

ANALYSE FRA BØRNS VILKÅR • JANUAR 2025

BØRNS FRITIDSLIV

Aktiviteter og fællesskaber i 4. og 7. klasse

STOP
SVIGT

FORORD

Fritidslivet er en vigtig del af et børneliv. Ifølge FN's Børnekonvention har børn ret til hvile og fritid, til at lege og dyrke fritidsinteresser og til frit at deltage i det kulturelle og kunstneriske liv. I denne undersøgelse sætter vi fokus på det, der fylder, når skoledagen slutter. Vi undersøger det organiserede fritidsliv i fritidsklubber og til fritidsaktiviteter, hvor børn kan blive en del af trygge og positive fællesskaber. Hvad gør det attraktivt for børn at komme i den lokale fritidsklub? Hvad får dem ind i foreningslivet, og giver dem lyst til uge efter uge at pakke håndboldtøjet eller trække i spejderuniformen? Hvilken rolle spiller de voksne? Og hvad skal der til for, at alle børn oplever lige muligheder for at indgå i et aktivt, socialt og udviklende fritidsliv?

Denne undersøgelse bygger på en spørgeskemaundersøgelse blandt 2.125 børn fra 4. og 7. klasse og interviews med 87 børn fra de samme to klassetrin. Børnene fortæller i undersøgelsen, at fritidslivet skaber rum for at dyrke interesser, udvikle nye færdigheder og opbygge gode relationer til både børn og voksne. Mange børn deltager i fritidsklubber og fritidsaktiviteter og er glade for det, men de viser os også, at der er en række barrierer for, at potentialerne i det organiserede fritidsliv kan indfries.

Faktum er, at andelen, der går i fritidsklub, falder, i takt med at børnene bliver ældre, og at ikke alle børn har lige gode forudsætninger for at deltage i fritidslivet. Det er ikke alle dele af landet, der har tilgængelige fritidstilbud og fritidsklubber i en overskuelig afstand fra barnets hjem, og de kommunale budgetter på det organiserede fritidsområde er under pres. Fritidsklubber og fritidsaktiviteter konkurrerer desuden med mange andre ting i børnenes fritid, og med tiden falder mange fra det organiserede fritidsliv – nogle fordi de får andre interesser, andre fordi de føler sig pressede af kravet om at præstere til fx en sport, og andre igen fordi klubben er blevet mindre attraktiv.

Det er et fælles ansvar at sikre, at alle børn er en del af trygge og positive fritidsfællesskaber, som de har lyst til at komme i. Der er brug for alderssvarende tilbud med voksne, som har de nødvendige kompetencer og ressourcer til at sikre børnefællesskaber med plads til alle. Når det sker, kan klubber og fritidsaktiviteter skabe et frirum – også for børn, der har svære vilkår og fx ikke trives i skolen.

Rapporten henvender sig til kommuner, fritidsklubber, foreninger og private samt frivillige aktører på fritidsområdet, som alle bidrager til, at børn har lige adgang til et godt, sundt og indholdsrigt fritidsliv.

Med venlig hilsen



Rasmus Kjeldahl
Direktør, Børns Vilkår



TAK

Denne rapport er blevet mulig, fordi en masse børn fra hele Danmark har taget sig tid til at give os et ærligt indblik i, hvad der rører sig i deres fritidsliv, og hvad der er vigtigt for at have det godt, når man har fri. Tak til de 87 børn fra 4. og 7. klasse, der har stillet op til interview. Og tak til de 2.125 børn i 4. og 7. klasse, der har svaret på et spørgeskema. Der skal også lyde en stor tak til de skoler og lærere, som har bidraget ved at sætte tid af til at gennemføre undersøgelsen og til at sikre gode rammer for, at vi kunne lytte til og inddrage børnene. Endelig vil vi også rette en stor tak til Christoffer Schultz, Ph.d.-studerende på Pædagogisk Psykologi, DPU, Århus Universitet og ansat i Ungdomsringen for at kvalificere rapportens resultater og anbefalinger.

INDHOLD

Opsummering:	6
Børns Vilkår anbefaler	9
Rapportens nøgleresultater	11
DEL I – HVAD LAYER BØRN EFTER SKOLE?	12
Venskaber er det vigtigste i børns fritidsliv	13
Normer om et aktivt fritidsliv presser nogle børn	19
Det organiserede fritidsliv har bedst tag i de yngste børn	22
DEL II – BØRNS BRUG AF FRITIDS- OG KLUBTILBUD	26
Det gode klubliv er venskab, leg og fordybelse	27
De voksne sætter rammerne om det gode klubliv	34
Skærmbrug i klubben splitter børnene	38
Når børn ikke går i klub	41
DEL III – BØRNS DELTAGELSE I FRITIDSAKTIVITETER	49
Den gode fritidsaktivitet er sjov, udviklende og rummer alle	50
Fritidsaktiviteter konkurrerer med meget andet i børns liv	60
Fokus på præstation kan fjerne lysten	67
Trænere og forældre skal støtte – men ikke presse	71
Metode	78
Noter	83
Litteratur	87

Opsummering

BØRNS DELTAGELSE I DET ORGANISEREDE FRITIDSLIV FALDER MED ALDEREN

Fritidslivet er en vigtig del af børns liv – den tid på dagen, hvor de har mulighed for at slappe af, dyrke deres interesser og deltage i fællesskaber med jævnaldrende. Denne rapport viser imidlertid, at tilslutningen til det organiserede fritidsliv daler kraftigt, i takt med at børnene bliver ældre. Det skyldes bl.a. nye interesser, frafald blandt vennerne, øget pres for at præstere i fx en sport og ulige adgang til klubber og fritidsaktiviteter.

Når skoledagen slutter, starter fritidslivet. Størstedelen af børn i 4. og 7. klasse foretrækker at have et varieret fritidsliv med mange aktiviteter og en høj grad af medbestemmelse. Det viser en spørgeskemaundersøgelse blandt 2.125 børn fra 4. og 7. klasse samt interviews med 87 børn fra de samme to klassetrin. Børnene fortæller, at de kan lide at være sammen med venner og familie, dyrke sport og bevægelse, være sammen med et kæledyr, være i køkkenet, lytte til musik og dyrke hobbyer. Undersøgelsen viser også, at skærmaktiviteter er populære. Mange børn bruger dagligt tid på at scrolle på telefonen, game eller skrive og tale med vennerne.

Børn i både 4. og 7. klasse dyrker et bredt udvalg af sports- og fritidsaktiviteter i fritiden. Blandt drengene er fodbold mest populært – det spiller 49 pct. i 4. klasse og 42 pct. i 7. klasse. Blandt pigerne er gymnastik mest populært, men det er også udbredt at gå til fx fodbold, musik og svømning. Undersøgelsen viser, at jo ældre børnene er, jo flere begynder at dyrke motion på egen hånd, fx fitness, og at bruge tid på aktiviteter, der ikke er voksenstyrede. Bl.a. dyrker næsten hver femte (18 pct.) af drengene i 7. klasse fitness eller styrketræning – det er en stigning fra 3 pct. i 4. klasse.

Interessen for det organiserede fritidsliv daler over tid

Fritidsklub og fritidsaktiviteter fylder godt op i børnenes kalender. I 4. klasse går knap to ud af tre børn (64 pct.) både i et klubtilbud og til en eller flere fritidsaktiviteter efter skole. I 7. klasse er andelen faldet til en ud af tre (33 pct.). I takt med at børnene bliver ældre, vælger flere og flere det organiserede fritidsliv helt fra. Mere end hvert syvende barn i 7. klasse (13 pct.) går hverken i klub eller til fritidsaktiviteter. Blandt børn i 4. klasse er tallet 5 pct.

Børn søger hen, hvor vennerne er

Der ligger flere faktorer bag børns til- og fravalg af de organiserede fritidsaktiviteter. En af de vigtigste er venskaber og relationer samt muligheden for at mødes om fælles oplevelser, hvad

enten det er til spejder, håndbold eller nede i klubben. Børnene fortæller, at det er langt sjovere at træne, at møde op og at yde sit bedste, når man gør det sammen med kammerater, man har det godt med – og at tiden i klubben føles alt for lang, hvis man ikke kan finde nogen at være sammen med. Undersøgelsen viser, at når vennerne søger væk fra klubben eller fritidsaktiviteterne, kan der ske en dominoeffekt, hvor flere og flere børn falder fra.

Samtidig viser undersøgelsen, at børnenes måde at være sammen på ændrer sig, når de kommer til udskolingsårene. Her får de fleste børn mere frie rammer fra deres forældre til selv at kunne beslutte, hvem de vil være sammen med, og hvordan de vil bruge deres tid. Og for mange er det gode fritidsliv at bestemme selv, være fleksibel og have mulighed for at lave spontane aftaler.

Ulighed i børns fritidsliv

Tilgængelighed og økonomi er strukturelle forhold, der påvirker nogle børns mulighed for at være en del af et organiseret fællesskab i fritiden. Langt fra alle børn i Danmark har et klubtilbud i en overskuelig afstand fra deres bopæl, og flere børn nævner, at de ikke kommer afsted, fordi transporten er for lang eller

besværlig. Andre børn står helt uden et alderssvarende klubtilbud i deres område og må derfor finde på andet at lave. For nogle børn spænder økonomien ben. Det gælder familiens mulighed for at betale for et klubtilbud eller en fritidsaktivitet, hvor der oftest er egenbetaling. Og det gælder også deres lokale kommunes økonomi og mulighed for at tilbyde relevante fritidsaktiviteter. Her er der stor forskel mellem kommunerne.

Mange børn føler sig pressede af normer for et aktivt fritidsliv

Børn navigerer mellem mange aktiviteter og arenaer i deres fritidsliv, og med alderen kommer flere til: pligter i hjemmet, venner, lektier der skal passes, og måske et fritidsjob eller en kæreste. I undersøgelsen angiver 49 pct. af pigerne og 39 pct. af drengene i 7. klasse, at de føler sig pressede over alt det, de skal nå i fritidslivet. Hvis hverdagen er planlagt med mange faste aftaler, kan det fx betyde, at børnene ikke kan indgå spontane aftaler med venner. Samtidig kan der også være prestige i at have et travlt liv med masser af aktivitet, fortæller en del børn i undersøgelsen. Børn, der har brug for at leve et mere stille eller indadvendt liv med færre sociale aktiviteter kan have en oplevelse af at være forkerte eller at skulle forsvare deres valg.



Kravet om at præstere kan slukke lysten

Børn, der dyrker fritidsaktiviteter, er ofte motiverede af et ønske om at udvikle sig og blive bedre – men det er også vigtigt, at der er plads til at have det sjovt og være sammen med de andre, når man dyrker sport, spiller musik eller noget helt tredje. Mange børn fortæller om oplevelser af pres, krævende træning og forventninger om fortsat udvikling og resultater. Når børnene har en oplevelse af, at deres sport bliver mere og mere tidskrævende, forpligtende og præstationsorienteret, er der en del, der springer fra og mister motivationen. Flere børn har en oplevelse af, at de ikke kan dyrke fx svømning eller fodbold for sjov eller for fællesskabets skyld alene.

De voksne sætter rammerne for det gode fællesskab




De børn, som Børns Vilkår har talt med, er enige i, at de voksnes måde at være omkring børnene på er afgørende for, om det er rart, sjovt og trygt at gå i klub eller til fritidsaktiviteter. I klubben beskriver børnene, at de voksne er vigtige og gerne må deltage i aktiviteter som fodbold, spil

eller madlavning. Det er også vigtigt, at de voksne er nærværende, opmærksomme og en støtte for de børn, der har svært ved selv at finde nogen at være sammen med i klubben. Mange af de samme karakteristika går igen, når børnene beskriver "de gode trænere" til fritidsaktiviteter. Det er dem, der motiverer uden at presse, og som gør det sjovt og rart at møde op uge efter uge. De voksne har altså afgørende indflydelse på, hvordan børnene har det i fritids- og klubtilbud, og de spiller en vigtig rolle i at fremme – eller hæmme – børnenes lyst til at fortsætte i tilbuddet.

Denne undersøgelse bekræfter samlet set vigtigheden af at styrke tilslutningen til fritids- og klubtilbud. Alle børn skal have de bedst mulige betingelser for at være en del af fællesskabet i klubber og fritidsaktiviteter, og det skal både forældre, fagpersoner i skolen, klubpersonale, trænere, undervisere og frivillige i fritidslivet være med til at understøtte. Det kan bl.a. ske ved at sikre et udvalg af aktiviteter, der opleves som meningsfulde og inspirerende – og igennem aktive, opmærksomme og støttende voksne.

METODE OG DATAKILDER I RAPPORTEN

Rapporten bygger på tre datakilder:

-  En spørgeskemaundersøgelse i Børns Vilkårs Skolepanel blandt 2.125 børn i 4. og 7. klasse.
-  Interviews med i alt 87 børn i 4. og 7. klasse foretaget på fem skoler i Øst- og Vestdanmark.
-  En registeranalyse af børn indskrevet i et pasningstilbud baseret på data fra Danmarks Statistik opgjort pr. oktober 2023.

For flere detaljer henviser vi til kapitlet 'Metode'.

BØRNS VILKÅR ANBEFALER

1

Alle børn og unge skal have adgang til et relevant fritids- og klubtilbud af høj kvalitet

Kommunerne bør sikre, at alle børn og unge har let adgang til et relevant fritids- eller klubtilbud af høj kvalitet. Det kræver de rette faglige og pædagogiske kompetencer, fokus på børnenes trivsel og etablering af trygge børnefællesskaber. Der er stor forskel fra kommune til kommune på de fritids- og klubtilbud, børn og unge har adgang til. Tal fra KL fra 2020 viser, at 20 pct. af kommunerne ikke har nogen kommunale fritidstilbud i udskoling.¹ Geografi, økonomi og mangel på kendskab må ikke være en barriere for børn og unges adgang til fritids- og klubtilbud.

2

Kommunerne bør understøtte foreningslivet for at sikre et varieret udbud af fritidsaktiviteter af høj kvalitet til børn og unge

Kommunerne bør understøtte foreningslivet med henblik på at sikre, at kommunens børn og unge har adgang til et varieret udbud af fritidsaktiviteter af høj kvalitet i foreningsregi. Det kræver, at kommunerne har et tæt samarbejde med aktører fra fritids- og foreningslivet, fx med henblik på opkvalificering af trænere, undervisere og frivillige. Det anbefales, at alle kommuner sikrer, at der bygges bro til foreningslivet, fx ved at stille såkaldte ressourcepersoner eller fritidsguider til rådighed, så alle børn og unge – også i udsatte positioner – oplever en lettere adgang til fritidsaktiviteter.

3

Styrk trygge og positive fællesskaber for alle børn og unge i fritidslivet, og sæt trivsel øverst på dagsordenen

I undersøgelsen fortæller børnene, at det at se deres venner er en vigtig grund til at møde op i klubben og deltage i fritidsaktiviteter. De fortæller også, at de går til fritidsaktiviteter for at have det sjovt og udvikle sig inden for de aktiviteter, som de interesserer sig for. Undersøgelsen viser dog, at der er børn, som står uden for fritidslivets fællesskaber. Voksne har afgørende betydning for børns og unges fællesskaber. Børns Vilkår anbefaler derfor, at de voksne, som børn og unge møder i fritidslivet, sætter trivsel øverst på dagsordenen og hjælper alle børn og unge ind i trygge og positive fællesskaber. Det kræver pædagogiske kompetencer og viden om antimobbestrategier. Det er et fælles ansvar, som hviler på uddannelsesinstitutioner, kommuner, foreninger og andre aktører i børns og unges fritidsliv.

BØRNS VILKÅR ANBEFALER

4

Skab trygge, inddragende og alderssvarende fritids- og klubtilbud

Børnene peger i undersøgelsen på, at det er afgørende for deres deltagelse i fritids- og klubtilbud, at der er voksne i klubben, som skaber en tryk relation mellem børn og voksne samt inviterer til medbestemmelse og tilbyder et bredt udvalg af alderssvarende aktiviteter. For børnene er noget af det bedste ved klublivet at kunne samles om og fordybe sig i interesser og aktiviteter sammen med gode venner og voksne i klubben. Samtidig viser undersøgelsen, at de ældste børn ofte forlader klubben, fordi aktiviteterne ikke er spændende nok, fordi der er for få jævnaldrende at være sammen med, og fordi der er for mange faste regler. Børns Vilkår anbefaler derfor, at voksne i fritids- og klubtilbud inviterer børn og unge til medbestemmelse og tilbyder et bredt udvalg af alderssvarende aktiviteter.

5

Tag stilling til skærmbrug i fritids- og klubtilbud

Det er vigtigt, at det enkelte fritids- og klubtilbud tager stilling til børn og unges skærmbrug i fritids- eller klubtilbuddet. Børns Vilkår anbefaler, at alle fritids- og klubtilbud sætter klare rammer for børn og unges brug af egne telefoner, og at de formulerer retningslinjer for, hvordan brugen af digitale medier skal være i tilbuddet. Personalet skal forholde sig til, hvordan digitale medier kan indgå i pædagogiske aktiviteter, hvordan man kan sikre skærmfri tid, og hvordan det pædagogiske personale kan bidrage til børn og unges digitale myndiggørelse. Det er vigtigt, at alternativet til skærmdrevne aktiviteter i klub- og fritidstilbud ikke er at kede sig eller lave ingenting. Hjælp børnene med at starte sjove fysiske lege og aktiviteter, hvor skærmen ikke fylder.

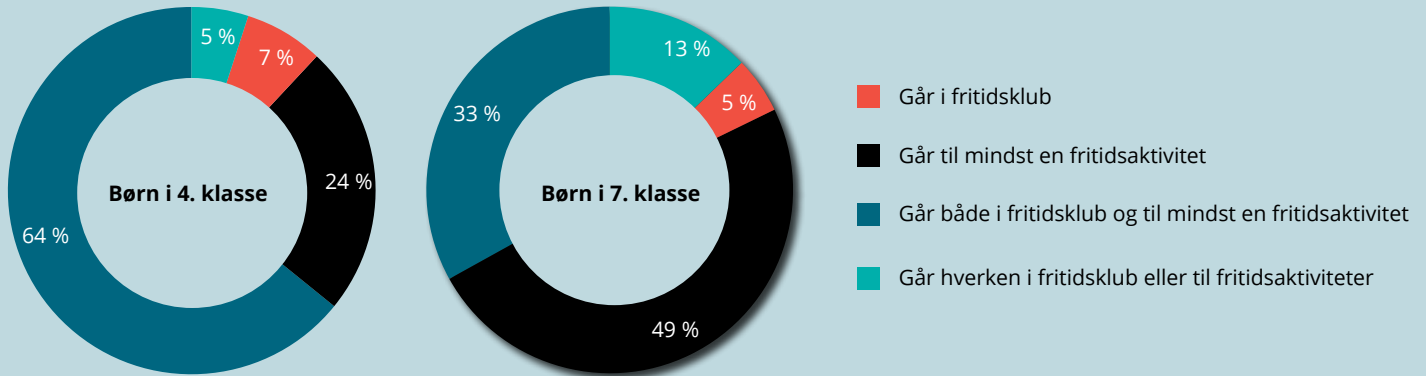
6

Styrk breddeidrætten til gavn for flere børn og unge

Mange børn og unge dyrker idræt i deres fritid, men der sker en markant bevægelse fra at dyrke idræt i foreninger og andre voksenstyrede fællesskaber til at dyrke idræt på egen hånd, fx i fitnesscentre, eller helt at stoppe med idrætten, i takt med at børnene bliver ældre. Undersøgelsen viser, at det ikke kun skyldes, at børn og unge får andre interesser med alderen, men også at selve organiseringen af idrætsaktiviteter kan stå i vejen. For flere børn og unge er det ikke muligt at gå til idræt for sjov. Nogle børn fortæller, at de har stået ved en skillevej og skulle vælge mellem at dyrke idræt på eliteplan eller helt at stoppe. Samtidig siger hvert 10. barn i undersøgelsen, at de ikke går til idræt, fordi der er for meget fokus på konkurrence. Børns Vilkår anbefaler, at aktører, som tilbyder idrætsaktiviteter til børn og unge, understøtter børn og unges muligheder for at dyrke idræt for sjov og på forskellige niveauer, så alle børn og unge får lige adgang til idrætslivet.

RAPPORTENS NØGLERESULTATER

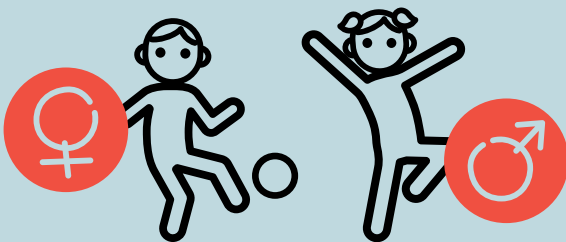
To ud af tre børn i 4. klasse går både i klub og til fritidsaktiviteter i fritiden. Blandt børn i 7. klasse er tallet en ud af tre.



Otte ud af ti børn er glade for at gå i fritidsklub.

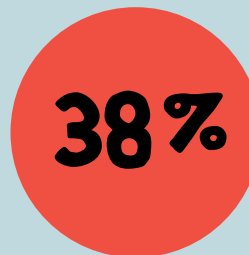


Otte ud af ti børn, der går til fritidsaktiviteter, har fået nye venner dér.



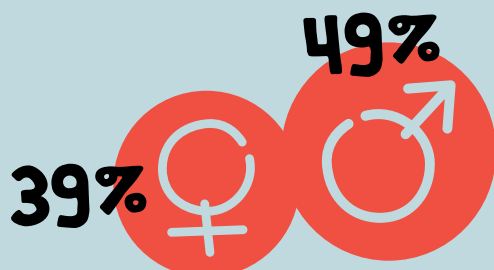
Fodbold er den mest populære fritidsaktivitet blandt drenge

Gymnastik er den mest populære fritidsaktivitet blandt piger



38 pct. af de børn, der er stoppet i deres klubtilbud, angiver som årsag, at deres venner ikke er i klubben.

Dobbelt så mange børn, der ikke går til fritidsaktiviteter, oplever ensomhed sammenlignet med børn, der går til en fritidsaktivitet



49 pct. af pigerne og 39 pct. af drengene i 7. klasse føler sig pressede over alt det, de skal nå i fritidslivet

DEL 1

HVAD LAVER BØRN EFTER SKOLE?



