



HÖGSKOLAN
I HALMSTAD

Hälsopedagogiska programmet 180hp

KANDIDATUPPSATS



Idrott för alla

En studie om idrotten som arena för ökad inkludering i samhället

Johanna Steffensen, Julia Mannersten

Pedagogik 15hp

2017-11-13

Idrott för alla!

- *En studie om idrotten som arena för ökad inkludering i
samhället*

Johanna Steffensen
Julia Mannersten

Kandidatuppsats 15 hp
Program Hälsopedagogiska programmet
Vt 2017
Handledare: Linn Håman
Examinator: Krister Hertting
Rapportnummer: VT17-06

Förord

Under studietiden på det Hälsopedagogiska programmet vid högskolan i Halmstad har vi skaffat nya kunskaper om att bedriva hälsoinsatser på grupp, organisation och individnivå. Vi har även analyserat och diskuterat diverse olika problemområden samt utmaningar i samhället gällande promotiva samt preventiva insatser. Detta har bidragit med att vi har funnit intressen inom en rad olika områden inom hälsa. Fysisk aktivitet är något vi länge velat veta mer om, och när fritidsbanken dök upp så fann vi intresset att skriva om det.

Ett stort tack till våra deltagare i denna studie. Samt tack till Linn och Krister som handlett oss genom detta arbete.

*Högskolan i Halmstad
Juni 2017*

Johanna Steffensen

Julia Mannersten

Innehållsförteckning

Introduktion	6
<i>Problemområde</i>	7
Syfte och frågeställningar	8
Bakgrund och tidigare forskning	8
<i>Idrotten som arena för delaktighet</i>	9
<i>Hälsoeffekter av deltagande i idrottsaktiviteter</i>	9
<i>Hälsa och socioekonomi</i>	10
<i>Olika levnadsförhållanden påverkar vår hälsa</i>	11
<i>Sammanfattning av tidigare forskning</i>	12
Teoretisk referensram	13
<i>Hälsopromotion och Ackulturation</i>	13
Metod	16
<i>Urval</i>	16
<i>Datainsamlingsmetod</i>	17
<i>Dataanalys</i>	18
<i>Etiska överväganden</i>	20
Resultat	21
<i>Hälsofrämjande effekter</i>	22
<i>Acceptans och tillgänglighet</i>	23
<i>Hälsofrämjande effekter</i>	25
Metoddiskussion	30
Slutsats	31
Bilaga 1 - Informationsbrev	32
Bilaga 2 - Intervjuguide	33
Referenslista	35

Sammanfattning

Delaktighet och inkludering är två centrala begrepp i samhället. Fysisk aktivitet har betydelse för hälsa, inkludering och delaktighet. Att skapa förutsättningar till ökad inkludering bland individer i samhället kan bidra till att fler människor känner ökad delaktighet vilket således kan bidra till ett bättre välmående. En bidragande faktor till ökad inkludering kan vara exempelvis fysisk aktivitet samt deltagande i en idrottsverksamhet. Kommunen har initierat en satsning om utlåningsverksamhet som innebär att du har möjlighet att gratis låna idrott- och fritidsutrustning som är till för alla individer. **Syftet** med studien är att belysa den verksamhetsansvarige samt de centrala aktörernas syn på hur en satsning kring utlåningsverksamhet kan leda till mer delaktighet i samhället. Studien är en **kvalitativ intervjustudie** baserad på enskilda intervjuer. Intervjuerna genomfördes på fem aktörer som har en relation till utlåningsverksamheten som studeras. Den **teoretiska referensramen** innehåller hälsopromotion, hälsans bestämningsfaktorer samt ackulturation där den pedagogiska delen handlar om integrationen med andra individer och olika lärmiljöer. **Resultatet** gav till följd tre kategorier; *Delaktighet och gemenskap, fysisk aktivitet samt möjligheter och utmaningar* som visade sig ha en positiv inverkan på individer samt att det finns olika hälsovinster på vägen. **Slutsatsen** av resultatet visade på att det primära målet med utlåningsverksamheter inte handlar om fysisk aktivitet utan istället om de bieffekter som fysisk aktivitet kan bidra till.

Nyckelord: Delaktighet, Fysisk aktivitet, Hälsoeffekter, Hälsofrämjande Hälso pedagogik, Social inkludering, Utlåningsverksamhet.

Abstract

This study is about how lending activities with leisure equipment can have a positive impact on the individual. The problem area during the course of the study is that too many are excluded in a multicultural country, more people feel inclusion in society as well as exclusion should not occur. The **purpose** of the study is to illustrate which view business managers and the central actors has within how a venture on lending activities can contribute to more involvement in society. The **method** that this study leans on was conducted by a qualitative interview study consisting of five interviews. Those interviews were conducted with five different stakeholders who have a relationship with the lending activities being studied. **The theoretical reference framework** contains health promotion, health determinants, and acculturation in which the pedagogical part deals with integration with other individuals and different learning environments. The **result** resulted in three categories; Participation and community, physical activity as well as opportunities and challenges that proved to have a positive impact on individuals and that there are different health benefits on the way. The **conclusion** of the results showed that the primary objective of lending activities is not about physical activity, but instead of the side effects that physical activity can contribute to.

Keywords: Health pedagogy, Health promotion, Participation, Physical activity, Social inclusion, Sports activities.

Introduktion

Att hälsa är en kontext råder det inga tvivel om, och att definiera vad hälsa är blir därav svårt då man kan se det på så många olika sätt beroende på dina tidigare erfarenheter samt bakgrund. Inom hälsovärlden stöter vi ofta på begreppet fysisk aktivitet och dess innebörd. Att vara fysiskt aktiv omfattar all form av rörelse som ger ökad energiförbrukning. Fysisk aktivitet är bra för hälsan eftersom det kan leda till olika hälsovinster hos individer samt bidra till minskad risk för uppkomst av hjärt- och kärlsjukdomar, cancer samt diabetes. (Folkhälsomyndigheten, 2017). Många barn och ungdomar är idag fysiskt aktiva genom deltagande i idrottsföreningar vilket skapar gemenskap och blir en inkluderingsmöjlighet för många individer. Idrotten ska vara till för alla människor, men flertalet hinder gör att vissa grupper och individer hamnar utanför idrottsvärlden. Ett av de hinder som finns handlar om att idrotten tenderar att utvecklas till en klassfråga på grund av exempelvis dyra medlemskap och kostsam utrustning. Idrottsrörelsen är en viktig arena när det gäller inkludering och delaktighet som har betydelse för hälsan. Ett flertal kommuner runt om i landet har tillsammans ingått i en satsning kring utlåningsverksamheter. Ambitionerna med satsningen är att försöka möta några av de utmaningar som finns gällande tillgång till utrustning för att individer ska kunna delta i olika idrotter och för att skapa förutsättningar för delaktighet och inkludering. Riksidrottsförbundet arbetar aktivt inom idrottsrörelsen med stort fokus på ökad inkludering samt att minska marginaliseringen. (Riksidrottsförbundet, 2013).

I en dokumentation från RF tar de upp att människor som är delaktiga i idrottsföreningar ofta har det relativt bra ställt gällande den socioekonomiska delen i hemmet. Kostnaderna för deltagande i idrottsföreningen har stigit med åren, vilket kan ligga bakom anledningen till att så många människor hamnar utanför föreningslivet och på så sätt blir exkluderade. (Riksidrottsförbundet, 2013). Eftersom att vi idag är ett mångkulturellt land är det viktigt att inkludera alla individer oberoende ursprung, etnicitet samt levnadsförhållande. Det är viktigt att ha kunskap om idrottens betydelse i samhället och vilka effekter det kan ha på befolkningen, samt vad det kan bidra med. Att använda idrottsrelaterade aktiviteter som ett verktyg att inkludera och skapa hög delaktighet i samhället har visat sig ha en stor betydelse och en positiv ingång till ett bra välbefinnande. (Hertting & Karlefors, 2011).

Inkludering och delaktighet är två centrala samt betydelsefulla begrepp inom pedagogisk forskning. Att se individens hinder och svårigheter i olika lärandesituationer bidrar till utveckling hos individen (Berndtsson, Persson & Ullstadius, 2007). Begreppet inkludering används inom många olika arenor, mest frekvent inom skolans värld. Detta eftersom att skolan ska vara till för alla och därav inkludera alla individer oberoende av vilka förutsättningar man har (Skolverket, 2016). Inkludering krävs för att skapa bra förutsättningar för hälsan och människan måste själv få möjligheten att kunna påverka sin egna hälsa för att bli motiverad och för att kunna ta kontroll över sin hälsa. Genom att inkluderas så skapas även förutsättningar för att delaktigheten i samhället ökas. De fördelar forskningen kan se genom att fler människor inkluderas i det svenska samhället är att fler människors kunskap involveras samt att det är ett bra sätt för att skapa engagemang.

Delaktighetens betydelse bidrar även med att människan blir bättre på situationsanpassning, då det blir lättare att agera rätt (Hansson, 2004). Delaktighet är även väldigt centralt för de nyanlända i samhället. Att komma till ett nytt land, och direkt hamna i ett utanförskap samt bli exkluderade, är väldigt svårt och påfrestande för hälsan. I ett citat från Länsstyrelsen så skriver dem att nyanlända kvinnor är dem som drabbas hårdast av utanförskapet;

“Nyanlända kvinnor visar upp störst problem med ohälsa, och det finns ett klart samband mellan den egna hälsan och hur mycket man är delaktig i samhället.” (Länsstyrelsen, 2011)

I denna studie kommer fokus att ligga på vad utlåning av idrottsutrustning kan få för hälsovinster gällande människan på en mer samhällelig nivå. Vi kommer att studera hur de ansvariga och de centrala aktörerna av verksamheten ser på hur utlåningsverksamheter kan bidra till ökad delaktighet i samhället. För att skapa mer delaktighet och ökad integration i samhället kan utlåningsverksamheter vara en satsning som skapar möjligheter till fysisk aktivitet för alla olika individer, vilket ger alla samma möjligheter till att idrotta. Idrott är i många hänseenden en arena där människor möts och interagerar med varandra, vilket kan leda till mer delaktighet i samhället, både för personer som har det svårt ekonomiskt, för dem som nyligen flyttat till Sverige samt även för de personerna med problem såsom funktionsnedsättning eller dylikt. (Riksidrottsförbundet, 2017).

Problemområde

Att barnidrott samt idrott i sig har blivit en kostnadsfråga råder det inga tvivel om. Föräldrarnas ekonomiska förutsättningar samt tillgången till bil och engagemang avgör vilka barn som kan delta i idrottsliga aktiviteter. Dessutom ökar deltagar- och terminsavgifter frekvent vilket leder till att fokus istället hamnar på den ekonomiska biten och inte längre på barnens behov. Olika grupper av ungdomar, bland annat de många ensamkommande barn hamnar på så vis utanför idrottens värld, vilket varken är bra för svensk idrott som arena eller för folkhälsan. Undersökningar från forskningen säger att föräldrar med låg inkomst har barn som tränar allt mindre. (Riksidrottsförbundet, 2013).

