

2 Upptrampade stigar och nyfunna vägar - Motionsvanor i det senmoderna samhället

Åke Nilsén

I denna artikel diskuteras motionsvanor bland fysiskt aktiva vuxna i Landskrona. Utgångspunkten för resonemanget är frågan om hur förändringar i samhälle och kulturmönster påverkar människors relation till fysisk aktivitet, och hur nya former för idrott och motion kan tänkas uppstå i takt med dessa förändringar. Studien bygger på svaren på den motionsenkät som projektet genomförde år 2000-2001. Författaren arbetar med en kvantitativ statistisk metod och belyser motionsintresset ur flera olika aspekter, såsom kön, ålder och nationell härkomst.

Inledning

Idrotts- och motionsaktiviteter är en av flera fritidssysselsättningar som är intimt sammankopplade med det moderna industrisamhällets framväxt. Den reglerade arbetstiden gav möjlighet till ett ökat engagemang i aktiviteter som kunde utövas gemensamt på fritiden. I dagens senmoderna samhälle har ett alltmer stillasittande arbetsliv satt fokus på de folkhälsobefrämjande aspekter som idrott och motion tillmäts. Samtidigt har den utseendefixerade kultur vi lever i tillfört vissa kroppsliga ideal som denna fritidssysselsättning till viss del förväntas resultera i. Idrotts- och motionsutövande är även en klass- och statusmarkör i det sociala rummet. Kort sagt har idrott och motion många olika kopplingar till livet i det senmoderna samhället.

Det senmoderna samhället kännetecknas i Sverige framför allt av vissa strukturella förändringar: industrinäringens minskade betydelse i förhållande till service- och kunskapssektorn, en alltmer heterogen befolkningsammansättning p g a globala folkomflyttningar, samt välfärdssystemens nedmontering.¹ Dessa strukturella förändringar får en återverkan i den kultur invånarna påverkas av och påverkar. Några kännetecken för den senmoderna kulturen är en ökad individualisering, en differentiering av utbudet, ett allt högre tempo i kommunikation och livsföring, samt ett alltmer svåröverskådligt och komplext meningssammanhang. Idrotts- och motionsvanor ingår som en, alltmer betydande, del av denna senmoderna kultur, dock med många rötter i den moderna kulturen.

Valet av Landskrona som fallstudie är på många sätt passande utifrån syftet att studera återverkan av de strukturella förändringarna på människors vanor. Landskrona som stad hade en storhetstid under industrisamhällets höjdpunkt. De strukturella förändringarna har drabbat staden hårt, men en läkningsprocess har påbörjats.² En liknande problematik har många gamla svenska industristäder, stora som små, genomlidit. De mönster i idrotts- och motionsvanor som undersökningen pekar på kan tänkas ha giltighet även för andra liknande städer.

Undersökningen som denna text bygger på fokuserar idrotts- och motionsvanor bland landskronabor i åldrarna 20-75 år. Området är stort och kan angripas från en mängd olika utgångspunkter. En viktig sådan var att få en uppfattning om vilka aktiviteter som utövas och till vilken omfattning, dvs om en differentiering i utbudet har fått ett genomslag. Har nya former för motion, såsom t ex aerobics och spinning, etablerat sig och vilka söker sig till dessa? Ett annat område att belysa är i vilket sammanhang idrott och motion utövas, dvs med vem och var, som kan ge en uppfattning om individualiseringens inverkan. Vilka väljer att motionera ensam i grupp på ett kommersiellt gym? Ytterligare ett viktigt område är vilka attityder man har till idrott och motion, t ex motivationsfaktorer och synen på motion i förhållande till andra ingredienser i vardagslivet, dvs det meningssammanhang som idrott och motion ingår i. Motionerar man för att umgås med vänner eller för att förbättra utseendet? Ett sista område berör relationen mellan idrott/motion och hälsa/kroppsuppfattning. Denna del bygger på en självskattning av respondenterna och kan därför endast belysa deras självbild. Går det att utläsa en genusproblematik i vårt förhållande till kroppen?

¹ För en vidare fördjupning av dessa förändringar, se inledningskapitlet till denna antologi.

² Se Hydén (2004) för en aktuell analys av Landskronas historia och framtidsutsikter.

Den definition av idrotts- och motionsutövning som ligger till grund för undersökningen utgår från respondentens medvetna val av fritidsaktivitet kombinerat med ansträngningsnivå och frekvens. För att kvalificera sig som idrotts- eller motionsutövare i undersökningen måste respondenten ange att han/hon *avsiktligt* ägnat sig åt lättare motion, ansträngande motion eller hård träning minst en gång per vecka. Vad som utesluts med dessa kriterier är fysisk aktivitet i arbetet eller i andra sammanhang som inte avsiktligt har idrottandet eller motionerandet som inramning och sker mer sällan än en gång per vecka. En gängse avgränsare i dessa sammanhang är kriteriet att "byta om", dvs att kommunicera med hjälp av klädseln vilket sammanhang aktiviteten skall tolkas utifrån. Det är således inte fysisk aktivitet i sig som är undersökningens fokus utan idrott och motion som kulturell och social företeelse. Men eftersom förändringar av denna kulturella företeelse är ett viktigt moment i undersökningen måste definitionen vara känslig för nya företeelser inom området. Vad som således inkluderas är motionsaktiviteter som inte faller inom riksidsrottsförbundets definition av idrotter, som t ex friluftaktiviteter, promenader, Tai chi, skateboardåkning etc. Definitionen av idrotts- och motionsutövning breddas därför och kan i gränsfall riskera att förlora i relevans främst vad gäller så kallade livsstilsaktiviteter som t ex brädkulturen där själva aktiviteten inte tydligt går att avskilja från övriga vardagsmoment. Dock låter vi respondenternas självskattning vara avgörande för om de kvalificerar sig som motionärer eller ej.

Denna undersökning har hämtat inspiration från flera liknande studier och har till viss del utformats med det uttalade syftet att en jämförelse skall vara möjlig att göra. Den väldigt omfattande studien LIV-90³ har ett antal beröringspunkter främst när det gäller definition av motionsutövare (se nedan). Studien "Idraet i Malmö"⁴ (nedan kallad: malmöstudien) har framför allt inspirerat i upplägget men även vad gäller attitydfrågor och livsstilsrelaterade frågor.