Del 1

VENSKABER ER DET VIGTIGSTE I BØRNS FRITIDSLIV

Det gode fritidsliv skal ifølge børn i 4. og 7. klasse være varieret, og der skal være tid til at dyrke mange forskellige aktiviteter og samværformer. Nogle aktiviteter er organiserede og foregår på faste tidspunkter hver uge, ofte i fællesskab med andre børn og voksne. Andre aktiviteter foregår derhjemme, hvor især mobilen er populær. På tværs af alle aktiviteter er vennerne det vigtigste omdrejningspunkt – mange oplever også at have fået nye venner igennem deres fritidsliv.

Tid i klubben med vennerne, hjem på værelset og lave lektier, hurtig aftensmad og så afsted til badminton i hallen. Sådan kan hverdagen se ud, når man går i 4. eller 7. klasse og skal jonglere skole, pligter, venner, familie, klub og sport. Et aktivt fritidsliv kan – under de rette betingelser – understøtte børns trivsel. Forskning viser, at børn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter og fritidsklubber bl.a. hjælper dem til at danne venskaber, udvikler deres færdigheder og kompetencer og understøtter deres generelle samfundsdeltagelse.²

Børnene i denne undersøgelse bruger deres fritid på både organiserede og uorganiserede aktiviteter efter skole, og flere fortæller i detaljer om et travlt og indholdsrigt fritidsliv. Her er det en gruppe drenge i 7. klasse, der beskriver, hvad de laver, når de har fri:

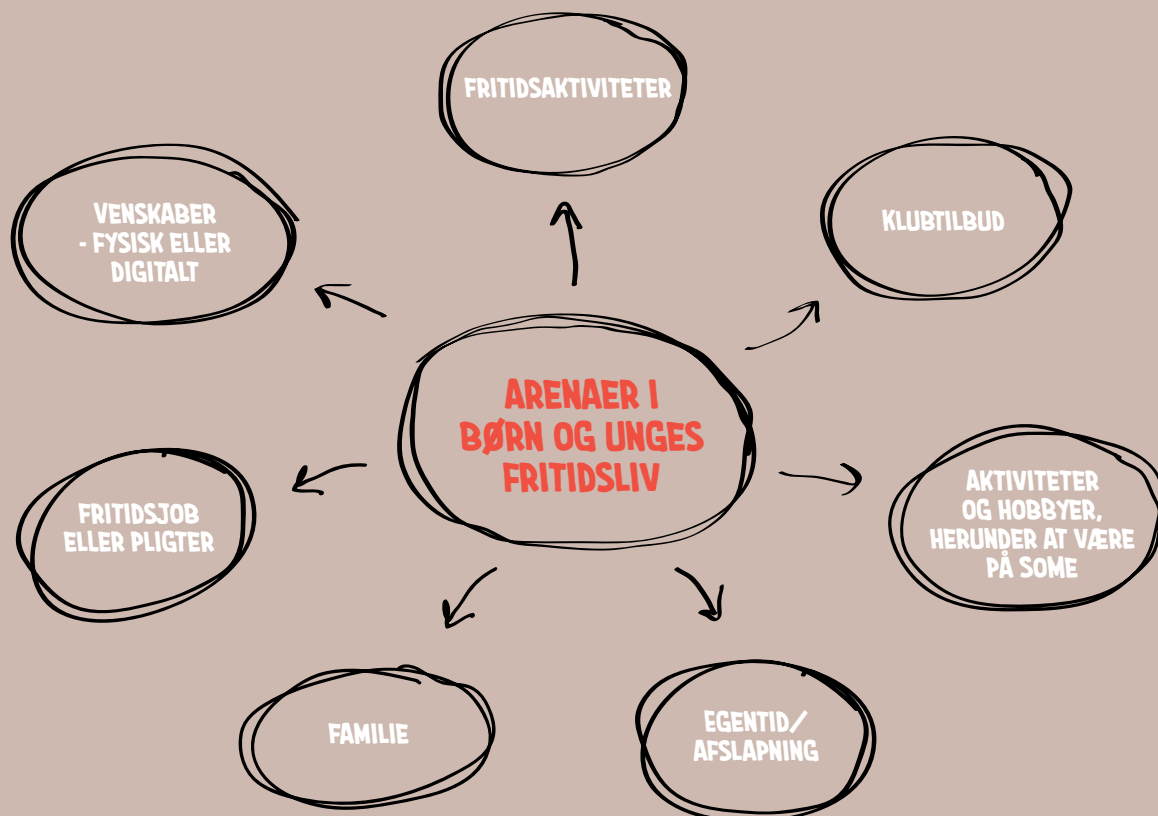
- Jacob:** *Jeg går til fodbold et par gange om ugen. Og så er jeg nogle gange i fritidsklub.*
- Mathias:** *Jeg går også til fodbold. Og nogle gange er jeg oppe i ungdomsklubben. (...)
Ja, og så går jeg også til [kulturaktivitet, der tilbyder dans, teater m.v.].*
- Lucas:** *Jeg er sammen med mine venner fra den anden skole. Og så går jeg til karate et par gange om ugen, og så spiller jeg også computerspil.*
- William:** *Jeg er selvfølgelig også sammen med en af mine venner – eller én af mine venner, som jeg bor ret tæt på. Og så kan jeg også godt lide at spille. Og så er vi også nogle gange ude at køre på løbehjul. Og så spiller jeg også tennis én gang om ugen – i dag.*

SÅDAN FORSTÅR VI BØRNS FRITIDSLIV

Børns fritidsliv er den tid, der er tilbage, når man fraregner tid til skolegang, søvn og måltider.

Fritidslivet består af både organiserede og uorganiserede fritidsaktiviteter, og de fordeler sig på en lang række arenaer. De organiserede fritidsaktiviteter er strukturerede og skemalagte og foregår i mange tilfælde i samvær med eller under opsyn af voksne, fx fritidsjob, sport eller aktiviteter i foreningslivet. Omvendt er uorganiserede fritidsaktiviteter mere ustrukturerede og kan foregå både fysisk og digitalt, fx at game eller at lege derhjemme.

Et aktivt fritidsliv vil for mange børn bestå af flere forskellige fritidsaktiviteter, der både kan være individuelle og sociale. De børn, som Børns Vilkår har inddraget i rapporten, gør sig mange overvejelser om, hvordan deres fritidsliv skal se ud, hvad der er vigtigt for dem, og hvilke til- og fravalg de må tage for at få tiden til at slå til.



Fritidslivet skal være indholdsrigt og varieret

Seks aktiviteter – så mange svar angiver børn i 4. og 7. klasse i gennemsnit, når vi spørger dem om, hvad de foretrækker at lave efter skole (figur 1). Flest børn angiver, at de kan lide at være sammen med venner og familie og at bevæge sig eller dyrke sport. At bruge tid med et kæledyr, være i køkkenet, lytte til musik og dyrke hobbyer er også aktiviteter, som en del børn nyder at bruge deres fritid på. Her fortæller Luna og Mille, der går i 4. klasse, hvad de kan lide at lave efter skole:

Interviewer: *Og hvad laver du så de dage, du er hjemme og ikke skal til fritidsaktiviteter?*

Luna: *Jeg har ret tit legeaftaler. Men ja, nogle gange så ... ja, jeg kan også godt lide at lave mad, og jeg ser selvfølgelig også på min skærm.*

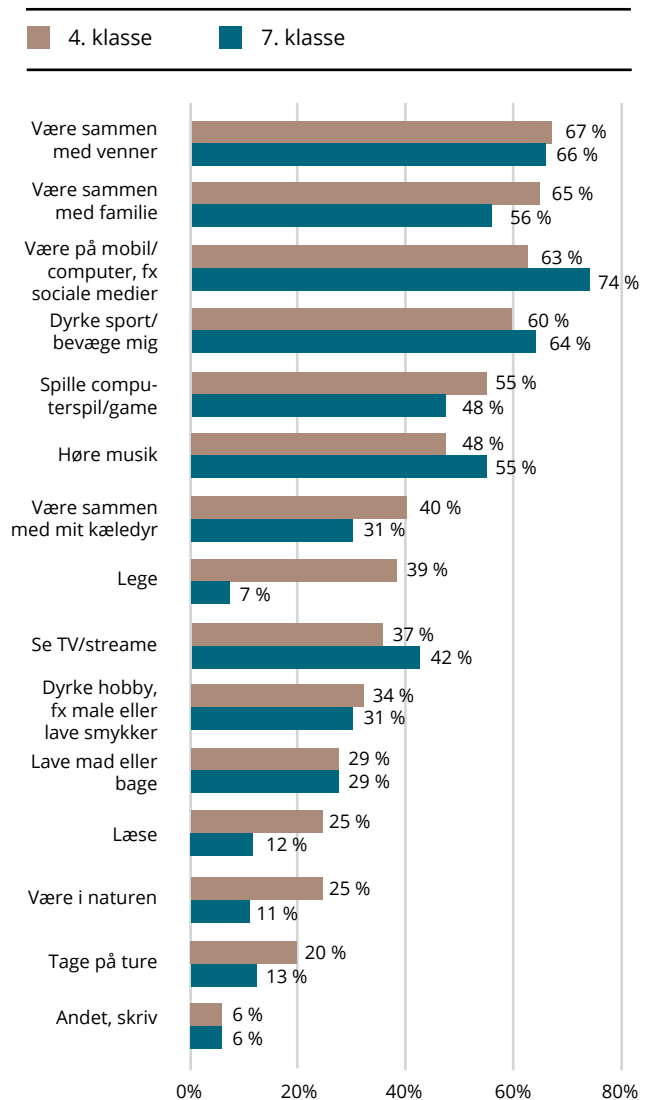
Interviewer: *Hvad er det bedste, du kan lide at lave, når du kommer hjem?*

Luna: *Kigge på mit hamster.*

Mille: *Jeg kan godt lide, når jeg kommer hjem, at lege med min lillebror.*

Legetid er den fritidsaktivitet, hvor der er størst forskel på de to klassetrin. Mens 39 pct. af børnene i 4. klasse angiver, at de kan lide at lege i fritiden, gælder det tilsvarende for 7 pct. af børnene i 7. klasse. At de ældste børn prioriterer legen mindre, kan skyldes en naturlig ændring i interesser. Men ifølge en undersøgelse fra 2023 er børns generelle legekultur under forandring i disse år. Undersøgelsen fremhæver bl.a. længere skoledage, stigende brug af digitale medier, og at børns tid i højere grad end tidligere er voksenstyret og skemalagt som forhold, der er med til at ændre på præmisserne for børns leg.³

Figur 1: Hvad kan børn i 4. og 7. klasse bedst lide at lave efter skole ?



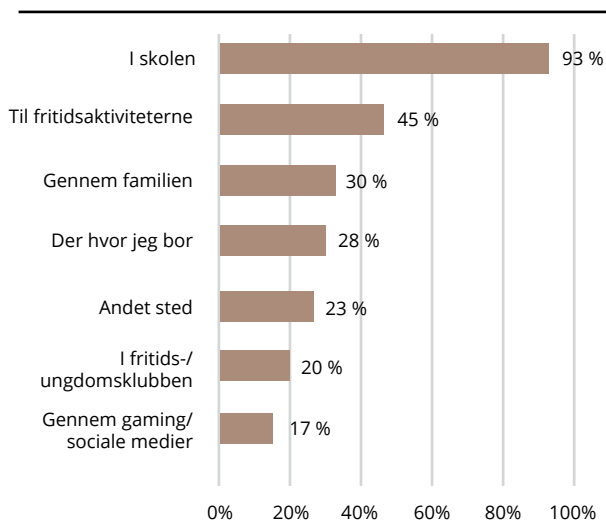
Note: Figuren er baseret på 2.125 besvarelser (1.126 i 4. klasse og 999 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvad kan du bedst lide at lave i hverdage efter skole?" At gå i fritidsklub har ikke været en svarmulighed, men det har været muligt at angive det under 'Andet'. Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Denne undersøgelse bekræfter, at skærmtid udgør en stor del af et almindeligt fritidsliv for børn i skolealderen, særligt for de ældste. "At være på mobilen" vælges af flest børn i 7. klasse (74 pct.), når de skal angive de ting, de kan lide at lave efter skole, og skærmtid ligger også højt blandt børn i 4. klasse. Børns Vilkår har i tidligere rapporter afdækket, at langt de fleste børn får deres første telefon i 3. klasse, og at børnene både bruger telefonen til at være i kontakt med venner, at se videoindhold, at være på sociale medier og at spille.⁴ Også gaming er en populær aktivitet i fritiden, hhv. 55 pct. af børnene i 4. klasse og 48 pct. af børnene i 7. klasse angiver i undersøgelsen, at de kan lide at game efter skole.

Nye venskaber opstår både i skolen og i fritidslivet

Børn møder og er sammen med deres venner mange forskellige steder. Og her er skolen udpræget den arena i børns liv, hvor allerflest oplever at få nye venner: 93 pct. af børnene i 4. og 7. klasse angiver, at de har mødt deres venner i skolen (figur 2). At deltage i organiserede og uorganiserede fritidsaktiviteter er en anden oplagt mulighed for at møde nye venner. 45 pct. af børnene angiver i undersøgelsen, at de

Figur 2: Oversigt over arenaer, hvor børn skaber sociale relationer



Note: Figuren er baseret på 2.125 besvarelser (1.126 i 4. klasse og 999 i 7. klasse) på spørgsmålet "Tænk på dine venner. Hvor har du lært dem at kende?" Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

har lært deres venner at kende gennem deres fritidsaktiviteter. Mange har også erfaring med at finde venner igennem deres familie, i fritidsklubben eller ved at mødes med andre børn og unge i nabolaget. Også gaming og sociale medier kan styrke børns sociale omgangskreds; 17 pct. af børnene i 4. og 7. klasse angiver, at de har fundet venner gennem skærmene.

Et af fritidslivets store potentialer er, at børn kan indgå i sociale fællesskaber og danne varige og stærke venskaber, der kan have afgørende betydning for deres trivsel og mentale helbred. Rigtigt mange børn fortæller i interviewene, hvordan de har mødt nye venner i klubben eller i foreningslivet, og at de har fundet noget at være fælles med andre om. Karla og Mira fra 7. klasse sætter her ord på, hvad man får ud af at møde andre i fritidsklubben eller til fritidsaktiviteter:

Interviewer: *Går man glip af noget, hvis man hverken går i klub eller til fritidsaktivitet?*

[flere børn svarer ja]

Interviewer: *Hvad går man glip af?*

Karla: *Fællesskab.*

Mira: *Fællesskab.*

Karla: *Oplevelser.*

Mira: *Venner. Altså, det kan jo godt være, at man ser venner, men man får måske nok ikke nogen*

Børn mødes både fysisk og digitalt i fritiden

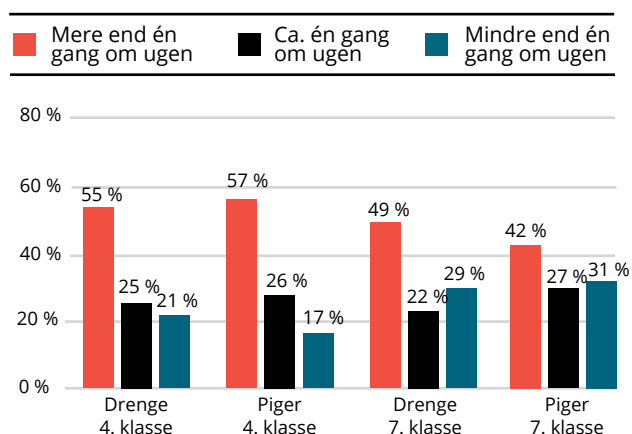
56 pct. af børnene i 4. klasse og 46 pct. af børnene i 7. klasse angiver, at de ses fysisk med venner mere end én gang om ugen. Det kan både være samvær i hjemmet eller ude, fx for at gå i butikker eller mødes i træningscenteret.

Disse tal er på niveau med resultater fra VIVE's forløbsundersøgelse 'Børn og Unge i Danmark', der konkluderer, at børn og unge i dag bruger

langt mindre af deres fritid på at være fysisk sammen med deres jævnaldrende end for bare få år tilbage. Hvor børn tidligere var fysisk sammen ude eller hjemme hos hinanden flere gange om ugen, foregår en stor del af samværet i dag online på sociale medier og via computerspil.

VIVE's undersøgelse viser, at det især er drengene, der har ændret samværsform: Over halvdel af de 11-19-årige drenge mødes ikke med deres venner i løbet af ugen.⁵ I denne undersøgelse ser vi omvendt et ligeligt billede blandt de ældste drenge og piger. Hhv. 29 pct. af drengene og 31 pct. af pigerne i 7. klasse mødes ikke ugentligt med venner (figur 3).

Figur 3: Fordeling over, hvor ofte børn i 4. og 7. klasse ser deres venner fysisk efter skole fordelt på køn



Note: Figuren er baseret på 2.074 besvarelser (1.101 i 4. klasse og 973 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvor ofte er du sammen med dine venner fysisk efter skole? Det kan fx være derhjemme eller udenfor?" Kun børn, der føler, at de har venner, er blevet stillet spørgsmålet. Børn, der har angivet anden kønskategori, er ikke medtaget i grafikken. Kategorien 'Mindre end én gang om ugen' dækker over børn, der har angivet at de ses med venner 1-2 gange om måneden, sjældnere eller aldrig.

Interviewene bekræfter, at venskaber og relationer til jævnaldrende er en helt central del af børns fritidsliv, og at venskaberne folder sig ud på mange forskellige arenaer. Fx fortæller Sebastian fra 7. klasse:

Sebastian: *Selvom jeg bare er derhjemme hele tiden, så har jeg jo stadig venner, jeg skriver med, sådan snakker med og sådan.*

De digitale muligheder kan gøre det lettere for børn at være forbundne, også når det ikke er muligt at ses fysisk. I interviewene har vi mødt børn, der ikke har mulighed for at deltage på lige fod med deres jævnaldrende efter skole, fx fordi de bor langt væk fra skolen eller de omgivelser, hvor børnene mødes efter skole. Det gælder fx Filippa, der går i 7. klasse og bor ca. en time væk fra byen med offentlig transport. Hun tager som regel hjem efter skole, medmindre hun på forhånd har lavet en aftale om at blive inde i byen med sine venner. I stedet bruger hun telefonen til at tale med vennerne, ofte via FaceTime, når hun er på vej hjem eller er derhjemme:

Filippa: *Altså, jeg er meget på telefonen, fx hvis jeg gerne vil være sammen med nogle af mine venner, så ringer jeg bare til dem i stedet for at være sammen med dem, fordi det er også bare lettere.*

Nogle børn har travlt med at skulle videre til fritidsaktiviteter efter skole, og her er telefonen en naturlig måde at forlænge samværet på, når man ikke kan ses fysisk. Også Ellen og Asta fra 7. klasse bruger digitale medier til at understøtte deres sociale relationer og forklarer, at det bl.a. giver mulighed for at være i dialog med nogen, man måske ikke taler så meget med, når man ellers ses:

Ellen: *Altså, jeg kan godt lide at være fysisk sammen med mine venner, men det er da lettere bare at skrive over Snapchat og sådan noget.*

Interviewer: *Okay, og du nikker Asta. Er det det primære? Er det dér, man er sammen hver dag?*

Asta: *Jo, altså jeg føler, det kommer an på, hvilke personer. Nogle ville man måske have det lidt akavet med, måske, eller ikke vide, hvad man skulle tale om, og så er der nogle, man har det godt med, og dem kunne man bare snakke normalt med. Så er det nemmere bare at snakke eller skrive over Snapchat.*

Sociale medier og gaming kan både udvide børns eksisterende venskaber og samtidig være en kanal til, at børn opbygger helt nye relationer. I 2022 viste en undersøgelse fra Børns Vilkår, at digitale venskaber kan have stor betydning for særligt de børn, der ikke føler sig som en del af de fysiske fællesskaber i skolen og fritidslivet. Undersøgelsen fandt dog også, at de digitale fællesskaber trækker tråde ind i klasseværelset.

Hvis man står uden for klassens grupper på sociale medier, mærkes det typisk også henne i skolen.⁶

Denne undersøgelse viser også, at en del børn efterspørger mere fysisk samvær med vennerne. 40 pct. af de børn, der ser hinanden mindre end en gang om ugen, synes, at de bruger for lidt tid på at se deres venner fysisk.



Del 1

NORMER OM ET AKTIVT FRITIDSLIV PRESSER NOGLE BØRN

Mange børn i 4. og 7. klasse har et travlt fritidsliv og trives med det. På tværs af en række arenaer jonglerer de med klubliv og fritidsaktiviteter, at se venner og familie, lektier og for nogle også pligter og et fritidsjob. Men mange løber stærkt for at nå det hele, og i 7. klasse oplever over fire ud af ti børn et pres over alt det, de skal nå efter skole. Samtidig viser interviewene en stærk norm blandt børnene om, at et aktivt fritidsliv er et godt fritidsliv.

Mange af de børn, som vi har interviewet i denne undersøgelse, fortæller, at de løber stærkt for at nå alt det, de gerne vil – og alt det, de føler, de skal og bør. I spørgeskemaet svarer omkring hver tiende, at de ikke føler, at de har tid nok til at lave de ting, de har lyst til i hverdagen efter skole. Blandt pigerne i 7. klasse er det 17 pct., der ikke føler, de har tid nok (figur 4). Johanne fra 7. klasse fortæller om en tætpakket hverdag:

Johanne: *Jeg har også travlt, fordi jeg skal nå – når jeg kommer hjem, så har jeg også sådan nogle huspligter. Så dem skal jeg have lavet, og så skal jeg også lave lektier. Og så skal jeg afsted, og så kommer jeg først hjem ved 20-tiden de fleste aftener.*

Her er det Lilje og Elna fra 7. klasse, der fortæller om dage præget af travlhed:

Lilje: *Lidt engang, der syntes jeg, at det var lidt stressende, når man skulle hjem hele tiden, og så havde man lidt lektier for og så OGSÅ skulle ride og sådan noget. (...)*

Elna:

Jeg havde virkelig travlt i går, men det er, fordi vi har fri sådan kl. 15. Det er virkelig sent, fordi jeg har træning kl. 17. Og så skal vi derned, og det er rimelig trafikeret, fordi alle har fri fra arbejde deromkring. Så er der rimeligt travlt. Og så slutter træningen kl. 19. Så skal vi hjem, og så holdt vi i kø på motorvejen i går. Så kommer vi først hjem sygt sent.