En av två utmaningar är att samhällsklyftorna har ökat markant de senaste åren vilket har bidragit till att utanförskapet bland de olika grupperna i samhället har ökat. De rika blir allt rikare medan de fattiga blir allt fattigare. (Oxfam, 2016). För att vi ska kunna öka integrationen är det viktigt med inkludering samt att skapa delaktighet i samhället. En annan utmaning är skapa förutsättningar för delaktighet då det är en central punkt för alla individer. Att känna delaktighet i vardagen är viktigt för att vi ska känna oss behövda och integrerade i samhället. (Hansson, 2004). Genom att ge alla möjligheten att delta i fritid/- samt idrottsverksamheter så ger det också en väg in i sociala sammanhang med människor. I en artikel av RF skriver de att idrotten har ett eget språk som alla oberoende etniciteter kan förstå och tolka, vilket är bra då det tar sin tid att lära sig prata ett nytt språk. Det är också väldigt

centralt när det handlar om nyanlända eftersom de kommer hit med språksvårigheter. (Riksidrottsförbundet, 2017).

Studiens fokusområde kom därför att handla om hur en verksamhet ska arbeta för att skapa mer delaktighet. Eftersom att exkludering samt utanförskap är så pass omfattande idag är det av betydelse att studera hur de arbetar inom verksamheten och belysa de lärdomar som finns mellan hinder och möjligheter samt hur verksamheten initieras och hur den upprättas. Det är viktigt att belysa de centrala aktörernas syn eftersom att det kommer bli en avgörande faktor för hur verksamheten etablerar sig och för vilka strategier de kommer att använda sig av. De centrala aktörerna är representanter från kommun och idrottsrörelsen som tillsammans är involverade i att starta igång utlåningsverksamheter

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att belysa de centrala aktörernas syn om en satsning kring utlåningsverksamheter kan bidra till att främja hälsa genom ökad inkludering i samhället.

- Hur ser de centrala aktörerna att utlåningsverksamheten kan bidra till mer delaktighet i samhället?
- Hur ser de centrala aktörerna att utlåningsverksamheten kan bidra till ökad inkludering genom fysisk aktivitet?
- Vilka möjligheter och utmaningar ser de centrala aktörerna med att introducera utlåningsverksamheten?

Bakgrund och tidigare forskning

Fritidsbanken som är en typ av utlåningsverksamhet, startade 2013 i Deje som ligger i Forshaga kommun och det finns idag på 34 olika platser i landet. Fritidsbanken är en plats dit människor kan gå för att låna fritidsartiklar såsom idrott- samt fritidsutrustning av olika slag. Alla människor oavsett ålder är lika välkomna att låna det man behöver hos fritidsbanken. Just den faktorn att det är till för alla människor är en viktig punkt i fritidsbankens värdegrund. Värdegrunden innebär att all utrustning ska vara gratis att låna och tillgänglig för vem som helst oberoende av socioekonomisk status samt ursprung. Fritidsbankens värdegrund lyder följande:

“Alla får låna och allt är gratis – det ruckar vi aldrig på. Utrustningen är begagnad, men oftast i väldigt fint skick. Lånetiden är 14 dagar och tanken är att man enkelt ska kunna prova på olika fritidsaktiviteter utan att det kostar något” (Fritidsbanken, 2017).

I denna studie har SISU idrottsutbildarna varit en viktig aktör då de bedriver samarbeten tillsammans med kommunen gällande uppstarten av Fritidsbanken. SISU idrottsutbildarna är idrottsrörelsens studie- och utbildningsorganisation och arbetar med att vidareutveckla

idrotten, samt med långsiktiga mål och deras aktuella mål nu är "Idrottens strategiarbete 2025". Satsningen 2025 handlar om att vidareutveckla idrottsverksamheten så att barn, unga, vuxna samt äldre kan idrotta i en förening livet ut samt så ska dem också samverka med fler aktörer så att de kan skapa bättre möjligheter för alla som vill idrotta. Alla ska få chansen att kunna delta oavsett socioekonomisk status (SISU idrottsutbildarna, 2017).

Verksamheten är en satsning med tanke att den ska vara gynnsam för alla målgrupper såsom ungdomar, fritidsverksamheter samt skolor. Dock står verksamheten inför olika utmaningar. Det krävs mycket tillgångar gällande material samt ett stort engagemang av de platsansvarige. Värdegrunden går ut på att allt ska vara gratis vilket kan orsaka problematik eftersom det krävs mycket utrustning för att det ska fungera. En annan stor utmaning är hur dem ska arbeta för att verksamheten inte ska bli skamfylld att gå till.

Idrotten som arena för delaktighet

Som tidigare nämnts i introduktionen är det viktigt att hitta olika arenor där alla olika kulturer kan integrera med varandra. Idrotten är ett sådant exempel på arena som kan ha en betydande roll då alla har olika socioekonomiska förutsättningar, samt vissa har sämre levnadsförhållanden exempelvis funktionsnedsättning och språksvårigheter. (Riksidrottsförbundet, 2017). Riksidrottsförbundet kommer under åren 2015-2018 att få hjälp i från regeringen med en summa på 64 miljoner kronor om året, för att arbeta mot att skapa mer möjligheter till att engagera nyanlända att testa på att idrotta. Genom denna satsningen kan man lättare lägga fokus på dem som har det svårt, och då öka delaktigheten för nyanlända vilket kan leda till att segregationen minskar mellan de olika socioekonomiska klasserna i samhället. (Riksidrottsförbundet, 2017).

Hälsoeffekter av deltagande i idrottsaktiviteter

Deltagandet i en förening är en självklarhet för många eftersom gemenskapen skapar glädje för individerna vare sig du är ung eller gammal. Om du börjar att idrotta i ung ålder leder det ofta till att du är aktiv även som äldre. Därför är det viktigt att få ut barn i föreningslivet så tidigt som möjligt. (Riksidrottsförbundet, 2015).

Enligt folkhälsomyndigheten ökar antalet personer med övervikt samt fetma varje år, detta är ett stort problemområde både för uppkomsten av livsstilsrelaterade sjukdomar samt kostnader för samhället. Det är något som Folkhälsomyndigheten just nu arbetar på tillsammans med Livsmedelsverket på beodran från regeringen. Satsningen yrkar till att främja hälsa relaterat till kost och fysisk aktivitet där deras fokus ligger på att åstadkomma långsiktiga förändringar både på individ- och samhällsnivå. Genom att individer är fysiskt aktiva så investerar de i sin egna hälsa. Forskningen visar på att människan blir en generellt sett gladare samt positivare individ när du är aktiv eftersom det då sker så många positiva effekter i kroppen. Människan mår både psykiskt och fysiskt bättre av att ha en aktiv vardag. (Folkhälsomyndigheten, 2016).

Utlåningsverksamheter kan vara en central faktor som kan leda till att flera får chansen att hitta till idrotten och genom det finna en sundare livsstil och då minimera antal livsstilsrelaterade sjukdomar. Det kan troligtvis leda till att fler människor interagerar med varandra och skapar högre delaktighet bland deltagande i idrottssammanhang. (Riksidrottsförbundet, 2017).

Hälsa och socioekonomi

Att fysisk aktivitet är nyttigt för människan är sedan länge väl känt. När människan är aktiv i lagom utsträckning så bidrar det till en rad olika hälsofrämjande effekter. (Caperchione, Kolt, Tennent, Mummery, 2011). Men andra aspekter vi kan läsa inom tidigare forskning av ämnet är att fysisk aktivitet kan bidra till ännu fler hälsoeffekter. Genom att idrotta och ha en aktiv vardag ökar också chansen att vi känner oss mer delaktiga samt inkluderade i samhället, vilket Caperchione et al. (2011) beskriver i deras studie. Det finns idag många individer som inte har råd att skaffa sig idrottsutrustning, vilket kan leda till att de inte kommer in i samhället på samma sätt som de som har en bättre socioekonomisk status. Studien som utfördes syftade till att undersöka om vi påverkas av andra och deras eller samhällets olika beteenden alltså utifrån det sociokulturella perspektivet och om det har en påverkan på fysisk aktivitet samt se vilka faktorer som påverkar kunskapen hos individen. Det visade sig att vi lär oss genom integration med andra och det sociala nätverket påverkar hur vi formas som person.

Att skapa social integration genom olika aktiviteter är ett fungerande hjälpmedel och ofta tänker man på den fysiska aktiviteten, men bara genom att göra olika aktiviteter med andra gör att du som individ får kunskapsutbyte och erfarenheter av andra. En studie som har genomförts inom området social integration resulterade i att olika aktiviteter med äldre vuxna gör att de får aktivera sig mer samtidigt som de får socialt stöd genom andra är ett bra redskap för ett ökat välmående. Genom att använda sociala aktiviteter med syftet att skapa integration har olika positiva effekter på individen, att använda de resurser och förutsättningar som finns är ett bra tillvägagångssätt. (Knight & Mellor, 2007). Idrott är en arena där främjande arbete ligger i fokus och är en långsiktig investering för folkhälsan. Att främja hälsa är idag välkänt och aktuellt då det visat sig vara gynnsamt i längden både privat men även på olika verksamheter. Att veta hur man skapar ett "bra" välmående för individen är svårt att mäta då det är väldigt individuell. Men flera studier visar på att socialt stöd är en väg till god hälsa eller välbefinnande för alla. (Hartung, Sproesser & Renner, 2015).

I en studie av Guruge et al. (2015) mättes kvinnors mentala hälsa och vilka hälsoaspekter som har en påverkan på hälsan och välbefinnandet. Människan är en social individ och behöver på något sätt återkoppling eller socialt stöd i livet för både psykisk och fysiskt välbefinnande. Socialt stöd är en av de viktigaste faktorerna i människans liv exempelvis familj, vänner och jobb. Socialt stöd eller sociala normer kan påverka individen olika både bra och dåligt. Normer kan vara bra för individen eftersom det är en riktlinje på hur man ska vara eller bete sig samtidigt kan det vara en negativ aspekt eftersom att man betraktas som utanför om man inte håller sig inom de normerna. Idag handlar det mycket om att jämföra sig med andra och

sträva till mål som knappt kan uppnås vilket i sin tur skapar en negativ stress som således kan bidra till sämre hälsa. Studien påvisar att socialt stöd och delaktighet i samhället ger positiva hälsoeffekter, det är många faktorer som har en inverkan förutom detta exempelvis socioekonomiska förhållande och därefter vilka möjligheter man har som individ i samhället, men resultatet av studien visade att det sociala stödet är en viktig del i livet. (Guruge, Thomson, George & Chaze, 2015). Socioekonomiska förhållanden är en annan faktor som kan påverka människan. Socioekonomin är något vi inte kan påverka i alla lägen utan de yttre faktorerna styr ofta de möjligheterna. (Chavarroy, Villamory, Narva & Hoyosz, 2004).

Olika levnadsförhållanden påverkar vår hälsa

Alla individer har olika levnadsförhållanden och alla har inte lika möjligheter eller förutsättningar i samhället, det finns samtidigt de som inte har valt den situation som man befinner sig i. Att den socioekonomiska statusen har en inverkan på individen visar ett flertal studier som har genomförts. Särskilda grupper i samhället har ibland inga val gällande sina levnadsförhållanden exempelvis nyanlända. Det finns olika hjälpmedel för att komma in i samhället och därav träffa nya människor. Att människan interagerar med andra individer från en annan kultur eller bakgrund gör att du som individ får ett kunskapsutbyte med andra och gör att du har större sannolikhet att utvecklas samt ha ett fungerande socialt liv. (Caperchione, Kolt, Tennent & Mummery, 2011).

