen anvendes også de teoretiske perspektiver, der er redegjort for i teorifsnittet (jf. afsnit 3), som redskaber til at fortolke og nuancere specialets empiriske fund. Der tages ikke afsæt i én samlet forklaringsmodel, men i en kombination af teorier, der hver især bidrager til forståelsen af forskellige aspekter af materialet.

Derudover inddrages supplerende forskningsbidrag i diskussionen, hvor det vurderes relevant for at perspektivere specialets fund og sætte dem i relation til beslægtede empiriske kontekster. Disse studier anvendes primært til at nuancere og udfordre analysens resultater snarere end til at etablere nye teoretiske forklaringsrammer.

7.1.1 Fællesskabets rolle som (ubevidst) katalysator for motivation

Som det fremgår af analysen af venskabets rammer og gaming som social praksis (jf. Afsnit 6.1.1–6.2.3), er fællesskabet i informanternes hverdag kendetegnet ved frivillighed, lavt socialt pres og høj grad af kontinuitet. Dette kommer blandt andet til udtryk i informanternes beskrivelser af, hvordan samvær kan opstå spontant på tværs af digitale og fysiske arenaer, og hvordan deltagelse i både gaming og fysisk aktivitet opleves som selvvalgt snarere end forpligtende. Disse empiriske kendetegn danner grundlag for at forstå, hvordan motivation for fysisk aktivitet kan opstå indirekte og ofte ubevidst gennem gamingfællesskabet.

Inden for SDT, nærmere bestemt BPNT, forstås motivation ikke som et isoleret individuelt anliggende, men som noget, der opstår og vedligeholdes i sociale kontekster, hvor de psykologiske behov for autonomi, kompetence og tilhørighed understøttes (Deci & Ryan, 2000). Set i relation til specialets fund kan informanternes motivation for fysisk aktivitet forstås som forankret i netop disse behov. Autonomi kommer til udtryk gennem frivillig

deltagelse og fraværet af ydre pres i gamingfællesskabet, kompetence gennem uformelle hierarkier og gensidig anerkendelse, og tilhørighed gennem kontinuerlig kontakt og relationel stabilitet. Sammen peger dette på et motivationsgrundlag, der er socialt snarere end aktivitetsbåret.

Denne forståelse understøttes af forskning, der viser, at motivation ofte aktiveres i konkrete situationer, hvor sociale relationer allerede er etableret, frem for som et resultat af bevidste valg på individniveau (Vallerand, 1997). I specialets empiri fremstår gaming netop som en sådan situationel kontekst, hvor relationer er aktive, kommunikationen er flydende, og forslag til fælles handlinger, herunder fysisk aktivitet, kan opstå med lav social risiko. Dermed bliver gaming ikke en direkte motivationskilde, men en social ramme, hvor motivation kan aktiveres og omsættes til handling.

Denne dynamik kan yderligere præciseres gennem Vallerands hierarkiske model, som skelner mellem et globalt, et kontekstuelt og et situationelt motivationsniveau (Vallerand, 1997). Specialets fund indikerer, at informanternes motivation for fysisk aktivitet ikke nødvendigvis er til stede på et globalt niveau som en generel livsorientering, men aktiveres situationelt i bestemte sociale sammenhænge. Gamingfællesskabet fungerer her som en kontekstuel ramme, hvor relationel motivation etableres og i konkrete situationer, eksempelvis under fælles gaming, overføres til fysisk aktivitet.

Flere studier af gamingfællesskaber peger på tilsvarende mekanismer. Fromme (2003) beskriver gaming som et socialt mødested, hvor relationer og sociale rytmer vedligeholdes over tid, mens Crawford (2005) fremhæver, at gaming og sport i moderne ungdomskulturer ofte er forbundet gennem fælles sociale strukturer og identiteter. Denne kobling kan yderligere nuanceres ved at inddrage forskning i sociale fællesskaber i fysisk sport, hvor motivation i høj grad forstås som relationelt og normativt forankret snarere end individuelt reflekteret (Wankel, 1993; Holt et al., 2017). I sport opstår motivation ofte gennem gentagne, kropslige fællespraksisser, faste ritualer og gensidig forpligtelse, som skaber sociale forventninger om deltagelse. I modsætning hertil er gamingfællesskabet i specialet kendetegnet ved større fleksibilitet og lavere forpligtelse, hvilket betyder, at motivationen her aktiveres mere situationelt og ubevidst. Netop denne forskel bidrager til at forklare det

motivationsparadoks, der identificeres i analysen: informanterne afviser, at gaming motiverer dem til fysisk aktivitet, samtidig med at gamingfællesskabet fungerer som det centrale sociale bindeled, hvorfra initiativer til fysisk aktivitet udspringer. Specialets fund ligger dermed i forlængelse af både sportssociologisk og gamingrelateret forskning ved at vise, hvordan fællesskaber, uanset arena, kan fungere som sociale infrastrukturer for motivation, men med forskellige former for normativitet og forpligtelse. Specialets bidrag adskiller sig imidlertid ved at synliggøre, hvordan disse mekanismer ikke blot knytter sig til gaming som social praksis, men også fungerer som afsæt for handlinger uden for den digitale kontekst, herunder fysisk aktivitet, der opstår situationelt og relationelt (jf. Afsnit 6.4.2–6.4.4).

7.1.1.1 Fælles værdier som forklaringsmekanisme

Værdier som loyalitet, kontinuitet og prioritering af fællesskabet i både gaming og fysisk samvær fremgår særligt i informanternes interview (jf. Afsnit 6.1.2 og 6.2.1–6.2.3).

For at forklare, hvorfor gamingfællesskabet i specialet fungerer som et stabilt afsæt for fysisk aktivitet, er det nødvendigt at inddrage forskning om værdier som centrale organiserende principper i sociale fællesskaber. Værdier kan forstås som relativt stabile forestillinger om, hvad der opleves som vigtigt, legitimt og meningsfuldt, og de fungerer som retningsgivende for både handlinger og prioriteringer i hverdagslivet (Schwartz, 2012). Analytisk kan denne dynamik også genkendes fra praksisteoretiske perspektiver, hvor fælles engagement og værdier binder forskellige praksisser sammen (Wenger, 1998).