Interviewer: *Hvad gør I så med aftenmad?*

Elna: *Det får jeg i bilen.*

Det er dog ikke nødvendigvis dårligt at have et travlt fritidsliv, fortæller børnene. Når dagene er fyldt ud med venner, fritidsaktiviteter og et klubliv, som mange er glade for, kan det være ok at have travlt. Her er det Malthe og Elna fra 7. klasse, der fortæller om deres syn på det at have et travlt og aktivt fritidsliv:

Malthe: *Sådan der... det ville også være lidt kedeligt, hvis man slet ikke havde travlt og bare havde masser af tid og bare sad derhjemme og lavede ingenting.*

Elna: *Man ved jo, at man har travlt, fordi det er noget fedt.*

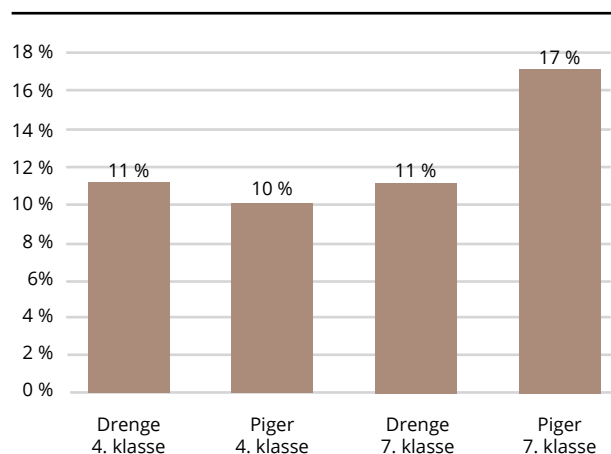
Emily, Adam og Selma, der går i 7. klasse, er enige i, at det er bedre at have et travlt fritidsliv end slet ikke at gå til noget. Det handler for dem om at få noget ud af dagen:

Emily: *Så vil jeg hellere have travlt, end at stoppe.*

Adam: *Ja. Fordi ellers så er det eneste, man laver, det er bare sådan skole, hjem, skole og have lektier og så sidde på telefonen eller lave et eller andet, whatever.*

Selma: *Du får ikke noget ud af dagen.*

Figur 4: Andel af børn, der ikke føler, at de har tid nok til at lave de ting, de har lyst til i hverdage efter skole

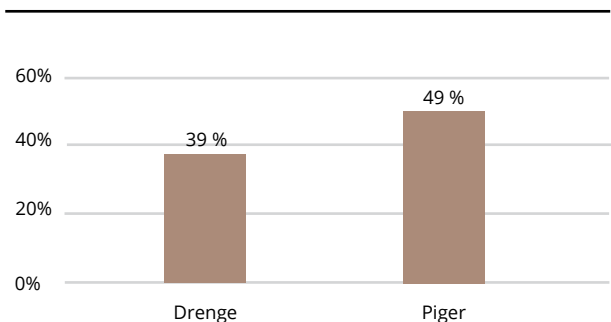


Note: Figuren er baseret på 2.099 besvarelser (1.120 i 4. klasse og 979 i 7. klasse). Figuren viser andelen, der har angivet 'Uenig/Meget uenig' på spørgsmålet "Jeg har tid nok til at lave de ting, jeg har lyst til i hverdage efter skole." Børn med anden kønsidentitet indgår ikke i figuren.

Selvom travlhed i fritidslivet er et acceptabelt vilkår for nogle børn, viser undersøgelsen samtidig, at knap halvdelen af alle piger i 7. klasse er enige eller meget enige i, at de føler sig presset af de forskellige ting, de skal nå i hverdagen. Det gælder for fire ud af ti af drengene (figur 5).

Presset består for nogle i at få det hele til at gå op, så de kan nå det, de skal. Det kan være helt lavpraktisk, som at logistikken går op, så de kan nå fra A til B. For andre handler presset om at have det, børnene oplever er det gode og attraktive fritidsliv med den rigtige fordeling mellem at se venner, dyrke sport, præstere m.v.

Figur 5: Andel af drenge og piger i 7. klasse, der føler sig presset af de forskellige ting, de skal nå i hverdagen



Note: Figuren er baseret på 979 børn i 7. klasse på spørgsmålet "Jeg føler mig presset af de forskellige ting, jeg skal nå i min hverdag (fx lektier, fritidsaktiviteter, pligter, venner)." Spørgsmålet er kun stillet til børn, der går i 7. klasse. Børn med anden kønsidentitet indgår ikke i figuren.

Der er prestige i at have et aktivt og socialt fritidsliv

Både børn i 4. og 7. klasse giver udtryk for, at der er normer for, hvordan det gode fritidsliv ser ud for børn på deres alder. Det er nemlig langt fra ligegyldigt, hvad man fylder sin tid ud med. I interviewene hører vi fx, at det er bedre at gå til en fritidsaktivitet end at "glo på sin telefon", som Mira fra 7. klasse siger det. Det er også vigtigt at være social og have venner. Sebastian fra 7. klasse fortæller:

Sebastian: *Hvis man ikke har venner, så må man være sådan lidt mærkelig, måske.*

De etablerede normer kan gøre det svært for børn, der laver noget andet end flertallet, og de kan opleve at føle sig forkerte. Det gælder fx børn, der har andre fritidsinteresser end de mest gængse, børn der er mindre sociale eller udadvendte, og børn der har et mindre aktivitetspræget fritidsliv. De oplever ofte, at de skal retfærdiggøre, hvorfor de ikke har et travlt fritidsliv; både over for vennerne og over for deres forældre, der gerne vil have, at de er mere aktive og sociale.

Line er et af flere børn, vi har talt med, der sætter pris på at have et fritidsliv med tid til at gøre det, hun har lyst til lige den dag. Også gerne tid, hvor hun er alene og ikke skal være social. Men hun oplever, at der bliver sat spørgsmålstejn ved hendes prioriteringer, bl.a. af hendes mor:

Line: *Min mor, hun er sådan "nå, hvad skal du så efter skole?" Jeg skal hjem og slappe af. Og så finder jeg på alt muligt. F.eks. kan jeg godt lide at lave krea, og så kan jeg også godt lide at læse. (...)*

Interviewer: *Og hvad er det, du oplever, din mor hun spørger ind til?*

Line: *Om jeg ikke snart skal ud at se mine venner. Men sådan, de venner, jeg kan være sammen med, og sådan de venner, jeg vil være sammen med, de har tit alt muligt andet at lave også. Jeg har altid ekstra tid.*

Interviewer: *Ja. Så du oplever egentlig, at du har meget tid til at være dig selv og være derhjemme?*

Line: *Ja, og jeg kan også virkelig godt lide at være mig selv.*

Mikkel, der går i 7. klasse, oplever, at han ofte skal argumentere for, hvorfor det er ok at prioritere alenetid frem for at være sammen med vennerne:

Mikkel: *Ja, nogle gange, hvis jeg føler, at jeg ikke har så meget tid til bare lige at være alene. Altså, jeg kan godt lide bare nogle gange at være alene.*

Noah: *Virkelig?*

Mikkel: *Ja. Han [Noah] synes, jeg er rimeligt doven.*

Interviewer: *Men er det dovent at ville være alene?*

Mikkel: *Nej, men det er, fordi nogle gange magter jeg bare ikke at være sammen. Så jeg ligger bare i min seng og stener. (...)*

Noah: *Men jeg tror, at du får rigtigt dårlig energi.*

Mikkel: *Jeg har god energi.*

Noah: *Nej, det har du ikke.*

Mikkel: *Men jeg bruger den godt. (...) Jeg lader op, når jeg er alene.*

I 2019 fandt en undersøgelse fra Børnerådet blandt unge i 9. klasse, at de fleste (57 pct.) slapper bedst af, når de er alene. En del (27 pct.) slapper bedst af med familien, og ca. hver femte (21 pct.) slapper bedst af sammen med vennerne. Undersøgelsen peger samtidig på, at der blandt unge i dag er en norm om, at fritiden skal være pakket med sociale aktiviteter, og at det ikke altid er socialt acceptabelt at have en tom kalender.⁷ Denne undersøgelse bekræfter, at børns fritidsliv i høj grad er præget af normer og forventninger, som børnene oplever at skulle leve op til. Men også, at der er stor individuel forskel på, hvad der kendetegner et godt fritidsliv for forskellige børn.

Del 1

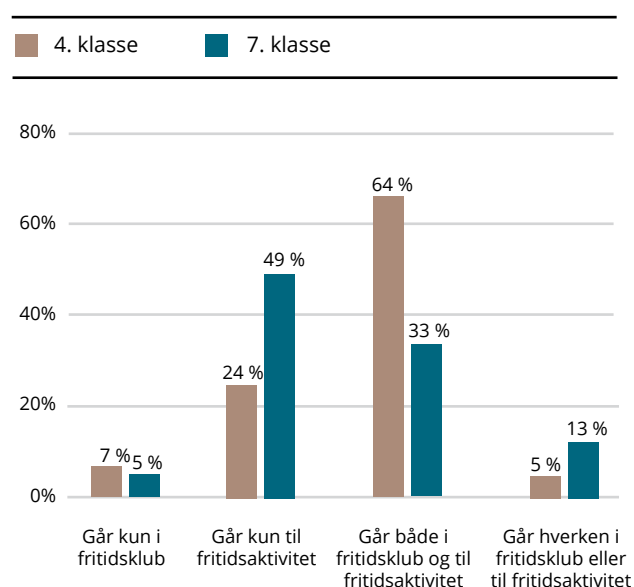
DET ORGANISEREDE FRITIDSLIV HAR BEDST TAG I DE YNGSTE BØRN

Langt de fleste børn i undersøgelsen går i klub eller til en fritidsaktivitet, og mange gør begge dele. Men jo ældre børnene bliver, jo færre af dem deltager i det organiserede fritidsliv: Mens to ud af tre børn i 4. klasse både går i klub og til fritidsaktiviteter, gælder det kun en ud af tre i 7. klasse. Årsagerne bag frafaldet er mange og sammensatte. Børnenes hverdag ændrer sig i takt med alderen, og de ældre børn efterspørger frihed, spontanitet og tid på telefonen. Også strukturelle forhold som økonomi og organisering spiller en rolle, og langt fra alle børn har lige god adgang til de fællesskaber, som det organiserede fritidsliv tilbyder.

Det organiserede fritidsliv udgør en stor del af børns frie tid. Og mange børn nyder at indgå i de fællesskaber, som voksne stiller til rådighed for dem, enten i form af fritids- og klubtilbud eller i form af forskellige fritidsaktiviteter i foreningslivet. Denne undersøgelse afdækker, at 95 pct. af børnene i 4. klasse og 87 pct. af børnene i 7. klasse enten går i en fritidsklub eller til en eller flere fritidsaktiviteter i deres fritid (figur 6). To ud af tre børn (64 pct.) i 4. klasse går både til fritidsaktiviteter og i klub; for børn i 7. klasse er det en ud af tre (33 pct.).

Der er også en gruppe børn, som hverken går i klub eller til fritidsaktiviteter, og andelen vokser, i takt med at børnene bliver ældre. Mens det i 4. klasse er 5 pct. af børnene, der hverken går i klub eller til en fritidsaktivitet, er det 13 pct. af børnene i 7. klasse. Særligt pigerne vælger de organiserede aktiviteter fra og fylder fritiden ud med noget andet: 16 pct. af pigerne og 10 pct. af drengene i 7. klasse bruger deres fritidsliv på andre ting end klubliv og fritidsaktiviteter.

Figur 6: Andelen af børn der går i fritidsklub og/eller til fritidsaktiviteter



Note: Figuren er baseret på 1.937 besvarelser (1.017 i 4. klasse og 920 i 7. klasse) på spørgsmålene "Går du i fritidsklub eller ungdomsklub efter skole?" og "Hvilke fritidsaktiviteter går du til?" Børn med anden kønsidentitet og børn, der har svaret 'Ved ikke' indgår ikke i figuren.

Børnelivet forandrer sig – de ældste værdsætter frihed og spontanitet

For mange børn er der typisk flere årsager til deres fravalg af de organiserede fritidsaktiviteter. For nogle handler det om, at det er svært at finde balancen mellem den frie og den planlagte tid. Denne gruppe børn oplever, at hverdagen er blevet så skemalagt, at de ikke længere kan lave spontane legeaftaler. Her fortæller Kristian og Tom, der går i 4. klasse, at de begge savner mere tid til at lege:

Kristian: *Det er fordi, det er også nogle gange træls, hvis man går til noget, og man så gerne vil have en legeaftale med sine venner, men så lige har glemt, at man ville gå til noget. Og så kan man ikke have en legeaftale med sine venner, fordi man skal til svømning, for eksempel.*

Tom: *Så er det lidt træls, fordi man tror, man kan have en legeaftale, og det kunne ens ven godt, og så kunne man ikke.*

Børns måde at være sammen med deres venner på ændrer sig for mange, når de kommer til udskolingsårene. Her får en del børn gradvist mere frie rammer til selv at kunne beslutte, hvem de vil være sammen med og mere kontrol over deres egen tid. Forældrene lader i højere grad børnene selv styre, hvad de har lyst til at lave i fritiden, og for en del børn er det gode fritidsliv at have muligheden for selv at kunne vælge hvornår, hvor og hvordan man kan være sammen med vennerne.⁸ Billy og Svend, der går i 7.

klasse, fortæller her om de typiske aktiviteter, de laver sammen med vennerne efter skole:

Billy: *Vi mødes mere i [navn på center] eller går ud og spiller fodbold sammen eller tager op og spiser noget mad og en kebab.*

Svend: *Tager til byen sammen.*

Sebastian og Elvira fra 7. klasse beskriver her, at spontanitet og frihed betyder meget for deres oplevelse af at have et godt fritidsliv:

Sebastian: *Når man har nogle venner, man er sammen med, og man laver det, man selv gerne vil, og man ikke skal blive presset til noget. (...)*

Elvira: *Venner og sport. Og så at man har tid til at slappe af. Og selv kan bestemme meget, hvad man vil. Sådan, "Nu tager jeg lige op i byen og bare lige kigger" og sådan noget.*

Ønsket om frihed og tid til spontane aftaler står i kontrast til, hvordan nogle børn oplever fritidslivet. Flere fortæller, at skoledagene blive længere på mellemtrinet og i udskolingen, og at lektier og forpligtelser, fx i hjemmet, fylder mere, jo ældre de bliver. Nogle børn oplever også, at deres fritidsaktiviteter begynder at kræve et større og hyppigere fremmøde, ligesom en række børn begynder at få et fritidsjob, når de fylder 13 år. Det påvirker deres muligheder for at være spontane og for frit at kunne vælge, hvad de har lyst til at lave, når skoledagen er forbi.



BØRN SØGER HEN, HVOR VENNERNE ER

Det er en gennemgående konklusion i undersøgelsen, at børns venskaber og relationer er helt afgørende for, hvordan de ønsker at bruge deres fritid, herunder på organiserede fritidsaktiviteter og fritidsklub. At kunne bruge tid sammen med gode venner er både en drivkraft – og en barriere – for, at børn er aktive deltagere i fritidslivets forskellige arenaer.

Vi uddyber betydningen af sociale relationer i del II og III.

Ulighed i fritidslivet

For nogle børn betyder forhold som økonomi og afstand, at de ikke kan hænge ud spontant eller tage ind til byen for fx at spise eller shoppe sammen med deres venner. Det fortæller børnene i både spørgeskemaundersøgelsen og i de gennemførte interviews. I denne undersøgelse hører vi også fra børn, der er stoppet i deres fritidsklub, fordi deres forældre ikke længere havde råd til at betale. Børn, der går i klubtilbud, hvor der er egenbetaling, kan også opleve at føle sig udenfor, hvis de ikke har fået penge på deres klubkort eller ikke har flere penge at bruge. Det kan betyde, at de ikke har råd til at købe mad eller snacks om eftermiddagen viser en undersøgelse foretaget af Red Barnet.⁹ Selvom kommunerne tilbyder tilskud og fripladsordninger til økonomisk svage familier, er det ikke alle kommuner, der yder tilskud til fx betaling af mad eller udgifter til materialer.

Økonomi er også en faktor for børns muligheder for at gå til fritidsaktiviteter. En undersøgelse fra 2024 viser, at i to ud af tre økonomisk trængte børnefamilier, har børnene måttet undlade at gå til faste fritidsaktiviteter, fordi familien ikke havde råd.¹⁰ Flere børn giver i denne undersøgelse udtryk for, at familiens økonomi er en barriere for, at de kan gå til de fritidsaktiviteter, de ønsker. Nogle kan komme afsted, hvis de selv bidrager økonomisk, fx ved at få et fritidsjob, der kan dække alle eller dele af udgifterne.

Ud over familiens personlige økonomi har kommunernes budgetter og prioriteringer af fritidsområdet også markant betydning for børns

muligheder for at kunne finde relevante og tilgængelige fritids- og klubtilbud i deres nærområde. Nogle af de børn, vi har talt med, mærker kommunens besparelser i form af færre tilgængelige tilbud og lukninger i deres nærområde:

Filippa: *Der er ret mange ting, der lukker ned i [navn på by] lige for tiden.*

Interviewer: *Nå, okay. Hvad er det for nogle ting, der ellers lukker ned?*

Filippa: *Øh, sådan fritidsaktiviteter for det meste.*

Interviewer: *Okay. Så der er meget for jeres aldersgruppe, der bliver stoppet?*

Asta: *Ja, også for andre kommuner, ved jeg. Fordi de skal jo spare penge og skoler og sådan noget ... De lukker tit ting ned.*

Øvrige forhold der kan skabe ulighed i børns fritidsliv er forældrenes regler og rammer - fx regler om, hvor længe man må være ude, om man selv må gå hjem fra skole, og hvor meget man må være på skærmen, herunder brug af sociale medier. Børn, der bor på skift mellem forældre, er også en gruppe, der kan opleve det særligt svært at skabe sammenhæng i fritidslivet, fx hvis forældrene bor langt fra hinanden, eller hvis de har forskellige regler eller aftaler om huslige pligter mv.¹¹



BØRN HAR IKKE LIGE MULIGHEDER FOR AT DELTAGE I FRITIDSLIVET

Børn i Danmark har ikke de samme muligheder for et aktivt, varieret og socialt fritidsliv.

En række undersøgelser viser, at der er en social slagside, når det gælder deltagelse i fritidslivet, og at bl.a. børn, der er anbragt, børn med et handicap, børn af forældre med anden etnisk herkomst og børn af forældre med en lav socioøkonomisk position har dårligere betingelser for deltagelse i fritidslivet. Vi ved også, at børn, der modtager sociale støtteforanstaltninger, deltager mindre i både organiserede og uorganiserede aktiviteter end ressourcestærke børn. Fx er der færre, der jævnligt læser bøger, og flere, der mangler venskaber og relationer. Uligheden knytter sig til flere faktorer, bl.a. forældrenes manglende økonomiske ressourcer og manglende kendskab til foreningslivet. En barriere kan også være kriminalitet og utryghed i nærområdet, der kan være med til at begrænse børnenes bevægefrihed i fritiden pga. deres egen eller forældrenes frygt. Også stigmatisering af især overvægtige børn kan være en barriere for at deltage i idrætsforeninger. Børn kan ligeledes opleve at blive ekskluderet fra online fællesskaber med andre børn, hvis familien fx ikke har råd til, at barnet får telefon.

I forhold til sport og motion er der dog også undersøgelser, der peger på, at børn fra familier med en lav socioøkonomisk position godt nok er mindre aktive i organiseret sport, men at de overordnet set ikke er mindre fysisk aktive. Det skyldes bl.a., at børn er aktive i andre arenaer, fx i skolen, SFO, klubben og på legepladser, hvor familiebaggrund spiller en mindre rolle for aktiviteterne.¹²



DEL 2

BØRNS BRUG AF FRITIDS- OG KLUBTILBUD



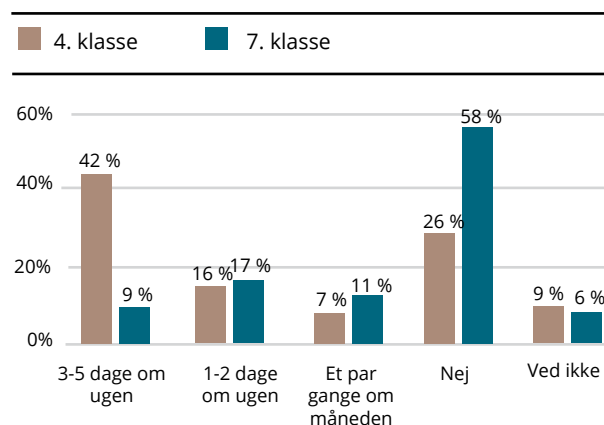
Del 2

DET GODE KLUBLIV ER VENSKAB, LEG OG FORDYBELSE

Landets fritids- og klubtilbud spiller en vigtig rolle i at sikre alle børn et trygt sted at være efter skole, og samtidig er de en vigtig ramme om børns fællesskaber. Mere end otte ud af ti børn, der går i fritids- eller klubtilbud, svarer, at de er glade for at gå i klub. For børnene er den gode klub et sted med nærværende voksne, der lytter, og et varieret udvalg af aktiviteter, som de kan fordybe sig i sammen med gode venner. Det er også vigtigt for børnene, at de føler sig hørt og inddraget i klubbens hverdag og organisering.

Når skoledagen slutter, og klassefællesskabet siger "tak for i dag", slår SFO-, fritids- og klubtilbuddene dørene op og tager imod landets børn og unge. For mange børn er fritidsklubben en stor og vigtig del af deres fritidsliv efter skole. Det er her, de mødes med deres venner, hygger sig, spiller stikbold, drikker te, laver krea, gamer eller får en god snak med en klubpædagog.

Figur 7: Fordelingen af, hvorvidt og hvor ofte børn i 4. og 7. klasse går i fritids- eller ungdomsklub



Note: Figuren er baseret på 2.125 besvarelser (1.126 i 4. klasse og 999 i 7. klasse) på spørgsmålet "Går du i fritids- eller ungdomsklub efter skole? En fritids- eller ungdomsklub er et sted, man kan være efter skole og lave forskellige aktiviteter. Klubben er typisk fra 4. klasse og ældre."