Undersökningens genomförande

Omfattande enkätundersökningar brottas idag framför allt med ett stort problem: svarsfrekvensen. En alltför låg svarsfrekvens hotar alltid att underminera resultatens giltighet och generaliserbarhet. I syfte att i görligaste mån undvika en låg svarsfrekvens genomfördes undersökningen i flera steg med inspiration från malmöstudien. I första steget kontaktades ett antal

³ Engström m fl (1993)

⁴ Barslev m fl (2001)

slumpmässigt utvalda landskronabor brevlades med information om att de inom några dagar kom att bli uppringda för en telefonintervju kring deras fritidsvanor. Nästa steg var en urvalsprocess där de respondenter som kvalificerade sig som idrotts- och motionsutövare samt ville delta i uppföljande undersökning fick sig tillsänt en postenkät med inriktning på motionsvanor.

Allt material har därefter anonymiserats och bearbetats statistiskt med hjälp av SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).

Bortfallsanalys

Från den ursprungliga slumpmässigt utvalda populationen på 1500 individer (1479 efter bortfall p g a avflyttning, dödsfall etc) deltog sammanlagt 763⁵ i den större fritidsenkäten (svarsfrekvens på 51,6 %). Av dessa kvalificerade sig 468⁶ som aktiva motionärer utifrån en frågeställning om hur fysiskt aktiva de är på fritiden. 188 individer (vilket motsvarar 24,6 % av Landskronas befolkning) utför lättare motion minst en gång i veckan, 196 individer (motsvarar 25,7 %) ägnar sig åt ansträngande motion minst en gång i veckan, och slutligen sysslar 84 individer med hård regelbunden träning (11 %).

Tabell 2:1 Fysisk aktivitet på fritiden (n=749)

Hård regelbunden träning	84 st (11,2 %)
Ansträngande motion (minst 1 ggr/v)	196 st (26,2 %)
Lättare motion (minst 1 ggr/v)	188 st (25,1 %)
sammanlagt	468 st (62,5 %)

Av dessa 468 individer fick 442 möjlighet att besvara en motionsenkät (bortfall p g a att de avstod från vidare kontakt). Svarsfrekvensen på motionsenkäten blev 83 % (365 st) med ett sammantaget bortfall som inte förskjuter materialet

⁵ Men endast 749 svarade på frågan om fysisk aktivitet, se tabell 2:1, dvs ett internt bortfall på 14 individer vad gäller denna fråga.

⁶ Det motsvarar alltså 61,3 % av Landskronas befolkning som aktiva motionärer, vilket kan jämföras med Liv-90 som anger 70 % och malmöstudien som anger 60 %.

utifrån ålder och kön. Det interna bortfallet skiftar för olika frågor. Två respondenter har inte uppgivit ålder vilket har betydelse för flera analysmoment. För huvudsaklig motionsaktivitet saknas 39 svar vilket kan förklaras av att de helt enkelt inte uppfattar en motionsaktivitet som viktigare än andra. Attitydfrågorna har en skiftande svarsfrekvens beroende av påståendets innehåll. Lägst (280 st) har påståenden kring barn och familj vilket kan förklaras av den spridda åldersfördelningen (20-75 år) där flera grupper saknar barn eller familj. Högst svarsfrekvens (348 st) uppvisar påståenden kring motiv till idrott/motion som att röra på kroppen.

Hur fördelar sig detta material i förhållande till Landskronas befolkning?⁷ Könsmässigt är materialet i det närmaste identiskt med Landskronas befolkning i de aktuella åldrarna. Materialet har indelats i tre åldersgrupper: yngre 20-39 år, mellan 40-59 år, äldre 60-75 år. Åldersmässigt är gruppen 20-39 år något underrepresenterade (33,3 % mot 36,6 % i L-a) medan gruppen 60-75 år är överrepresenterad (27,5 % mot 23 % i L-a). Mellangruppen är marginellt mindre (39,1 % mot 40,4 % i L-a). Om denna fördelning även relateras till kön visar det sig att yngre män är underrepresenterade (14,6 % mot 19 % i L-a) samt att äldre män är överrepresenterade (16 % mot 11 % i L-a). Anledningen kan vara en större skepticism bland yngre män att delta i undersökningar samt att äldre mäns motionsidentitet bekräftas genom ett deltagande och därför ökar viljan att delta i undersökningen.

Om motionsenkäten relateras till frågan om etnisk bakgrund, uppvisar materialet en snedfördelning vad gäller utrikes födda. I Landskrona är andelen utrikes födda 18,5 % av befolkningen medan motionsenkäten endast uppnår 9 %. Detta bortfall kan främst förklaras av ett annat kulturellt förhållningssätt till motion i vardagslivet eftersom fritidsenkäten uppnådde 14,3 % i svarsfrekvens bland utrikes födda.

Till sist relateras motionsenkäten till utbildningsnivå. Här uppvisar motionsenkäten en förväntad snedfördelning i förhållande till Landskronas befolkning vad gäller förhållandet mellan motion och utbildning.

⁷ SCB den 31/12 år 2000

Tabell 2:2 Utbildningsnivå i Landskrona och i motionsenkäten fördelat på kön

Utbildning	Kvinnor i L-a	Kvinnor i motionsenkät	Män i L-a	Män i motionsenkät
Förgymnasial utbildning	13,5 %	7 %	13 %	12 %
Gymnasial utbildning	26 %	18 %	24,5 %	23 %
Eftergymnasial utbildning	10 %	16 %	11 %	12 %
Övrigt		8 %		4 %

Flera studier⁸ visar på ett positivt samband mellan ökad utbildning och ett ökat motionsintresse. Kvinnorna, vars representativitet i övrigt stämmer väl, är här överrepresenterade i kategorin eftergymnasial utbildning (16 % i motionsenkäten – 10 % i Landskrona), medan de är underrepresenterade i kategorierna förgymnasial (7 % - 13,5 %) och gymnasial utbildning (18 % - 26 %). Männen normalfördelning följer samma förhållande mellan ökad motionsaktivitet och utbildningsnivå. Denna normalfördelning uppkommer som ett resultat av de äldre männen överrepresentation i motionsenkäten, vilka generellt har lägre utbildningsnivå än yngre grupper (43 % i åldrarna 60-75 och 2 % i åldrarna 20-39 har endats förgymnasial utbildning, för eftergymnasial utbildning är relationen 19 % i åldrarna 60-75 mot 32 % i åldrarna 20-39).

Syftet att undersöka idrotts- och motionsvanor bland landskronabor i åldern 20-75 år belyses väl med hjälp av postenkäten, vilken är möjlig att upprepa med liknande resultat med bortfallsanalysen i beaktande. Undersökningens validitet och reliabilitet är således säkerställd.