Set i relation til specialets fund peger analysen på, at det ikke er bestemte aktiviteter, men fælles værdier, der binder gaming og fysisk aktivitet sammen. Informanterne beskriver et fællesskab, hvor samvær, loyalitet over for gruppen og kontinuitet i relationerne vægtes højt. I motivationsforskningen peges der på, at når handlinger er forankret i fælles værdier, øges sandsynligheden for, at de opleves som meningsfulde og socialt legitime, også når de udfolder sig på tværs af forskellige praksisser (Hitlin & Piliavin, 2004). Dette bidrager til at forklare, hvorfor fysisk aktivitet i dette fællesskab ikke opleves som en konkurrent til gaming, men som en naturlig forlængelse af det sociale samvær.

Trepte, Reinecke og Juechems (2012) anvender begrebet bonding social capital til at beskrive, hvordan stabile gamingfællesskaber kan være kendetegnet ved tætte relationer, fælles

normer og gensidig forpligtelse. Begrebet bonding social capital er oprindeligt formuleret af Putnam (2000), men anvendes her i en gamingkontekst. Specialets fund ligger i forlængelse af dette ved at vise, hvordan sådanne relationer ikke blot understøtter digitalt samvær, men også skaber et normativt rum, hvor fysisk aktivitet bliver en legitim og accepteret del af fællesskabet. De centrale værdier kan her sammenfattes som social tilgængelighed, fælles engagement og en positiv vurdering af både konkurrence og uformelt samvær.

Denne værdimæssige sammenhæng betyder, at gaming og fysisk aktivitet ikke fremstår som adskilte eller modsatrettede praksisser, men som forskellige måder at realisere de samme sociale værdier på. Specialets analyse bidrager med en yderligere nuance ved at vise, at denne sammenhæng kan fungere uden, at deltagerne selv nødvendigvis italesætter den. I modsætning til en del tidligere studier, der primært undersøger gamingfællesskaber som digitale fænomener (Fromme, 2003; Crawford, 2005; Trepte, Reinecke & Juechems, 2012), viser specialets resultater, hvordan fælles værdier kan fungere som forbindelsesled mellem digitale og fysiske praksisser (jf. Afsnit 6.1.2 og 6.4.2).

At informanterne ikke eksplicit forbinder gaming og fysisk aktivitet kan således forstås analytisk som et resultat af, at fællesskabet, snarere end de konkrete aktiviteter, udgør det primære meningsbærende element. Når værdierne er fælles, eksempelvis prioritering af samvær, bliver aktiviteterne udskiftelige, og motivationen fremstår som socialt og værdimæssigt forankret frem for aktivitetsbunden. Dette understøtter Adachi og Willoughbys (2016) pointe om, at gamingens betydning ofte er indirekte og relationel, idet effekterne opstår gennem sociale mekanismer snarere end gennem selve spilaktiviteten. I modsætning til studier, der undersøger gaming som direkte interventionsredskab, peger specialets fund således på relationelle og situationelle mekanismer som centrale drivkræfter for, at fysisk aktivitet overhovedet bliver sandsynlig i fællesskabet.

7.1.2 Gaming, motivation og fysisk aktivitet

Resultaterne viser, at initiativer til fysisk aktivitet ofte opstår spontant i forlængelse af gamingfællesskabet, netop fordi gruppen allerede er samlet og socialt aktiveret (jf. Afsnit 6.4.2–6.4.4). I resultaterne beskrives dette blandt andet gennem eksempler, hvor idéer om løb, fitness eller andre aktiviteter opstår midt i gaming-sessioner, og hvor overgangen til fysisk

aktivitet opleves som naturlige. Disse fund danner afsæt for at diskutere gamingens rolle som social katalysator snarere end direkte motivationskilde.

Et centralt diskussionspunkt i specialet er spændingen mellem informanternes egen forståelse af deres motivation og de mekanismer, der fremtræder analytisk. Informanterne giver udtryk for, at gaming ikke i sig selv øger deres motivation for fysisk aktivitet, men resultaterne viser samtidig, at initiativer til bevægelse ofte opstår i direkte forlængelse af gamingfællesskabet. Denne uoverensstemmelse peger på, at motivationen ikke nødvendigvis er reflektivt erkendt, men situeret og relationelt forankret.

Inden for SDT forstås motivation som et resultat af sociale kontekster, hvor behovene for autonomi, kompetence og tilhørighed understøttes (Deci & Ryan, 2000). Set i lyset af specialets fund kan gamingfællesskabet forstås som et rum, hvor disse behov allerede er opfyldt, inden fysisk aktivitet foreslås. Deltagelse i gaming er frivillig og selvvalgt (autonomi), relationerne er præget af gensidig anerkendelse og uformelle kompetencehierarkier (kompetence), og fællesskabet er stabilt og vedvarende (tilhørighed). Disse betingelser skaber et motivationsgrundlag, hvor overgangen til fysisk aktivitet opleves og socialt meningsfuld.

Denne mekanisme stemmer overens med Adachi og Willoughbys (2016) pointer om, at gaming kan have indirekte effekter på fysisk aktivitet gennem sociale og emotionelle processer snarere end gennem direkte motivationspåvirkning. Deres forskning viser, at det ikke er spillets indhold, men de relationer og kompetenceoplevelser, der etableres omkring gaming, som kan fungere som afsæt for engagement i andre aktiviteter. Specialets fund understøtter denne pointe ved at vise, at fysisk aktivitet ikke initieres som et individuelt projekt, men som en fælles handling, der opstår i et allerede etableret socialt rum.

Vallerands hierarkiske model bidrager yderligere til at nuancere denne sammenhæng ved at skelne mellem global, kontekstuel og situationel motivation (Vallerand, 1997). I specialets empiri aktiveres motivationen for fysisk aktivitet primært situationelt i bestemte sociale kontekster, hvilket forklarer, hvorfor informanterne kan være fysisk aktive i kraft af gamingfællesskabet uden selv at opleve gaming som motiverende.

Denne forståelse udfordrer en dikotomisk opfattelse af gaming og fysisk aktivitet som konkurrerende praksisser. I tråd med Crawford's (2005) analyse af sport og gaming som

overlappende sociale felter viser specialets fund, at relationerne udgør det centrale bindeled mellem aktiviteterne. Gaming fungerer således ikke som direkte årsag til fysisk aktivitet, men som en social katalysator, der gør fysisk aktivitet sandsynlig, legitim og let tilgængelig i fællesskabet. Specialets bidrag ligger netop i at synliggøre denne indirekte og ofte ubevidste motivationskæde. For at forstå, hvorfor denne form for relationelt betinget motivation relativt ubesværet kan omsættes til handling, er det imidlertid nødvendigt at se nærmere på, hvordan informanterne oplever forholdet mellem digitale og fysiske arenaer i deres hverdagsliv, hvilket diskuteres i det følgende afsnit.