I spørgeskemaundersøgelsen angiver 64 pct. af børnene i 4. klasse og 36 pct. af børnene i 7. klasse, at de går i en fritids- eller ungdomsklub efter skole. De fleste børn benytter deres fritids- eller klubtilbud flere gange om ugen (figur 7). Hvor ofte børnene bruger klubben, afhænger bl.a. af tilbuddets åbningstider. Mens nogle klubber har åbent dagligt, fx efter skole, har andre åbent om aftenen eller på udvalgte dage.

FRITIDS- OG KLUBTILBUD I DANMARK

RAMMER OG LOVGIVNING

Formålet med landets klubtilbud er ifølge Børne- og Undervisningsministeriet at "skabe aktiviteter og samværsformer, der fremmer den enkelte unges alsidige udvikling, selvstændighed og forståelse for demokrati". Samtidig skal kommunerne sikre tilbud til alle kommunens børn og unge, herunder de "svage og udsatte grupper".¹³

Landets kommuner kan oprette og drive fritids- og klubtilbud på fire lovgrundlag. Derudover kan private foreninger drive klubber efter folkeoplysningsloven. De forskellige lovgrundlag har bl.a. betydning for de lovgivningsmæssige formål og bestemmelser (fx indholds krav), som tilbuddene skal opfylde, herunder kvalitetsparametre og satser for forældrebetaling.¹⁴

-  Skolefritidsordning (SFO) drives i henhold til folkeskoleloven (0.-3. klasse)
-  SFO 2 drives i henhold til folkeskoleloven (4.-6. klasse)
-  SFO 3 drives i henhold til folkeskoleloven (7.-9. klasse)
-  Fritidshjem drives i henhold til dagtilbudsloven (0.-3. klasse)
-  Fritidsklub drives i henhold til dagtilbudsloven (4.-6. klasse)
-  Juniorklub drives i henhold til ungdomsskoleloven (4.-6. klasse)
-  Ungdomsklub drives i henhold til enten dagtilbudsloven, ungdomsskoleloven, folkeoplysningsloven eller serviceloven (7.-9. klasse).

STORE KOMMUNALE FORSKELLE

De forskellige lovgrundlag betyder, at der er stor variation mellem kommunerne, både i antallet og tilgængeligheden af tilbud, deres størrelse, aldersmålgruppe, forældrebetaling, indhold samt ledelsesvilkår.¹⁵ Der er også store forskelle i den rolle, som fritidsklubben spiller i lokalsamfundet og i tilslutningen til klubberne: Klubber med få kilometers afstand eller klubber i hhv. byer og landområder kan have vidt forskellig tiltrækningskraft på områdets børn og unge – og dermed også forskellig betydning for samarbejdet mellem skole, hjem og kommune.

Vidensgrundlaget om kommunernes udbud af fritids- og klubtilbud er generelt mangelfuldt, hvilket bl.a. skyldes den differentierede lovgivning på området. Det samme er muligheden for at indhente detaljeret viden om, hvilke børn og unge der bruger fritidsklubberne. I 2020 viste en kortlægning fra KL, at der er store geografiske forskelle i udbuddet, og at 20 pct. af landets kommuner ikke har kommunale fritidstilbud til børn og unge i udskolingsalderen.¹⁶

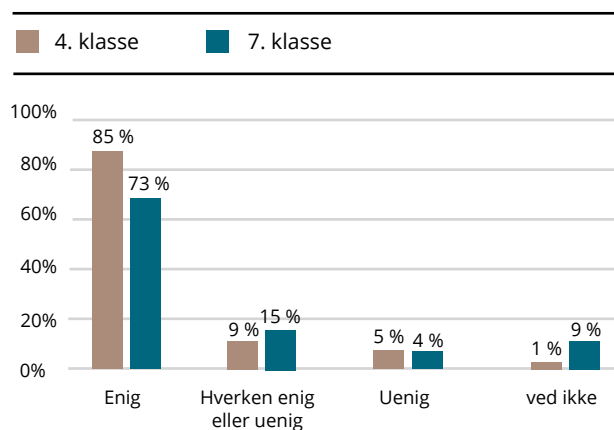
DEFINITION OG AFGRÆNSNING

Det primære datagrundlag i denne rapport er børn i 4. og 7. klasse, og derfor er rapportens fokus afgrænset til at omhandle fritidsklubber og juniorklubber og ikke fx ungdomsskoler, hvor målgruppen typisk er 14-18 år. Der kan dog være kommunale forskelle, der betyder, at nogle børn i undersøgelsen går i et klubtilbud målrettet unge og fx drives efter ungdomsskoleloven.

De fleste børn er glade for at gå i klub

Størstedelen af de børn, der går i et fritids- eller klubtilbud, er glade for deres klub. 85 pct. af børnene i 4. klasse svarer i undersøgelsen, at de er enige eller meget enige i, at de er glade for at komme i klubben, mens det gælder 73 pct. af børnene i 7. klasse (figur 8). Resultaterne matcher en undersøgelse blandt forældre, hvor 85 pct. af forældrene til et barn på mellemtrinnet og 81 pct. af forældrene til et barn i udskoling angiver, at deres barn er glad for at komme i sit fritids- eller klubtilbud.¹⁷

Figur 8: Andelen af børn, der er enige/uenige i, at de er glade for at komme i klubben



Note: Figuren er baseret på 1.082 besvarelser (725 i 4. klasse og 357 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvor enig eller uenig er du i følgende sætning om at gå i klub? - Jeg er glad for at komme i klubben". Spørgsmålet er kun stillet til børn, der har angivet at gå i klub minimum et par gange om måneden.

Fra 4. klasse skifter børn fra SFO til et klubtilbud (juniorklub/fritidsklub). Og navnlig børn i 4. klasse udtrykker i interviewene stor begejstring over at være begyndt i klub. Børnene fremhæver, at det bedste ved at begynde i klub er, at der er et større udvalg af aktiviteter, at de får mere frihed, og at hverdagen er præget af færre regler, end de hidtil har oplevet i SFO'en. Her fortæller en gruppe børn i 4. klasse om oplevelsen af at skifte fra SFO til klub:

Gustav: *Klub er bedre.*

Alma: *Fordi i SFO, der skal man være ude hele tiden, indtil klokken tre eller to - et eller andet. Og i klub, der må man bare selv bestemme, om man er ude eller inde. (...)*

Jonathan: *Og man må spille i klubben.*

Thilde: *I SFO'en var der mange flere regler.*

I undersøgelsen svarer 5 pct. af børnene, at de ikke er glade for at være i klubben. Det skyldes forskellige forhold - bl.a. at de keder sig, eller at de savner venner at være sammen med. For enkelte børn skyldes utilfredsheden, at de ikke oplever at have indflydelse på beslutningen om at gå i klub. Sådant er det for Alfred, der går i 4. klasse. Han fortæller, at det er hans far, der har besluttet, at han skal gå i klub, mens han selv ville foretrække at kunne tage hjem efter skole:

Alfred: *Det er mere min far, der har brug for, at jeg er i klub. Det er jeg jo for ikke at være alene hjemme.*

Interviewer: *Hvad betyder det der med, at han har brug for det?*

Alfred: *Fx, han arbejder i en anden by. Plus, hvis jeg bare tager hjem efter skole, så går der også to-tre timer, før han er hjemme.*

Interviewer: *Så du skal have et sted, hvor du kan være, indtil far har fri fra arbejde.*

I fritidsklubben er der plads til at være, udforske og lege

I fritidsklubberne kan børn være sammen på andre præmisser, end de fx kender det fra skolen, og de kan frit færdes ind og ud af forskellige interessefællesskaber alt efter lyst.

Signe, Tea og Katrine fra 4. klasse sætter her ord på forskellen på skolelivet og klublivet:

Interviewer: *Hvad er egentlig den største forskel på at gå i skole og i klub?*

Signe: *I klubben skal man ikke lave opgaver.*

Tea: *I klubben kan man slappe af.*

Katrine: *Ja, i klubben kan man egentlig bare gøre, hvad man har lyst til, ud over hvis det er noget, der er farligt.*

Flere børn i 4. klasse fremhæver også, at det at kunne lege uforstyrret er en stor kvalitet ved klublivet. I skolen er der en fast struktur med lektioner og pauser, mens legen i klubben kan dyrkes under friere rammer. Det fortæller Malou fra 4. klasse:

Malou: *Jeg synes, at det er meget fedt, hvis man leger en leg, som godt kan vare lidt lang tid, så bliver man ikke sådan afbrudt i den, medmindre man bliver hentet. Man bliver ikke afbrudt sådan hver halve time, fordi man skal ind til time eller sådan noget.*

Børnenes frie legetid og sociale samvær understøttes af klubbens udbud af aktiviteter. Hver klub har sine egne unikke tilbud om alt fra bevægelse til gaming, madlavning, natur- og kulturoplevelser. Netop det at kunne samles om og fordybe sig i interesser og aktiviteter sammen med gode venner og voksne i klubben fremhæves af mange børn i interviewene som det bedste ved klublivet. Her fortæller en gruppe piger i 4. klasse om, hvad de laver i klubben:

Malou: *Altså lige for tiden, der laver vi sådan nogle gange massage og sådan noget. Det er også ret sjovt. Og så synes jeg også, det er ret fedt, at man også kan hækle og lave ting med garn.*

Frida: *Og man kan lave negle og alt muligt.*

Victoria: *Og hår.*

Julie: *Det er også ret sjovt og hyggeligt bare nogle gange at spille et spil, for eksempel, eller bare sådan snakke og lege.*

Landets fritids- og klubtilbud bliver ofte fremhævet positivt for at kunne tilbyde børn og unge et trygt, inkluderende og præstationsfrit miljø. Et miljø, der kan opleves som et frirum i hverdagslivet – særligt for børn, der har det svært, eller som mistrives i skolen eller hjemme.¹⁸ Den frie og selvorganiserede hverdag i fritidsklubberne kan dog være en udfordring for børn, der ikke oplever at være en del af et trygt fællesskab. Sociale udfordringer og konflikter er en del af børns liv, og de frie rammer i klubberne kan gøre det vanskeligt for børn, der står udenfor fællesskabet, hvis de ikke får hjælp og støtte af klubbens voksne til at finde en plads. Forskning om frikvarterer i skolen peger fx på, at nogle børn kan komme i klemme, hvis intentionen om fri legetid medfører, at de voksne helt overlader fællesskabsdannelsen til børnene selv.¹⁹

Fællesskaber og relationer fastholder børn i klubberne

Børns opfattelse af at gå i klub varierer meget fra skole til skole og mellem forskellige børnegrupper. Interviewene afslører, at der hurtigt kan opstå positive eller negative fortællinger om at gå i klub, fx på en årgang eller i en vennegruppe. Og det smitter af på, hvordan andre børn

forholder sig til ønsket om at bruge klubben. Luna, Alex og Rebecca fra 4. klasse går fx på en skole, hvor der er en udbredt fælles forståelse af, at klubben er et attraktivt sted at være og et sted, man selvfølgelig kommer:

- Interviewer:** *Jeg kan forstå, at det er normalt her på skolen, at man går i klubben?*
- Luna:** *Ja, jeg går også i klubben.*
- Alex:** *Man går i klubben – det gør man bare.*
- Rebecca:** *Lige så snart man har fri. Så det første, man gør, det er jo at gå herover, og så er man ligesom i klubben. (...)*
- Luna:** *Det er jo også lidt forventet, at man er i klubben. Det er ikke, fordi man skal være der, men det er bare sådan – der er ingen grund til ikke at være her, fordi man kan lave alt.*

Undersøgelsen afdækker, at børns trivsel og glæde ved at gå i fritidsklub er knyttet tæt sammen med oplevelsen af at have det rart og sjovt med andre i klubben. Børnene spejler sig i høj grad i deres venners valg og de kommer i klubben, hvis kammeraterne er der. Her er det Alfred og Aksel fra 4. klasse, der fortæller, hvad det ville betyde for deres deltagelse i klubben, hvis deres venner ikke længere kom:

- Interviewer:** *Hvad nu, hvis I var de eneste, og alle de andre i klassen ikke kom? Ville det betyde noget?*
- Alfred:** *Så havde jeg heller ikke gået i klubben.*
- Aksel:** *Så havde jeg heller ikke.*

Interviewer: *Nej, så hvad er det, det gør for en, at man er mange, der går der?*

Aksel: *At så har man flere at lege med. (...)*

Alfred: *Flere chancer for at lave noget.*

Aksel: *Eller jo, hvis der ikke var nogen fra min klasse, så havde jeg stadig været der, fordi jeg spiller også fodbold med nogle andre.*

Alfred: *Men hvis der slet ikke var nogen, kun mig og ham – Aksel – så havde vi ikke været der.*

Klubtilbuddene kan både understøtte de etablerede fællesskaber i klassen og skolen og samtidig være et sted, hvor børn kan møde nye venner. I større kommunale klubtilbud, der dækker flere skoler, kan børn også fastholde kontakten til venner, der fx har skiftet skole, eller mødes med nogen de kender igennem deres fritidsaktiviteter. Det genkender Line fra 7. klasse:

Line: *Hende der min veninde, vi ser ikke rigtigt hinanden så tit uden for det [klubben]. Så det er derovre, vi er sammen. Og det er én gang om ugen, så vi glæder os selvfølgelig til det. Det er ærgerligt, hvis vi ikke kan komme.*

Betydningen af sociale relationer og fællesskaber for det gode klubliv er veldokumenteret i både faglitteraturen og en række undersøgelser blandt børn, ledere og klubmedarbejdere.²⁰ Litteraturen fremhæver bl.a., at børn i klubben kan deltage i interessebaserede fællesskaber, der tager udgangspunkt i klubbens aktiviteter. Her fortæller Peter fra 4. klasse, at han er begyndt at game, fordi flere af drengene i klubben har den interesse:

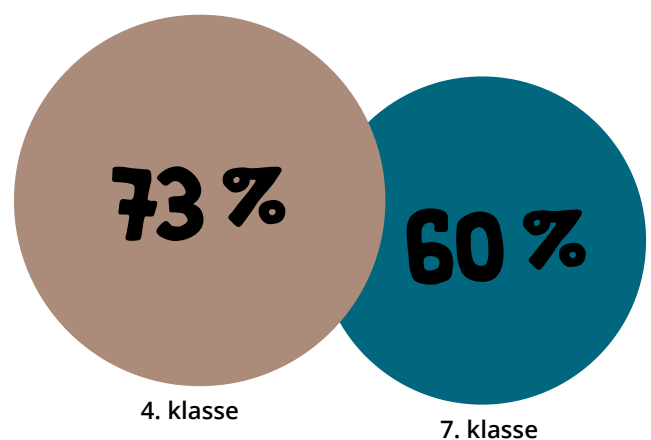
Peter:

Jeg plejede bare tit at spille PlayStation, men nu begynder jeg faktisk at spille computer, fordi nu er der et spil, som alle drengene faktisk virkelig godt kan lide. Og nu synes jeg, at nu vil jeg også gøre noget, som de også gør. Nu synes jeg faktisk også, at det er virkelig sjovt.

Tilslutningen til landets klubtilbud er generelt faldende, særligt blandt de ældre klassetrin, og det kan sætte klubbens fællesskaber under pres. I spørgeskemaundersøgelsen angiver 73 pct. af børnene i 4. klasse og 60 pct. af børnene i 7. klasse, at det er nemt at finde nogen at være sammen med i klubben (figur 9). Resultaterne viser, at selvom størstedelen af børnene oplever, at det er nemt at finde venner, er der også en gruppe børn, som oplever, at det kan være svært. Der er signifikant færre piger i 7. klasse, der synes, at det er nemt at finde nogen at være sammen med. Her angiver 49 pct., at det er nemt at finde venner, mens 70 pct. af drengene svarer det samme.

I interviewene, og i de åbne besvarelser i spørgeskemaet, fortæller børnene, at manglende relationer, drilleri og mobning er faktorer, der påvirker deres trivsel og lyst til at være i klubben.²¹

Figur 9: Andel af børn, der oplever, at det er nemt at finde nogen at være sammen med i klubben



Note: Figuren er baseret på 1.082 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (725 i 4. klasse og 357 i 7. klasse) på spørgsmålet "Er det nemt at finde nogen at være sammen med i klubben?" Spørgsmålet er kun stillet til børn, der har angivet at gå i klub minimum et par gange om måneden.






” Altså min faster, hun arbejder ved både fritidsklub og ungdomsklub. Og de har et kæmpe område, hvor de har mulighed for meget. Og folk, de kommer bare, de føler sig trygge der, de kan være der, hvis de fx ikke lige har lyst til at være derhjemme. Også mange af de unge, hvor de bare sidder og hygger, også de voksne, de snakker med dem, og så er der sådan lidt mad, de kan købe, og der er mulighed for, at de kan være udenfor og spille noget fodbold.”

**ASTA FRA 7. KLASSE
OM DET IDEELLE KLUBTILBUD.**

FORSKNINGSINDBLIK:

SÅDAN KAN DE PÆDAGOGISKE KLUBTILBUD STYRKE BØRN OG UNGES TRIVSEL

At gå i fritidsklub kan have en positiv indvirkning på alle børns trivsel; men særligt børn og unge, der står på kanten af fællesskabet, eller som har brug for socialpædagogisk støtte, kan have gavn af at deltage i et klubtilbud. En forskningsoversigt fra DPU har gennemgået den internationale litteratur med fokus på, hvilken viden der haves om fritids- og ungdomsklubbernes betydning for børn og unges trivsel. Forskningskortlægningen fremhæver fem forhold, hvor fritids- og ungdomsklubber kan styrke børn og unges trivsel og udvikling:

-  Forebyggelse: Deltagelse i fritids- og ungdomsklubber kan medvirke til at reducere risikoadfærd, fx misbrug af alkohol og stoffer.
-  Beskyttelse: Klubberne udgør et trygt sted, hvor der altid er voksne, der skaber sikre rammer for hverdagen.
-  Forbedring: I klubberne kan man blive bedre til sport eller til at synge, spille musik eller teater, til computer osv.
-  Skolestøtte: I klubberne er der mulighed for at lave lektier sammen med andre og få hjælp fra voksne.
-  Selvudvikling og kreativitet: I klubberne er der mulighed for at udfolde sig kreativt på en række forskellige områder.

DPU's forskningskortlægning bygger primært på udenlandske studier. Forskning inden for det fritids- og ungdomspædagogiske felt er fortsat et lille forskningsfelt herhjemme, ligesom de fleste studier er kvalitative. I antologien 'Fritids- og ungdomspædagogik' findes der en række eksempler på nyere dansk forskning på området, særligt blandt de yngste børn.²²

FORTÆLLINGER OM IKKE AT TRIVES I KLUBBEN:

” Fordi jeg ikke har så mange at lege med når mine venner ikke er der. Så går jeg bare rundt alene.”

DRENG, 4. KLASSE,
DER IKKE ER GLAD FOR AT GÅ I KLUB.

” Mine venner er de steder jeg ikke kan lide så jeg har ikke rigtig nogen at være sammen med.”

PIGE, 4. KLASSE,
DER IKKE ER GLAD FOR AT GÅ I KLUB.

” Jeg bliver drillet med, at jeg burde gå i 3. klasse.”

PIGE, 4. KLASSE,
DER IKKE ER GLAD FOR AT GÅ I KLUB.

” Dem der mobbede mig går der, kan ik overskue det.”

PIGE, 7. KLASSE,
DER ER STOPPET I KLUB.

Del 2

DE VOKSNE SÆTTER RAMMERNE OM DET GODE KLUBLIV

Klubpersonalet kan hjælpe børn ind i aktiviteter og fællesskaber i fritidsklubberne, og de bidrager til, at det er rart og trygt at gå i klub. Den gode klubpædagog skal ifølge børnene være tilgængelig, imødekommende og ikke skælde for meget ud. Og så understreger mange børn vigtigheden af, at de selv er med til at bestemme, hvad de laver i klubben. Manglende medbestemmelse og fleksibilitet er en af flere grunde til, at de ældste børn falder fra, fortæller de selv.

Personalet i fritidsklubberne har stor betydning for, at det er rart, sjovt og trygt at bruge sin fritid i klubben. Det viser de interviews, som Børns Vilkår har gennemført med børn rundt om i landet. De voksne beskrives af børnene som "søde" og som nogle, der gerne vil lege og deltage i aktiviteter som fodbold, spil eller madlavning. De voksne kan også træde til, hvis børnene ikke har nogen at være sammen med i klubben. Her fortæller Mathias, Jacob og William fra 7. klasse om deres forhold til de voksne i fritidsklubben:

Mathias: *I min klub, der er de faktisk virkelig søde og sjove, og så nogle gange er de med til en fodboldkamp og sådan noget. Og ja, det er meget fedt.*

Jacob: *Også når man – hvis man nu er der, og alle ens venner er gået hjem, så kan man altid spille kortspil med dem og sådan noget. Så det er også meget fedt.*

William: *Vores pædagog, han var sådan altid aktiv. Der var en, som altid var aktiv.*

Det pædagogiske personale udfylder mange vigtige roller i klubtilbuddene. De er fx med til at opstarte og drive aktiviteter, og de yder omsorg, støtter og vejleder. En vigtig del af det pædagogiske arbejde i fritidstilbuddene består i at opbygge relationer til børnene, at lytte til og inddrage dem samt støtte op om børnenes relationer til hinanden.²³ Her fortæller Asta fra 7. klasse om sin oplevelse med at have voksne i klubben, der lytter:

Asta: *Altså, vi havde på den gamle skole, der havde vi en klub, der hørte med til skolen, og der havde vi to piger, damer, der i hvert fald spurgte meget ind til sådan, hvordan dagen havde været, og hvordan det var derhjemme og sådan noget.*

For at kunne opbygge fortrolighed til personalet, er det vigtigt, at alle børn oplever at have mindst én voksen, som de er glade for og svinger godt med i klubben. Og det er i høj grad tilfældet for de børn, der angiver at gå i klub i spørgeskemaundersøgelsen. Her angiver otte ud af ti børn,

at de kan lide mindst én voksen i deres klubtilbud. Lidt flere børn i 7. klasse (10 pct.) angiver, at der ikke er en voksen i klubben, som de kan lide. I 4. klasse er det 3 pct. Stabilitet blandt personalet er en faktor, der er afgørende for, at børnene kan nå at lære en voksen at kende og få opbygget en tryk relation. Nogle børn har erfaring med, at deres yndlingsvoksen er stoppet, eller at der er stor udskiftning blandt personalet, og det smitter af på deres syn på klubben. Her fortæller en gruppe børn fra 7. klasse om udskiftning i klubpersonalet:

Silje: *Ja, jeg tror, han [klubpædagog] var ret god til at være sammen med de der sportspersoner. Og så stoppede han, og så tror jeg også, at der var ret mange, der også stoppede, fordi han var sådan den person, de godt kunne lide at være sammen med.*

Selma: *Jeg savner [klubpædagog]. Han var så sød.*

Johanne: *Ja, det gør jeg også.*

Silje: *Alle de gode, de stoppede bare.*

Sander: *Ja, de stoppede bare, og sådan hver gang, der kom en god ny, så stoppede der en anden god en.*

I interviewene fremhæver børnene, hvilke kvaliteter der kendetegner en god og en mindre god klubpædagog i deres øjne. De fortæller, at en god klubpædagog er oprigtig, giver udtryk for at kunne lide børnene og sit arbejde og husker at se og møde børnene individuelt. De voksne skal

også være tilgængelige rundt omkring i klubben. Og så fremhæver flere børn, at de voksne altid skal være klar til at hjælpe og ikke komme med for mange formaninger eller skældud. Her er det Selma, Johanne og Adam fra 7. klasse, der fortæller:

Selma: *En god klubpædagog vil gerne lave ting med en og er sådan glad, hvor man ikke føler, at de ikke gider være der. Spørger ind til en, husker en, siger hej til en. Og sådan kan være med til sådan – ikke kun, hvor man sidder stille og snakker, men også sådan måske spille et eller andet eller i gymnastiksalen eller sådan noget.*

Interviewer: *Og hvad så med en dårlig klubpædagog?*

Johanne: *Sådan, orker ikke rigtigt at være sammen med børnene. (...)*

Adam: *At de kun er ved sådan det der kreasted, eller at de bare bliver et sted, agtigt. Hvis du gerne vil have et eller andet bold-noget, så siger de, at de kommer lige om lidt, men så kommer de sådan efter et kvarter, tyve minutter. (...)*

Johanne: *Altså jeg stoppede, fordi dem nede i klubben – jeg føler, at dem, der var der, de var sådan sygt sure. (...) Man kunne også blive smidt ud, hvis man et eller andet – havde væltet noget sukker. "Du skal ud af klubben nu".*

” Og så kan jeg huske på et tidspunkt, da mig og mine veninder vi prøvede at lede efter en voksen, fordi vi gerne ville spille et spil, så gik vi virkelig mange gange frem og tilbage. Vi kunne ikke finde en, og så legede vi i stedet for, fordi vi lidt opgav, og så da vi kom tilbage en halv time efter, så var der en voksen.”