⁸ Engström (1993) och (1999)

Resultat

En kartläggning av motionsvanor måste med nödvändighet dels kretsa kring vilka aktiviteter som utövas och dels i vilket sammanhang som utövandet sker. De vanligaste motionsaktiviteter som utövas i Landskrona är följande (kriterie: utövats minst 3 ggr under senaste 12 mån) (n=364):

Promenad	89 %
Cykeltur	53 %
Löpning	25 %
Styrketräning	24 %
Simning	23 %
Vandring	22 %

Dessa aktiviteter är vanliga vid liknande undersökningar.⁹ Om frågan ändras till vilken aktivitet som utövas mest, blir utfallet följande (n=316):

Promenad	31 % (49 % inom åldersgrupp 60-75 år)
Cykeltur	14 % (17 % inom åldersgrupp 60-75 år)
Styrketräning	10 % (17,5 % inom åldersgrupp 20-39 år)
Löpning	7,6 % (13,5 % inom åldersgrupp 40-59 år)
Motionsgym	5,7 % (10 % av män inom åldersgrupp 60-75 år och 8 % av kvinnor inom åldersgrupp 20-39 år)
Golf	4,7 % (varav 8 % av män inom åldersgrupp 40-59 år och 8 % av män och kvinnor i åldersgrupp 60-75 år)

Andra intressanta aktiviteter:

Spinning	4 % (16 % av kvinnor i åldersgrupp 20-39 år)
Aerobics	2,5 % (10 % av kvinnor i åldersgrupp 20-39 år)

⁹ Engström (1993), Barslev m. fl. (2001)

Fotboll	3 % (14 % av män i åldersgrupp 20-39 år)
Innebandy	2 % (10 % av män i åldersgrupp 20-39 år)
Volleyboll	1 % (6 % av män i åldersgrupp 20-39 år)
Bowling	1,5 % (10 % män i åldersgrupp 60-75 år)

För män i den äldre åldersgruppen är promenader och cykelturer dominerande följt av motionsgymnastik och bowling. För kvinnor i samma åldersgrupp dominerar promenader stort men även cykelturer (11 %) och golf (8 %) är relativt vanliga. Inom nästa åldersgrupp, 40-59 år, är löpning vanligast bland män följt av promenader (17 %), samt styrketräning och cykelturer (15 % var). Golf och motionsgymnastik drar 8 % var. Kvinnorna inom samma åldersgrupp aktiverar sig mest med promenader (45,5 %) och cykelturer (15 %), men även ridning drar 7,5 % och löpning 6 %. Den yngsta åldersgruppen har ett något annorlunda mönster. För männen är styrketräning (21 %) vanligast följt av lagsporter som fotboll, innebandy och volleyboll (30 % tillsammans). Promenader uppnår 11,5 % inom denna grupp. För kvinnorna är promenader störst med 26 %, men därefter kommer nya aktiviteter som spinning och aerobics (26 % tillsammans), men även styrketräning (14,5 %) och motionsgymnastik (8 %). Cykelturer får 13 % inom denna grupp.

Generellt uppvisar materialet några klara mönster: Intensiteten i aktiviteten minskar med åldern. Yngre män ägnar sig i högre grad åt lagidrotter. Yngre kvinnor föredrar gymrelaterade aktiviteter som utövas individuellt i grupp.

Nästa område som följer är på vilken nivå dessa motionsaktiviteter utövas. Män utövar i högre grad än kvinnor idrott och motion på olika tävlingsnivåer, endera på elitnivå (5,5 % av männen mot 2 % av kvinnorna), på övrig tävlingsnivå (11,5 % män – 1,5 % kvinnor), eller som motion med tävlingsinslag (20,5 % män – 6 % kvinnor). Samtliga tävlingsnivåer domineras av män i den yngre åldersgruppen 20-39. Upp till 50 % av de yngre männen utövar tävlingsidrott eller idrott/motion med tävlingsinslag. De idrotter som utövas är fotboll, styrketräning, volleyboll och innebandy. 89 % av kvinnorna utövar idrott/motion endast på motionsnivå (mot 70 % av männen) och bland kvinnor i åldersgruppen 20-39 ända upp till 91 %.

Tabell 2:3 På vilken nivå utövas idrott och motion fördelat på kön

Nivå	Totalt n=365	Män n=181	Kvinnor n=184
Tävling – elit	4 %	5,5 %	2 %
Tävling – övrig	6,5 %	11,5 %	1,5 %
Motion med tävlingsinslag	13 %	20,5 %	6 %
Motion	79,5 %	70 %	89 %

I malmöstudien framkommer ett liknande mönster vad gäller tävlingsidrott, men kategorierna är något annorlunda. Motionskategorin i landskronastudien har i malmöstudien uppdelats i flera olika: träning, motion och av lust, men kännetecknas samtliga av att tävlingsmomentet saknas.¹⁰

Efter att en bild har skapats över vilka motionsaktiviteter som utövas i Landskrona är det intressant att undersöka i vilket sammanhang dessa aktiviteter utövas. Det sociala sammanhanget redovisas först. Att utöva idrott/motion ensam dominerar starkt (41 %) och är vanligast för mellan åldersgruppen (51 %), med någon i familjen kommer sedan (17 %) och är vanligare för mellan (20 %) och äldre åldersgruppen (23 %). Därefter följer endast med vän (16 %) som är vanligare för den yngre åldersgruppen (22 %), ensam i grupp (12 %) som även det är vanligare för den yngre åldersgruppen (18 %), med grupp av vänner (11 %), med vän i grupp (7 %), samt med någon i familjen i en grupp (2 %).

¹⁰ Barslev m. fl. (2001:19)

Tabell 2:4 Med vem brukar du utöva idrott/motion fördelat på ålder (rangordning)

	Totalt n=362	20-39 år n=120	40-59 år n=142	60-75 år n=100
Ensam	41 %	36 %	51 %	33 %
Ensam i grupp	12 %	18 %	11 %	8 %
Endast med vän	16 %	22 %	12 %	15 %
Med vän i grupp	7 %	11 %	3 %	8 %
Med grupp av vänner	11 %	15 %	8 %	10 %
Med någon i familjen	17 %	8 %	20 %	23 %
Med ngn i familj i grp	2 %	1 %	3 %	4 %

Bland ensam i grupp, 20-39 år, är kvinnorna mer än dubbelt mot männen (23,5 %-9,5 %) och aktiviteterna är aerobics, motionsgympa, spinning och styrketräning. För samma åldersgrupp med grupp av vänner är männen många gånger fler än kvinnorna (29 %-4,5 %). Aktiviteterna är fotboll, innebandy och volleyboll. I kategorin med någon i familjen dominerar kvinnorna över männen i den yngre åldersgruppen (13 %-2 %) och i mellan åldersgruppen (26 %-15 %), aktiviteter är promenader, cykelturer och ridning.