7.1.3 Digitale og fysiske arenaer som integrerede praksisser

Som vist i resultaterne oplever informanterne digitale og fysiske fællesskaber som tæt forbundne og integrerede i hverdagen (jf. Afsnit 6.3.1–6.3.4).

I resultaterne fremgår det, at informanterne ikke oplever digitale og fysiske fællesskaber som adskilte, men som tæt forbundne og integrerede i hverdagen (jf. Afsnit 6.3.1–6.3.4).

Informanterne beskriver eksempelvis, hvordan samtaler, relationer og fælles referencer kontinuerligt bevæger sig mellem gaming og fysisk samvær, hvilket betyder, at de to arenaer opleves som gensidigt forlængende frem for adskilte. Denne oplevelse af sammenhæng mellem arenaer udgør et centralt empirisk grundlag for den følgende teoretiske diskussion.

Specialets resultater viser, at deltagerne oplever gamingfællesskabet som deres primære sociale arena. Samtidig peger fundene på en bevægelse, hvor gaming over tid går fra at være præstations- og konkurrenceorienteret til i højere grad at fungere som ramme for hygge, fællesskab og afslapning. Denne udvikling genfindes i forskningen, som viser, at gaming i tidlige ungdomsår ofte er præget af konkurrence og kompetencedemonstration, mens det senere i højere grad får karakter af socialt samvær og relationel vedligeholdelse (Fromme, 2003; Crawford, 2005). Set gennem selvbestemmelsesteorien kan dette forstås som et skift i motivationsgrundlag, hvor behovet for kompetence i stigende grad suppleres eller erstattes af behovet for tilhørighed, når gaming integreres i stabile venskabsfællesskaber og en mere kompleks hverdag (Deci & Ryan, 2000). Relationerne opbygges og vedligeholdes i det digitale rum, og fællesskabet fungerer som både kontaktflade, social støtte og koordinationspunkt for andre aktiviteter. Denne erfaring afspejles tydeligt i informanternes beskrivelser af, at de føler

sig tættest på dem, de gamer med, og at kontakten holdes ved lige gennem daglig eller hyppig online interaktion.

Disse fund ligger i forlængelse af Trepte, Reinecke og Juechems (2012), der viser, at stabile gamingfællesskaber ofte udvikler bonding social capital. Når unge gamer sammen over længere tid, opstår gensidig tillid, fælles referencerammer og social kontinuitet. Specialets informanter beskriver præcis sådanne relationelle dynamikker, eksempelvis ved at gaming nævnes som den letteste måde at holde kontakt og som udgangspunkt for både hverdagskommunikation og fælles beslutninger.

Ligeledes bekræfter resultaterne Frommes (2003) pointe om, at gaming fungerer som social ramme snarere end som isoleret aktivitet. Specialets fund bidrager her med en yderligere nuancering ved at vise, hvordan gaming som social ramme ikke alene vedligeholder relationer, men også påvirker informanternes hverdagsliv (jf. Afsnit 6.3.1–6.3.4). Informanterne fremhæver, at fællesskabet, ikke selve spillet, er det, der motiverer dem. Dette stemmer overens med forskningen, der viser, at gamingmiljøer rummer særlige normer, rytmer og relationelle muligheder, som unge bruger aktivt til at skabe mening og tilhørsforhold.

7.1.4 Betydningen af fælles struktur, fælles spil og rammesætning

Resultaterne fra projektet i Sønderborg peger på, at gaming kan fungere som afsæt for fysisk aktivitet og foreningsdeltagelse, når det indgår i en tydeligt struktureret og rammesat praksis (jf. Afsnit 6.5.1–6.5.4). Før COVID-19-nedlukningen var projektet kendetegnet ved faste organisatoriske rammer, en klar forankring i foreningskulturen samt et eksplicit krav om fysisk aktivitet som integreret del af deltagelsen. Disse elementer bidrog til høj tilslutning, stabile deltagerrelationer og positive oplevelser blandt børnene, hvor gaming fungerede som en indgang til både fællesskab og bevægelse.

Særligt kombinationen af faste rammer, tydelige normer og engagerede voksne fremstår som central. Kravet om fysisk aktivitet fungerede ikke som et frivilligt supplement, men som en grundlæggende præmis for deltagelse, hvilket tydeligt markerede, at gaming indgik i en bredere foreningslogik. Projektet illustrerer dermed, at det ikke er gaming i sig selv, men måden det organiseres og rammesættes på, der er afgørende for, om der skabes bæredygtige fællesskaber og glidende overgange til fysisk aktivitet.

Disse empiriske fund kan perspektiveres gennem begrebet social kapital, idet gaming i Sønderborg-projektet, ligesom i analysen af gaming som lavtærskel-mødested (jf. Afsnit 6.2.1–6.2.3), fremstår som et fællesskab præget af tætte relationer, gensidig genkendelse og kontinuerlig kontakt.

Et gennemgående fund i specialet er, at gamingfællesskabers bæredygtighed ikke primært afhænger af, om deltagerne kan lide at game, men af hvordan fællesskabet organiseres og holdes sammen over tid. Resultaterne af projektet i Sønderborg viser, at fælles aktiviteter, tydelig struktur og tilstedeværelsen af rammesættende voksne fungerede som afgørende forudsætninger for, at gaming kunne fungere som socialt fællesskab og som bro til fysisk aktivitet. Da disse elementer gradvist forsvandt efter COVID-19, begyndte fællesskabet at fragmentere.

Denne udvikling kan forstås i lyset af forskning, der peger på struktur som et centralt element i både pædagogiske og fritidsbaserede gamingmiljøer. Hanghøj et al. (2025) viser, at trygge rammer, fælles mål og tydelig facilitering er afgørende for, at gaming kan fungere inkluderende og fællesskabsskabende. Struktur skaber forudsigelighed og fælles orientering, hvilket gør det lettere for deltagerne at engagere sig socialt. Specialets fund understøtter denne pointe ved at vise, at når strukturen opløses, eksempelvis gennem fraværet af fælles spil og fælles fysisk aktivitet, mister gaming sin funktion som samlende praksis.