Utifrån människans möjligheter och förutsättningar påverkas individens hälsa samt välmående. Genom att minska segregationen och integrera olika grupper med varandra därav göra samhället mindre uppdelat är ett faktum. Ett begrepp som är återkommande i studien är innebörden av klassificering alltså att befolkningen blir automatisk kategoriserad och uppdelad beroende på exempelvis ekonomiska förhållanden, boende samt vilken kultur du tillhör. Normer i samhället och individens värderingar/åsikter gör att det skapas olika grupper men det kan även skapa utanförskap. Att inte tillhöra en grupp eller att inte ha ett socialt nätverk gör att individen inte känner sig delaktig eller sedd av omgivningen. Du som individ blir påverkad av den sociala miljön det vill säga hur du bor och vilka individer man har i sin närhet eftersom vi är uppbyggda för att vara sociala och genom andra utvecklas vi som individer. (Chavarroy, Villamory, Narva & Hoyosz, 2004; Andersson, Schierenbeck, Strumpher, Krantz, Topper, Backman, Ricks & Rooyen, 2013).

En annan studie där fokus låg på vilka prediktorer som har en inverkan på befolkningens välmående och hälsa visade på att det var två begrepp som var extra viktiga. I studien visade det sig att de sociodemografiska egenskaper samt den socioekonomiska statusen har betydelse för hur fördelningen ser ut och därav vart man bor beroende på vilka förutsättningar samt tillgångar individen har. Det visade även på att den sociala miljön bland annat påverkar människan och formar ens beteende och personliga utvecklingen. Människan är en social varelse och har behovet att integreras med andra i samhället som gör att individen utvecklas genom olika kunskapsutbyte mellan varandra. (Chavarroy, Villamory, Narva & Hoyosz, 2004; Cordova, Parra-Cardona, Blow, Johnson, Prado & Fitzgerald, 2015). En annan

synvinkel handlar om de socioekonomiska förutsättningarna, och att det har en stor betydelse gällande dina möjligheter till att vara fysisk aktiv och att det har stor inverkan på individen ser man som en återkommande faktor i många studier. Att ha kunskap om fysisk aktivitet och vilka positiva effekter det ger och även ha tillgänglighet gör att individen blir mer delaktig i samhället. Fysisk aktivitet eller andra sociala aktiviteter påvisar att befolkningen får ett bättre välmående och därigenom integrerar med andra. (Caperchione, Kolt, Tennent & Mummery, 2011).

Idag ökar mångfalden runt om i världen samt att nivåerna av invandring stiger. Studien påvisar en rad olika faktorer som har en inverkan på individen exempelvis den ekonomiska statusen som utgör vilka möjligheter du har samt delaktighet som kan skapas via fysisk aktivitet. Fysisk aktivitet har många positiva effekter på hälsan och det allmänna mående vilket kan leda till att människan kommer in mer i samhället. Sociodemografiska läget diskuterades i studien som en viktig aspekt då fler ansåg att det är lättare och mer tillgängligt till fysisk aktivitet genom att miljön runt omkring upplevdes säkert exempelvis belysning samt bra gångvägar. En annan viktig aspekt var hur säkerheten där du bor upplevs eftersom det är av betydande roll för hur trygg du känner dig. Genom att ha tillgängligheten till grönområde eller närhet till olika aktiviteter ökar chansen för att du blir mer aktiv i vardagen. Den socioekonomiska aspekten tror sig har ett stort inflytande på individen samt vart man bor och vilka förutsättningar du har påverkar också tillgängligheten samt möjligheterna till fysisk aktivitet och delaktighet i samhället. (Caperchione, Kolt, Tennent & Mummery, 2011).

I en studie som genomfördes (2012) med fokus på social inkludering och integration i samhället kom de fram till att integration med andra människor är en viktig del, det finns olika redskap till social integration exempelvis fysisk aktivitet. Sport- och idrottsrelaterade aktiviteter beskrivs ibland som “ ett språk ” världen över, vilket kan vara till stor hjälp för de individer som känner utanförskap eller liknande. Garrido et al. (2012) menar att reglerna och principerna inom de allra vanligaste sporterna är de samma vart du än kommer i världen. Således kan idrotten vara en social arena där integrering mellan individer sker lättare än på andra platser. Det behöver inte alltid handla om olika kulturer eller särskilda grupper, fysisk aktivitet kan vara en stor hjälp för att känna sig delaktig och tillhöra ett socialt nätverk. Studien påvisar att det finns olika redskap för ökad integration i samhället och i den här studien undersöktes fysisk aktivitet som en social arena för individer samt se vilken betydande roll det har för individer i vardagen. Det visade sig ha en stark koppling och inverkan på människan. (Garrido, Olmos, García-Arjona & Pardo, 2012).

Sammanfattning av tidigare forskning

Sammanfattningsvis kan vi se att delaktighet är ett återkommande begrepp, samt att det har en stor betydelse för individen i många situationer. Delaktighet kan ha flera olika innebörder då det anses som väldigt individuellt. Att exempelvis tillhöra en grupp eller medverka i andra aktiviteter är inte självklart för alla, det kan uppstå olika hinder eller begränsningar för individen som har olika levnadsförhållanden. Tidigare forskning inom ämnet visar att fysisk

aktivitet eller sociala sammanhang i övrigt är en nyckel till olika positiva effekter på individen. Att ha fysisk aktivitet som ett redskap för att öka integreringen i samhället ser forskningen mycket vinning i, men tyvärr finns det begränsningar för olika individer exempelvis gällande den socioekonomiska- samt sociodemografiska statusen. Det finns flera studier som anser att det är ett stort hinder för en stor andel av världens befolkning.

Teoretisk referensram

I studien kommer två huvudsakliga begrepp att användas: Hälsopromotion samt Ackulturation. Ackulturation har en stark koppling till inkludering och lärande och i vår studie fokuserar vi på utsatta grupper i samhället, följaktligen ser vi därav en stark förankring mellan syfte och teori. Hälsopromotion är en central del i studien eftersom att verksamheten vi studerar öppnar upp för möjligheter till att främja hälsa.

Hälsopromotion och Ackulturation

Vår grundläggande utgångspunkt i studien behandlas genom ett hälsopromotivt perspektiv. Detta begrepp innebär att man arbetar promotivt för att främja individens befintliga hälsa. Det är viktigt att arbeta promotivt både i vardagen och i arbetslivet. Genom att använda sig av främjande insatser så arbetar man med att förhindra att sjukdomar bryter ut, de vill säga att främja hälsan. Det ligger i tiden att jobba med dessa insatser i dagens samhälle då det gynnar alla parter. Att främja individens hälsa och välmående går att göra på en rad olika sätt, det finns olika strategier för att hälsan främjas och bibehålls. Att ha den sociala biten i vardagen och att känna delaktighet behöver alla mer eller mindre, att integrera med andra i olika sammanhang och miljöer öppnar upp många effekter på individen. (Hansson, 2014; Bandura, 2004).

Olika grupper exempelvis nyanlända, är den språkliga förmågan en viktig indikator för att individen lättare ska ha begriplighet och ta del av information i vardagen eller allmänt i samhället. Genom att få in olika grupper i samhället med olika strategier i vardagen gör att de skaffar sig begriplighet och delaktighet. Om individen känner att det är brist på kunskap inom ämnet eller känner sig osäker i en situation kan det bidra till negativa konsekvenser, exempelvis att du blir begränsad till att göra vissa saker, det vill säga att människan inte värdesätter sina egna behov. Människans intellektuella kapacitet som språk, logik och kreativitet har en inverkan på individens mående och begriplighet i samhället. Att tillhöra en grupp eller ingå i ett socialt sammanhang gör att individen känner sig delaktig i samhället, genom att ta lärdom av varandra skapas ett pedagogiskt samspel mellan individerna. (Hansson, 2014).

Verksamheten använder sig av promotivt arbete för att skapa bättre villkor för att människor ska få ett hälsosammare liv. Verksamheten kan bidra till att främja hälsan och de positiva bieffekter som uppstår genom ett sådant koncept. Genom att utlåningsverksamheten skapar förutsättningar till att människor kan vara aktiva till en högre utsträckning eller bara testas på en ny idrott kan leda till att hälsan främjas. Hälsa är att må bra samt att ha tillräckligt med

resurser för att klara av samhällets normer och krav, och för att uppfylla sina personliga mål. Hälsans bestämningsfaktorer är en modell som beskriver hur yttre och inre faktorer påverkar människan. Det finns olika faktorer som man inte kan påverka exempelvis de inre faktorerna som styrs av genetiken och vår biologiska natur. En viktig del i hälsans välmående är det sociala stödet och sociala nätverket eftersom människans umgängeskrets skapar förutsättningar till utveckling. De yttre faktorerna är på samhällsnivå och det är samhället som har ansvar för möjlighet till deltagande i olika verksamheter. (WHO, 2017).

Utlåningsverksamheter är en satsning på samhällsnivå, verksamheten skapar samhällsliga möjligheter för en jämlik hälsa. Verksamheten kan ha en betydande roll för att människan ska ha möjligheten att delta i olika idrott- och fritidsaktiviteter, det krävs ett stort engagemang, resurser och tydliga mål för att skapa förutsättningar till social inkludering. Individens sysselsättning i det vardagliga livet exempelvis arbete, fritid och skola. kan människan i en stor utsträckning påverka själv. Till skillnad från vissa av dessa yttre omständigheter som vi ej kan påverkas i samma utsträckning. (WHO, 2017). Alla har inte lika levnadsförhållanden eller förutsättningar och exempelvis de som är nyanlända har ofta inte samma möjligheter i vardagen. Därför är det en viktig process att få in alla i samhället, genom olika slags sysselsättningar som gör att människan känner gemenskap och inkluderas. Integrationen är en viktig process som bidrar till att samhället samt individen utvecklas och tar lärdomar av varandra. En teori som styrker vikten av detta är Ackulturationsprocessen.

Ackulturationsprocessens tillvägagångssätt bygger på tvärkulturell psykologi och handlar om när personer från olika kulturer möts och interagerar med varandra (se modell nedan). Det handlar om hur människors beteendepertoar förändras när dem kommer från en kulturell värld till en annan, fortsätter individen att agera som den har gjort tidigare eller anpassar sig till den "nya" världen? Begreppet acculturation handlar om de kulturella förändringar som sker när kulturkrockar uppstår, ackulturationsprocessen kopplas till den psykologiska acculturation som handlar mer om de psykologiska förändringarna som sker under processen hos individer som upplever ackulteringen. Det finns många olika typer av ackultering. Några har ingått i ackulteringsprocessen frivilligt t.ex. invandrare. Medan vissa har ingått i processen ofrivilligt genom t.ex. flykt eller ursprungsbefolkningen. För vissa kan detta vara en livslång process t.ex. invandrare samt flyktingar, eller så kan det vara en tillfällig process som för bland annat studenter som flyttat för att studera under en period.

I våra livssituationer finns det olika mål och ekonomiska förutsättningar som kan göra att individen har svårt att anpassa sig och därav kan skapa stress. Det finns strategier som kan användas i olika samhällssituationer som du ser ovan, olika grupper har olika inställningar och attityder till strategierna. Tillsammans utgör de här åsikterna så kallade ackulturationsstrategier. Inom de här ramarna kan konflikter uppstå beroende på hur anpassningsbar individen är eller blir. (Berry, 1997).

Utlåningsverksamheter arbetar aktivt med att motverka marginalisering genom att finnas tillgänglig för alla människor genom att det bland annat inte krävs några ekonomiska

förutsättningar för att kunna utnyttja verksamheten. Detta kan i sin tur leda till integration istället för marginalisering och således inkluderas fler individer i samhället. Alla kommer från olika levnadsförhållanden och det medför att alla inte har valt den situationen man befinner sig i som gör att förutsättningarna skiljer sig från individ till individ.