I malmöstudien, där frågan besvarades utan rangordning, får kategorin ensam totalt 63 % med dominans av åldersgruppen 15-39 år (71%). Kategorin ensam i grupp får totalt samma men mindre i åldern 15-39 år (14 %), kategorin med familjen samma totalt, men dubbelt i åldern 15-39 år (16 %), kategorin med vän får dubbelt totalt (34 %), där männen dominerar över kvinnorna (31 %-9

%).¹¹ I stort kan studierna sägas uppvisa samma tendenser: Idrott och motion utövas främst ensam och männen söker sig i betydligt högre grad än kvinnorna till vänner vid utövandet.

Var man utövar idrott och motion är nästa område att undersöka. Det visar sig att flertalet inte använder någon anläggning (47 %), förutom i den yngre åldersgruppen där kommersiellt utbud har ett knappt överläge (35,5 % mot 31 % för ingen anläggning). Ideella föreningars anläggningar samt fritidsförvaltningens utbud samlar c:a 15 % var.

Tabell 2:5 Vilken typ av anläggningar fördelat på åldersgrupper (rangordning)

	Totalt n=363	20-39 år n=121	40-59 år n=142	60-75 år n=100
Ingen anläggning	47 %	31 %	54 %	55 %
Fritidsförvaltningens utbud	13,5 %	15,5 %	10,5 %	14 %
Kommersiellt utbud	20,5 %	35,5 %	17 %	7 %
Socialtjänstens utbud	0,5 %	0 %	1 %	1 %
Ideella föreningar	17,5 %	20 %	15,5 %	18 %
Arbetsplatsens anläggningar	2 %	2,5 %	3 %	0 %

När även kön tas med som faktor visar det sig att det kommersiella utbudet brukas av nästan dubbelt så många kvinnor som män i den yngre åldersgruppen. De ideella föreningarna används av nästan dubbelt så många män som kvinnor i mellan åldersgruppen.

¹¹ Barslev m. fl. (2001:29)

I detta sammanhang är även frågan i vems regi man utövar idrott och motion intressant. I egen regi dominerar här stort (67,5 %), medan genom ideell förening (21,5 %) och i avgiftsbelagt gym (25,5 %) även är frekvent i framför allt den yngre åldersgruppen.

Tabell 2:6 I vems regi sker idrott/motion fördelat på åldersgrupper (rangordning)

	Totalt n=363	20-39 år n=121	40-59 år n=142	60-75 år n=100
Egen regi	67,5 %	56 %	73 %	73 %
Genom ideell förening	16,5 %	21,5 %	12 %	16 %
Genom företaget	3 %	3,5 %	4 %	0 %
Genom friskvården	1,5 %	1,5 %	0 %	3 %
I avgiftsbelagt gym	15 %	25,5 %	12,5 %	5 %

I avgiftsbelagt gym utövar nästan 3 ggr fler kvinnor än män i den yngre åldersgruppen idrott och motion. I övrigt är det inga större skillnader mellan könen.

Idrott och motion är till sin natur relaterat till utövarens kropp på olika sätt. Kroppen är inte bara ett redskap i utövandet utan även något vi projicerar olika ideal och förhoppningar på. Tillfredställelsen med den egna kroppen följer inte automatiskt av att ett viktigt fritidsintresse är relaterat till kroppen i rörelse och aktivitet. Kroppsliga ideal som inte är relaterade direkt till utövandet av idrott och motion har betydelse för hur vi uppfattar vår egen kropp. På frågan *är du nöjd med din kropp?* går det att urskilja mönstret av att män i högre grad är nöjda (64,5 % svarar *Ja* eller *Ja, i stort sett*, 50,5 % kvinnor) medan kvinnor dominerar stort bland de missnöjda (26,5 % svarar *Nej, knappast* eller *Nej, absolut inte*, 9 % män).

Tabell 2:7 Är du nöjd med din kropp fördelat på kön?

	Totalt n=360	Man n=180	Kvinna n=180
Ja	16,5 %	20 %	13,5 %
Ja, i stort sett	41 %	44,5 %	37 %
Varken nöjd eller missnöjd	24,5 %	26,5 %	23 %
Nej, knappast	14,5 %	8 %	21,5 %
Nej, absolut inte	3 %	1 %	5 %

Då ålder som faktor blandas in visar det sig att 32 % av kvinnor i åldersgrupp 20-39 svarar *nej, knappast* eller *nej, absolut inte*. På följdfrågan: *Vad är det som är fel?* svarar 31 % av kvinnor i åldersgrupp 20-39: *Väger för mycket* medan 19 % svarar *Missnöjd med figuren, eller någon kroppsdel*.

Ett viktigt moment i enkäten var att kartlägga attityder till idrott och motion i olika sammanhang. Detta gjordes genom att respondenten fick ta ställning, utifrån kategorierna *stämmer helt, stämmer delvis, stämmer inte* och *vet inte*, till ett antal

påståenden. Två huvudområden redovisas här.¹² På vilket sätt idrott/motion ingår i vardagen och motiven till att utöva idrott och motion.

De olika påståendena om på vilket sätt idrott/motion ingår i vardagen har kategoriserats efter vilket sammanhang som det relateras till: **A** – allmänt

¹² Ett tredje huvudområde var uppfattningar om hur idrott/motion skall organiseras och finansieras, men det faller utanför denna artikels fokus och redovisas därför inte.

sammanhang (t ex *Idrott/motion betyder mycket i min vardag, Idrott/motion ingår i min vardag likställt med andra fritidsaktiviteter, Jag avstår från idrotts-/motionsaktiviteter för att umgås med vänner/bekanta, Idrott/motion tar mycket tid i min vardag*), **F** – familjerelaterat (t ex *Det är viktigt för mig att min familj utövar någon form av idrott/motion, Jag är delaktig i mina barns idrottsaktiviteter (ser matcher, skjutsar), Jag avstår från idrotts-/motionsaktiviteter för familjesammankomster*) och **K** – kamratrelaterat (t ex *Idrott/motion ger tillfälle att umgås med vänner och bekanta*). Det allmänna sammanhanget dominerar svagt, ett familjerelaterat sammanhang är klart dominerande bland kvinnor medan det kamratrelaterade dominerar bland män.