79%

AF BØRNENE OPLEVER, AT DER ER EN KLUBPÆDAGOG, DE KAN LIDE, I DERES KLUB

Baseret på 1.082 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse, der går i klub, på spørgsmålet om, hvor enige eller uenige de er i: Der er mindst én voksen i klubben, som jeg godt kan lide.”

DET PÆDAGOGISKE ARBEJDES BETYDNING FOR KVALITETEN I FRITIDSKLUBBERNE

Klubpersonalet spiller en central rolle i at understøtte børns trivsel og fællesskaber. Ifølge en undersøgelse om indhold og kvalitet i fritids- og klubtilbud kan personalet via et aktivt relations- og inklusionsarbejde bl.a. bidrage til at reducere sociale uligheder og marginalisering og understøtte, at børn og unge opbygger ressourcer og bliver aktive deltagere i andre dele af samfundslivet. Samtidig bidrager ledelse og pædagogisk personale ved at udføre opsøgende socialt arbejde, opspore mistrivsel og indgå i det tværfaglige samarbejde mellem skole, kommune og hjem.²⁴

Klubberne kan være en øvebane ind i voksenlivet

Flere børn lægger i interviewene vægt på, at det er vigtigt, at fritidsklubberne er tilgængelige og fleksible, og at de fx tilbyder aftenåbent. Et fleksibelt klubtilbud, hvor man kan komme og gå, som det passer en, gør det nemmere for børn at balancere deres mange fritidsinteresser og de fællesskaber, der går på tværs af flere arenaer. Børnene fremhæver også, hvor vigtigt det er, at de bliver mødt med høje og positive forventninger af klubpersonalet. De vil ses som ansvarlige og selv kunne igangsætte de aktiviteter, som de er interesserede i. Frihed og mulighed for at kunne bevæge sig rundt, som det passer en, fremhæves også som et positivt træk ved et klubtilbud. Her fortæller en gruppe børn i 4. klasse om den større frihed, de har fået, efter at de er skiftet fra SFO'en til et klubtilbud:

Rebecca: *Da vi gik i [tilbud 0.-3. klasse], så skulle vi spørge om lov, før vi måtte gå ned i kælderen. Men nu må man – ikke i frikvartererne, men sådan, man går bare i kælderen, når man har lyst.*

Interviewer: *Og hvad er det, man kan lave i kælderen?*

Luna: *Det er bare hyggeligt.*

Rebecca: *Ja, og så er der sådan en leg, man kan lege – hvis man sidder stille i lidt tid, så er det, lyset slukker.*

Mille: *Og så skal man prøve at bevæge sig fra en ende til den anden ende, uden at de der sensorer opdager en.*

Interviewer: *Ahh. Ninja.*

Mille: *Ja, så man står sådan i virkelig, virkelig lang tid.*

Interviewer: *Okay, så I skal ikke spørge voksne om lov til, hvor I vil være?*

Alex: *Nej!*

Når børnene får større frihed og medindflydelse på, *hvornår* de vil deltage i klubben, hvor *ofte* og i *hvilke* aktiviteter, er klubben med til at sikre en tryk øvebane ind i voksenlivet, hvor børn lærer at handle selvstændigt, træffe individuelle beslutninger og prioritere egen tid. Det gør klubberne til en helt unik og vigtig del af et børne- og ungdomsliv.²⁵

Her fortæller Jacob fra 7. klasse om den fleksibilitet ved klublivet, han sætter pris på i sit liv:

Jacob: *Jeg kan godt selv bestemme, hvornår jeg vil være der. Nogle gange er jeg der måske 0 gange om ugen. Og så kan det være, at jeg er der 4-5 gange.*

William, der går i 7. klasse, fortæller, at han egentlig ikke kommer så ofte i sit klubtilbud længere. Men klubben har en aktivitet hver onsdag, hvor man spiser sammen og dyrker bl.a. vandsport. Det tiltrækker ham og får ham til at fastholde sit tilhørsforhold til klubben:

William: *Men vi har også noget om onsdagen, hvor vi kommer derned – jeg tror, det er kl. 17, og så kan man spise der, og så laver vi noget andet. Fx ude på båden, fordi vi har sådan en speedbåd, så kan man være ude og stå på vandski og sådan noget.*

Interviewer: *Så du går i princippet ikke i klub efter skole. Men nogle gange om aftenen?*

William: *Ja, onsdag.*

Manglende fleksibilitet eller for mange regler ser især ud til at påvirke de ældre børns lyst til at komme i klubben. Vi har bl.a. talt med Sif fra 7. klasse, der er en af de mange børn, der har valgt at stoppe i sin fritidsklub. For Sif var det en kombination af, at klubbens aktiviteter ikke var spændende nok, at der var færre at være sammen med, og at der var mange faste regler, bl.a. for hvornår man måtte spise:

Sif: *Jeg føler i hvert fald, at på min gamle skole var klub virkelig kedeligt. Og der var ikke så mange, der tog derover. Det var lidt hyggeligere at tage hjem til en veninde og så bare lave noget der. Fordi jeg føler – på en måde var vores klub, det var sådan – det var meget bestemt sådan, at på det her tidspunkt spiser vi. Men man havde ikke helt sådan ... så lang snor.*

En undersøgelse foretaget af Danmarks Evalueringsinstitut i 2023 viser, at 87 pct. af lederne af klub- og fritidstilbud oplever, at de lykkes med at sikre, at børn og unge har fri tid, som de selv bestemmer over. Men undersøgelsen peger også på, at der er et uudnyttet potentiale i at styrke børns medbestemmelse i forhold til tilbuddenes organisering, fx hvilke aktiviteter der tilbydes. Blot 30 pct. af lederne oplever, at de i høj grad har mulighed for at skabe et tilbud, hvor børn og unge selv er med til at bestemme, hvad der skal foregå i tilbuddet. 11 pct. af lederne svarer, at det i mindre grad kan lade sig gøre.²⁶

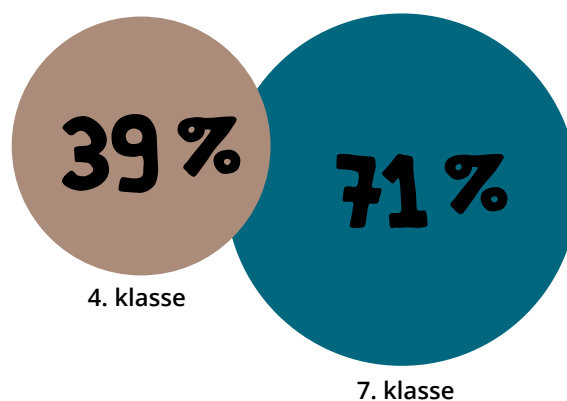
Del 2

SKÆRMBRUG I KLUBBEN SPLITTER BØRNENE

Børnene i undersøgelsen har meget forskellige erfaringer med at bruge skærme i deres fritids- og klubtilbud, og ligesom de voksne er de også uenige om, hvor meget skærmen skal fylde i klubben. Det er mere almindeligt i 7. klasse end i 4. klasse at måtte bruge sin telefon, mens man er i klub. Mange klubber tilbyder også digitale aktiviteter som gaming eller spilcafé.

Mange klubber står netop nu i diskussionen om, hvor stor en rolle telefoner og digitale aktiviteter skal spille i de pædagogiske klubtilbud.²⁷ I en undersøgelse blandt klubledere angiver 62 pct. af landets fritids- og klubtilbud for børn på mellemtrinnet, at de har indført forbud mod brug af mobiltelefoner. Derimod er det kun 5 pct. af lederne i klubtilbud til udskolingselever, der har indført et skærmforbud. Denne forskel i skærmpolitikker ser vi afspejlet i spørgeskemaundersøgelsen: Her er fire ud af ti børn i 4. klasse enige eller meget enige i, at man i klubben må bruge sin telefon, så meget man vil (figur 10). Blandt 7. klasserne er det syv ud af ti børn, der oplever, at der er frit lejde til at bruge telefonen. Klubbernes skærmregler er således mere restriktive i klubtilbud målrettet de yngre børn.

Figur 10: Andel af børn, der angiver, at man i deres klub må bruge telefonen så meget, man vil



Note: Figuren er baseret på 1.082 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (725 i 4. klasse og 357 i 7. klasse) på spørgsmålet "I klubben må man bruge sin telefon så meget, man vil?" Spørgsmålet er kun stillet til børn, der har angivet at gå i klub minimum et par gange om måneden.

Undersøgelsen blandt klubledere viser, at 85 pct. af de klubtilbud, der har tilladt telefoner i klubben, har indført skærmregler – fx hvornår på dagen eller ugen, børnene må bruge telefonen. Det kender Nicoline, Malou og Victoria, der går i 4. klasse, fra deres klubtilbud, hvor det kun er tilladt at medbringe skærme i klubben om fredagen. Ifølge pigerne kan muligheden for at medbringe skærme sætte et præg på, hvordan børnene er sammen, og hvem de er sammen med. Det kan nemlig være svært at finde nogen at lege med, hvis man ikke selv har en skærm:

Malou: *Man har ikke så mange at lege med, når det er fredag, på grund af at alle bare har taget deres skærm med og sidder og glør ned på den.*

Nicoline: *Og hvis man har glemt sin skærm, er det også især virkelig ikke særligt sjovt.*

Malou: *Ja, jeg må for eksempel ikke tage min skærm med, og jeg har heller ikke lyst til det, fordi jeg vil også hellere lege med mine venner, og der er bare kun sådan tre, der ikke har taget deres skærm med.*

Victoria: *Altså, jeg må godt tage min iPad med, men jeg har aldrig nogensinde taget min med (...) fordi jeg synes bare, det er irriterende, at den der stue, vi har dernede, der er der bare bombarderet med mennesker, der bruger al pladsen, hvor de bare sidder og kigger på skærm. Og så er der måske nogle piger – der sidder måske to piger og snakker og ikke har deres telefon med.*

Der skal være gode analoge alternativer til skærmene

I interviewene er børnene tydeligt splittede i deres holdning til skærmbrug i klubben. Mens nogle børn ønsker klubber uden skærm (primært telefoner), oplever andre børn, at det er irriterende, at der fx er begrænsninger på skærmtid på computerne, eller at klubben har mobilforbud. Det er især de ældste børn i udskoling, der er kritiske over for forbud og skærmregler. For dem er telefonen både underholdning og en naturlig måde at holde kontakt til vennerne på – både inden for og uden for klubben. Her fortæller Maria fra 7. klasse, der er stoppet i sit klubtilbud, om sit syn på mobilforbud:

Maria: *Nogle af mine veninder fortalte, at de begyndte at tage deres telefoner, og jeg synes bare, at det var vildt mærkeligt, fordi det er jo sådan en fritidsklub, og de har jo ikke sådan ret til at tage vores ting.*

Flere drenge på mellemtrinnet fortæller, at de er meget glade for at kunne game i klubben, og at det er en aktivitet, som børnene ser frem til at hygge sig med efter skole. Børnene fortæller også, at man skal være hurtig til at melde sig på spilletiderne, hvis klubben har regler for skærmtid. Her er det Aksel i 4. klasse, der har det så sjovt, når han har spilletid i klubben, at han slet ikke vil hentes:

Aksel: *Der er spil, og man har det sjovt med venner. For eksempel, der er også nogle spilletider af 30 minutter. Så er det sådan, at hvis man bliver hentet midt i tiden ... altså.*

En fælles interesse for computerspil kan hjælpe børn, der er på kanten af fællesskabet, ind i nye fællesskaber.²⁸ Når en klubpædagog deltager, er der samtidig mulighed for at hjælpe og guide børnene til gode måder at være sammen på online. Nogle børn har dog også erfaret, at skærmen kan stjæle en masse opmærksomhed. Her er det en pædagogisk opgave at støtte børnene i at samles om mere analoge aktiviteter. Sylvester fra 4. klasse fortæller i et interview, at der var en pædagog i hans klubtilbud, der foreslog at spille et kortspil sammen i stedet for at sidde med telefonen:

Sylvester: *Du sidder med din telefon i sofaen, det gør alle drengene næsten. Og så er der lige startet en ny lærer dernede, så spillede vi 'The Mind' i går, som er ret sjovt.*

Asta fra 7. klasse fortæller her om at savne et alternativ til det store skærmforbrug, hun ser fylde hos vennerne i klubben:

Asta: *Fordi folk sidder egentlig bare med deres telefon, og ellers så sidder man og snakker, så der var ikke så meget at lave. (...)*

Interviewer: *Og så sad folk bare sådan lidt en og en eller ...?*

Asta: *Altså, vi sad flere, men vi sad alle sammen med en telefon, og det var bare lidt kedeligt.*

Interviewer: *Hvad kunne du godt have tænkt dig, der havde været?*

Asta: *Hmm, altså, nogle flere aktiviteter, hvor vi måske var udenfor, eller sådan nogle spil eller noget andet.*

Børnene i undersøgelsen har generelt forskellige erfaringer og syn på skærmbrug i klubberne. Det peger i retning af, at der gennemføres yderligere undersøgelser, der kan belyse, hvordan skærme og digitale medier påvirker samværet i klubberne, ligesom der er brug for at skabe dialog mellem børn og voksne, og erfaringer på tværs, om skærmbrug i klubberne.

BØRN OPLEVER FORSKELLIGE SKÆRMREGLER I LANDETS FRITIDSKLUBBER

EKSEMPEL 1

Klubtilbud 4.-6. klasse, forstad til storby, Region Midtjylland

"Vi har fri kvart over to. Og så klokken tre må man begynde. Og så hvis man skal på en computertid, det er en halv time, og så efter det skal der gå en halv time mere, før man må spille en halv time igen."

- Tom, 4. klasse.

EKSEMPEL 2

Klubtilbud 4.-7. klasse, mellemstor kommune, Region Sjælland

"Ja, vi må spille alt det, vi vil. Vi må også lave YouTube-videoer og Snapchat- videoer"

- Aksel, 4. klasse.

EKSEMPEL 3

Klubtilbud 3.-6. klasse, mellemstor kommune, Region Hovedstaden

"For eksempel hver fredag, hvor vi kan tage vores telefoner og iPad med, så må vi spille kl. 14, tror jeg, det er."

- Victoria, 4. klasse.

Del 2

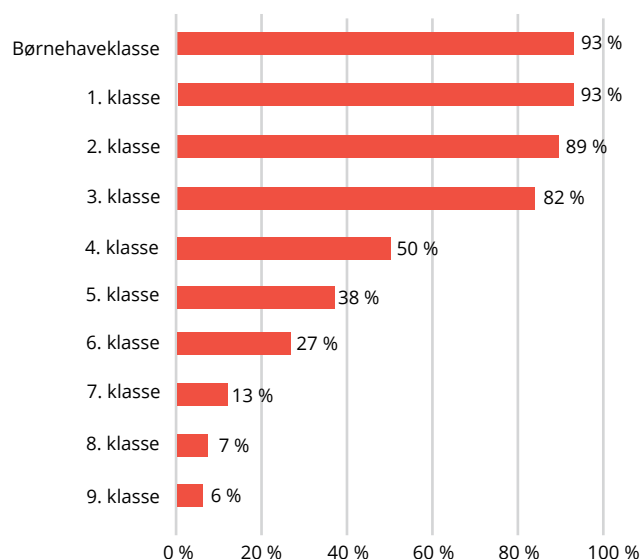
NÅR BØRN IKKE GÅR I KLUB

Jo ældre børn bliver, jo flere falder fra fritids- og klubtilbuddene. Det gælder særligt i overgangen fra SFO til klub mellem 3. og 4. klasse, viser undersøgelsens registeranalyse. Men også de ældre børn fravælger i stigende grad klublivet. Relationer og tilgængelighed er vigtige faktorer, der kan forklare børns manglende deltagelse i de fritidspædagogiske fællesskaber.

I 0.-3. klasse går ni ud af ti børn i SFO ifølge data fra Danmarks Statistik (figur 11). Når børnene stopper i SFO i slutningen af 3. klasse, falder andelen af børn, der indskrives i et klubtilbud drastisk. Kun halvdelen af alle børn starter i en fritidsklub i 4. klasse, og tilslutningen falder yderligere, i takt med at børnene rykker op i de ældste klassetrin. Denne rapport afdækker, at der ligger flere forklaringer bag fravalget af klubtilbuddene. En af de helt centrale forklaringer er, at forældres pasningsbehov ændrer sig, i takt med at børnene bliver ældre og selv kan begynde at gå hjem fra skole eller være alene hjemme, hvormed behovet for at betale for et pædagogisk klubtilbud falder. Samtidig er de tilgængelige data for børns brug af fritidstilbud mangelfulde, særligt for udskolingsområdet. Det skyldes dels lovgivningen og registreringen på området, dels at fx fritids- og ungdomsklubber for unge ofte er et gratis og valgfrit tilbud i kommunerne, hvor man ikke behøver at tilmelde eller registrere sig. Det fald, der ses i figur 11, er derfor

forventeligt ikke helt retvisende. Fx angiver 64 pct. af børnene i 4. klasse og 36 pct. af børnene i 7. klasse i Børns Vilkårs spørgeskemaundersøgelse, at de går i en fritids- eller ungdomsklub.

Figur 11: Samlet indskrivningsandel fordelt på klassetrin, opgjort oktober 2023



Note: Registeranalyse baseret på data fra Danmarks Statistik. Opgørelsen stammer fra BOERNSB – Børnepasning over 5 år. Læs mere om analysen i metodeafsnittet bagerst i rapporten.

Valget om at gå i klub eller ej handler for mange børn om, hvad klubben kan tilbyde i børnenes liv, og om, hvordan fritiden bruges bedst. Vi har i undersøgelsen indsamlet perspektiver fra både børn, der aldrig har gået i klub, og fra børn, der har valgt klublivet fra efter en periode. Børnenes begrundelser er mange, men den mest almindelige årsag til at fravælge fritidsklubberne er, at

mange børn hellere vil bruge tiden andre steder og især foretrækker at tage hjem efter skole. Mere end halvdelen af de børn (54 pct.), der er stoppet med at gå i klub, angiver i spørgeskemaundersøgelsen, at de hellere vil være derhjemme (figur 12).

Ønsket om at være derhjemme er også det mest hyppige svar blandt børn, der har fravalgt at gå i klub (41 pct., figur 13). I interviewene fortæller børnene, at de hellere vil være hjemme, fordi de selv kan bestemme, hvad de vil lave, hvem de vil være sammen med, og hvor meget de må være på telefonen. Andre børn fortæller, at de gerne vil hjem efter skole og slappe af, fx inden de skal til fritidsaktiviteter. I spørgeskemaets åbne besvarelser uddyber nogle børn deres tanker om at ville hjem efter skole:

”Jeg vil hellere være derhjemme og spille Fortnite.”
- DRENG, 4. KLASSE.

”Min mor har altid kunnet hente mig efter skole, så jeg kunne komme hjem og slappe af. Og der er ingen fritids-ungdomsklub til min aldersgruppe, hvor jeg bor, så vidt jeg ved.”
- PIGE, 7. KLASSE.

”Jeg hader skole og klub – jeg vil bare være alene på mit værelse.”
- PIGE, 4. KLASSE.

Som allerede beskrevet spiller børnenes mulighed for at være sammen med deres venner i klubben en afgørende rolle for, at det er sjovt og attraktivt at gå i fritidsklub. I spørgeskemaundersøgelsen angiver 38 pct. af de børn, der er stoppet, som årsag, at deres venner ikke går i klubben længere. I interviewene hører vi også, at det påvirker børnenes egen lyst til at gå i klub, når det sociale fundament i klubben smuldrer. Når vennerne stopper, vil mange børn i stedet søge derhen, hvor deres sociale relationer er. Denne dominoeffekt beskriver Maria, der går i 7. klasse:

Maria:

Altså, jeg tror også, at der kommer den der dominoeffekt, fordi så er der én, der stopper, fordi de begynder at synes, det er kedeligt og lidt barnligt. Og så fordi der er én, der er venner med dem, så stopper de også, og så fordi der er nogle, der er venner med dem, så stopper de også. Og så stopper alle bare, og så har man ikke rigtigt nogen, man gider at være sammen med.