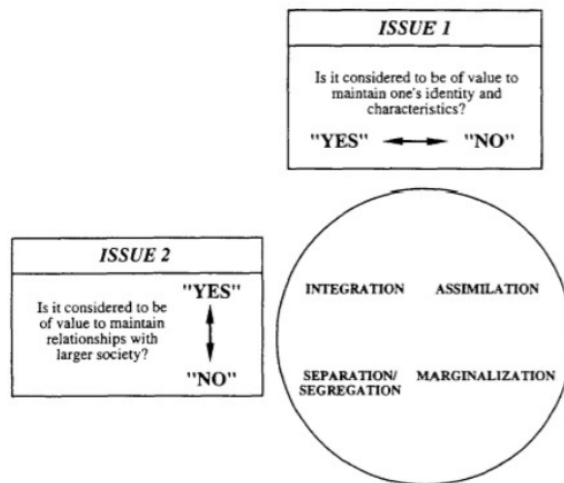


FIG. 1. Acculturation strategies.

Berry, (1997) s.10

Sverige är idag ett mångkulturellt land och det är samhällets ansvar att skapa de bästa förutsättningar för individen. Inkludering är ett viktigt begrepp inom pedagogikens forskning, begreppet har skapats för att samhället idag är mer föränderligt och vi behöver ord samt begrepp som kan göra det enklare när det kommer till integration. Att sträva efter att öka inkludering är inte enkelt utan något som samhället hela tiden måste arbeta med, genom att arbeta med promotiva insatser. (Berndtsson, Persson & Ullstadius, 2007).

Ackulturationsprocessen har en stark koppling till dagens mångfald genom att olika kulturer möts och medför sina normer och värderingar gör att integrationen blir en personlig utveckling hos individen (Berry, 1997). Utlåningsverksamheter arbetar långsiktigt inom hälsa och välmående, genom att arbeta promotivt ser man konceptet som hållbart och gynnsamt.

Metod

Studien utgår från en kvalitativ metod som innebär att skapa en djupare förståelse inom ämnet som studeras. Kvalitativ forskning består ofta av intervjuer av olika former till skillnad från den kvantitativa där enbart statistik används, exempelvis enkäter. (Zetterqvist-Eriksson & Ahrne, 2015). Studien har inslag av induktiv ansats som betyder att vi förutsättningslöst tolkat samt bortsett från våra teorier och dragit generella slutsatser från våra egna erfarenheter. Genom att tolka det övergripande materialet dras slutsatser för att komma fram till en trovärdig analys. (Fejes & Thornberg, 2015).

Urval

Vi har intervjuat fem nyckelpersoner i sydvästra Sverige. Deltagarna som valdes ut har en betydande roll eftersom dem kan delge information om hur dem ser på verksamheten. Den urvalsprocessen kallas för ett strategiskt urval. (Zetterqvist-Eriksson & Ahrne, 2015).

De centrala aktörerna i studien innebär det att representanter från idrottsrörelsen, olika förvaltningar och verksamhetsansvariga ingick. Tre av intervjupersonerna arbetade operativt medan de andra två var mer ansvariga. Sammanlagt deltog fem personer varav tre var män och två var kvinnor. Intervjupersonerna är valda från olika organisationer eller verksamheter för att få en spridning samt olika synvinklar utifrån studiens syfte. Inklusionskriterierna i vår studie var att dem ska vara på olika positioner, några som arbetar med verksamheten i stort samt några som arbetar mer operativt. Studien hade några exklusionskriterier, exempelvis att om de inte hade en betydande roll för verksamheten så var dem inte intressanta för studiens syfte. Det fanns ett antal organisationer som vi valde bort eftersom de inte vara aktiva för verksamheten idag, men som hade kunnat bli relevanta i framtiden. (Zetterqvist-Eriksson & Ahrne, 2015). *(Se nedan information om intervjupersonerna)*

Intervjuperson	Arbetsyssla
<ul style="list-style-type: none"> • IP 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbetar på kommunen med anläggningsutveckling samt med att ge föreningslivet de bästa förutsättningarna.
<ul style="list-style-type: none"> • IP 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbetar inom Riksidrottsförbundet och har en stark koppling till verksamheten vi studerar.
<ul style="list-style-type: none"> • IP 2 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbetar på kommunen men arbetar med elevhälsa inriktning mot barn och elever i skolan. Arbetar operativt inom projektet.
<ul style="list-style-type: none"> • IP 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbetar på Migrationsverket med asylsökande. Arbetar operativt inom projektet.

<ul style="list-style-type: none">• IP 5	<ul style="list-style-type: none">• Arbetar inom Barn- och omsorg och har en lång erfarenhet inom ämnet Idrott och Hälsa. Arbetar operativt inom projektet.
--------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Datainsamlingsmetod

Datainsamlingsmetoden för studien var semistrukturerade kvalitativa intervjuer där vi konstruerade en egen intervjuguide. Det har varit fem stycken som har medverkat i intervjuer på 50 minuter vardera. Vi hade enskilda intervjuer eftersom alla intervjupersonerna skulle kunna uttrycka sina åsikter och känna sig trygga att de som dem säger inte sprids vidare (Zetterquist & Ahrne, 2015). Vi konstruerade en intervjuguide med 34 frågor (se bilaga 2) där vi utefter frågornas område formulerade olika teman som vi förutsåg skulle svara på studiens syfte och de kunskapsluckor som skulle besvaras. Vissa frågor i intervjuguiden riktades till de som var verksamhetsansvariga, medan de andra var generella och riktade det sig till alla intervjupersoner. Några exempel på frågor som vi inte kunde ställa till alla IP var kategorierna; Marknadsföring, lokal samt ekonomi, dessa ställdes enbart till de verksamhetsansvariga. (Se bilaga 2).

Vi kontaktade intervjupersonerna i sydvästra Sverige via mail och de samtycke och därefter kom vi överens om tid och plats. Vi valde att kontakta intervjupersonerna via mail då vi ansåg att det var bra för att de fick god tid på sig att svara om de ville delta eller inte.

Genom att ha enskilda intervju skapades möjlighet för intervjupersonen att uttrycka sina åsikter (Zetterquist & Ahrne, 2015). För att skapa ett så bra klimat som möjligt fick informanterna påverka plats för intervjuerna. Samtliga valde att bli intervjuade på sin egna arbetsplats. Att vi befann oss på arbetsplatsen bidrog till att miljön ansågs trygg, eftersom att dem är vana att vistas där. Vi satt i enskilda rum under intervjutiden för att inte bli störda av en bullrig miljö. Som tidigare nämnts skickades via mail ut ett informationsbrev (se bilaga 1) där det bland annat stod om de etiska principerna samt samtycke till medverkan. Informationsbrevet skickades för att deltagarna skulle få en överblick över studien samt en kort information kring intervjun. Intervjuerna spelades in för att kunna transkriberas och för att vi skulle kunna ha materialet tillgängligt under skrivprocessen.

I boken Handbok i kvalitativa metoder (2015) beskriver om vikten av formulera frågorna väl samt att ha öppna frågor och att inte ställa några ledande frågor samt ja eller nej frågor. Detta beaktade vi när vi utformade intervjuguiden (se bilaga 2) Det är en viktig aspekt och som kan vara avgörande på hur resultatet av intervjuerna blir. (Eriksson-Zetterquist & Ahrne, 2015). Intervjuerna är semistrukturerade Samtidigt som vi avvek från beroende på vem vi intervjuade. Genom att vi använde oss av semistrukturerade intervjuer gjorde att vi fick en spridning på frågor och ett brett resultat som svarade på studiens syfte och frågeställningar. (Zetterqvist-Eriksson & Ahrne, 2015).

Dataanalys

Vi har använt oss av meningskoncentrering som är en analysmetod där du plockar ut de centrala bitarna och därefter sammanställer intervjupersonernas uttalanden till kortare formuleringar. Materialet har transkriberats ordagrant, och analyserades genom meningskoncentrering. Meningskoncentrering innebär att citat noggrant väljs ut och sedan kodas till olika teman som symboliserar materialet. I resultatdelen används likheter och skillnader för att sammanfatta det empiriska materialet. (Kvale & Brinkmann, 2014). Studien har en induktiv ansats som bidrog till att under analysen förutsättningslöst tolkade materialet (Fejes & Thornberg, 2015).

Vi började med att läsa igenom intervjuerna flera gånger för att få en klar överblick av materialet. Under steg två i processen koncentrerades texten genom att plocka ut den informationen som svarade på respektive frågeställning det vill säga de centrala delarna. För att göra det tydligt skrev vi ut allt transkriberat material och markerade det empiriska materialet med olika färger beroende på vilken frågeställning det besvarade. Det gjordes för att se om de insamlade materialet var tillräckligt och gynnsamt för studiens resultat. Nästa steg tematiseras intervjupersonernas uttalanden utifrån deras egna synvinklar och som vi tolkade det. Det gjordes i en analysmatris (se nedan) för att det ska bli tydligare och strukturerat för vem som sagt vad. Analysmatris var ett bra redskap att arbeta med för att få en översikt över materialet och om alla bitar finns med, även att gå tillbaka under skrivprocessen för att få en överblick.

När meningsenheterna samt tematiseringen har tagits ut så ställde vi det i relation till studiens syfte för att se om det var relevant. De meningskoncentreringar som togs ut ska besvara syfte och frågeställningarna och därav spegla resultatet. Vi tog ut olika citat från de transkriberade materialet samt information till det beskrivande resultatet, detta är en tolkningsprocess som sker i flera omgångar. Sista steget innebär att man knyter samman de centrala temana i beskrivande utsagor. I studiens resultat jämförde vi resultatet från de olika intervjupersonerna och därefter hittade likheter samt skillnader i utsagorna. Det gjorde att det blev lättare att vara kritisk till resultatet samt att texten blev djupare. Att ha likheter och skillnader presenterat i resultatet var till stor nytta i diskussionsavsnittet. (Kvale & Brinkmann, 2014).

Analysmall

Citat från intervjuperson	Koppling syfte	Meningskoncentrering	Kategorinamn
<p><i>“För familjer med barn med funktionsnedsättning kan det också öppna upp för fler möjligheter till fritidsintresse. Även om man självklart inte kan garantera att det kommer finnas sådan specialanpassad utrustning. Men man kan ju hoppas!” IP 1</i></p>	<p>Utmaningar</p>	<p>Bieffekter</p>	<p>Acceptans och tillgänglighet</p>
<p><i>“Ekonomi i sig kan vara exkluderande, att inte ha möjlighet att göra vissa saker på grund av ekonomiska skäl, eftersom vissa grupper i samhället står utanför arbetsmarknaden, och då kan ju fritidsbanken bara jättebra”. IP 2</i></p>	<p>Inkludering</p>	<p>Ekonomi kan vara exkluderande</p>	<p>Ekonomi och språk</p>
<p><i>“Fysisk aktivitet är inte det primära målet då det kan ge andra olika positiva effekter”. IP 1</i></p>	<p>Fysisk aktivitet som redskap</p>	<p>Idrott skapar gemenskap</p>	<p>Hälsofrämjande effekter</p>

Etiska överväganden

Vetenskapsrådet har tagit fram fyra forskningsetiska krav som ska ligga till grund när en studie ska genomföras. De fyra kraven är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet, alla representerar olika teman och som gör att de som medverkar i studien ska känna att det inte kommer ha en betydelse för deras integritet eller vardag. (Vetenskapsrådet, 1990).