Tabell 2:8 På vilket sätt ingår idrott/motion i din vardag fördelat på kön? (stämmer helt)

	Totalt	Män	Kvinnor
A - Idrott/motion betyder mycket i min vardag	39,5 %	42,5 %	36,5 %
A - Idrott/motion ingår i min vardag likställt med andra fritidsaktiviteter	32 %	30 %	34 %
A - Jag utövar idrott/motion så att det inte går ut över familjelivet	37,5 %	35 %	40,5 %
F - Det är viktigt för mig att min familj utövar någon form av idrott/motion	33 %	29 %	37 %
F - Jag är delaktig i mina barns idrottsaktiviteter (ser matcher, skjutsar)	25 %	23,5 %	26,5 %
F - Jag avstår från idrotts-/motionsaktiviteter för familjesammankomster	24,5 %	23 %	26 %
F - Det är viktigt att min familj utövar idrott/motion tillsammans	8 %	5,5 %	10,5 %
F - Det är viktig att min familj utövar samma idrott/motion	7 %	4 %	9,5 %

K - Idrott/motion ger tillfälle att umgås med vänner och bekanta	30 %	41,5 %	19,5 %
A - Jag avstår från idrotts-/motionsaktiviteter för att umgås med vänner/bekanta	15,5 %	18 %	13 %
A - Idrott/motion tar mycket tid i min vardag	14 %	14 %	14,5 %

Blandar vi även in åldersgrupperna kan följande mönster urskiljas: i kategorin allmänt sammanhang dominerar yngre män i påståendet *Idrott /motion betyder mycket i min vardag* (50 %) och i påståendet *Idrott/motion tar mycket tid i min vardag* (25,5 %) medan *Jag utövar idrott/motion så att det inte går ut över familjelivet* domineras av den äldre åldersgruppen (män 51,5 % - kvinnor 63,5 %) och *Jag avstår från idrotts-/motionsaktiviteter för att umgås med vänner/bekanta* av äldre män (25 %). Kategorin kamratrelaterat är viktigare för yngre och mellan åldersgrupp män (50 % resp 35 %). Familjekategorin domineras av mellan och äldre åldersgrupp av kvinnor (*Det är viktigt för mig att min familj utövar någon form av idrott/motion* mellan åldersgrupp 44 %, *Det är viktigt att min familj utövar idrott/motion tillsammans* äldre åldersgrupp 27,5 %, *Det är viktig att min familj utövar samma idrott/motion* mellan åldersgrupp 14,5 %).

När det gäller motiv till varför man utövar idrott/motion kan fyra olika kategorier urskiljas: **K** – kroppsligt relaterat (t ex *För att röra på kroppen, För att hålla mig vid god hälsa, För att hålla vikten under kontroll, För att det ger en speciell känsla av välbefinnande, För att förbättra min förmåga, För att se spänstig och vältränad ut*), **S** – sociala motiv (t ex *För att umgås med vänner/bekanta, För att det skapar vänskap, Jag utövar idrott/motion för gemenskapens skull*), **T** – tävlingsmotiv (t ex *För att kunna överskrida mina egna gränser, För att tävla med mig själv, För att tävla mot andra*) samt **L** – lustmotiv (t ex *För att det är trevligt/roligt, Jag utövar idrott/motion oavsett om jag är bra på det eller inte, För att det ger tillfälle till naturupplevelser*). De kroppsligt relaterade motiven dominerar i stort men lustmotivet konkurrerar starkt. De sociala motiven och tävlingsmotiven är mer dominerande bland män än bland kvinnor.

Tabell 2:9 Varför utövar man idrott/motion fördelat på kön? (Stämmer helt)

	Totalt	Män	Kvinnor
K - För att röra på kroppen	83 %	78 %	87 %
K - För att hålla mig vid god hälsa	73 %	71,5 %	74,5 %
K - För att det ger en speciell känsla av välbefinnande	70 %	65,5 %	74 %
L - För att det är trevligt/roligt	64,5 %	65 %	64 %
K - För att det ger kraft och energi till vardagslivet i övrigt	57 %	55 %	58,5 %
K - För att koppla av	54 %	52,5 %	55,5 %
L - Jag utövar idrott/motion oavsett om jag är bra på det eller inte	52 %	46 %	58 %
K - För att förbättra min förmåga	44 %	37 %	50,5 %
K - För att hålla vikten under kontroll	42,5 %	38,5 %	46,5 %
L - För att det ger tillfälle till naturupplevelser	37 %	32,5 %	41,5 %
L - Jag utövar idrott/motion endast om jag kan komma och gå som det passar mig	25 %	25,5 %	25 %
K - För att se spänstig och vältränad ut	22 %	20,5 %	24 %
S - För att umgås med vänner/bekanta	19,5 %	25 %	14 %
S - För att det skapar vänskap	15 %	16,5 %	13,5 %

S - Jag utövar idrott/motion för gemenskapens skull	13 %	15,5 %	11 %
T - För att kunna överskrida mina egna gränser	14 %	18 %	10 %
T - För att tävla med mig själv	14 %	19,5 %	8,5 %
T - För att tävla mot andra	8 %	14 %	2,5 %
T - För att möta nya utmaningar	11,5 %	15,5 %	8 %

Om vi även här tillför åldersfaktorn kan följande mönster urskiljas: tävlingskategorin domineras av yngre män, den kroppsliga kategorin domineras i stort av yngre kvinnor förutom *att hålla vikten under kontroll* (kvinnor mellan åldersgrupp 52 %). Utseendemotivet domineras av den yngre åldersgruppen (*se spänstig och vältränad ut* kvinnor 30 % - män 27,5 %). Den sociala kategorin domineras av den äldre åldersgruppen. Lustkategorin, slutligen är tämligen jämt fördelad.

Då motivet till motionsutövning (varför utövar du idrott/motion?) relateras till härkomst uppvisar fördelningen inga större skillnader förutom för några påståenden. Intressant är att på de bägge påståendena *För att det förväntas av mig på min arbetsplats* och *För att mina vänner/bekanta förväntar det av mig* svarar 16,7 % av utrikes födda att det stämmer helt eller delvis¹³ mot 3 % av födda i Sverige. Samtidigt är skillnaden marginell för påståendet *För att umgås med arbetskamrater* medans en omvänd skillnad infaller för påståendet *För att umgås med vänner/bekanta* (46,6 % för utrikes födda mot 63 % för födda i Sverige svarar stämmer helt eller delvis). Omgivningens förväntningar upplevs alltså olika beroende av härkomst. Denna fråga återkommer nedan.