Det er en gennemgående pointe i denne undersøgelse, at børn bruger meget energi på at forsøge at skabe balance imellem hverdagens aktiviteter, deres interesser og deres (og andres) forventninger til det gode fritidsliv. Beslutningen om at til- eller fravælge fritidsklubben er en del af denne kabale, og her kan forskellige faktorer, fx børnenes relationer, indvirke på, hvordan tiden prioriteres. Her fortæller en gruppe børn i 7. klasse om deres overvejelser og argumenter for at vælge klubben fra:

Petra:

Jeg syntes, at det blev kedeligt, fordi der ikke rigtigt var nogen andre, der gik til det. Så jeg vil hellere være hjemme end at være i klubben.

Elna:

Jeg har ikke tid.

Hans:

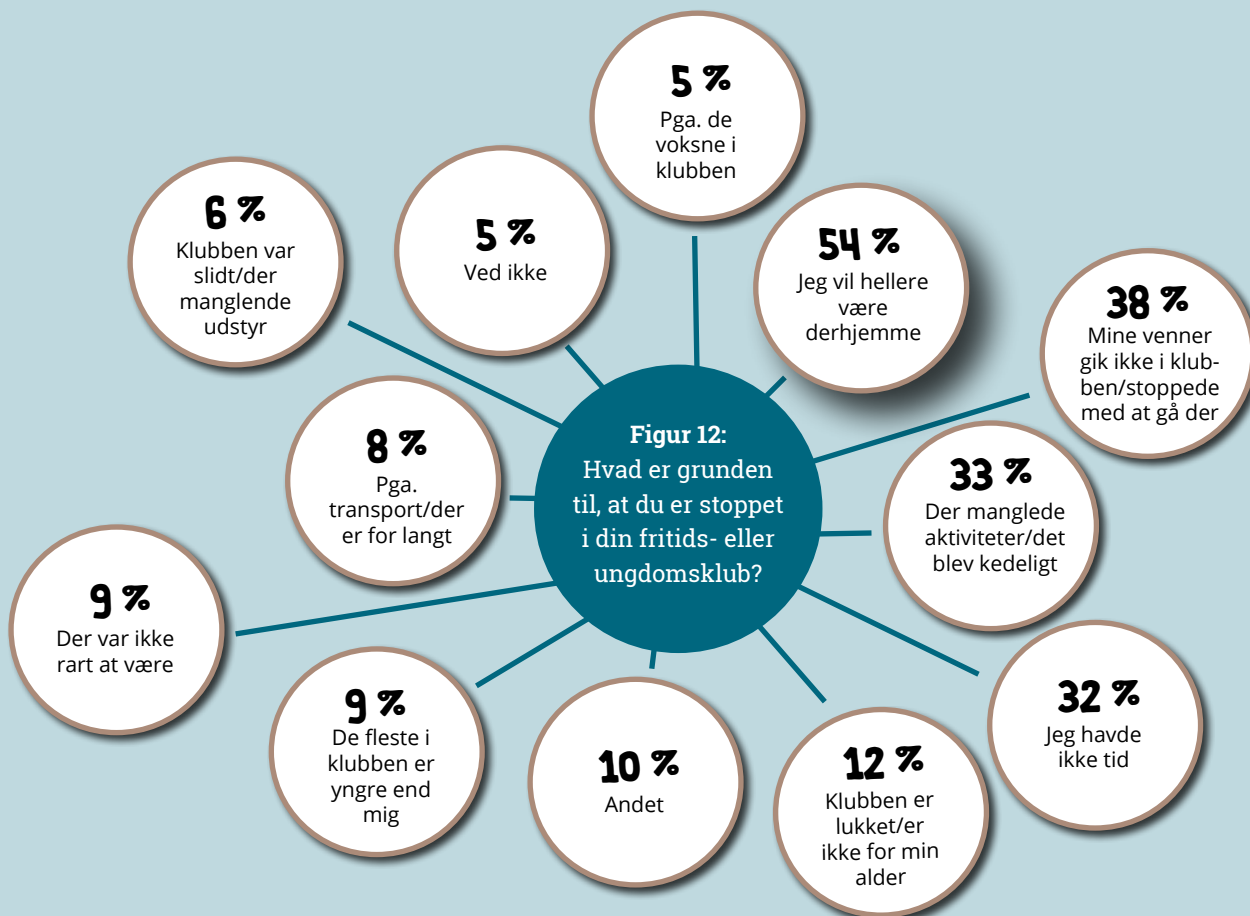
Ja, det er det samme med mig.

Malthe:

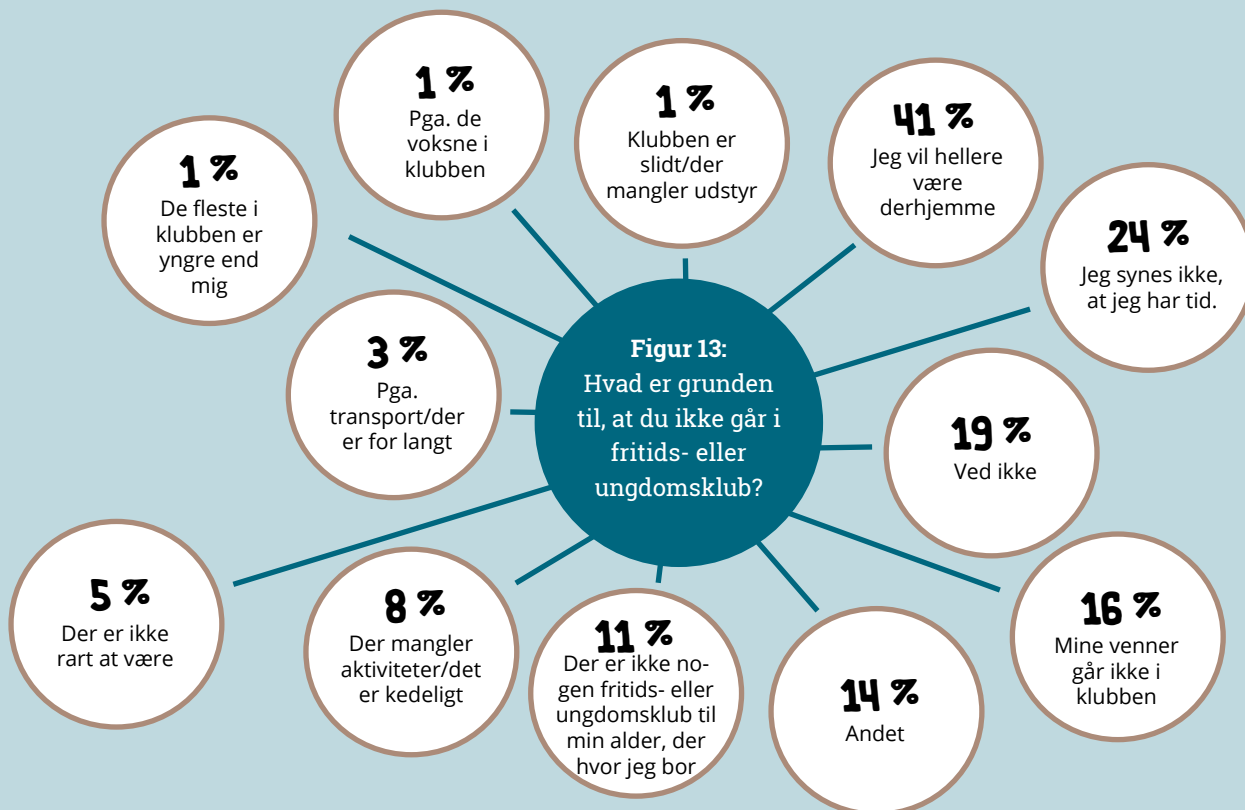
Jeg vil også hellere lave noget andet. Måske spille noget bold eller et eller andet.

Elna:

Ja. Være sammen med venner uden for klubben. I stedet for at skulle tvinges til at være et bestemt sted, så kan man være mange forskellige steder.



ÅRSAGER TIL, AT BØRN ER STOPPET I DERES KLUBTILBUD ELLER IKKE HAR VALGT KLUBBEN TIL



*Note: Figur 12 er baseret på 496 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (116 i 4. klasse og 380 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvad er grunden til, at du er stoppet i din fritids- eller ungdomsklub?" Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

**Note: Figur 13 er baseret på 383 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (182 i 4. klasse og 201 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvad er grunden til, at du ikke går i fritids- eller ungdomsklub efter skole?" Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Børn har ikke lige adgang til et relevant fritids- eller klubtilbud på tværs af landet

Nogle børn må stoppe i deres fritidsklub på grund af strukturelle ændringer. Fx fordi deres klubtilbud lukker, fordi der bliver længere til klubtilbuddet, eller fordi transporten er udfordrende. 12 pct. af de børn, der er stoppet med at gå i klub, angiver som grund, at deres klubtilbud lukkede eller ikke havde åbent for deres klassetrin. 8 pct. af børnene angiver, at tilbuddet lå for langt væk, eller at de oplevede udfordringer med transport.

Mira fra 7. klasse har tidligere gået i klub tæt på, hvor hun bor; et tilbud, der var målrettet 3.-5. klasse, og som hun var glad for at komme i efter skole. Da Mira begyndte i 6. klasse, kunne hun vælge at starte i et klubtilbud for kommunens udskolings elever. Men hun valgte klubben fra, dels pga. afstanden, dels fordi hun ville bruge sin tid på andre ting:

Mira: *Og så var der så en anden klub, men den lå sådan mere end tre kilometer væk fra min gamle skole. Og så syntes jeg heller ikke, at det var specielt interessant, det der var deroppe. Og så – nu giver det heller ikke så meget mening, fordi jeg har fritidsaktiviteter og sådan – ja, det tager et godt stykke tid at komme hjem fra skolen og sådan. Så jeg har ikke rigtigt tid.*

Også en gruppe drenge i 7. klasse fortæller, at deres lokale klubtilbud, der lå på skolen, lukkede lige før, de selv skulle starte. I stedet er skolens ældste årgange blevet tilknyttet en stor klub, der rummer børn og unge fra alle kommunens skoler. Klubben er en aftenklub, der ligger inde i centrum, og derfor skal børnene tage bus eller køres af deres forældre. Det afholder flere af drengene fra at bruge den – nogle, fordi de føler sig mere usikre inde i byen, hvor der har været episoder med skyderi:

Interviewer: *Aftenklub her på skolen, og nu er den lukket?*

Efraim: *Ja, fordi de ikke har penge.*

Interviewer: *Hvordan har I det med det? Nu der ikke er et tilbud her?*

Efraim: *Det er ærgerligt.*

Billy: *Der er bare længere at gå. (...)*

Carl: *Jeg synes også, det er lidt mindre fedt, når der er ret mange, man ikke kender. (...)*

Efraim: *Man tager en bus ned til stationen, og så skal man gå resten af vejen. Det er også lidt langt.*

Carl: *Ja, og det er måske også lidt mørkt om aftenen.*

Svend: *Ja, det er det.*

Carl: *Og vi er jo mere i fare, fordi vi er de yngre.*

Ud over afstand og tilgængelighed er også økonomi en barriere, der afholder nogle børn fra at gå i fritidsklub sammen med deres venner efter skole. Det fortæller børnene i de åbne svar i spørgeskemaundersøgelsen:

*"Vi havde ikke råd til det mere, og jeg kunne ikke være mig selv."
- DRENG, 4. KLASSE.*

*"Det blev for dyrt for mine forældre."
- DRENG, 4. KLASSE.*

*"Alt kostede penge, så mange stoppede, da det var alt for dyrt og bare skulle være sjovt."
- PIGE, 7. KLASSE.*

At sikre tilgængelige klubtilbud af høj kvalitet til alle børn er en fortsat udfordring for landets kommuner. Ifølge den seneste kortlægning af udbuddet af SFO- og fritidstilbud, som er foretaget af KL, havde 7 pct. af landets kommuner ikke et kommunalt fritidstilbud til børn på mellemtrinnet i 2020. For udskolingsområdet er tallet 20 pct. Fritidsområdet er historisk set et område, der er i stor risiko for at opleve besparelser, når kommunerne skal få budgetterne til at hænge sammen. Ifølge tal fra BUPL har

kommunerne siden 2013 reduceret budgetterne til klub- og fritidsområdet med 2,5 milliarder kroner.²⁹ Når det økonomiske grundlag er usikkert, kan det udfordre klubbernes muligheder for at udvikle den faglige kvalitet og fastholde klubberne som et attraktivt sted at være – både blandt børn, forældre og det pædagogiske klubpersonale. Fx angiver 43 pct. af lederne i landets klubtilbud, at det i dag er en udfordring, at der er børn, som er stoppet i deres klubtilbud, selvom de ville have gavn af at være der.³⁰

20%

**AF KOMMUNERNE HAR IKKE
ET KOMMUNALT FRITIDS-
TILBUD TIL BØRN I
UDSKOLINGEN**

Data stammer fra en spørgeskemaundersøgelse foretaget af KL i 2020 blandt 89 kommuner.³¹

2,5 MIA.

**SÅ MEGET ER DE KOMMUNALE
BUDGETTER PÅ FRITIDSOMRÅDET
REDUCERET SIDEN 2013**

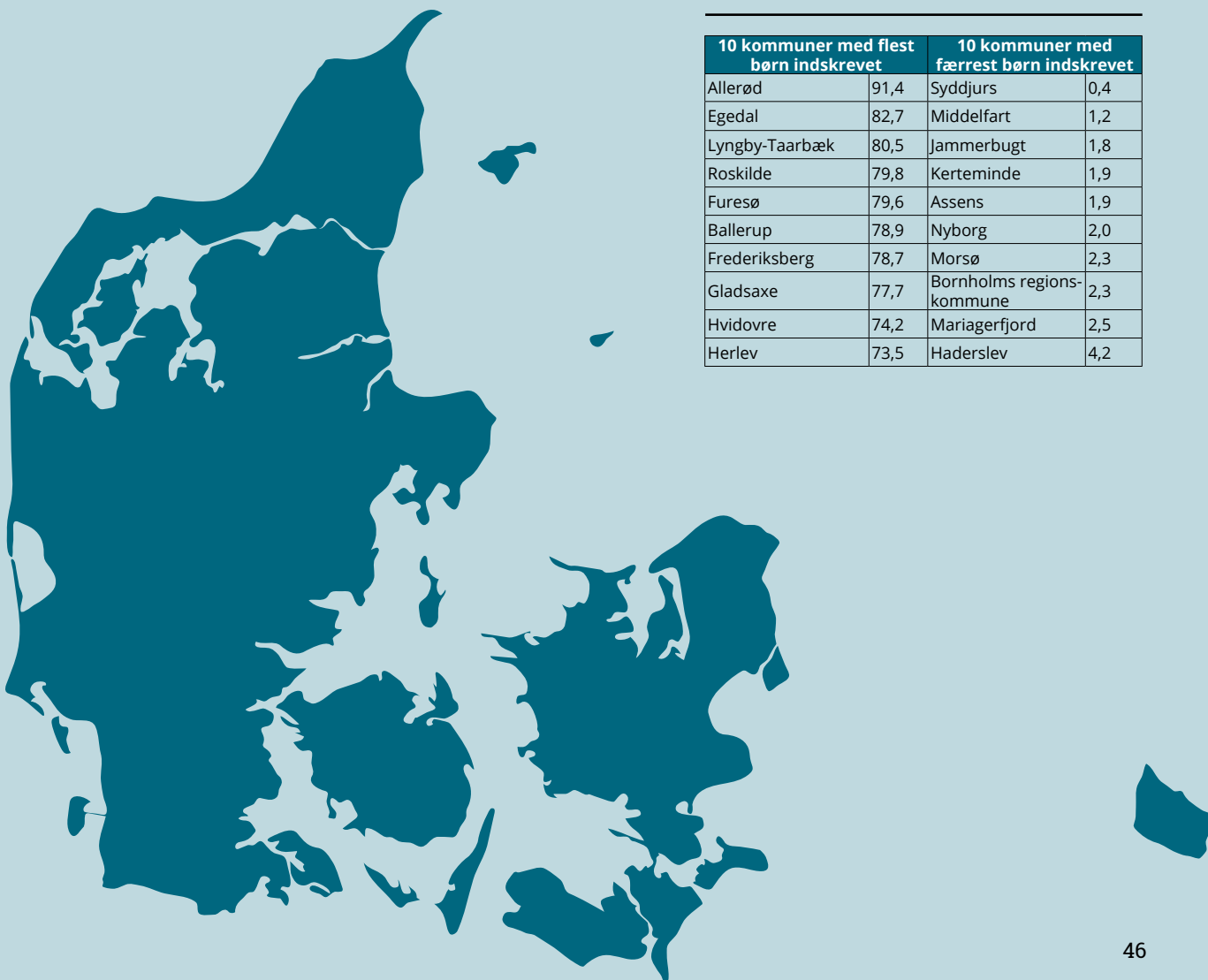
Tallet er indhentet af BUPL i 2024. Blandt de 2,5 mia. kr. er 1,2 mia. kr. omlagt fra fritidsområdet til folkeskolens undervisning som en del af folkeskolereformen. Tallene er korrigeret efter det faldende børnetal i perioden.³²



REGISTERANALYSE:

STORE GEOGRAFISKE OG SOCIALE FORSKELLE PÅ ANDEL AF BØRN I FRITIDS- OG KLUBTILBUD

I Tårnby går stort set alle kommunens børn i SFO – i Tønder er det to ud af tre børn. Så store er de kommunale og geografiske forskelle på indskolingsområdet, når det gælder tilslutningen til kommunens fritidstilbud. På mellemtrinnet er forskellen endnu mere markant og afslører store kommunale forskelle i såvel udbud som tilslutning. De ti kommuner, hvor flest børn går i et klubtilbud, er alle lokaliseret tæt på København. Her går mellem 74 og 91 pct. af børnene i et klubtilbud. Anderledes ser det ud i de ti kommuner, hvor færrest børn er indskrevet. Her er andelen af børn, der går i klubtilbud, nede på under 5 pct.



Tabel 1: De 10 kommuner med flest og færrest børn indskrevet – indskoling

10 kommuner med flest børn indskrevet		10 kommuner med færrest børn indskrevet	
Tårnby	97,2	Tønder	66,4
Dragør	97,2	Lemvig	71,1
Rudersdal	96,6	Mariagerfjord	74,2
Allerød	96,6	Billund	75,2
Skanderborg	96,5	Skive	76,2
Lyngby-Taarbæk	96,5	Langeland	76,3
Solrød	96,5	Ringkøbing-Skjern	78,0
Gentofte	95,7	Haderslev	78,3
Furesø	95,7	Grenaa	78,7
Egedal	95,6	Læsø	79,2

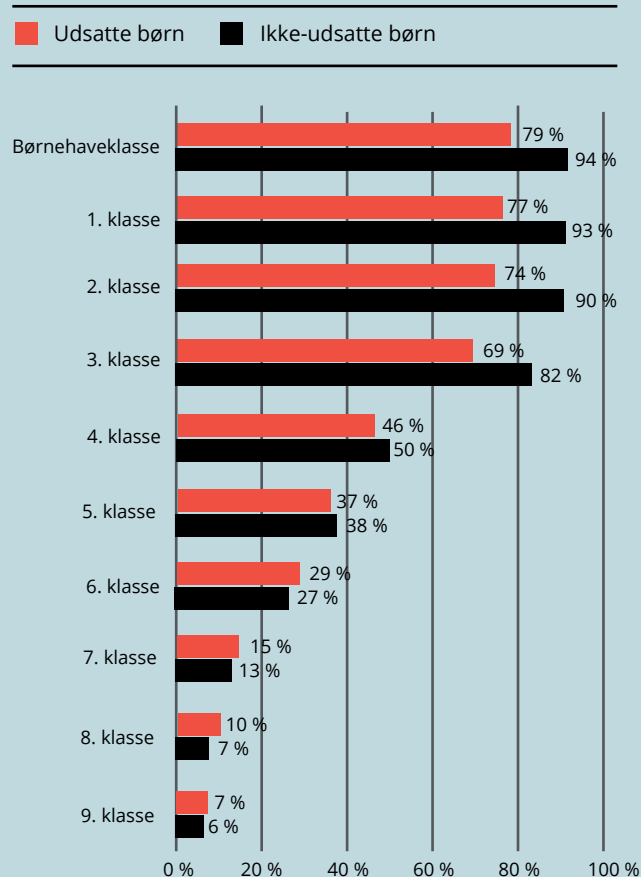
Tabel 2: De 10 kommuner med flest og færrest børn indskrevet – mellemtrin

10 kommuner med flest børn indskrevet		10 kommuner med færrest børn indskrevet	
Allerød	91,4	Syddjurs	0,4
Egedal	82,7	Middelfart	1,2
Lyngby-Taarbæk	80,5	Jammerbugt	1,8
Roskilde	79,8	Kerteminde	1,9
Furesø	79,6	Assens	1,9
Ballerup	78,9	Nyborg	2,0
Frederiksberg	78,7	Morsø	2,3
Gladsaxe	77,7	Bornholms regionskommune	2,3
Hvidovre	74,2	Mariagerfjord	2,5
Herlev	73,5	Haderslev	4,2

FÆRRE BØRN I UDSATTE POSITIONER GÅR I KLUB

Børn og unge, der er anbragt, eller som får støttende indsatser efter barnets lov, vokser op under andre livsvilkår end andre børn, og de er bl.a. i risiko for at få en dårligere skolegang.³³ At gå i et fritids- eller klubtilbud kan for denne gruppe børn være særligt meningsfuldt. Fx kan børnene få positive oplevelser og mulighed for at indgå i aktiviteter og sociale fællesskaber, der kan øge deres selvværd og følelse af mestring. Registeranalysen viser, at denne gruppe børn i mindre grad er indskrevet i et pasningstilbud end deres jævnaldrende (figur 14). Forskellen udjævnes fra 4. klasse, hvor tilslutningen for begge grupper af børn er forholdsvis lav. Dog henviser vi endnu engang til, at data på området er mangelfulde, særligt blandt de ældste klassetrin.