Set gennem SDT kan denne proces forstås som en svækkelse af de betingelser, der understøtter oplevelsen af kompetence og tilhørighed (Deci & Ryan, 2000), idet fælles praksisser erstattes af mere individualiserede deltagelsesformer. Fælles spil og fælles aktiviteter giver deltagerne mulighed for at opleve progression, gensidig afhængighed og social anerkendelse. Når deltagerne derimod spiller hver deres spil, reduceres disse oplevelser, og motivationen risikerer at blive mere skrøbelig. Gaming bliver i denne sammenhæng en parallelaktivitet frem for en fælles praksis.

Flere studier af digitale fællesskaber peger tilsvarende på, at fælles handlinger og koordinerede aktiviteter er afgørende for, at sociale relationer kan opretholdes over tid. Trepte, Reinecke og Juechems (2012) understreger, at bonding social capital forudsætter gentagne, fælles aktiviteter og gensidig orientering. Når disse elementer forsvinder, svækkes

fællesskabets sociale sammenhængskraft. Specialets resultater bidrager ved at vise, hvordan denne mekanisme også gør sig gældende i organiserede gamingmiljøer, hvor fraværet af fælles struktur hurtigt kan føre til frafald.

Betydningen af voksne facilitatorer fremstår ligeledes tydeligt i specialets fund. Fraværet af en tydelig trænerrolle efter COVID-19 medførte, at normer, forventninger og fælles retning blev mindre klare. Forskning i motivation og læringsmiljøer peger på, at voksne rollemodeller spiller en central rolle i at skabe struktur, kontinuitet og social tryghed, særligt i overgangsperioder (Deci & Ryan, 2000; Hanghøj et al., 2025). Når denne funktion svækkes, øges risikoen for, at fællesskabet mister både retning og engagement.

Diskussionen viser, at gaming kun fungerer som social katalysator og afsæt for fysisk aktivitet, når det indgår i en tydeligt rammesat og fælles praksis. Specialets fund nuancerer dermed eksisterende forskning ved at vise, hvordan fraværet af struktur, fælles spil og facilitering ikke blot reducerer deltagelsen, men fundamentalt ændrer gamingens sociale karakter. Uden fælles rammer ophører gaming med at fungere som fællesskab og reduceres til individuel beskæftigelse, hvilket svækker både motivation og vedvarende deltagelse.

7.1.5 COVID-19 som katalysator for strukturelle brud

I analysen af Sønderborg-projektets udvikling fremstår COVID-19 pandemien ikke som forklaringen på et i forvejen svagt projekt, men som et vendepunkt, der udløste en række efterfølgende strukturelle og organisatoriske forandringer i et ellers velfungerende tilbud (jf. Afsnit 6.5). Før nedlukningen beskrives projektet som stabilt og velforankret, mens perioden efter COVID-19 var præget af ændrede forudsætninger for deltagelse og organisering.

Lars peger blandt andet på tabet af centrale trænere, at flere forældre ændrede holdning til organiseret esport, aldersovergange blandt deltagerne samt bortfaldet af fysisk aktivitet som tydeligt strukturerende element som afgørende udfordringer (jf. Afsnit 6.5.5–6.5.6). Disse forhold gjorde det vanskeligt at genetablere de rammer og normer, som tidligere havde understøttet fællesskabet. Denne oplevelse understøttes af nationale opgørelser, som viser, at medlemstallene i danske esportsforeninger generelt faldt i perioden efter COVID-19-nedlukningen fra et højdepunkt på 8.052 medlemmer i 2020 til 6.199 medlemmer i 2022 (Vester, 2023). Dermed tegner der sig et billede af et projekt, der ikke blot er sårbart over for

ydre chok som COVID-19, men som også er afhængigt af få ildsjæle og en stabil lokal kerne af deltagere for at opretholde sin bæredygtighed. Projektets ophør er i interviewmaterialet tæt knyttet til COVID-19-pandemien, men en analytisk diskussion peger på, at pandemien snarere bør forstås som en katalysator for en række strukturelle og organisatoriske brud end som en entydig årsagsforklaring. I denne forstand forstærkede COVID-19 projektets afhængighed af stabile voksenressourcer og tydelig organisatorisk forankring frem for at udgøre den egentlige årsag til projektets ophør. Dette perspektiv understøttes af international forskning, som viser, at COVID-19 ikke blot medførte midlertidige ændringer i fysisk aktivitet og fritidsvaner, men også havde mere vedvarende konsekvenser for deltagelsesmønstre og motivation (Castañeda-Babarro et al., 2020; Gonçalves et al., 2022).

Flere studier dokumenterer, at børn og unge under og efter pandemien i højere grad orienterede sig mod stillesiddende og skærmbaserede aktiviteter, og at tilbagevenden til organiserede, kropslige fællesskaber var præget af modstand og faldende deltagelse (Castañeda-Babarro et al., 2020). Samtidig peger forskning i unges fritidsinteresser på, at motivation for fysisk aktivitet i stigende grad er betinget af oplevet relevans, autonomi og social mening snarere end af sundhedsmæssige eller normative argumenter (Wankel, 1993; Holt et al., 2017). Set i dette lys kan det forhold, at fysisk aktivitet efter COVID-19 i mindre grad var tydeligt integreret i gamingpraksissen, have svækket børnenes og de unges oplevelse af, hvorfor bevægelse skulle indgå som en del af fællesskabet. Når fysisk aktivitet ikke længere fremstår som socialt forankret eller meningsfuld i relation til gaming, reduceres dens legitimitet som fælles praksis, hvilket kan bidrage til faldende deltagelse og engagement. Set i dette lys kan de ændringer, der observeres i Sønderborg-projektet efter genåbningen, forstås som en del af en bredere samfundsmæssig udvikling snarere end som et lokalt særtilfælde. Pandemien fungerede her som et brud i hverdagsrutiner, hvor tidligere selvfølgelige praksisser, herunder fælles fysisk aktivitet, mistede deres normative status (jf. afsnit 6.5).