För den vidare analysen av materialet kommer tre spår att följas: de yngre männens traditionella idrotts- och motionsvanor, den yngre kvinnornas

¹³ Enbart kategorin ”stämmer helt”, som tabellen ovan redovisar, ger för lite utslag på dessa påståenden, därför inkluderas även kategorin ”stämmer delvis”.

öppenhet för nya motionsformer, samt idrottandet som ett uttryck för anpassning och integration.

De upptrampade stigarna

Ett tydligt mönster utvecklas i undersökningen kring yngre mäns utövande av idrott och motion. Hälften av de yngre männen utövar idrott på tävlingsnivå, dvs de har anknytning till den organiserade tävlingsidrotten. Var tredje ung man har en lagsport som huvudsaklig idrottsaktivitet och är oftast föreningsansluten. Mönstret av en föreningsanknuten idrottsutövning med tävlingsinriktning återspeglar den traditionella idrottsrörelsens organisering av idrottsintresset under 1900-talet.¹⁴ Dessa yngre män följer en väg in i ett idrotts- och motionsliv som många unga män före dem har vandrat, de följer traditionen.

Mats Lieberg (1995) har följt ungdomar under fritiden och funnit tre olika förhållningssätt som formar denna "fria" tid: dels de hemorienterade som tillbringar mest tid i hemmet där vuxenvärlden i form av föräldrarna på olika sätt sätter ramarna för de aktiviteter som praktiseras; dels de föreningsorienterade som engagerar sig i olika föreningsaktiviteter som t ex idrott, där vuxenvärlden i form av ledare, tränare etc sätter ramar för aktiviteterna; slutligen de kamratorienterade som vänder sig bort från vuxenvärlden och istället tillsammans med kompisar utformar och styr över den "fria" tiden. Dessa förhållningssätt förekommer givetvis sällan helt renodlade, men oftast dominerar ett förhållningssätt under en period i ungdomars liv. Vad denna uppdelning framför allt tar fasta på är förekomsten av etablerade och från samhällets sida sanktionerade normer kring fritidens aktiviteter. De hem- och föreningsorienterade ungdomarna tillbringar fritiden i sammanhang som redan är etablerade och kontrollerade av vuxenvärlden, medan de kamratorienterade själva skapar sina gränser (ofta i stark konflikt med vuxenvärlden).

De föreningsorienterade ungdomarna, som är mest intressant för denna artikels fokus, träder, genom sin fritidsaktivitet, in i ett sammanhang med en normstruktur som kräver en anpassning från ungdomarnas sida. Ungdomarna, i detta fall killar, övertar de normer och värderingar som präglar den aktivitet de engagerar sig i och reproducerar på så sätt den tradition som aktiviteten vilar på. Men förhållandet är ömsesidigt. Idrottsföreningarna är beroende av en

¹⁴ Se Blom & Lindroth (1995)

ständig rekrytering av barn och ungdomar för att kunna upprätthålla sin verksamhet och riktar sig därför aktivt till skolor etc för att fånga upp intresserade. Föreningarna riktar sig alltså till ungdomarna och erbjuder därmed en väg in i ett idrotts- och motionsliv. Dessa möjligheter som erbjuds samverkar med andra normer och värderingar om vad som är en "lämplig" idrottsaktivitet utifrån klass, kön och etnicitet.¹⁵

Ett tydligt socialisationsmönster går att urskilja som en bakgrund till de yngre männens idrottsaktiviteter i undersökningen. Det finns förväntningar kring vilken typ av idrott de skall utöva samtidigt som idrottsföreningarna aktivt söker desamma. De yngre männen har följt en förväntad väg som har bestått av lagsporter med tävlingsinslag. Dessa män har snarare konformt anpassat sig efter omgivningens förväntningar än självständigt valt förutsättningslöst. Det betyder förmodligen att andra former av idrotts- och motionsaktiviteter som inte stämmer in med dessa förväntningar aldrig var aktuella för dem. Men det betyder även att andra former av idrotts- och motionsaktiviteter inte aktivt har rekryterat bland dem. Etablerade socialisationsvägar reproducerar ett kulturmönster som lyder: unga män sysslar till största delen med tävlingsinriktad lagidrott i föreningars regi.

Det sociala sammanhang som man idrottar/motionerar inom utgörs bland dessa killar av en grupp med vänner. Detta skapar en kontinuitet men även en förväntan på deltagande från de övriga. Aktiviteten får även en betydelse för umgänget med kompisar. På frågor kring hur idrott och motion ingår i vardagen får de kamratrelaterade svaren lika hög svarsfrekvens som allmänt sammanhang. Men motiven till att idrotta/motionera bland dessa killar är inte främst sociala utan kroppsligt relaterade, samt även tävlingsrelaterade. Av dessa svar kan slutsatsen dras att utövandet motiveras utifrån ickesociala faktorer men utövas i ett starkt beroende av ett socialt sammanhang. Formulerat något annorlunda är inte det sociala sammanhangets betydelse fullt medvetet eller inkorporerat i den diskurs man delar kring legitimering av idrott- och motionsaktiviteter. Det sociala sammanhanget med de förväntningar som kan uppstå kring deltagande upplevs inte heller som påtagligt för denna grupp (till skillnad från de utrikes födda, se nedan). Dock utgör detta sammanhang en avgörande skillnad då de yngre killarna jämförs med övriga grupper. Idrott och motion ingår som ett självklart moment i den livsstil man lever och delar med sina vänner.

De etablerade socialisationsvägarna som killarna har följt förde dem in i den organiserade idrotten främst i form av lagsporter. Ett kamratskap utvecklades som en följd av idrottsintresset och upprätthåller detta intresse uppåt i åren. Utifrån materialet i undersökningen går det att spekulera i hur en

¹⁵ Se Engström (1999)

motionskarriär ser ut för en man.¹⁶ Idrotts- och motionsutövandet är avtagande i intensitet under en livstid. Tävlingsmomenten försvinner alltmer och aktiviteterna övergår till att utövas på motionsnivå. Även det sociala sammanhanget förändras. Familjen blir viktigare för motionerandet vilket kan betyda att kompisgänget endera har upplösts eller förlorat i konkurrens med familjen. Detta visar på ett kritiskt moment i den manliga motionskarriären, nämligen beroendet av ett specifikt socialt sammanhang för utövandet.¹⁷ En slutsats som kan dras av detta är att mäns motionsvanor och de socialisationsvägar som är en förutsättning för dessa inte följt med i en samhällsutveckling där ett alltmer stillasittande arbetsliv kräver en aktivare fritid. Idrottens ändrade roll från fostrande till hälsofrämjande avspeglas inte i tillräckligt hög grad i den manliga motionskarriären. De idrotts- och motionsvanor som etableras i unga år måste förändras under medelåldern för att en kontinuitet skall upprätthållas. Den fördel männen har i unga år genom att följa de upptrampade socialisationsvägarna kan bli till en nackdel ju äldre de blir. De tvingas att träda ur en traditionell roll som idrottare och istället på individuell grund välja en motionsaktivitet som kan fungera i kombination med ett nytt socialt sammanhang. Ett sammanhang som mer liknar kvinnornas.