Figur 14: Indskrivningsandel fordelt på børn i udsatte positioner og andre børn



Note: Registeranalyse baseret på data fra Danmarks Statistik. Læs mere om analysen i metodeafsnittet bagerst i rapporten. Børn og unge i udsatte positioner er børn og unge, som er anbragt, eller som aktuelt får støttende indsatser efter barnets lov (tidligere forebyggende foranstaltninger efter serviceloven). Der kan både være tale om personrettede og familierettede foranstaltninger.



HOVEDÅRSAGER TIL, AT BØRN TIL- OG FRAVÆLGER AT GÅ I KLUB:

Undersøgelsen identificerer en række forhold, der fremmer og hæmmer børns lyst til at gå i fritidsklub. Forholdene er gensidigt forbundne og påvirker hinanden positivt såvel som negativt.

RELATIONER OG FÆLLESSKAB:

Børnene tillægger det stor værdi, at man i klubben kan være sammen med sine venner. Venskaber og relationer er både en drivkraft og en barriere for børns brug af klub. Hvis børnene oplever, at deres venner bruger tilbuddet, øger det motivationen og sandsynligheden for, at de selv vil bruge klubben. Omvendt kan fraværet af venner og sociale relationer betyde, at børn vælger tilbuddet fra.

UDBUDET AF AKTIVITETER:

Børnene efterspørger et bredt udvalg af aktiviteter, de kan samles om, og som passer til deres interesser. Det, som børn i 4. klasse finder interessant, kan omvendt opleves som kedeligt i 7. klasse. Derfor skal tilbuddene målrettes børnenes behov og ønsker. De voksne må gerne engagere sig i aktiviteterne og deltage på lige fod. Skærmtid i form af fx computerspil kan være vigtigt for nogle børns syn på klubben som et fedt sted at være.

FRIHED OG MEDBESTEMMELSE:

Jo ældre børnene bliver, i jo højere grad efterspørger de frihed og mulighed for fleksibilitet til at sammensætte deres fritidsliv. Fritidsklubben skal kunne tilvælges efter behov og ugeskema. Og børnene efterspørger færre regler i klubben og medbestemmelse i forhold til valg af aktiviteter og fx brug af telefon. Flere børn søger også væk fra klubberne, fordi de ønsker tid til spontant samvær og til at gøre det, de har lyst til på dagen. Inddragelse af børnenes ønsker og behov er en nøgle til at sikre, at tilbuddet passer til børnenes syn på det gode klubtilbud.

LOKATION OG FACILITETER:

Det skal være nemt at komme hen i klubben. For lang afstand, særligt hvor man skal køres af forældre eller tage offentlig transport, er en barriere for flere børn. Mange børn efterspørger muligheden for at få eller tilkøbe mad. Enkelte børn nævner prisen som en faktor for, at de er stoppet i klub.

”

Jeg tror det er fordi, at når man kommer i 4., så synes man, det er sejt at komme i klub, og når man kommer lidt op i de ældre klasser, så er det måske ikke så sejt mere.”

ELNA, 7. KLASSE.

DEL 3

BØRNS DELTAGELSE I FRITIDSÅKTIVITETER



Del 3

DEN GODE FRITIDS AKTIVITET ER SJOV, UDVIKLENDE OG RUMMER ALLE

For langt de fleste børn danner fritidsaktiviteter rammen om sjove oplevelser, nye kompetencer og værdifulde fællesskaber. Undersøgelsen viser, at fritidsaktiviteter har en positiv betydning i mange børns liv – men lysten til at dyrke fritidsinteresser falder, i takt med at børnene bliver ældre. I 7. klasse går hver femte pige ikke til en fritidsaktivitet.

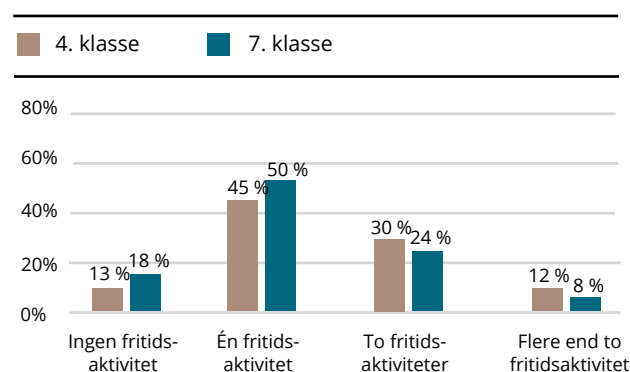
”Om mandagen går jeg til fodbold, tirsdag går jeg til svømning, og onsdag går jeg også til fodbold. Og torsdag er jeg lige startet til spejder.” Sådan fortæller Julie fra 4. klasse om en hverdag, der ikke skiller sig mærkbart ud fra mange andre børns. I spørgeskemaundersøgelsen angiver 85 pct. af børnene i 4. og 7. klasse, at de går til mindst én fritidsaktivitet i hverdagen.

Lidt flere børn i 4. klasse (87 pct.) går til fritidsaktiviteter sammenlignet med børn i 7. klasse. Her angiver 82 pct., at de går til aktiviteter som tennis, dans eller badminton. Forskellen er størst blandt pigerne: I 4. klasse er det således 87 pct. af pigerne, der går til fritidsaktiviteter, mens tallet er faldet til 78 pct. i 7. klasse.

Fritidsaktiviteter lægger beslag på en stor del af børnenes tid efter skole

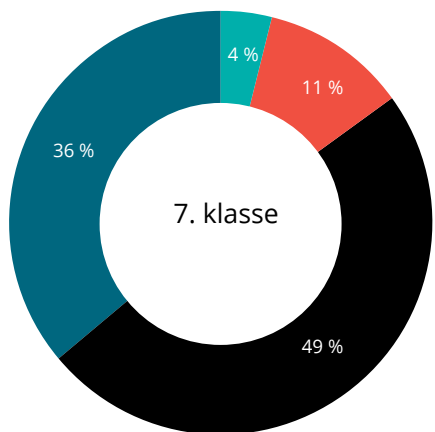
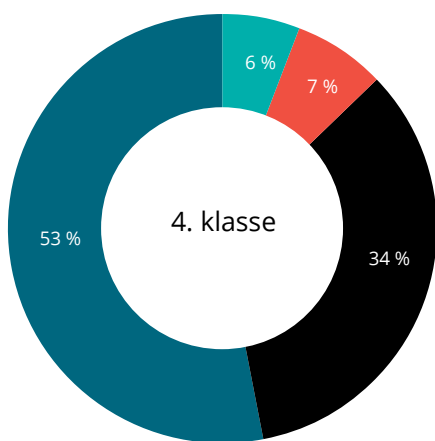
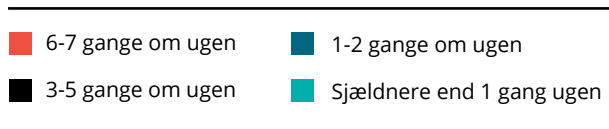
Der er stor forskel på, hvor mange fritidsaktiviteter børn går til. De fleste børn dyrker én fritidsaktivitet, mens hver tiende går til mere end to aktiviteter (figur 15). Der er også forskel på, hvor meget fritidsaktiviteterne fylder i børnenes fritidsliv. 60 pct. af børnene i 7. klasse dyrker deres fritidsinteresser oftere end to gange om ugen, mens det gælder 41 pct. af børnene i 4. klasse. For en mindre gruppe børn er der træning eller undervisning på programmet seks til syv gange om ugen (figur 16 og 17).

Figur 15: Fordeling af antal fritidsaktiviteter blandt børn i 4. og 7. klasse



Note: Figuren er baseret på 2.125 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (1.126 i 4. klasse og 999 i 7. klasse) på spørgsmålet ”Hvilke fritidsaktiviteter går du til?”

Figur 16 og 17: Fordelingen over, hvor ofte børn i 4. og 7. klasse går til fritidsaktiviteter



Note: Figurerne er baseret på 1.609 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (893 i 4. klasse og 716 i 7. klasse) på spørgsmålet "Tænk på en almindelig uge. Hvor tit går du til fritidsaktiviteter? Du skal tænke på alle de fritidsaktiviteter, du går til, og hvor mange gange om ugen du går til dem." Kun børn, der har rapporteret at gå til minimum én fritidsaktivitet besvarede dette spørgsmål.

Drenge går til fodbold – piger går til gymnastik

Blandt drenge er især fodbold populært. I 4. klasse går halvdelen (49 pct.) af drengene til fodbold. I 7. klasse gælder det 42 pct. (figur 18). For drenge i 7. klasse fylder fitness og styrketræning også – 18 pct. går til eller dyrker det.³⁴ I alt 55 pct. af drengene går til en holdsport på tværs af klassetrin (57 pct. af børnene i 4. klasse og 53 pct. i 7. klasse).

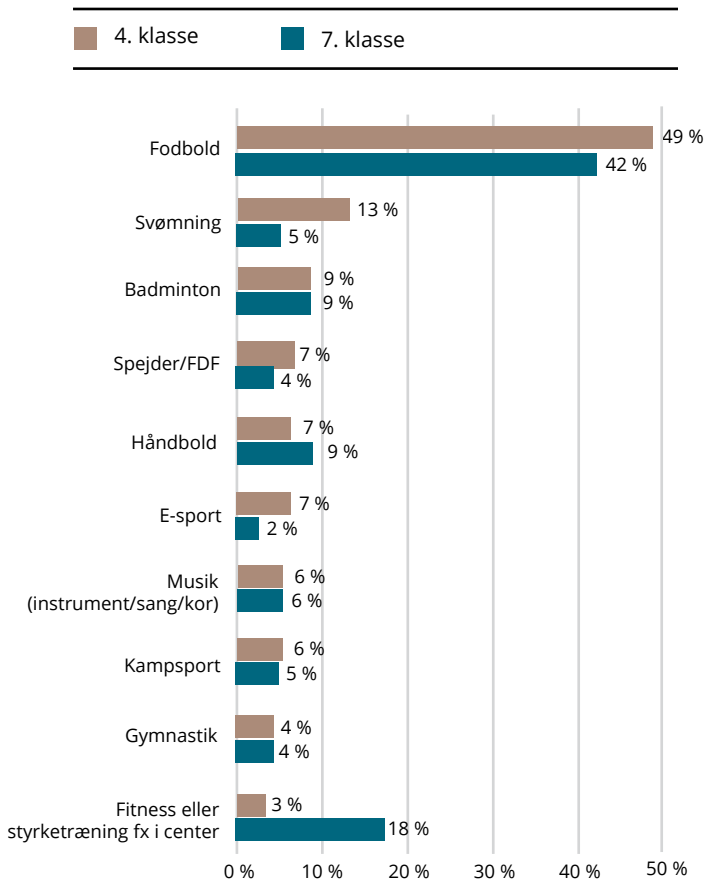
” Jeg har aldrig gået til en anden sport. Jeg holder mig til fodbold resten af mit liv. (...) Ja, jeg tror, der er nok sådan ikke engang 1 pct. chance for, at jeg stopper til det. (...) Hvis jeg skal starte til en anden sport, så beholder jeg stadig at gå til fodbold.

AKSEL FRA 4. KLASSE OM AT GÅ TIL FODBOLD

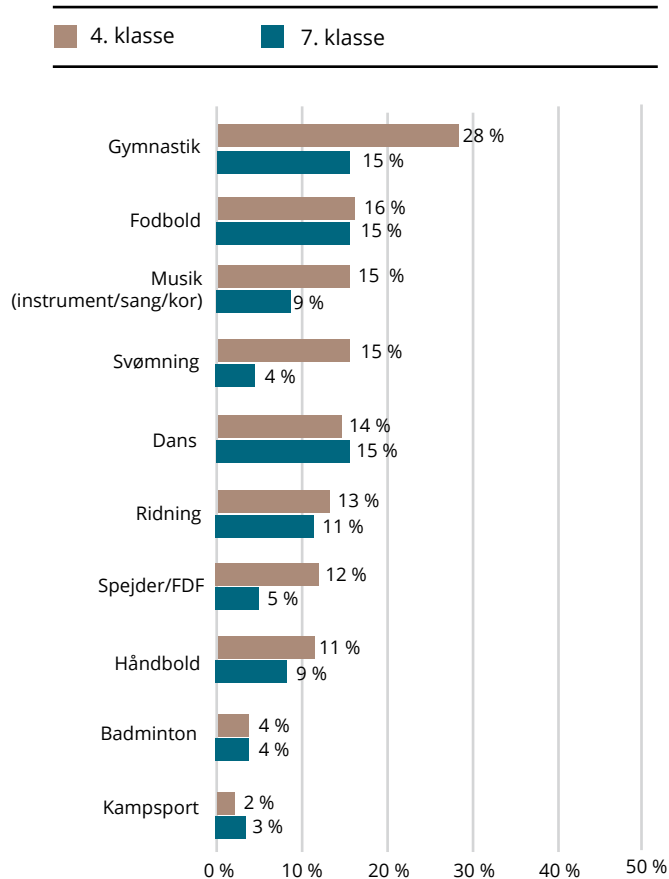
Holdsport fylder også hos pigerne, dog i mindre omfang. På tværs af klassetrin går hver fjerde pige til en holdsport (26 pct. i 4. klasse og 23 pct. i 7. klasse). En del piger (15 pct.) går ligesom drengene til fodbold – det er "sådan lidt en alle-sport", som Emily fra 7. klasse siger. For pigerne er der dog større variation i, hvilke fritidsaktiviteter de går til. Fra fodbold, musik, svømning, dans og ridning til spejder og håndbold og meget mere. I 4. klasse skiller gymnastik sig ud ved at være særligt populært: 28 pct. af pigerne i 4. klasse går til gymnastik (figur 19).

Gennemgående peger undersøgelsen på, at jo ældre børnene bliver, jo flere begynder at dyrke motion på egen hånd, fx fitness, og at bruge tid på aktiviteter, der ikke er voksenstyrede. Det er en tendens, andre undersøgelser også har vist. Fx viser en undersøgelse fra Idrættens Analyseinstitut, at jo ældre børnene er, jo flere bytter foreningsidræt ud med motion på egen hånd.³⁵

Figur 18: De 10 mest populære fritidsaktiviteter blandt drenge i 4. og 7. klasse



Figur 19: De 10 mest populære fritidsaktiviteter blandt piger i 4. og 7. klasse



*Note: Figuren er baseret på 1.022 besvarelser fra drenge i 4. og 7. klasse på spørgsmålet "Hvilke fritidsaktiviteter går du til?" Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

**Note: Figuren er baseret på 1.077 besvarelser fra piger i 4. og 7. klasse (581 i 4. klasse og 496 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvilke fritidsaktiviteter går du til?" Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Fritidsaktiviteter og trivsel følges ad

En lang række studier har fundet positive sammenhænge mellem deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter, fx sportsaktiviteter, og forskellige indikatorer for børns trivsel og mentale helbred.³⁶ Denne undersøgelse finder tilsvarende en forskel i trivslen hos børn, der går til minimum én fritidsaktivitet, sammenlignet med børn, der slet ikke går til fritidsaktiviteter. Analysen viser, at børn, der dyrker fritidsaktiviteter, har større livstilfredshed, større skoleglæde og i mindre grad oplever ensomhed.

På trods af at undersøgelsen finder en række signifikante sammenhænge mellem fritidsaktiviteter og trivsel, kan vi ikke påvise en årsagssammenhæng. Sammenhængen vil typisk gå begge veje, fordi børn, der er i god trivsel, også vil være mere tilbøjelige til at opsøge aktiviteter, hvor de indgår i sociale fællesskaber og prøver nye ting.³⁷ I interviewene giver børnene dog selv udtryk for, at fritidsaktiviteter kan gøre en stor forskel for, hvordan de har det: De nævner sammenhold og fællesskab med andre, muligheden for at få nye venner, følelsen af at blive god til noget og muligheden for at få sjove oplevelser.³⁸

80 %

AF DE BØRN, DER GÅR TIL EN FRITIDSAKTIVITET, HAR FÅET NYE VENNER AD DEN VEJ.

Baseret på 1.609 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse, der dyrker fritidsaktiviteter.

BETYDNINGEN AF AT DYRKE FRITIDSAKTIVITETER FOR BØRNS TRIVSEL

Ensomhed: 11 pct. af de børn, der dyrker fritidsaktiviteter, oplever ensomhed mod 23 pct. af de børn, der ikke dyrker fritidsaktiviteter.

Livstilfredshed: 29 pct. af de børn, der dyrker fritidsaktiviteter, har høj livstilfredshed mod 17 pct. af de børn, der ikke dyrker fritidsaktiviteter.

Skoleglæde: 49 pct. af de børn, der dyrker fritidsaktiviteter, har høj skoleglæde mod 32 pct. af de børn, der ikke dyrker fritidsaktiviteter.

Se metodeafsnittet for at læse om, hvordan vi har målt de tre trivselsindikatorer og kvalitetskontrolleret analysen.

At gå til fritidsaktiviteter er en mulighed for at blive en del af et fællesskab

"Fællesskabet og sammenholdet." Sådan opsummerer Hannah fra 4. klasse, hvorfor det er godt at gå til noget. Særligt muligheden for at være sammen med andre fylder, når børnene beskriver, hvad det gode er ved at gå til noget. Her fortæller Julie fra 4. klasse, hvordan man ved at dyrke fritidsaktiviteter kan mødes om noget og få nye venner:

Julie:

Måske fordi man er mere sammen med nogen. Man er hele tiden sammen med nogen, der godt kan lide en, for eksempel – som venner og sådan noget. Og man får også bare lært mange flere at kende. For eksempel, når man går ude på gaden, så kan det være, at man lige møder en fra det, man går til, og så siger man hej og sådan noget.

Også Emma fra 7. klasse understreger, hvordan fritidsaktiviteter kan være en kilde til nye venner:

Emma: *Også fordi altså, jeg har fået virkelig mange venner pga. dans. Virkelig mange.*

Gennem aktiviteten mødes børnene om noget, de er fælles om. "Man er sammen om fælles ting," som Tea fra 4. klasse beskriver det – om det så er dans, spejder, tegning eller rollespil.

Flere børn fremhæver også, hvordan holdsport kan være en god adgang til et socialt fællesskab. Karla fra 7. klasse beskriver:

Karla: *Sådan, du – man kan spille det sammen med folk, som man ikke rigtigt kender. Så sådan, de kan bare gå ud i frikvarteret og sige: "Skal vi ikke lige spille fodbold?"*

Bl.a. fodbold kan som holdsport være en god kanal til at styrke børns fællesskaber og sammenhold. Når børnene skal beskrive, hvad det er, der gør fodbold helt særligt, nævner de, at det er sjovt og hyggeligt, og at det er nemt at gribe en bold og komme i gang, fx i skolen eller andre steder i fritiden. Petra fra 7. klasse konstaterer også, at "der skal bruges flere til et hold."

Fritidsaktiviteter skaber gode oplevelser og meningsfuldt indhold i hverdagen

Flere af børnene fremhæver, at det at gå til fritidsaktiviteter skaber aktivitet og indhold i en hverdag, som de ellers i høj grad ville bruge derhjemme, fx på skærmen. Aktiviteterne opbygger rutiner og struktur, som børnene sætter pris på. De ved, hvad de skal hvornår, og når fritidsaktiviteterne er noget, de godt kan lide, gør det deres dage bedre. Nicoline fra 4. klasse siger:

Nicoline: *Jeg synes, at det er ret fedt at gå til noget, fordi så ved man ligesom, at man skal noget, og at man ikke bare kommer hjem og tænker "hvad skal jeg?" Så ved man ligesom, at nu skal jeg hen og lave noget sjovt. Fordi jeg kommer i hvert fald ret tit hjem, og så ved jeg ikke, hvad jeg skal lave.*

Både børn i 4. og 7. klasse oplever, at fritidsaktiviteterne kan skabe mening i hverdagen. Denne undersøgelse afdækker, at især børn i 7. klasse har udbredt mulighed for selv at styre, hvad de laver efter skole. Særligt for de ældste børn kan det at dyrke fritidsaktiviteter på faste dage være et holdepunkt og en god hjælp til at strukturere hverdagen efter skole – og samtidig give adgang til meningsfuldt indhold og gode relationer. Maria fra 7. klasse fortæller:

Maria: *Altså det kommer til at lyde som et meget basic det her, men man får jo rykket sig, altså man får lavet noget andet end bare sådan at sidde på sin telefon, ik'? Og så kan man også få noget socialt fra det.*

Fritidsaktiviteter kan være et frirum for børn, der har det svært

20 pct. af børnene i 4. klasse og 28 pct. af børnene i 7. klasse går til deres fritidsaktivitet, fordi det er et frirum i hverdagen. Det svarer børnene på spørgsmålet om, hvilke grunde der er til, at de går til deres fritidsaktiviteter (figur 20). Nogle børn oplever, at de får en pause fra skolelivet, hvor såvel det faglige som det sociale kan være udfordrende. Andre børn oplever, at de for en stund kan glemme svære ting i livet, fx problemer i hjemmet. Dermed

underbygger børnene det, som forskning har peget på: Fritidsaktiviteter kan skabe et frirum for børn, der måske er udfordret i andre arenaer af livet.³⁹ Lilje fra 7. klasse fortæller:

Lilje: *Man er ofte ikke den bedste i skolen, og så er det bare rart, at man ikke skal lære noget ... bare have det sjovt. Det er det, man godt kan lide.*

Flere børn fortæller, hvordan de til deres fritidsaktivitet kan slappe af på en helt anden og bedre måde end fx i skolen. Her føler børnene, at de kan være sig selv, og nogle oplever endda,

at de bliver betragtet på en anden måde. Karla og Olivia fra 7. klasse beskriver, hvordan det at gå til noget i fritiden kan give mulighed for at vise andre sider af sig selv:

Karla: *Øh, jeg tror også, at hvis man har det svært, så går man til noget, fordi så er man ligesom med i et fællesskab der, og så kan det være, at man prøver at komme væk fra det svære.*

Olivia: *Ja, eller sådan præsentere en anden side af sig selv. Ligesom en side, der bare er sådan glad.*