Samtidig peger forskning i organiserede fritids- og læringsmiljøer på, at netop perioder med usikkerhed øger behovet for tydelig struktur, stabile rammer og voksne facilitatorer (Hanghøj et al., 2025). Et centralt element i denne struktur var kravet om fysisk aktivitet som en integreret del af gamingtilbuddet. Analytisk kan dette krav forstås som et normativt greb, der gjorde bevægelse til en legitim og forventet del af fællesskabet frem for et frivilligt tillæg. Set

gennem selvbestemmelsesteorien udfordrer et sådant krav ikke nødvendigvis autonomi, hvis det opleves som meningsfuldt og socialt forankret, men kan tværtimod understøtte oplevelsen af kompetence og tilhørighed gennem fælles, kropslige praksisser (Deci & Ryan, 2000). Kravets bortfald efter COVID-19 kan derfor have svækket projektets motivationsmæssige fundament ved at fjerne en fælles struktur, der tidligere samlede deltagerne og gav fysisk aktivitet social mening.

Et centralt analytisk punkt er, at gaming i projektet bevæger sig fra at være en fælles, koordineret praksis til i stigende grad at blive individualiseret. Forskning i gamingfællesskaber viser, at det sociale potentiale i gaming netop er afhængigt af fælles handlinger, fælles mål og gensidig orientering (Fromme, 2003; Trepte et al., 2012). Når disse elementer forsvinder, reduceres gaming til parallelaktivitet, hvor deltagerne er fysisk til stede i samme rum, men socialt adskilt. Specialets fund indikerer, at denne udvikling svækkede projektets evne til at fungere som bro mellem gaming og fysisk aktivitet.

7.2 Diskussion: Metodekritik og undersøgelsens begrænsninger

Dette afsnit diskuterer undersøgelsens metodiske valg og begrænsninger med afsæt i centrale begreber inden for kvalitativ metode. Formålet er at tydeliggøre, hvordan forskningsdesign, forfatterens rolle, erfaring og datagrundlaget påvirker undersøgelsens validitet, troværdighed og fortolkningsmæssige rækkevidde.

7.2.1 Forfatterrollen og manglende erfaring

Undersøgelsen er gennemført af én forfatter, som har begrænset erfaring med kvalitative interviews. Dette udgør en væsentlig metodisk begrænsning, da interviewet som forskningsmetode ifølge Kvale og Brinkmann (2018) kræver en særlig kombination af analytisk opmærksomhed, aktiv lytning, spontanitet og evnen til at forfølge relevante spor, samtidig med at samtalen fastholdes i en klar retning. Førstegangsinterviewere mangler ofte den rutine, der gør det muligt at balancere mellem struktur og fleksibilitet, og dette kan have påvirket både dybden og præcisionen i datamaterialet. Det er sandsynligt, at visse nuancerede udsagn ikke blev udfoldet tilstrækkeligt, at spontane muligheder for opfølgende spørgsmål ikke blev grebet, og at interviewets flow i perioder bar præg af gentagelser eller usikkerhed. Tanggaard og Brinkmann (2010) understreger, at interviewerens altid er

medproducent af data, hvilket betyder, at forfatterens begrænsede erfaring både har formet samtalens indhold og den efterfølgende fortolkning.

7.2.2 Manglende sparring og peer-feedback

Kvalitative forskningsprocesser styrkes normalt gennem faglige fællesskaber, hvor forskere løbende sparrer om interviewguides, kodning, temaer og analytiske beslutninger (Braun & Clarke, 2019; Kvale & Brinkmann, 2018). Denne undersøgelse er gennemført uden et forskerteam og uden regelmæssig sparring, hvilket øger risikoen for blinde vinkler. Når jeg arbejder alene, bliver der færre muligheder for at udfordre egne antagelser, opdage alternative fortolkninger eller identificere metodiske ubalancer tidligt i processen. En critical friend har bidraget med refleksion og tilbagemeldinger, hvilket ifølge Smith og McGannon (2018) kan styrke kvaliteten gennem øget refleksivitet, men en sådan rolle kan ikke erstatte systematisk peer-review eller faglig modspil fra flere perspektiver. Det er samtidig vigtigt at fremhæve, at der gennem hele specialeforløbet har været en vejleder til rådighed, og at den feedback, der er givet fra vejlederens side, har været af høj kvalitet og meget værdifuld for projektets udvikling. Når vejledningen alligevel kun har været anvendt i begrænset omfang, skyldes det ikke manglende støtte, men snarere at jeg ofte har oplevet at være "på rette vej og kunne se hvad er næste skridt" efter de møder og tilbagemeldinger, der fandt sted. Vejlederens input har således fungeret som præcis og effektiv retningstagning snarere end løbende sparring. Den sparring, som jeg i højere grad har savnet, knytter sig til den arbejdsform, der tidligere har været dominerende i uddannelsesforløbet, nemlig gruppearbejde. At arbejde i grupper indebærer, at alle deltagere er inde i materialet, deler forståelsesrammer og teknisk indsigt og løbende udfordrer hinandens analytiske valg. Den form for kontinuerlig faglig sparring af viden har ikke været tilgængelig i denne proces, og fraværet heraf har betydet, at jeg i højere grad har måttet stole på egen dømmekraft i udviklingen af metode, analyse, resultater og fortolkning.

Dette betyder, at resultaternes fortolkningsmæssige robusthed i høj grad hviler på min egen analytiske dømmekraft, selvom vejlederens præcise vejledning har bidraget væsentligt til projektets retning. Samtidig har arbejdet som eneforfatter også haft klare metodiske fordele. At være alene om hele forskningsprocessen har muliggjort en høj grad af kontinuitet og sammenhæng mellem problemformulering, interview, analyse, resultater og diskussion, idet

alle analytiske beslutninger er truffet inden for samme forståelsesramme. Jeg har haft et konstant overblik over materialet og kunnet foretage justeringer i interviewguide, kodning og analytisk fokus uden koordinationsmæssige hensyn eller behov for konsensusprocesser. Mine tidligere erfaringer med gruppearbejde har vist, at fælles analytiske processer også kan indebære betydelig tidsanvendelse på forhandlinger om struktur, indhold og fortolkning, hvilket i nogle tilfælde kan hæmme den faktiske skrive- og analyseproces. I dette projekt har arbejdet alene derfor muliggjort en mere effektiv og fremadskridende arbejdsproces, hvor analytiske valg hurtigt kunne afprøves, justeres og videreudvikles. Inden for kvalitativ metode peges der på, at denne form for analytisk nærhed kan styrke dybden i fortolkningen, fordi forskeren følger materialet tæt gennem hele processen og udvikler en særlig sensitivitet over for nuancer og mønstre i data (Kvale & Brinkmann, 2018). Arbejdet alene har således både indebåret metodiske begrænsninger og givet mulighed for en sammenhængende, konsistent og produktiv proces. Samtidig peger Brinkmann og Tanggaard (2010) på, at løbende faglig sparring kan udfordre forskerens antagelser og styrke resultaternes validitet, og fraværet af et egentligt forskningsfællesskab har derfor haft betydning for undersøgelsens refleksivitet og fortolkningsmæssige bredde.