Samtyckeskravet innebär att den medverkande har rätt till att ha åsikter om intervjun samt rätt att avbryta sin medverkan när som helst. Om studien behandlar känsliga områden eller andra ytterligheter så ska man begära samtycke av exempelvis fackförbund, skola eller arbetsgivare. I vår studie använde vi oss av muntligt informerat samtycke eftersom att vi har använt oss av enskilda intervjuer, alla intervjupersoner är vuxna vilket innebär att den enskilde ska lämna samtycke. (Vetenskapsrådet, 1990). Informationskravet innebär att författaren har skyldighet att informera om de delar i studien som är relevanta för IP. Exempelvis har vi skickat ut ett informationsbrev (se bilaga 1) som innehåller information om studiens syfte för att de medverkande ska få en inblick i studien. I informationsbrevet finns även kontaktuppgifter och en kortare beskrivning om intervjutillfället, som skickades ut ett par dagar innan medverkan (Vetenskapsrådet, 1990). Konfidentialitetskravet är i huvudsakligen att personuppgifter eller andra uppgifter som kan skada den individuella integriteten ska behandlas så att andra inte ska kunna ta del av det. Det ska inte nämnas eller ges ut uppgifter så personen går att identifierats, i studiens fall har staden inte angivits vilket gör att det blir svårt att identifiera de personerna som medverkade. Nyttjandekravet betyder att informationen/materialet bara får användas för studiens syfte och inte nyttja det till annat än det som är informerat. Vi hade under studiens gång i åtanke hur resultatet kommer att speglas samt tolkas av olika människor. Resultatet är till för att driva forskningen framåt och därifrån öppna upp för de kunskapsluckor som finns inom ämnet. Studiens utgångspunkt är att inte läcka informationen mellan olika verksamheter eller sprida tankar och åsikter som inte är relevant inom studiens syfte. (Vetenskapsrådet, 1990).

Resultat

I resultatavsnittet kommer vi att presentera resultatet utifrån en meningskoncentrerad analys vi genomfört. Resultatet har delats upp i tre kategorier; *Ekonomi och språk*, *Hälsoeffekter*, *Möjligheter och utmaningar*. Vilket gav oss deras föreställningar om utlåningsverksamheter.

Ekonomi och språk

IP 3 har jobbat länge med nyanlända och anser att det är fel att bara låta människor komma hit till Sverige och därefter inte ta hand om dem. Att bara låta dem sitta hemma och vänta tills de får ett besked såsom uppehållstillstånd är varken etiskt eller moraliskt grundat. Genom detta minskar deras chans att komma in i samhället väldigt mycket, att genom utlåningsverksamhet ha möjligheten till utrustning ökar chansen till integrering och delaktighet. IP 3 förklarar även att för att komma in i samhället behöver man lära känna nya människor, vilket utlåningsverksamheter kan leda till i förlängningen. Att ingå i ett socialt sammanhang gör att delaktighet skapas inom både individen och gruppen. Vikten av att personer med olika kulturer samt bakgrund möts gör att kunskapsutbyte sker.

“Integrationen är viktig då du träffar människor, där kommer också språket in. Det är en viktig sak för man tycker att den flyktingvägen kom 2015 var jobbig att handskas med, men det är nu det jobbiga börjar när vi ska få in dom i samhället. Vi måste försöka få ut folk snabbt och då kan det här vara en bra ingång”. IP 3

En annan utmaning gällande delaktighet som IP 2 tar upp handlar om ekonomins påverkan på individen. Hon påstår att de ekonomiska förhållandena styr individens möjligheter i vardagen och de begränsar ofta behoven, detta anser även IP 4. Att känna sig exkluderad i olika sammanhang på grund av olika omständigheter som du inte alltid kan påverka vilket gör att du inte har samma frihet att påverka dina levnadsförhållanden. Hon fortsätter diskutera att särskilda grupper i samhället är mer drabbade än andra, vilket skapar utanförskap och därav påverkar individens känsla av inkludering. Dessa grupper behöver bli mer delaktiga och att hjälpa dem genom att låna ut olika slags fritidsutrustningar ger förutsättningar till att individen får valet själva att välja om de vill delta.

“Ekonomi i sig kan vara exkluderande, att inte ha möjlighet att göra vissa saker på grund av ekonomiska skäl, eftersom vissa grupper i samhället står utanför arbetsmarknaden, och då kan ju fritidsbanken vara jättebra”. IP 2

IP 1 förklarar att språket är en viktig del och att utlåningsverksamheten kan bidra till att integreringen bland individer ökar genom ett sådant koncept. Språket blir en automatisk del när kunskapsutbyte sker mellan individer. För de som nyligen anlant till Sverige är språket ofta ett hinder samtidigt är det en viktig del i integrationsprocessen, eftersom att språket är en nyckel till integrering. Att gå till verksamheten med exempelvis en kompis eller att du möter människor där gör att du kommer ut i samhället och ingår i ett socialt sammanhang. I intervjuerna framgick det att ekonomi samt språk kan vara barriärer som förhindrar uppkomst

för inkludering i samhället. Många av intervjupersonerna beskriver att om du inte kan språket uppkommer de svårigheter och möjligheterna till integrering i samhällen minskar. Samma gäller när det kommer till individens ekonomiska förutsättningar. Fritidsbanken blir en verksamhet där ekonomin inte spelar någon roll och inkluderar alla.

“Även om en del är att kunna låna för spontan aktivitet så sker ju den oftast tillsammans genom någon annan också, så jag tror verkligen att nyanlända är en jätteviktig målgrupp för att komma ut i samhället, därför dem har ingenting när dem kommer. Språket är en viktig del”. IP 1

Likheterna mellan de olika intervjupersonernas resonemang är att den viktigaste aspekten är de utsatta grupperna som behöver extra mycket fokus och engagemang för att bli mer delaktiga i samhället. Språket är en viktig och central del för att komma in i samhället, om människan inte kan modersmålet blir svårare att delta i olika aktiviteter eller integrera med andra. IP 2 fokuserade mer på vilka ekonomiska förutsättningar man har och att det var en avgörande faktor i första hand. Att individens välmående styr vilka förutsättningar och möjligheter man har.

Hälsofrämjande effekter

IP 1 påstår att hennes visioner och primära mål med utlåningsverksamheten inte bara handlar att se en ökad aktivitet bland användarna. Det primära målet med verksamheten är inte den fysiska delen utan de bieffekter som kan ske i samband med de olika aktiviteterna. Genom olika aktiviteter skapas gemenskap och samhörighet mellan individer. Med det menar hon effekter som t.ex. integrering med andra människor och att man utvecklar sin sociala förmåga. Hon menar att genom fysisk aktivitet kommer gemenskapen in automatiskt som en positiv effekt

“Fysisk aktivitet är inte det primära målet då det kan ge andra olika positiva effekter”. IP 1

IP 3 nämnde att man inte ska ta förgivet att det kommer ske en ökad hälsoeffekt gällande den fysiska aktiviteten. Verksamheten betyder inte bara att det ska finnas utrustning till att utöva fysisk aktivitet, utan även att du ska känna att du kan gå dit för att umgås eller få tips och råd gällande olika aktiviteter. Dessa olika aktiviteter kan handla om allt från att låna en boll och spela fotboll till att exempelvis låna fritidsutrustning såsom tält. Vilket kan leda till att fler människor inkluderas i samhället genom aktiviteter.

“...du ska inte ta för givet heller att det kommer ske en hälsoeffekt. Det är mer än den fysiska motions-delen, vardagsmotionen är minst lika viktig. Jag försöker exempelvis att aldrig åka hiss, jag går i trappan istället”. IP 3

Att ha en verksamhet som är tillgänglig för alla och som erbjuder diverse aktiviteter gör att du som individ kan gå dit spontant, precis som IP 1 påstår. Genom att ha en utlåningsverksamhet som nästan blir mer som en fritidsgård dit du kan gå och umgås med andra samt prova på olika aktiviteter. Att utlåningsverksamheten inte bara är till för att låna utrustning till fysiska aktiviteter, att det är mer till för en tillgänglighet i vardagen för individer som exempelvis känner att det vill ha gemenskap genom fysisk aktivitet eller bara vill ha inspiration och idéer. Som tidigare nämnts är inte fysisk aktivitet det primära målet med verksamheten utan vilka effekter det kan skapa genom den här satsningen som görs. IP 1 påstår att gemenskap och delaktighet sker i samspel med andra individer genom olika sociala arenor. Att ha verksamheten som ett redskap för inkludering i samhället är ett sätt av många strategier för att öka delaktigheten. Fysisk aktivitet är medel för att nå målet med att skapa integration och därav ökar inkluderingen anser IP 4.

“En målgrupp kan vara dem som bara vill göra något spontant för stunden, och kanske göra det till en fritidsbank som är öppen då. Har man inget att göra men vet att en fritidsbank är öppen, så blir det som en alternativ fritidsgård” IP 1

IP 5 har stort fokus på de hälsofördelar som utlåningsverksamheter kan skapa rent kroppsligt, han menar att verksamheten är viktig ur hälsosynpunkt då ohälsan runt om i världens ökar hela tiden. Hans tidigare erfarenheter inom läraryrket har visat att barn blir allt mer stillasittande, vilket han tycker att vi måste göra något åt. Det är viktigt med en aktiv fritid så att vi minimerar stillasittandet samt riskerna för de sjukdomar som kan komma med fysisk inaktivitet, menar IP 5.

“Det är viktigt att alla rör på sig för att det är viktigt ur en hälsosynpunkt. Idrottsrelaterade aktiviteter är ett sätt att skapa gemenskap mellan olika grupper, på det sättet är fritidsbanken ett bra koncept som jag ser mycket vinning i”. IP 5

Likheterna som finns utifrån de olika IP är att verksamheten ska inte bara vara en idrottsrelaterad arena utan att det även är en plats för gemenskap och en social punkt för alla. Att verksamheten är till för alla i samhället antyder man är ett vinnande koncept och det anser alla intervjupersonerna. Skillnader i resonemang som uppstod mellan intervjupersonerna är var att några ansåg att verksamheten är till för fysiska aktiviteter och att genom idrottsrelaterade situationer uppstår gemenskap mellan olika grupper.

Acceptans och tillgänglighet

Utlåningsverksamheten ska vara till för alla oavsett ursprung, funktionsnedsättning samt bakgrund och det framgår tydligt att det är en viktig aspekt efter intervjuerna. Enligt IP 3 är det viktigt att verksamheten inte pekar ut särskilda grupper, samt att det inte får bli ett forum för de som inte kan köpa själva. Att även se utmaningar samt svårighet när det gäller att samla in material till de som behöver specialanpassat material som inte har fysisk möjlighet att ha den andra utrustningen. Eftersom verksamheten är till för alla i samhälle oavsett personliga hinder

eller bakgrund är det viktigt att försöka hitta sponsorer eller liknande för att utbudet inom verksamheten ska vara tillgängligt för alla som är verksamhetens nyckelord. Familjer som inte har förutsättningarna eller inspiration till vilket fritidsintresse man har är detta en tillgänglighet för alla grupper. Alla har inte lika förutsättningar idag och att öppna upp för fler aktiviteter för funktionsnedsatta gör att dem känner sig delaktiga genom att kunna delta i olika sociala sammanhang som kanske inte hade skett om tillgängligheten inte fanns.