Nyfunna vägar

För de yngre tjejerna är förhållandet omvänt. Bristen på etablerade socialisationsmönster kring idrott och motion öppnar för en större valfrihet när väl motivationen infinner sig. De historiskt starka normer kring vilka idrotter som är lämpliga upplöses alltmer, samtidigt som nya idrotts- och motionsformer finner intresserade bland just tjejerna.

De yngre kvinnorna i undersökningen visar på nya mönster i sitt idrotts- och motionsutövande. De söker sig i större utsträckning än killarna till nya sammanhang, som t ex avgiftsbelagt gym, och de ägnar sig åt nya aktiviteter, som t ex spinning och aerobics. Kvinnorna är inte lika beroende av ett specifikt

¹⁶ Detta är ingen longitudinell undersökning utan premisen för denna spekulation bygger på de olika generationernas motionsvanor fångade år 2000.

¹⁷ Engström (1999) visar i sin longitudinella studie på en markant nedgång i idrottandet för män i 20-årsåldern, som kan ha sin förklaring i dessa samband mellan socialt sammanhang och kontinuitet.

socialt sammanhang för sin aktivitet utan motionerar i högre grad ensam i grupp, dvs där den sociala omgivningen är nödvändig men utbytbar.

Att leva i det senmoderna samhället kan medföra ökad möjlighet att välja friare i förhållande till traditionen, ett fenomen som den tyske kulturforskaren Thomas Ziehe benämner som "kulturell friställning".¹⁸ Detta fenomen omfattar i princip alla, men har störst betydelse under adolescensen, då individen oftast är mindre etablerad i olika sociala sammanhang. Men som visades ovan är killarna i tämligen hög grad anpassade till traditionen i val av idrott. Den kulturella friställningen har inte någon större effekt i praktiken. Däremot har den en viss effekt på kvinnornas val av idrott och motion. Den tradition som förmedlar normer kring det olämpliga i att kvinnor "anstränger sig fysiskt i offentligheten" har förlorat i kraft samtidigt som nya socialisationsvägar in i idrottens värld inte har etablerats fullt ut. Kvinnorna står kulturellt friställda inför val av motionsaktivitet. Det betyder att de kan förhålla sig friare, utan att tyngas av omgivningens eller traditionens normer kring vad som är en "lämplig" aktivitet. De kan utöva sin individualitet i högre grad än killarna. Denna individualitet tar sig uttryck i en öppenhet för de nya motionsformer som introduceras.

Vad som kännetecknar de nya idrotts- och motionsformer som har etablerat sig under de senaste 20 åren är att de utövas individuellt.¹⁹ I jämförelse med lagidrotter är beroendet av ett specifikt socialt sammanhang (lagkamrater och motståndarlag) mindre vilket gör utövandet mindre känsligt för förändringar över tid. En större kontinuitet i utövandet är möjlig. Däremot saknas det sociala tryck från det specifika sociala sammanhanget som kan motivera till ett utövande när den inre motivationen tryter. Individen lämnas i högre grad själv i motivationsprocessen. Andra faktorer får då en betydelse i att motivera till ett utövande. En tredjedel av de yngre kvinnorna i undersökningen uppger sig inte vara nöjda med sin kropp och missnöje med vikten och figuren anges som skäl. Ett starkt motiv till att motionera för denna grupp är att se spänstig och vältränad ut och att hålla vikten under kontroll. Samtidens skönhetsideal får en betydelse för motivationen att motionera. Även andra kroppsligt relaterade motiv har en stor betydelse för de yngre kvinnorna, såsom att hålla sig vid god hälsa, för att det ger en speciell känsla av välbefinnande och för att det ger kraft och energi till vardagslivet i övrigt. Gymkulturen, där flera av de nya formerna för motion utövas, präglas av den kroppsligt orienterade

¹⁸ Ziehe (1989)

¹⁹ Undantaget som bekräftar regeln är innebandy, se www.rf.se.

förhållningssättet med mycket speglar på väggarna – det är många gånger ett viktigare moment att jämföra sig utseendemässigt än prestationsmässigt.²⁰

I en spekulering utifrån undersökningen kring en kvinnlig motionskarriär kan benämningen kontinuitet sammanfatta denna. Kvinnorna ägnar sig framför allt åt aktiviteter på motionsnivå och upprätthåller detta under hela sitt vuxna liv. Det sociala sammanhanget är i mindre grad än för männen kopplat till ett kamratgäng men med åren alltmer relaterat till familjen. De yngre kvinnornas nya motionsvanor som sker ensam i grupp har dock inte fått utslag uppåt i åldrarna ännu, men däremot får familjen en allt större betydelse.

Idrott som anpassning

Det försök till en problematisering i undersökningen av kulturella olikheter tar som sin utgångspunkt den trubbiga faktorn var man är född. De födda utom Sverige uppvisar på de flesta punkter inga större avvikelser från hela materialet. Visserligen är styrketräning mer populär som mest utövade aktivitet på bekostnad av cykelturer men det får knappast anses som sensationellt. Däremot finns det en intressant avvikelse som är värd att uppmärksamma. Det gäller motiv för idrotts- och motionsaktivitet. Förväntningar från den sociala omgivningen i form av både arbetskamrater och vänner utgör ett betydligt starkare motiv till att idrotta och motionera för de födda utom Sverige än för övriga. Men viktigt att betona är att det gäller den upplevda förväntan. Det behöver inte betyda att det sociala trycket är större på denna grupp, bara att de är mer mottagliga eller uppmärksamma på omgivningens signaler. Det är inte heller så att man idrottar och motionerar i högre grad än övriga i ett socialt sammanhang: på frågan om med vem man idrottar och motionerar svarar de födda utom Sverige i stort sett identiskt med övriga (*endast med vän* är något mindre medan *ensam* är något mer). Motionsvanorna skiljer sig alltså inte nämnvärt från övriga, men en större mottaglighet för den sociala omgivningens signaler kan spåras.