7.2.3 Datamaterialets omfang og sammensætning

Datagrundlaget består af tre interviews: to gamere fra samme vennegruppe og én projektleder fra et lokalt gaming- og aktivitetsprojekt. Selvom dette giver mulighed for at belyse både deltagernes perspektiver og organisatoriske erfaringer, er datamaterialet relativt snævert. Ifølge Malterud (2016) afhænger en kvalitativ undersøgelses informationskraft ikke kun af antallet af informanter, men også af variationen i deres perspektiver. I denne undersøgelse er variationen begrænset, fordi de to gamere deler både social kontekst og gamingkultur, hvilket kan have reduceret diversiteten i oplevelser, motivationsformer og sociale dynamikker.

Det er imidlertid vigtigt at understrege, at det snævre datagrundlag ikke skyldes manglende metodisk opmærksomhed, men reelle udfordringer med rekruttering. Der blev gjort omfattende forsøg på at finde informanter gennem folkeskoler, personlige netværk, Facebook-grupper og Reddit, men uden respons. De informanter, der indgår i undersøgelsen, blev udelukkende rekrutteret gennem forfatterens netværk (forældres netværk). Denne rekrutteringsform kan have betydning for undersøgelsens troværdighed, idet der kan være

risiko for homogenitet i perspektiverne samt for, at relationel nærhed påvirker informanternes udsagn (Patton, 2015). Her kan der ligeledes peges på en potentiel selektionsbias, forstået som en systematisk skævhed i, hvilke stemmer der faktisk bliver repræsenteret i datamaterialet (Maxwell, 2012). Når informanter rekrutteres via netværk, er der en øget sandsynlighed for, at de deler visse værdier, erfaringer og holdninger, eksempelvis et i forvejen positivt forhold til både gaming og fysisk aktivitet, hvilket kan betyde, at mere kritiske eller afvigende perspektiver ikke indgår i materialet. For at imødegå denne udfordring er der arbejdet systematisk med transparens i interviewprocessen, tydelig dokumentation af analytiske valg og refleksivitet omkring egen position, således at læseren får indblik i, hvordan data er produceret og fortolket. Ved eksplicit at synliggøre rekrutteringsvilkår, udvælgelseskriterier og mulige bias gives læseren mulighed for selv at vurdere materialets gyldighed og fortolkningsmæssige rækkevidde, hvilket i kvalitativ forskning anses som en central strategi til at styrke troværdighed (Lincoln & Guba, 1985; Malterud, 2016). Dette viser, at adgang til gamingmiljøer kan være vanskelig, og at undersøgelsen derfor må forstås som et resultat af de praktiske vilkår, der kendetegner mange kvalitative projekter, hvor forskeren ikke frit kan vælge deltagergrundlaget.

Projektlederens perspektiv repræsenterer en organisatorisk dimension, men den bygger kun på erfaringer fra én specifik praksis. Et bredere informantgrundlag, eksempelvis gamere fra forskellige miljøer, aldre, køn eller organisatoriske kontekster, kunne have tilføjet væsentlig variation og skabt flere kontraster i datamaterialet. Som Kvale og Brinkmann (2018) pointerer, begrænser små kvalitative datasæt muligheden for generalisering, men ikke nødvendigvis muligheden for dybdegående forståelser. Specialets fund skal derfor forstås som kontekstspecifikke og ikke som repræsentative for alle gamingfællesskaber.

7.2.4 Validitet, bias og refleksivitet

I forlængelse af ovenstående kan undersøgelsens kvalitet med fordel diskuteres gennem begreberne credibility og transferability, som Lincoln og Guba (1985) fremhæver som centrale kriterier for kvalitet i kvalitativ forskning. Credibility vedrører, i hvilken grad undersøgelsens fortolkninger fremstår troværdige og velbegrundede i forhold til det empiriske materiale, mens transferability handler om, i hvilken udstrækning resultaterne kan være relevante eller meningsfulde i andre kontekster end den undersøgte.

Kvalitativ forskning bygger på fortolkning, og fortolkning påvirkes af forfatterens forforståelser, erfaringer og relationelle position i forhold til feltet. Finlay (2002) fremhæver, at refleksivitet kræver en konstant opmærksomhed på, hvordan forskeren påvirker både dataindsamlingen og resultaterne. Forfatterens egen baggrund som gamer indebærer en dobbelthed, der både kan være en styrke og en svaghed. På den ene side kan fælles referenceramme og insiderskab skabe tillid og gøre informanterne mere trygge, hvilket kan styrke datakvaliteten. På den anden side kan samme baggrund skabe risiko for, at visse antagelser tages for givne, at implicite mekanismer ikke udforskes tilstrækkeligt, eller at bestemte forståelser bekræftes frem for at udfordres. Uden løbende faglig sparring øges risikoen for, at forfatterens egne erfaringer og perspektiver ubevidst påvirker resultaternes retning. Dette betyder ikke, at resultaterne er ugyldige, men at deres fortolkning må ses som situeret og præget af forfatterens position. Undersøgelsens credibility søges styrket gennem en konsekvent brug af informantcitater, gennemsigtig redegørelse for analytiske valg samt løbende refleksion over forfatterens rolle som medproducent af data. Ved at gøre både styrker og begrænsninger eksplicit gives læseren mulighed for at vurdere fortolkningernes plausibilitet.

Undersøgelsens transferability er derimod begrænset af det snævre og kontekstbundne datagrundlag, hvilket er i overensstemmelse med Lincoln og Gubas (1985) forståelse af transferability som afhængig af kontekstuelle beskrivelser frem for statistisk generaliserbarhed. Undersøgelsens kvalitet kan forstås gennem begrebet rigor, som McGannon og Smith (2018) anvender til at beskrive kvalitet i kvalitative studier som et spørgsmål om refleksivitet, gennemsigtighed og kritisk stillingtagen til egne analytiske valg. I denne undersøgelse er rigor søgt styrket gennem eksplicit refleksion over forfatterens position, synliggørelse af metodiske begrænsninger samt brugen af en critical friend som sparringspartner, hvilket bidrager til at understøtte undersøgelsens credibility. Fundene kan ikke generaliseres statistisk, men de kan bidrage med analytiske indsigter, som kan være genkendelige i andre sammenhænge, hvor gamingfællesskaber og fysisk aktivitet spiller en central rolle. Gennem detaljerede beskrivelser af kontekst, informanter og praksisser tilstræbes det, at læseren selv kan vurdere, i hvilken grad resultaterne kan overføres til lignende miljøer.