“För familjer med barn med funktionsnedsättning kan det också öppna upp för fler möjligheter till fritidsintresse. Även om man självklart inte kan garantera att det kommer finnas sådan specialanpassad utrustning. Men man kan ju hoppas!” IP 1

Något annat som diskuterades var hur man ska få verksamheten till något som inte är tabubelagt utan till något accepterat som alla ska våga gå till. Det handlar om att verksamheten inte ska klassificeras, utan du ska oavsett socioekonomiska förutsättningar känna att utlåningsverksamheten är till för alla. Detta menar IP 2 kan komma bli en stor utmaning med verksamheten. Hon menar att det finns så många positiva fördelar med verksamheten, både ur hälso- samt miljöperspektiv. Även om du har det bra ställt ekonomiskt, så finns det så många andra vinster du kan vinna genom verksamheten. Vi är idag ett väldigt materialistiskt samhälle där vi köper det vi behöver om vi har möjlighet. Men om vi istället lånar t.ex. idrottsutrustning så vinner både vi som människor samt miljön och naturen på det.

“Vi fick nästan smussa detta lite för det är skämmigt att ha grejer, det är skämmigt att säga det, och det är skämmigt att ta ett steg för det. Men jag tror jättemycket på det här med hållbarheten gällande miljön, man ska inte slösa på naturens resurser, varför ska alla ha allt?” IP 2

IP 5 diskuterade vikten om hur användbara utlåningsverksamheter kan vara för idrottslärare, eftersom det ofta saknas material till lektionerna då alla elever inte har råd eller vill införskaffa sig olika typer av utrustning. Att använda ett sådant koncept inom yrket men även privat är en möjlighet eftersom att utrustning till olika aktiviteter inte är en självklart för alla. Att ha den här möjligheten öppnar upp för familjer som kanske har det extra svårt gällande levnadsförhållanden, eller som idrottslärare att ha den tillgängligheten.

“Det är en jättebra möjlighet för oss som idrottslärare då vi kan använda oss av materialet under lektionstid. Om vi ska t.ex åka skridskor, som många barn inte har hemma, så kan vi förbereda oss innan genom att låna av Fritidsbanken. Så kan fler elever delta” IP 5

IP 3 resonerar att tillgängligheten är avgörande faktor för att de ska bli lyckat, även att man borde fokusera på vilken målgrupp du ska nå främst och arbeta efter förutsättningarna. Målet ska alltid vara att de är till för alla men att det kan bli problematiskt samt en stor utmaning för verksamheten. Alla har inte möjlighet att ta sig med olika hjälpmedel eller har förutsättningarna då är tillgängligheten en viktig faktor om du ska nå alla.

“Läget är bra, jag ser inget bättre ställe för lokalen, Till vilken målgrupp vill du nå? Vill du nå unga? Då får du rikta in det mer mot dom. Man får bestämma sig vilken målgrupp man ska rikta det till. Självklart vill man nå alla men de går nog inte även om man vill. Tror de är viktigt att bestämma inriktning och vilken huvudsakliga grupp man vill nå”. IP 3

Skillnader i resonemangen mellan IP är att en utmaning är att nå alla grupper i samhället, verksamheten borde fokusera på vilka som har störst behov samtidigt som alla ska inkluderas. Det är svårt att fånga in alla olika grupper även om det är målet med verksamheten. Det finns olika faktorer och normer som påverkar individens beteende och att det inte ska vara tabubelagt att använda sig av verksamheten anses som en stor utmaning, men målet är att motverka det. Likheter som finns är att alla intervjupersonerna ser verksamheten som ett vinnande koncept men att det samtidigt finns utmaningar som kan uppstå, men att möjligheterna väger upp utmaningarna.

Resultatdiskussion

Syftet med studien är att belysa de centrala aktörernas syn om en satsning kring utlåningsverksamheter kan bidra till positiva hälsoeffekter genom delaktighet i samhället.

Hälsofrämjande effekter

Det primära målet med utlåningsverksamheten är att inkludera alla människor och att det är en verksamhet för alla. Verksamheten är ett nytänkande sätt att arbeta promotivt för hälsa och välmående. Att arbeta med att främja hälsan gör att olika parter i samhället får vinningar exempelvis arbetsgivare och inte minst individen själv. Resultat av vår studie stärks genom tidigare forskning där Folkhälsomyndigheten (2016) fokuserar på att främja hälsan, de anser att det är ett hållbart sätt till långsiktigt välmående. Att främja hälsa innebär inte enbart om den fysiska delen hos individen utan den psykiska samt mentala hälsan, att känna sig inkluderad i ett sammanhang därav blir Ackulturationsprocessen en viktig del för de utsatta grupperna i samhället. (Berry, 1997). Att se vilka faktorer som påverkar en positivt och negativt gör att man kan hitta redskap för att försöka förbättra olika beteenden eller livssituationer. Att ha en verksamhet som alla har tillgång till utifrån ens levnadsförhållanden är en investering. Alla ska ha lika förutsättningar oberoende ekonomisk status eller bakgrund.

Resultatet av studien visade på att de centrala aktörerna ansåg att fysisk aktivitet är viktigt i alla människors liv då det handlar om att alla människor behöver en hälsosam livsstil. Men det primära målet med verksamheten är inte att öka individens antal aktiva timmar, utan det primära målet är de psykiska bieffekter som kan uppkomma av fysisk aktivitet. Genom att använda verksamheten som ett redskap till ökad integration i samhället ansåg intervjupersonerna det som en bidragande faktor för ökad integration.

Genom att analysera och tolka det empiriska materialet har det framkommit att alla våra deltagare i studien har fått en bra bild av utlåningsverksamheter och dess påverkan på individer i samhället. Utlåningsverksamheten vi studerat har som mål att försöka få människor att integrera, och således är inte det primära målet den fysiska effekten av utlåningsverksamheten. Självklart är det en positiv bieffekt men att det mer ska vara en inkörsport till andra positiva effekter för individen. När integration sker görs att du som individ utvecklas och kunskapsutbyte skapas, sociala miljöns påverkan är en stor del och det formar ens beteenden (Knight & Mellor, 2007). Alla individer har olika erfarenheter vilket formar individen olika. Vissa beteenden formas utifrån omgivningen men exempelvis människans ursprung är ständigt den samma. Den sociala tillvaron påverkar oss ständigt men vad som påverkas och vad som inte påverkas kan vara svårt att avgöra.

Tidigare nämndes SISUS medverkan i verksamheten. SISU arbetar just nu med en satsning "2025" som syftar på att arbeta mot klassificeringen och göra idrotten mer tillgänglig för alla. De vill att klassificeringen inom idrottsvärlden ska minska avsevärt inom tidsramen, eftersom att idrott är så pass viktigt både för individens fysiska välmående, samt de psykiska gällande inkludering och gemenskap. (Riksidrottsförbundet, 2017). Om SISU lyckas med sitt mål att sänka årsavgifterna, så tror vi att det kan bidra till att fler föräldrar har råd att sätta sina barn i någon form av idrottsverksamhet. Det kan det leda till att de olika idrottsverksamheter inte får in tillräckligt med pengar för att kunna köpa in de materialet som behövs för att bedriva samma verksamhet som de gör idag. Studien resulterade i att vi idag kan se att klassificering är ett stort problem eftersom inverkan är så pass stor på individen och ofta finns det fördomar och normer som gör att utanförskap uppkommer. Resultatet visar tydligt på att gemenskap och inkludering är en stor del för individen, att använda fysisk aktivitet som en social arena där integration sker mellan olika individer är ett vinnande koncept.

En nackdel vi kan se med verksamhetens mål, gällande att verksamheten ska vara för alla individer, är att det är svårt att skapa något som inte har någon speciell riktning eller speciell målgrupp. Vi menar att undermedvetet så finns det alltid en riktning eftersom att man vet vilka personer som är i störst behov av att utnyttja verksamhetens faciliteter. Därav ser vi brister gällande målen inom verksamheten.

Ekonomi och språk

Resultatet visade att delaktighet och gemenskap är viktigt för människan. Att ingå i en gemenskap och ha ett socialt nätverk ökar chansen för ett bättre välmående. Hälsa är individuellt och det framgick att olika faktorer har en inverkan på hälsan. En annan faktor som vi kunde utläsa av resultatet var att socioekonomiska förutsättningar påverkar individens välmående samt möjligheter. Särskilda grupper behöver anpassning av samhället genom exempelvis en utlåningsverksamhet som kan bidra till ökad sysselsättning för de som inte har möjligheterna. Social inkludering är ett redskap för promotivt arbete och en viktig del i ackulturationsprocessen. För att skapa social inkludering krävs goda relationer och kommunikation mellan olika grupper i samhället, att nyanlända får chansen att bli inkluderande och komma in i gemenskapen. Språket är en viktig indikator för att det sociala

samspelet ska fungera mellan individer. Detta resultat styrks också av tidigare forskning som beskriver att social inkludering har en betydande roll på individens välmående.

(Knight & Mellor, 2007). Sverige är idag ett mångkulturellt land där många olika samhällsgrupper ska kunna enas, därför krävs det att samhället arbetar för att bli mer integrerade med varandra samt att vi skapar förutsättningar för att öka delaktigheten och integrationen.

När gemenskap skapas av utlåningsverksamheter, känner individen sig delaktig. Att tillhöra en grupp, att bli sedd eller bara återkopplas för de man gör är en central del i människans liv (Riksidrottsförbundet, 2015). Att använda fysisk aktivitet som en nyckel till delaktighet ser riksidrottsförbundet som ett redskap, individen är en social varelse och utvecklas ständigt av omgivningen. Att skapa förutsättningar för individer genom en utlåningsverksamhet är målet att inte bara introducera fysisk aktivitet utan även gemenskapen och förutsättningar till att känna delaktighet. Att arbeta med en verksamhet som ett verktyg är ett bra sätt att arbeta långsiktigt och hållbart. Utifrån ett pedagogiskt perspektiv tycker vi att konceptet är en bra samlingspunkt för människor och ett bra tillfälle att få prova på olika aktiviteter som man kanske inte hade gjort annars, vilket vi anser leder till ökad inkludering i samhället. Utlåningsverksamheten är förutsättningslös och således öppnas fler dörrar för att fler individer ska kunna ta del av verksamheten, vilket i sin tur leder till att människor integreras och social inkludering skapas. Detta styrks av resultatet att utlåningsverksamheten kan vara en väg till att ackulturation skapas genom olika aktiviteter.

Hälsopromotion är ett begrepp som är aktuellt, då det ses som ett hållbart sätt som förhindrar olika negativa hälsoeffekter. Det sociala stödet genom delaktighet samt social inkludering är en betydande faktor för individen. (Hartung, Sproesser & Renner 2015). Genom att utlåningsverksamheter arbetar främjande anser vi det som ett vinnande koncept eftersom att folkhälsan blir både psykisk och fysisk sämre (Folkhälsomyndigheten, 2017). Eftersom att hälsan är en viktig del i människans liv så behövs en verksamhet som studeras i studien. Målet inom hälsa är att det ska vara jämlikt och att alla individer ska känna sig delaktiga och inkluderade i samhället (Berndtsson, Persson & Ullstadius, 2007). Pedagogikens forskning är betydelsefull eftersom det är grunden i olika lärmiljöer.