De sociala normer och kulturella värderingar som bidrar till att strukturera vår tillvaro genom att på samma gång ge möjligheter och sätta gränser för vårt handlingsutrymme utgör enligt sociologen Alfred Schutz det kulturmönster individen ingår i.²¹ Detta kulturmönster formar individens "naturliga

²⁰ Se Johansson (1998)

²¹ Schutz (1999:224)

inställning” och är till största delen oreflekterat – såvida individen inte byter socialt sammanhang. Genom att förflytta sig i det sociala (och geografiska) rummet sker förskjutningar i kulturmönstret. Den “naturliga inställningen” har en utpräglad lokal förankring vilket gör den allt annat än naturlig i en främmande miljö. De sociala normer och kulturella värderingar som i stora delar hanterades oreflekterat tidigare blir påtagliga för individen i en ny, främmande miljö. Individen måste “läsa av” det nya kulturmönstret och anpassa sig till detta för att inte avvika. Normer och värderingar som individen tidigare i sin hemtama miljö tog för givet framstår i den nya miljön oftast i ett nytt sammanhang med en förskjuten innebörd som påkallar individens uppmärksamhet och ställningstagande.

Det är i detta sammanhang som upplevelsen av förväntningar från den sociala omgivningen kan bli förståelig. Dessa förväntningar kan mycket väl finnas och vara riktade mot samtliga som deltar i sociala sammanhang, men för de som är socialt immobiliserade upplevs de annorlunda – förväntningarna ingår naturligt som en del i det kulturmönster man delar och upplevs därför inte som ett starkt motiv till att idrotta och motionera. För de födda utom Sverige är dessa förväntningar påtagliga. Anledningen till att de upplevs som påtagliga kan vara att man gärna vill “passa in” i det nya kulturmönstret, man är mottaglig för omgivningens signaler och är medveten om att dessa finns och att de har en betydelse för ens handlingar. Om utövandet av idrott och motion bland de födda utom Sverige markant hade skiljt sig från övriga i undersökningen så hade reaktionen på förväntningarna kunnat tolkas som en ovilja att anpassa sig efter det dominerande kulturmönstret.²² Emellertid är avvikelserna små (förutom att styrketräning är mer populärt) vilket får tolkas som att det finns en outtalad vilja att anpassa sig efter de normer som man upplever att den sociala omgivningen i form av arbetskamrater och kompisar förmedlar.

En större känslighet för den sociala omgivningens förväntningar kan ses som en följd av en önskan att formmässigt anpassa sig till det dominerande kulturmönstret. Men det är inte fråga om en assimilering eftersom idrotts- och motionsaktiviteterna innehållsligt skiljer sig något åt från det dominerande kulturmönstret.

Avslutning

²² Det är i och för sig svårt att tala om ett dominerande kulturmönster i denna undersökning, men vad jag avser är den intensitet och form för idrott och motion som går att utläsa som gemensam i materialet.

Förändringen av samhället från modernt till senmodernt går att spegla på flera sätt genom en studie av idrotts- och motionsvanor. Den förändring som samhället genomgått och genomgår gäller även i hög grad idrott och motion - nya former etableras och nya sammanhang utvecklas. Men idrott och motion utövas inte oberoende av de normer och värderingar som finns och som i många fall tar lång tid att förändra, därför är det intressant att studera olika mönster i utövandet relaterat till dessa "sega" strukturer. Förändringar kan vara svåra att ta till sig om man redan ingår i sammanhang som är etablerade och institutionaliserade, t ex den av män dominerade lagidrotten, medan de i högre grad kan bejakas om man står utanför eller ännu inte etablerat sig fullt ut, t ex kvinnors ökade motionsintresse. Att inte avvika alltför mycket från dominerande normer och värderingar utgör en bakomliggande drivkraft för det sociala livet, så även utövandet av idrott och motion. Därför kan dessa mönster i utövandet urskiljas och analyseras i ett enkätmaterial. Dock kan denna anpassning vara mer eller mindre reflekterad. I ett senmodernt samhälle där människor från många olika kulturer möts blir handlingar som sker i offentligheten, som utövandet av idrott och motion, samtidigt en arena för integration. Bland de utlandsfödda är medvetenheten större om denna anpassning till en "normalitet". Förväntningar från omgivningen är mer påtagliga som en faktor till utövandet av idrott och motion för denna grupp, medan det antagligen blivit sekundärt för övriga.

De resultat som här diskuterats har en begränsad giltighet. Storleken på kommunen och dess socio-politiska historia har en betydelse, men det finns många liknande kommuner i Sverige som genomgår eller genomgått en smärtsam förändring från industristad till något annat. De samband som har lyfts fram i enkäten är inte statistiskt fastställda utan måste betraktas som tendenser snarare än hårda fakta.

Käll- och litteraturlista

Arkivmaterial

Lund

Folklivsarkivet vid Lunds Universitet (LUF)

Primärmaterial fritidsenkäten, motionsenkäten.

Internet

SCB den 31/12 år 2000, kommunfakta på www.landskrona.se

www.rf.se

Litteratur

Barslev, Helle Greve, Schröder, Jesper & Bertelsen, Thomas (2001): *Idraet i Malmö*. Analyse af idraetslivet i Malmö kommune. Köpenhamns Universitet, Institut för Idraet, stencil.

Blom, K A & Lindroth, Jan (1995) *Idrottens historia : från antika arenor till modern massrörelse* Farsta: SISU idrottsböcker

Engström, Lars-Magnus, Ekblom, Björn, Forsberg, Artur, v Koch, Maria, Seger, Jan (1993): *Liv-Prestation-Hälsa. LIV 90*. Rapport 1. Motionsvanor, fysisk prestationsförmåga och hälsotillstånd bland svenska kvinnor och män i åldrarna 20-65 år. Stockholm: Folksam.

Engström Lars-Magnus (1999) *Idrott som social markör*, Stockholm: HLS förlag

Hydén, Håkan (red) (2004) *Landskrona 1970-2010 i tid och rum*, Lund: Research Report in Sociology of Law

Johansson, Thomas (1998) *Den skulpterade kroppen*, Stockholm: Carlssons bokförlag

Lieberg, Mats (1995) "Gallerian i city och kiosken i förorten" i Bolin & Löfgren (red) *Om unga män*, Lund: Studentlitteratur

Ziehe, Thomas (1989) ”Kulturell friställning och narcissistisk sårbarhet”, i
Fornäs, Lindberg & Sernhede (red) *Ungdomskultur: Identitet – Motstånd*,
Stockholm: Akademilitteratur

Schutz, Alfred (1999) *Den sociala världens fenomenologi*, Göteborg:
Daidalos