7.2.5 Metodisk vurdering

Undersøgelsen er metodisk præget af forfatterens begrænsede interviewfaglige erfaring, fraværet af systematisk sparring og et begrænset datamateriale med relativt lille variation. Disse forhold reducerer undersøgelsens overførbarhed og gør det vanskeligere at identificere kompleksitet eller modsigelser på tværs af forskellige gamingmiljøer. Alligevel viser datamaterialet en klar sammenhæng, hvor informanternes beskrivelser supplerer hinanden og danner tydelige mønstre. Dette styrker undersøgelsens troværdighed, selvom den er baseret på interviews med enkelte interviewpersoner. Som Malterud (2016) bemærker, ligger kvalitativ forsknings styrke ikke i størrelse, men i analytisk gennemsigtighed og metodisk refleksion, og dette afsnit søger at synliggøre de metodiske vilkår, undersøgelsen er foretaget under.

8. Konklusion

Specialet har undersøgt, hvordan fællesskaber i gaming kan fungere som en ramme, der understøtter overgangen fra digitale aktiviteter til øget fysisk aktivitet. Resultaterne viser, at gaming i sig selv ikke motiverer deltagerne til at være fysisk aktive direkte. I stedet er det de sociale relationer i gamingfællesskabet, der skaber en ramme, hvor fysisk aktivitet lettere kan finde sted. Informanterne beskriver, at gamingfællesskabet allerede er en integreret del af deres liv, og at både gaming og fysisk aktivitet er værdier, de deler med deres venner. Det fælles grundlag er afgørende, fordi det betyder, at relationerne eksisterer i forvejen, og at det føles naturligt at foreslå aktiviteter, mens de sidder og gamer og har hinanden i røret. Fysisk aktivitet opstår dermed som en forlængelse af deres samvær og ikke som et resultat af gamingens strukturer eller mekanismer.

Projektet i Sønderborg viser en anden, men beslægtet dynamik. Her er der ikke tale om, at børnene selv tager initiativ til fysisk aktivitet, men om en ramme, hvor gamingfællesskabet er skabt og faciliteret på en måde, der giver plads til både leg, nysgerrighed og social udvikling. De stærke fællesskaber, klare rammer og tilstedeværelsen af rollemodeller og trænere, som børnene ser op til, skaber et miljø, hvor deltagelse bliver meningsfuld. Det er netop disse strukturer, der gør, at børnene ikke kun udvikler sig som gamere, men også bliver nysgerrige på

andre aktiviteter, herunder idræt. Flere børn fandt eksempelvis modet til at starte i håndboldforeninger, fordi de følte sig trygge og inkluderede i gamingfællesskabet.

På tværs af både interviewene og casen i Sønderborg viser specialet, at gamingfællesskaber kan understøtte overgangen til fysisk aktivitet, når der eksisterer et socialt fælles grundlag, og når gaming bruges som et relationelt samlingspunkt frem for en direkte motivationsfaktor. Overgangen muliggøres af fællesskabets styrke, af trygheden mellem deltagerne og af den lethed, hvormed aktiviteter kan aftales, når man allerede er i kontakt med hinanden gennem gaming. Dermed ligger potentialet ikke i selve spillet, men i de sociale strukturer, som gaming understøtter.

9. Perspektivering

Med afsæt i specialets fund kan der identificeres en række centrale opmærksomhedspunkter for aktører, der ønsker at udvikle projekter, hvor gaming fungerer som afsæt for fysisk aktivitet. Et gennemgående princip er, at gaming ikke bør opfattes som en modpol til bevægelse, men som et miljø, hvor unge allerede oplever fællesskab, identitet og engagement. Ved at tage udgangspunkt i disse strukturer kan man skabe bevægelsestilbud, der fremstår meningsfulde og attraktive for målgruppen.

Udviklingen af et gamerbaseret bevægelsesprojekt forudsætter først og fremmest etableringen af et trygt og inkluderende fællesskab. Unge gamere motiveres i høj grad af sociale relationer, og fysisk aktivitet skal derfor foregå i trygge rammer. Et miljø, der betoner fællesskab frem for præstation, giver deltagerne mod på at deltage, også selvom de tidligere har haft negative erfaringer med idræt. Her spiller facilitatorens rolle en afgørende betydning; personer med forståelse for gamingens kultur, sprog og dynamikker kan skabe troværdighed og genkendelighed, som styrker relationerne og deltagernes tilknytning.

Derudover viser erfaringerne fra Sønderborg, at projekter ikke behøver at skabe en direkte kobling mellem gamingens logikker og fysisk aktivitet. I stedet er det afgørende, at der opstår en synergieffekt, hvor gamingfællesskabet eksisterer side om side med andre aktiviteter i hallen. Når hallen er levende og aktiv, giver det børnene anledning til at blive nysgerrige og opsøge nye aktiviteter på egen hånd. Det var netop denne form for miljø, der gjorde det muligt

Kasper Mortensen 20205556

11. Semester idræt med sidefag i historie

Aalborg Universitet

for enkelte børn spontant at udforske andre idrætsgrene såsom håndbold. Her er det ikke gaming, der driver overgangen, men de rammerne.

Perspektiveringen peger på, at gaming kan fungere som en indgang til bevægelse, når projekter formår at forbinde de sociale, kulturelle og motivationsmæssige aspekter fra gamingmiljøet med fysiske aktiviteter. Denne tilgang åbner for udviklingen af bevægelsestilbud, der appellerer til unge, som ikke føler sig hjemme i traditionelle idrætstekster, og den giver samtidig et bud på, hvordan fremtidens bevægelseskultur kan rumme både digitale og fysiske fællesskaber.