Tidigare forskning visar på att den sociala miljön har ett inflytande på individen både medvetet och omedvetet och att miljön formar hur du är som person, samt innebörden av de sociodemografiska samt socioekonomiska förhållandena har stor påverkan på individen. Studierna resulterade i att den sociodemografiska miljön samt socioekonomin har en markant effekt på individen och det styrker och påvisar det här fenomenet. (Chavarroy, et al. 2004; Cordova, et al. 2015). Den miljön du befinner dig i formar även ditt beteende, att hamna i utanförskap beroende på vart du bor eller hur du är ett ständigt problem. Alla människor har olika förutsättningar och ingen väljer sin livssituation. Marginaliseringen i samhället bör tas på allvar och ingen individ ska känna sig utanför eftersom alla inte kan ändra sin livssituation.

Resultatet visade på att när olika kulturer eller grupper integrerar bidrar det till en personlig utveckling hos individen. Det visar även att samhället bör ta ansvar till exempelvis nyanlända som kommer till Sverige på en samhällelig nivå, en satsning gällande utlåningsverksamheter av kommunen öppnar upp till fler möjligheter till de som känner utanförskap. Ackulturation mellan olika kulturer eller folkgrupper gör att kunskapsutbyte skapas och båda parter utvecklas utifrån de olika synsätten som kan skilja (Berry, 1997). Det är ofta en positiv effekt av att olika individer möts med olika livserfarenheter. Att försöka undvika marginaliseringen och få in mer integrering gör att samhället inte blir så uppdelat och därav blir utanförskap mindre aktuellt. Förmågan att kunna anpassa sig i olika sociala miljöer gör att du får en inblick i andras levnadsförhållanden samt att det sker en individuell utvecklingsprocess genom integration. Att olika kulturer drabbas samman ska inte ses som något negativt eftersom olikhet är en tillgång (Skolverket, 2016). Resultatet visar att det ska finnas en möjlighet för även de med specialanpassningar i vardagen. Hälsa ska vara jämlikt vilket den inte är idag då förutsättningarna inte finns tillgängliga för alla.

Acceptans och tillgänglighet

Resultatet visade att utanförskap uppkommer av olika anledningar, några av de största anledningarna var brister gällande språket samt ekonomiska barriärer. De personer som inte kan det svenska språket ses inte som attraktiva på arbetsmarknaden och hamnar således i ett utanförskap. Samma gäller för de personer som inte har de ekonomiska förutsättningar som samhällsnormerna säger att du ska ha. Saknas inkomst eller om det finns en bristfällig sådan, så ökar riskerna även då för att hamna i ett utanförskap. Utanförskap är något som ingen ska uppleva, men tyvärr så skapar normerna olika grupper i samhället vilket ofta leder till att de som sticker ut från det ”normala” blir utsatta. Verksamheten ska vara till för alla oavsett hinder, men som verksamheten ser ut idag så har man inte kommit så pass långt att man fått in specialanpassad utrustning exempelvis till de med funktionsnedsättningar. (Garrido et al. 2012). Utifrån resultatet av vår studie beskrivs detta som problematiskt och som ett hinder som verksamheten ska ha som mål att arbeta på. Utanförskap har en stor innebörd och kan handla om många olika saker, språket kan vara ett stort hinder som kan leda till utanförskap samt begränsningar i livet.

Språket behöver inte vara ett hinder för individer i vardagen, utan det finns flera olika sätt att kommunicera på än språket. Om du inte kan kommunicera via språket finns det andra sätt som kroppsspråket och gester. Det uppkom att om du inte kan språket sänks möjligheterna för exempelvis jobb och utifrån resultatet ses detta som en viktig och betydande faktor inom delaktighet och integrationen i samhället. (Hertting & Karlefors, 2011).

Som tidigare nämnts står utlåningsverksamheten inför ett hinder gällande att verksamheten inte ska vara skamfylld att använda sig av. Syftet är att verksamheten ska vara till för alla individer i samhället oberoende bakgrund, det finns olika normer och diskurser som är skapat av samhället, och många strävar efter att hålla sig till dessa för att inte hamna i utanförskap. För att människor ska känna sig trygga av att använda sig av en verksamhet med begagnade material behöver de positiva effekterna framkomma exempelvis ur en miljösynpunkt.

Idrotten är inte alltid så oproblematisk som tidigare nämnts. Vi menar att om du kommer som ny till ett land med en annan kultur så är idrotten alltid den samma i grunden, men även idrotten kan vara svår då det finns många oskrivna regler. Precis som i alla andra arenor till exempel skolan, arbetsplatsen och på fritiden så finns det oskrivna regler som säger hur vi ska bete oss, vad som är okej och hur man ska se ut. Det kan göra att även idrotten som arena blir ett hinder för de som kommer som nya till Sverige.

Idrott är en aktivitet som många utövar idag, men som på senare tid har blivit en klassfråga. Detta har blivit mycket stort och omdiskuterat. Samhället behöver bli mer integrerat och särskilda grupper ska ha alla möjligheter att komma in i samhället. Genom att känna sig behövd och delaktig gör att du som individ blir sedd och integrationen skapas. Att idrotten idag har kommit att bli en klassfråga skapar stora problem, möjligheterna till att kunna idrotta ska inte behöva vara en klassfråga eller kostnadsfråga. Men eftersom att det har blivit det idag så skapar det mycket begränsningar för många eftersom alla inte har de möjligheterna som krävs. Tidigare forskning visar på att det är för oss människor en central del att känna oss delaktiga i olika sammanhang. Att känna sig delaktig gör att du får en slags roll i livet eftersom du känner att man blir mer tillfreds med oss själva. (Hansson, 2004; Bandura, 2004).

Olika levnadsförhållanden leder till att alla inte har samma förutsättningar eller möjligheter till att utöva sina behov, vilket ofta skapar grupperingar. En anledning till grupperingarna kan bero på att klassificering sker allt oftare, vilket i sin tur kan leda till att samhället grupperas och det skapas konflikter och maktspel. Normer i samhället styr exempelvis hur man ska vara samt bete sig, det styrks av forskarna Andersson et al. (2013). Det märks att det är ett ständigt problem och en avgörande del hur dina levnadsförhållanden ser ut och därav möjligheterna. Tidigare forskning visar att det sociodemografiska läget du befinner dig i har en inverkan på individen, de menar även att den socioekonomiska statusen har en sammanhängande del i vart du exempelvis kan bosätta dig eller materiellt kan ha utifrån dina likvida medel. (Caperchione et al. 2011). I en studie från WHO (2017), beskrivs det att ekonomin styr våra behov samt vilka hälsans bestämningsfaktorer är och hur de påverkar oss individer i vardagen och i det generella livet. Utifrån bestämningsfaktorerna kan du tydligt se vad individen påverkas av, bland annat så påverkar din personliga bakgrund samt dina förutsättningar du haft gällande dina behov. Att ha begränsningar i vardagen exempelvis ekonomiska hinder kan påverka ditt välmående och hälsa (WHO, 2017). Resultatet av studien visade på att utlåningsverksamheten kan bli ett redskap för både de som inte har förutsättningarna men även att ha det som en gemensam punkt samt social arena. Att ha en plats som är till för alla och inte kräver förutsättningar är ett vinnande koncept samt en stor hjälp för olika individer.

Metoddiskussion

Studien har utgått från en kvalitativ metod genom enskilda intervjuer. Tolkning av intervjufrågorna genomfördes och utefter de svar som framkom av materialet analyserades. Från både oss som författare och intervjupersonerna är svaren baserad på exempelvis erfarenheter och individens förkunskaper. (Nyström, 2008). För att se om studiens resultat är trovärdigt använde vi oss av begreppen; *giltighet*, *tillförlitlighet*, *överförbarhet* och *noggrannhet* (Granheim & Lundman, 2004).

Med *giltighet* menas att studien visar det den avser att göra, för att den ska anses som trovärdig. Vi anser att studien har besvarat syftet och frågeställningarna och därav är den tillförlitlig. När det gäller *överförbarhet* menas hur resultatet kan generaliseras till andra grupper eller sammanhang. Detta är viktigt för att kunskapen som skapats ska kunna användas i andra situationer. Det har vi beaktat, dock kan det vara problematiskt att generalisera resultatet av studien eftersom den är styrd till en specifik verksamhet. Med *tillförlitlighet* avses att författaren under studiens gång är medveten om vad hen gör och varför. De val som har gjorts under studiens gång exempelvis datainsamlingsmetoden är viktigt för att det ska besvara syftet samt frågeställningarna, detta för att studien ska bli tillförlitlig. Genom processens gång är det viktigt att vara *noggrann* i alla olika moment för att resultatet ska spegla trovärdighet och bidra till framtida forskningen. (Granheim & Lundman, 2004).

En svaghet med enskilda intervjuer kan vara att vi som förde intervjun var fler till antalet än de personer vi intervjuade. Därav kan vi hamna i en *maktposition*. Det kan leda till att svaren har väglets samt styrts omedvetet. (Granheim & Lundman, 2004).

Vi använde oss av semistrukturerade intervjuer som datainsamlingsmetod som betyder att intervjuguiden anpassades beroende på vilken vem som skulle intervjuas. Om vi hade varit konsekventa det vill säga att om vi hade utgått från samma frågeställningar till alla IP hade kanske resultatet blivit likgiltigt. Samtidigt ansåg vi att semistrukturerade var mest passande utifrån studiens syfte och frågeställningar. Vi valde att inte visa intervjuguiden (se bilaga 2) för att vi ville ha en spontan reaktion utifrån frågeställningarna. Andra rekommendera att man ska lämna ut intervjuguiden innan för att kanske skapa en diskussion eftersom då är man påläst på frågeställningarna, men det kan också vara negativ aspekt eftersom då blir svaren inlästa och därav inte spontana. Att använda sig av kvalitativ metod genom intervjuer är ett sätt för att få en diskussion kring forskningsämnet, samtidigt hade fokusgrupper med varit ett alternativ för att få in olika infallsvinklar i diskussionen och det hade kanske gett ett mer gynnsamt material att arbeta med.

Urvalsprocessen i studien gick till att tillsammans med kontaktpersonen hitta relevanta intervjupersoner för studien, som även gjorde att det blev en bra och stor spridning på intervjupersonerna yrkesmässiga erfarenheter. Samtidigt att en viktig del i urvalsprocessen är att vi som författare själv ska välja samt leda processen. Inklusionskriterierna gjorde att intressenterna för studien kunde svara på forskningsfrågorna samt att de hade någon koppling

till den studerande verksamheten. Det har vi haft med oss i processen att resultatet hade kunnat skilt sig om urvalsmetoden hade sett annorlunda ut. Vi som författare anförtrorde oss samtidigt på vår kontaktperson eftersom kunskapen hen har och engagemanget till utlåningsverksamheten som studeras. (Eriksson- Zetterquist & Ahrne 2015).

Förslag på implikationer och framtida forskning

Genom de resultat som studien har resulterat i hade det varit intressant att undersöka vidare vilka personer det är som använder sig av utlåningsverksamheter för att se om de spekulationer som skett i vår studie stämmer. Denna studie har utgått från de centrala aktörernas syn på hur en utlåningsverksamhet kan bidra med till samhället. Det hade även varit intressant att göra uppföljningar hos de befintliga utlåningsverksamheter som har bedrivit verksamheten en längre tid. Genom det hade det varit lättare att se för- och nackdelar. Forskning inom hälsa kan vara problematiskt eftersom det är individuellt, men att ha en utlåningsverksamhet som en förutsättning för olika aktiviteter samt att ha det som en social arena är enligt de centrala aktörerna ett vinnande koncept.

Slutsats

Studien resultat visar på att de centrala aktörerna har en stark tro på att deltagande i utlåningsverksamhet kan leda till ökad inkludering i samhället.