10. Referencer

- Adachi, P. J. C., & Willoughby, T. (2016). Does playing sports video games predict increased involvement in real-life sports? *Journal of Youth and Adolescence*, 45(5), 1046–1057.
- Braun, V., & Clarke, V. (2017). Thematic analysis. I J. A. Smith (Red.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (3. udg., s. 57–71). SAGE Publications.
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597.
- Canale, N., Elgar, F. J., Pivetta, E., Galeotti, T., Marino, C., Billieux, J., King, D. L., Lenzi, M., Dalmaso, P., Lazzeri, G., Nardone, P., Camporese, A., & Vieno, A. (2025). Problem gaming and adolescents' health and well-being: Evidence from a large nationally representative sample in Italy. *Computers in Human Behavior*, 168, Article 108644.
- Carbonneau, N., Vallerand, R. J., & Lafrenière, M.-A. K. (2011). Toward a tripartite model of intrinsic motivation. *Journal of Personality*, 79(6), 1147–1178.
- Castañeda-Babarro, A., Arbillaga-Etxarri, A., Gutiérrez-Santamaría, B., & Coca, A. (2020). Physical activity change during COVID-19 confinement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), Article 6878.
- Crawford, G. (2005). Digital gaming, sport and gender. *Leisure Studies*, 24(3), 259–270.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Dekker, M. R., & Slotboom, A. (2023). The benefits of video games: A systematic review. *Journal of Media Psychology*, 35(3), 123–137.
- DR Medieforskning. (2017). *Medieudviklingen 2017*. Danmarks Radio.
- DR, DFI, & Medierådet for Børn og Unge. (2024). *Børns spillevaner 2023*. Danmarks Radio.
- Finlay, L. (2002). “Outing” the researcher: The provenance, process, and practice of reflexivity. *Qualitative Health Research*, 12(4), 531–545.
- Fromme, J. (2003). Computer games as a part of children's culture. *Game Studies*, 3(1).
- Gonçalves, C., et al. (2022). Physical activity, sedentary behavior and sleep patterns during COVID-19 lockdown: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1561.

Kasper Mortensen 20205556

11. Semester idræt med sidefag i historie

Aalborg Universitet

Gulddal, J., & Møller, M. (Red.). (1999). *Hermeneutik: En antologi om forståelse*. Gyldendal

Hanghøj, T., Gundersen, P. B., & Frørup, A.-K. (2025). Social inclusion of vulnerable youth through esports education. I H. D. I. Sigurdardottir & R. I. Munkvold (Red.), *Proceedings of the 19th European Conference on Games Based Learning* (Vol. 19(1), s. 378–386). Academic Conferences International.

Hesketh, R., Deterding, S., & Gow, J. (2020). Game-based learning and social development: A meta-review. *Games and Culture*, 15(4), 345–366.

Hitlin, S., & Piliavin, J. A. (2004). Values: Reviving a dormant concept. *Annual Review of Sociology*, 30, 359–393.

Holm, A. (2023). *Videnskabsteori i praksis: Grundlag, begreber og analyser*. Samfundslitteratur.

Holt, N. L., et al. (2017). *Positive youth development through sport* (2nd ed.). Routledge.

Ketelhut, D. J., Dede, C., Clarke, J., & Nelson, B. (2021). Esports and physical activity: Opportunities for hybrid learning environments. *Computers & Education*, 165, 104148.

Kordyaka, B., Jahn, K., & Niehaves, B. (2020). Towards a unified theory of video game engagement. *Internet Research*, 30(5), 1419–1442.

Kowert, R., & Oldmeadow, J. A. (2015). Playing for social comfort: Online video games as social spaces. *Computers in Human Behavior*, 53, 556–566.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2018). *Interview: Det kvalitative forskningsinterview som håndværk* (3. udg.). Hans Reitzels Forlag.

Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE.

Lobe, B., Morgan, D., & Hoffman, K. A. (2022). Qualitative data collection in an era of social distancing. *International Journal of Qualitative Methods*, 21, 1–14.

Malterud, K. (2016). Theory and interpretation in qualitative studies from general practice: Why and how? *Scandinavian Journal of Public Health*, 44(2), 120–129.

Maxwell, J. A. (2012). *Qualitative research design: An interactive approach* (3rd ed.). SAGE.

Marlatt, R. (2019). Capitalizing on the craze of Fortnite: Toward a conceptual framework for understanding how gamers construct meaning. *Games and Culture*, 14(4), 396–415.

Pachecco, A., Coulson, M., & Brown, J. (2021). Belonging and identity in online gaming communities. *New Media & Society*, 23(7), 1957–1975.

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed.). SAGE.

Kasper Mortensen 20205556
11. Semester idræt med sidefag i historie
Aalborg Universitet

Peng, W., Lin, J.-H., Pfeiffer, K. A., & Winn, B. (2012). Need satisfaction supportive game features as motivational determinants: An experimental study of a self-determination theory guided exergame. *Media Psychology, 15*(2), 175–196.

Pilgaard, M., Petersen, J. K., Munch, L., & Andersen, T. (2025). *Danskernes motions- og sportsvaner 2024*. Idrættens Analyseinstitut.

Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

Rigby, S., & Ryan, R. M. (2011). *Glued to games: How video games draw us in and hold us spellbound*. Praeger.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective*. Academic Press.

Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Kasser, T., & Deci, E. L. (1996). All goals are not created equal: An organismic perspective on the nature of goals and their regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(2), 331–347.

Schwartz, S. H. (2012). An overview of the Schwartz theory of basic values. *Online Readings in Psychology and Culture, 2*(1).

Shen, C., & Cicchella, P. (2023). Gaming addiction, health risks and youth well-being. *Journal of Behavioral Addictions, 12*(1), 1–14.

Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 11*(1), 101–121.

Tanggaard, L., & Brinkmann, S. (2010). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. I S. Brinkmann & L. Tanggaard (Red.), *Kvalitative metoder* (s. 29–54). Hans Reitzels Forlag.

Thing, L. F., & Ottesen, L. S. (Red.). (2015). *Metoder i idræts- og fysioterapiforskning* (2. udg.). Munksgaard.

Trepte, S., Reinecke, L., & Juechems, K. (2012). The social side of gaming: How playing online computer games creates online and offline social support. *Computers in Human Behavior, 28*(3), 832–839.

Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. I M. P. Zanna (Red.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, s. 271–360). Academic Press.

Kasper Mortensen 20205556
11. Semester idræt med sidefag i historie
Aalborg Universitet

Vester, J. (2023, 28. marts). *Status quo på medlemsfronten i Esport*. DGI.

Wankel, L. M. (1993). The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 151–169.

Wenger, E. (1998). *Communities of practice: Learning, meaning, and identity*. Cambridge University Press.