Hur ser de centrala aktörerna att utlåningsverksamheten kan skapa mer delaktighet i samhället? Resultatet av den här frågeställningen visade på att de centrala aktörerna tydligt såg en koppling mellan verksamheten och inkludering. *Hur ser de centrala aktörerna att utlåningsverksamheten kan leda till ökad inkludering genom fysisk aktivitet?* Resultatet visar att fysisk aktivitet kan skapa inkludering genom att gemenskap sker i samband med fysisk aktivitet. *Vilka möjligheter och utmaningar ser de centrala aktörerna med att introducera utlåningsverksamheten?* Resultatet visade att socioekonomiska statusen samt språket är en utmaning som verksamheten står inför. Möjligheten som verksamheten ser är att det ska bidra till ökad inkludering i samhället samt att klassificeringen ska minska.

Studiens slutliga bidrag till forskningen är att liknande verksamheter ska kunna söka stöd i våran studie och se möjligheter samt hinder som kan uppstå längs vägen under uppstart av en verksamhet.

Bilaga 1 - Informationsbrev

Hej!

Vi är två studenter som studerar är det hälsopedagogiska programmet på högskolan i Halmstad. Syftet med studien är att belysa de verksamhetsansvariga syn på hur en satsning kring utlåningsverksamhet kan bidra till mer delaktighet i samhället. En central del i studien är delaktighet samt integration då vi anser det som ett aktuellt forskningsområde vi vill veta mer om.

Intervjun kommer att ta upp till ca. 1 timme. Vi är förväntansfulla att få höra era tankar kring ämnet samt att få en inblick ur ert perspektiv. Enligt de forskningsetiska principer är deltagandet helt frivilligt, du som deltar har rätt att avbryta din medverkan när som helst och materialet hanteras konfidentiellt.

Resultatet av examensarbetet kommer att publiceras på diva-portal.org, det är en plats där studentuppsatser blir publicerade efter ett godkännande.

Om ni har några frågor är ni välkomna att kontakta någon av oss:

johste14@student.hh.se tel: 07-XXXXXX

julman14@student.hh.se tel: 07-XXXXXX

Bilaga 2 - Intervjuguide

Hej! Vad trevligt att du ville träffa oss och prata med stund. Jag vill bara upplysa om att det finns inget som är rätt och fel, det är bara eran erfarenhet vi är intresserad av.

Bakgrundsfrågor

- Vad jobbar du med?
- Hur kom det sig att du kom i kontakt med fritidsbanken?
- Vilken är din roll i arbetet med fritidsbanken?
- Vad har du för förväntningar på fritidsbanken?
- Vad är idrottsförbundets syfte med att vara involverad i fritidsbanken? Hur ser kommunen på samarbetet med idrottsförbundet?

Organisationen

- Vad är målet med fritidsbanken anser du?
- Vilka gynnsamma förutsättningar ser de med att starta fritidsbanken? Hur arbetar de med dessa förutsättningar?
- Ser du några utmaningar med utlåningsverksamheten? Hur arbetar ni i så fall med dessa?
- Vilka villkor finns det för att kunna jobba på ett bra sätt? Vilka förutsättningar finns?
- Vad har ni för strategier att jobba med inom fritidsbanken?
- Hur ser ni på konceptet med att ha en platsansvarig? behövs de ytterligare personal?
- Vad ser ni för problem som kan uppkomma under verksamhetens tid?
- Hur ser ni på fritidsbanken geografiska läge? kunde det legat bättre?
- Hur pratar ni med kontaktpersonerna som ska bidra med material mm? (idrottsklubbar)
- Vilka strategier arbetar ni med för att få fritidsbanken till en etablerad verksamhet?
- Vilka strategier använder fritidsbanken för marknadsföringen så att ni får in mycket utrustning?

Marknadsföring

- Hur har ni tänkt marknadsföra fritidsbanken?
- När ska ni börja marknadsföra?
- Hur tänker ni jobba för att försöka nå ut till dem som behöver fritidsbanken mest?

Material

- Hur ser ni på tillgängligheten med sponsorer för att få in material?
- Kommer materialet ha ruljans? eller är det lätt att de försvinner?

Lokaler

- Har lokalens plats en betydelse?
- Vilka öppettider tror du kommer att vara mest gynnsamma?
- Hur ser det ut gällande tillgängligheten att lämna material för sponsorer?

Ekonomi

- Har den socioekonomiska statusen en betydelse?
- Att ha personal på verksamheten, är det en lönsamt? tror ni det kommer behövas mer än bara en platsansvarig?

Inkludering/delaktighet/ målgrupp

- Hur viktig anser du att fysisk aktivitet är för individen? kan det bidra till olika andra effekter?
- Kan du se idag vilka grupper som kommer dominera? vilka strategier har ni för att nå ut till nya målgrupper? Vilka vänder de sig till? Kan de redan nu se mönster gällande vilka som mest lånar (t ex ålder) Och på vilka olika sätt arbetar de för att nå ut till människor?
- Ser ni idag vilka grupper i samhället som kommer ta del av verksamheten?

Fysisk aktivitet

- Vilka effekter kan fritidsbanken bidra till?
- Är fysisk aktivitet det primära målet?
- Ser ni några effekter gällande integration?
- Ser ni några effekter gällande fysisk aktivitet?

Referenslista

An economy for the 1 % - How privilege and power in the economy drive extreme inequality and how this can be stopped. (2016). *Oxfam*.

https://www.oxfam.org/sites/www.oxfam.org/files/file_attachments/bp210-economy-one-percent-tax-havens-180116-en_0.pdf Hämtad maj 14, 2017.

Andersson, L-M., Schierenbeck, L., Strumpher, J., Krantz, G., Topper, K., Backman, G., Ricks, E., & Rooyen, D-V. (2013) Help-seeking behaviour, barriers to care and experiences of care among persons with depression in Eastern Cape, South Africa. *Journal of Affective Disorders* 151 (2): 439-448.

Bandura, A. (2004). Health Promotion by Social Cognitive Means. *Health Education & Behavior* 31 (2): 143-164

Berndtsson, I., Persson, B., & Ullstadius, E. (2007). *Specialpedagogik temaintröduktion*. Pedagogisk forskning i Sverige.

Berry, J-W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology* 46 (1): 5-34.

Caperchione, C- M., Kolt, G- S., Tennent, R., & Mummery, W- K. (2011). *Physical activity behaviours of Culturally and Linguistically Diverse (CALD) women living in Australia: A qualitative study of socio-cultural influences*. *BMC Public Health* 11(1): 1-10.

Chavarroy, J., Villamory, E., Narva ezz, J., & Hoyosz, A. (2004) Socio-demographic predictors of age at menarche in a group of Colombian university women. *Annals of human biology* 3 (2): 245-257.

Cordova, D., Parra-Cardona, J-R. Blow, A. Johnson, D- J. Pradoc, G. G. Fitzgerald, G. (2015). They don't look at what affects us': the role of ecodevelopmental factors on alcohol and drug use among Latinos with physical disabilities. *Ethnicity & Health* 20 (1): 66-86.

Fejes, A., & Thornberg, R. (2015). *Kvalitativ forskning och kvalitativ analys*. Fejes, A., & Thornberg, R (red.) Handbok i kvalitativ analys.(s.16-41). Stockholm, Liber AB.

Folkhälsomyndigheten. (2017). *Fysisk aktivitet och matvanor*.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/> Hämtad april 20, 2017

Fritidsbanken. (2017). *Om oss*. <https://www.fritidsbanken.se/om-oss-2/> Hämtad den april 10, 2017.

Garrido, Á- A. Olmos., J- C- C. García-Arjona., N., & Pardo., R. (2012). Immigration, school, physical activity and sport. Analysis of sport acculturation in Spain. *Kinesiology* 44 (1): 83-93.

Granberg, O. (2002). *Lära eller läras: om kompetens och utbildningsplanering i arbetslivet (3 uppl)*. Lund, Studentlitteratur AB.

Guruge, S. Thomson., M. S. George, U., & Chase, F. (2015). Social support, social conflict, and immigrant women's mental health in a Canadian context: a scoping review. *Journal of Psychiatric & Mental Health Nursing* 22 (9): 655-667.

Hansson, A. (2004). *Hälsopromotion i arbetslivet*. Lund: Studentlitteratur AB.

Hartung, F-M., Sproesser., G, & Renner, B. (2015). Being and feeling liked by others: How social inclusion impacts health. *Psychology & Health* 30 (9): 1103–1115.

Hertting, K., & Karlefors, I. (2011). Centrum för idrottsforskning. *Upptäck idrottens mångkulturella bilder*. Hämtad den mars 28, 2017

Idrott och mångfald. (2017). *Riksidrottsförbundet*. <http://www.rf.se/globalassets/varmlands-idrottsforbund-idrott-och-mangfald/dokument/2017/dokumentation-2017-mw.pdf> Hämtad april 15, 2017.

Idrott och integration en kunskapsöversikt. (2002). *Riksidrottsförbundet*. <http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/mangfald/idrott-och-integration--kunskapsoversikt.pdf> Hämtad mars 28, 2017.

Knight, T., & Mellor, D. (2007) Social inclusion of older adults in care: Is it just a question of providing activities? *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 2 (2): 76-85.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund, Studentlitteratur AB.

Lundman, B., & Hällgren-Graneheim, U. (2008). *Kvalitativ innehållsanalys*. Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. (red.) Granskär, M., & Høglund-Nielsen. Lund: Studentlitteratur,

Länsstyrelsen. (2016). *Hälsa – Avgörande för fungerande integration*. <http://www.lansstyrelsen.se/Stockholm/Sv/nyheter/2011/Pages/tema-nyanlanda-halsa-avgorande-for-fungerande-integration.aspx>. Hämtad maj 21, 2017.

Riksidrottsförbundet. (2017). *Idrott för nyanlända*.

<http://www.rf.se/Inkluderandeidrott/idrottfornyanlanda/> Hämtad mars 29, 2017.

Riksidrottsförbundet. (2013). *En god idrottsrörelse gynnar samhället*.

<http://www.rf.se/idrottenssamhallsnytta> Hämtad mars 29, 2017.

Skolverket. (2016). *Inkluderande skola – för rätten till en meningsfull skolgång*.

<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning/artikelarkiv/inkluderande-skola-1.173803>

Hämtad april 20, 2017.

Svensson, P., & Ahrne, G. (2015). *Att fråga folk I*: Ahrne, G., & Svensson, P. (Red.).

Handbok i kvalitativa metoder (sid. 34-53). Malmö: Liber AB.

SISU idrottsutbildarna. (2017). *Idrottens strategiarbete 2025*.

<http://www.sisuidrottsutbildarna.se/stodverktyg/Verktygochmetoder/Idrottensstrategiarbete2025> Hämtad april 16, 2017.

Vetenskapsrådet. (1990). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Utgivare: Vetenskapsrådet.

WHO. (2017). *Hälsans bestämningsfaktorer*. <http://www.who.int/hia/evidence/doh/en/>

Hämtad maj 22, 2017.

Zetterqvist-Eriksson, U., & Ahrne, G. (2015). *Intervjuer*. Handbok i kvalitativa metoder.

Ahrne, G., & Svensson, P. Liber AB.

Julia Mannersten

Johanna Steffensen



Besöksadress: Kristian IV:s väg 3
Postadress: Box 823, 301 18 Halmstad
Telefon: 035-16 71 00
E-mail: registrator@hh.se
www.hh.se