FRITIDSAKTIVITETER KAN FUNGERE SOM ET ÅNDEHUL FOR BØRN MED SVÆRE OPVÆKSTVILKÅR

Fritidsaktiviteter kan fungere som vigtige åndehuller i en udfordret hverdag for børn med svære opvækstvilkår. Her kan de for en tid glemme deres baggrund og det, der er svært. Fritidsaktiviteter kan bl.a. give mulighed for, at børnene kan vise, de er gode til noget – og ad den vej opleve anerkendelse fra andre børn og voksne. Fritidsaktiviteter kan også udvide børnenes netværk og give adgang til voksne, som børnene kan søge hjælp og støtte hos. Det viser en oversigt over international forskning om socialt udsatte børns fritidsliv.⁴⁰ Forskningsoversigten peger også på, at der er sammenhæng mellem udsatte børns fritidsaktiviteter og trivsel, men at fritidsaktiviteterne skal ses i sammenhæng med børnenes venskaber. Flere studier viser nemlig, at venskab og netværk har større forklaringskraft end fritidsaktiviteterne i sig selv.⁴¹



Pinligt eller populært – fritidsaktiviteter har forskellig status

I de fleste af de børnegrupper, som Børns Vilkår har talt med, dyrker børnene mange forskellige fritidsaktiviteter, og de taler med stor gensidig respekt, forståelse og åbenhed om det at dyrke forskellige fritidsinteresser, fx inden for et klassefællesskab. De fleste børn er dog også enige i, at der i høj grad eksisterer normer for, hvad der er rigtigt og forkert at gå til.⁴² I nogle børnegrupper kommer det til udtryk ved, at der tales nedsættende om andre børn, der dyrker fritidsinteresser, der adskiller sig fra "normalen" eller det populære. Her er det Sebastian, Elvira og Vilma fra 7. klasse, der reflekterer over det syn, de oplever, der er på ridesporten i deres omgangskreds:

Interviewer: *Ridning er der ikke så mange, der går til?*

Sebastian: *Nej, jeg tror bare, at der er mange, der synes, at det er lidt mere en børnesport. Der er bare et eller andet med det, der også er lidt mærkeligt.*

Elvira: *Der er bare blevet sådan lidt et hate mod den sport, faktisk.*

Vilma: *Fordi de siger, at det ikke er en sport, fordi det er hesten, der gør det hele.*

Undersøgelsen viser, at børn i høj grad knytter bestemte signalværdier til forskellige fritidsaktiviteter. Det kan have betydning for fx en sports popularitet i bestemte områder, hvis denne anses som "in" eller det rigtige at gå til – for børnene spejler sig i høj grad i hinandens valg, når de vælger fritidsaktiviteter. Kamma fra 7. klasse sammenligner fx valget af fritidsaktivitet med, hvordan man ser ud:

Interviewer: *Tror I, der er mange, der vælger deres sport efter, hvordan andre ser på det?*

Vilma: *Ja, hvad der også er populært.*

Elvira: *Også hvad de andre venner går til.*

Kamma: *Det er jo det samme med stil. Folk, de går også meget op i, hvordan de ser ud.*

Interviewene viser, at normer for valg af fritidsinteresser bor i de enkelte børnefællesskaber og derfor kan variere meget, fx fra skole til skole. Vilma fra 7. klasse har fx oplevet, at der er mere "hate" mod børn, der skiller sig ud på hendes nuværende skole:

Vilma: *Nej, på min gamle skole, der var der ikke sådan hate mod, hvad folk de gik til. Der var en, der gik ude på [rollespilsklub]. Det var derude med vikinger og sådan noget.*

Interviewer: *Ja. Og det var der ikke noget hate på?*

Vilma: *Nej. Folk syntes jo bare, det var sjovt.*

Interviewer: *Hvordan tror I, det ville være, hvis man gik til det på den her skole?*

Vilma: *Nej, så tror jeg, man ville blive lidt hatet på.*

Elvira: *Ja, det tror jeg også.*

Interviewer: *Okay. Hvad tænker I om det?*

Sebastian: *Jeg tror ikke, det kun er vores skole, der bare hater på alle de der mærkelige sådan ...*

Elvira: *Nej, nej, nej.*

Sebastian: *Jeg tror, der er mange andre skoler også.*

Undersøgelsen viser, at de normer, der eksisterer for fritidslivet, i høj grad er kønnede. Og at det især er drengene, der vokser op med snævre normer for, hvad man som dreng laver i fritiden. Som Emily fra 7. klasse siger: "Altså jeg føler, at piger kan gå lidt til alt. Jeg ved ikke, hvorfor det er blevet sådan."

Når børnene i interviewene reflekterer over forskellen på kønnene, nævner flere, at drenge gerne vil være seje. Og det er ikke alle fritidsaktiviteter, der understøtter den opfattelse. Tværtimod. Selma og Johanne fra 7. klasse fortæller:

Selma: *Jeg tror, der er mange drenge, der gerne vil være seje. Og hvis de går til ballet eller ridning eller sådan noget, så tror jeg godt, de kunne føle, at så er de ikke så seje mere.*

Johanne: *Så kan det også godt være, at man bliver kaldt for homoseksuel.*

Fodbold er i denne undersøgelse den mest populære fritidsaktivitet blandt drengene: Halvdelen af alle drengene i 4. klasse og fire ud af ti drenge i 7. klasse går til fodbold. Malthe fra 7. klasse beskriver det som en kædereaktion: "Er der mange, der spiller, begynder alle de andre også." Mira fra 7. klasse beskriver, at der næsten kan være et socialt pres i at gå til fodbold, især som dreng:

Mira: *Jeg tror også, det handler om noget socialt. Altså sådan – okay, hvis du ikke går til fodbold, så er det sådan lidt underligt, fordi alle går til fodbold, pga. at det er sådan et socialt pres. Eller, jeg ved ikke rigtigt, om det er et pres, men sådan – et socialt – sådan, alle gør det.*

Det sociale pres for at spille fodbold kan gøre det svært for de drenge, der ikke nyder at snøre fodboldstøvlerne. De risikerer at være uden for fællesskabet, når så mange jævnaldrende mødes omkring den samme fritidsaktivitet. Det understøttes af forskning, der peger på, at drenge, der ikke spiller fodbold som de andre, risikerer at blive ekskluderet og stå uden for de sociale fællesskaber.⁴³

Interviewene viser samlet set, at der i høj grad eksisterer normer for, hvilke fritidsinteresser børn går til i fritiden, og at det kan påvirke børns opfattelse af og lyst til at gå til noget. Normerne knytter sig også til synet på det at have et aktivt liv i det hele taget. Således giver både børn i 4. og 7. klasse udtryk for, at børn, der slet ikke går til noget, går glip af noget betydningsfuldt. Nogle børn har også fordomme om, at denne gruppe børn er dovne. Disse forestillinger kan betyde, at børn, der ikke dyrker organiserede fritidsaktiviteter eller har et udadvendt socialt liv, kan opleve, at de skal retfærdiggøre deres valg over for andre.



SAMTALER PÅ BØRNETELEFONEN

DÉT FORTÆLLER BØRN OM AT GÅ I KLUB OG TIL FRITIDS AKTIVITETER

Fra BørneTelefonen genkender vi mange af undersøgelsens temaer: Det organiserede fritidsliv kan skabe frirum og glæde og være en kilde til venner og fællesskaber – men de fællesskaber, børnene møder der, kan virke både inkluderende og ekskluderende. Nogle børn føler sig udenfor. Andre frygter at miste fællesskabet, hvis de ikke er gode nok, eller hvis de stopper. Glæden ved at gå til noget kan drukne i forventningspres både fra dem selv og andre, og nogle børn rammes af normer for, hvad der er godt at gå til – og at det er pinligt ikke at gå til noget overhovedet.



” Jeg går i 8. Klasse og går ikke til sport eller nogle andre aktiviteter. Jeg føler ofte at blive udskaftet for det. Både af lærer, klassekammerater og mine venner. Man kan tydeligt høre at de synes det er forkert når jeg siger det højt.

Selv mine venner siger at jeg er doven og burde gøre noget for at få venner.

Jeg føler mig ikke doven. Jeg er ikke mega fysisk aktiv men jeg laver altid noget. Laver lektier, rydder op, laver mad, ses med venner eller familie...

PIGE, 14 ÅR

” Jeg er en dreng på 14 og er lige starte i en fodbold klub og vil godt lære de andre drenge at kende men er meget udsikker på hvad jeg skal sige eller tale om med dem. (...) Jeg er også lidt ensom fordi jeg går på en skole hvor at det er en meget lille klasse og ingen af dem i klassen er mine venner eller noget så jeg har ikke rigti nogen så vil virkelig godt lære dem i fodbold klubben at kende.”

DRENG, 14 ÅR

” Når jeg spiller og er sammen med pigerne er det som om at alle mine problemer forsvinder og jeg er glad og smiler.

PIGE, 14 ÅR

” Jeg blir mobbet (...). Og det mig virkelig ked af det. (...) Jeg spiller håndbold, og det er jeg virkelig glad for! Men de piger som jeg går i klasse med, går osse til håndbold. Og de er svære at være sammen med. Selvom jeg prøver at ignorere dem, går det dårligt. Jeg er målmand og den eneste målmand, jeg har stået på mål i 3 år, og har ikke aflyst en eneste kamp, for hvis jeg gør det, vil alle blive sure, og hade mig.

Vi har osse fået ny træner som er far til en af spillerne, hun er altid sur, utilfreds, vores træner råber og skælder os ud, nogle af spillernes mødre, overfaldte min mor med en masse grimme ord, og jeg kan bare ikke klare det mere.

Nu overvejer jeg at stoppe i den klub, og begynde forfra i en anden klub. (...)

PIGE, 13 ÅR

” Her for nogle måneder siden snakkede jeg med en pige fra min klasse. Hun spurgte om jeg gik til nogen sport. Jeg sagde at jeg løb, træned der hjemme og går til svømning. Så kiggede hun på mig og sagde: “Ej Svømning? Nej hvor pinligt.”

(...) mit spørgsmål er bare hvad piger synes om en dreng som svømmer?

DRENG, 14 ÅR

” Min familie skændes. Som i vær weekend (...) Det eneste der hjælper mig så jeg ikke bliver helt ked af det er svømning. Jeg bliver bare meget mere glad af at være sammen med dem jeg bedst kan lide.”

PIGE, 13 ÅR

” Ingen kan lide mig. Jeg har aldrig en makker til idræt så jeg skal altid være sammen med en jeg ikke kender. Jeg har aldrig en at være sammen med generelt. Jeg går altid alene hjem imens andre tager sammen senere fordi de er i klub son jeg også vil gå i men må ikke fordi min familie har ikke råd.

PIGE, 11 ÅR

Del 3

FRITIDSAKTIVITETER KONKURRERER MED MEGET ANDET I BØRNS LIV

De vigtigste grunde til at gå til en fritidsaktivitet er ifølge børnene, at det er sjovt, at man bliver bedre til noget, at man er en del af et fællesskab, og at man får motion. Omvendt fortæller den gruppe børn, der ikke går til noget, at de hellere vil lave noget andet, eller at de ikke kan finde noget, de har lyst til at gå til. Særligt de ældste børn har meget andet, de gerne vil – og for alle børn gælder det, at de gerne vil være der, hvor deres venner er.

Selvom de fleste børn i 4. og 7. klasse går til fritidsaktiviteter, er det ikke alle. Denne undersøgelse bekræfter, hvad andre undersøgelser også har peget på: Især de ældre børn har tendens til at falde fra og stoppe med at gå til noget. Mens det er knap ni ud af ti drenge og piger i 4. klasse, der går til en fritidsaktivitet, gælder det for hhv.

86 pct. af drengene og 78 pct. af pigerne i 7. klasse. Hver femte pige i 7. klasse går således ikke til noget i fritiden.

Når vi spørger børnene, hvorfor de dyrker deres fritidsaktivitet, svarer mange, at det er sjovt, at man kan udvikle sig og blive bedre samt pga. sammenholdet, fællesskabet og vennerne (figur 20). Undersøgelsen viser også, at flere fra især 7. klasse går til deres fritidsaktivitet for at få motion.⁴⁴

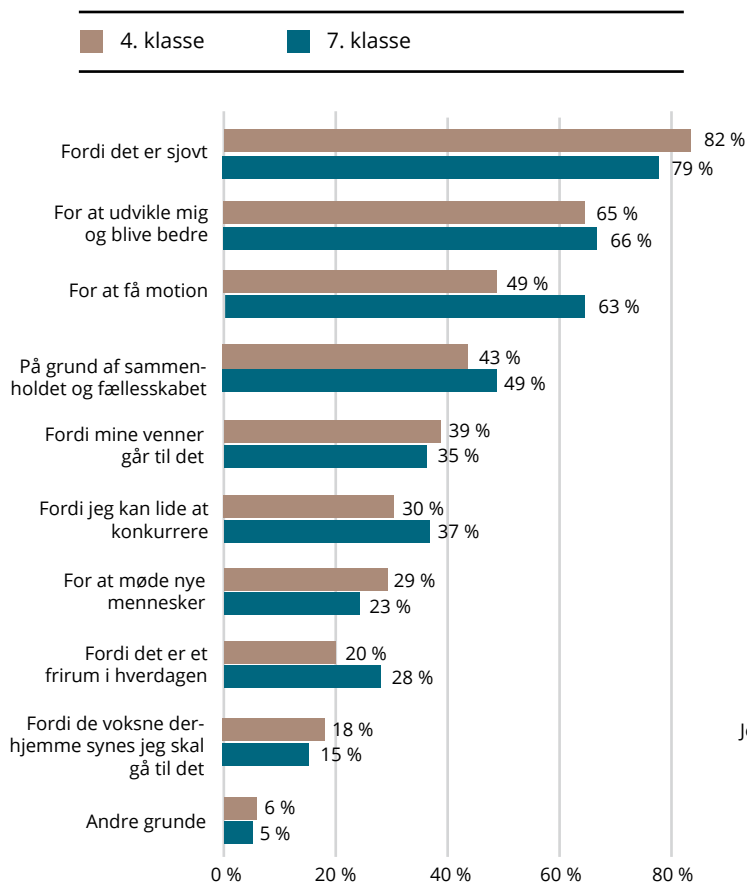
Omvendt kan fraværet af disse faktorer blive en barriere for at gå til noget, viser undersøgelsen: Børnene kan miste motivationen, hvis det ikke er sjovt, hvis de oplever, at de er uden for fællesskabet, eller hvis de ikke oplever, at de udvikler sig. På tværs af klassetrin giver flere børn udtryk for, at der skal være en god balance mellem, at det på den ene side er sjovt og rart, og at de kan hygge sig med vennerne, og at de på den anden side kan udvikle sig og få succesoplevelser. Harmonerer dette ikke, kan det få børnene til at stoppe.



BØRN, DER TRIVES DÅRLIGERE, FALDER OFTERE FRA

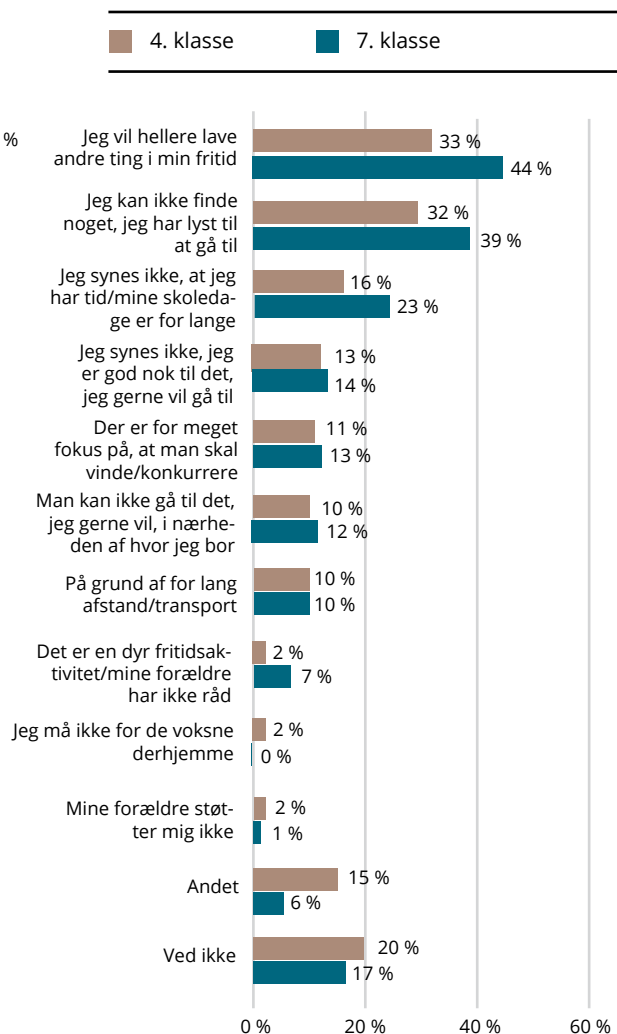
Børn med dårligere mental trivsel (målt som lav livstilfredshed) dyrker mindre idræt end andre børn. Det viser en undersøgelse fra Idrættens Analyseinstitut fra 2024. Samme undersøgelse viser dog også, at en stor andel af de børn, der trives dårligt, og som ikke dyrker idræt, har forsøgt sig med at komme i gang, men er stoppet igen. Undersøgelsen finder, at de børn, der er stoppet, i højere grad dyrker fritidsaktiviteter som spejder, FDF, musik og kreative aktiviteter, og at børnene er langt mindre optaget af at konkurrere og præstere og går mindre op i at blive bedre og gode til deres sport.⁴⁵

Figur 20: Årsager til, at børn i 4. og 7. klasse går til deres fritidsaktivitet



Note: Figuren er baseret på 1.609 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (893 i 4. klasse og 716 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvilke grunde er der til, at du går til dine fritidsaktiviteter?" Spørgsmålet er kun stillet til børn, der har angivet at gå til en fritidsaktivitet. Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Figur 21: Årsager til, at børn i 4. og 7. klasse ikke går til en fritidsaktivitet



Note: Figuren er baseret på 304 besvarelser fra børn i 4. og 7. klasse (133 i 4. klasse og 171 i 7. klasse) på spørgsmålet "Hvad er grunden til, at du ikke går til en fritidsaktivitet?" Spørgsmålet er kun stillet til børn, der har angivet, at de ikke går til en fritidsaktivitet. Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Venerne og fællesskabet er drivkraften for mange

Det sociale samvær og fællesskabet er en stor drivkraft for mange børn og betyder bl.a., at man kommer afsted, selvom hverdagen er travl, eller motivationen ikke lige er på sit højeste. At dyrke sport eller fritidsaktiviteter sammen med nogen, man har det godt med, kan både gøre det sjovere, men også mere trygt.⁴⁶ Børnenes interesse smitter, og flere fortæller, at de er startet til deres fritidsaktivitet, fordi de kendte nogle andre, der gik til det i forvejen, eller fordi de kunne starte sammen med nogle andre.

I spørgeskemaundersøgelsen svarer hhv. 43 pct. af børnene i 4. klasse og 49 pct. af børnene i 7. klasse, at de går til deres fritidsaktivitet pga. sammenholdet og fællesskabet. Tilsvarende svarer 39 pct. i 4. klasse og 35 pct. i 7. klasse, at de har valgt deres fritidsaktivitet, fordi deres venner går til det samme (figur 20). Ellen fra 7. klasse fortæller om, hvad det betyder at gå sammen med nogen, man kender:

Ellen: *At man føler sig tryk, og at man ikke er helt alene, og man føler sig sådan – "okay, alle andre har venner, og jeg har ikke rigtigt nogen, så jeg er bare sådan alene her." Så man føler sig lidt mere tryk og har lidt mere selvtillid, måske. (...) Fordi så ved man, at man har nogen, man er sammen med..*

Flere børn giver også udtryk for, at deres fritidsaktivitet har været en vej hen til nye venskaber eller har givet dem adgang til fællesskaber, hvor de trives bedre end fx i klassen. Frygten for at miste vennerne og fællesskabet, hvis man stopper, kan dog omvendt også fastholde børn, der overvejer at stoppe. Nogle børn giver udtryk for, at de frygter at være udenfor, hvis ikke de går

til det samme som de andre, og at det er en af årsagerne til, at de har holdt fast i deres fritidsaktivitet eller udskudt at stoppe. Mathias fra 7. klasse fortæller:

Mathias: *Hvis en hel vennegruppe går til noget, så kan man føle sig udenfor, hvis man ikke går til noget sammen. Så bliver man lidt nødt til det.*

Og det kan være svært at stoppe, hvis det samtidig er et farvel til vennerne på fx svømmeholdet, fortæller Efraim fra 7. klasse:

Interviewer: *Hvor stor en beslutning var det for dig, Efraim [at stoppe]?*

Efraim: *Den var ret stor. Fordi jeg havde jo også rigtigt mange venner, der var ...*

Interviewer: *Så man siger også farvel til noget, der har været godt, måske?*

Efraim: *Jeg havde sådan 20 venner derude. 15-20 venner.*

Ligesom vennerne og fællesskabet kan tiltrække og fastholde børn i fritidsaktiviteter, kan de omvendt også miste motivationen, når vennerne falder fra en fritidsaktivitet. Børnene stopper således ikke nødvendigvis, fordi de har mistet lysten til eller interessen for aktiviteten, men fordi de mister et fællesskab, som de trives i. Mie fra 4. klasse siger:

Mie: *Altså, jeg stoppede til det, fordi næsten alle, der gik der fra min klasse, stoppede. Og det var mega kedeligt.*

BØRN ER MEST MOTIVEREDE FOR AT GÅ TIL NOGET, HVIS FRITIDSAKTIVITETEN I SIG SELV GIVER DEM GODE OPLEVELSER

Forskning peger på, at børn er mest motiverede for at gå til noget, hvis selve aktiviteten giver dem gode oplevelser. Hvis de bliver glade af at dyrke deres sport eller fritidsaktivitet, er de mere tilbøjelige til at fortsætte. Børn kan også være motiverede af, at de føler, de får noget godt ud af aktiviteten, fx motion eller venner. Til gengæld virker følelsen af "jeg bør" i bedste fald kun kortvarigt. Det samme gør såkaldt ekstern regulering, hvor børnene alene er aktive for at undgå negative konsekvenser fra fx forældre eller trænere. Denne motivationsform er desuden forbundet med lavere trivsel.⁴⁸



Fællesskabet er i sig selv ikke nødvendigvis positivt for alle børn. Det gælder fx, hvis børnene oplever, at de ikke bliver inkluderet i de eksisterende fællesskaber.⁴⁷ Relationerne til de andre børn kan også blive en barriere, hvis fællesskabet ikke er trygt og positivt, men fx præget af positioneringer mellem børnene eller en hård tone og konflikter. Her beskriver Frida fra 4. klasse forskellen på sin nuværende og forrige fritidsaktivitet:

Frida:

Jeg har ikke prøvet det på cheerleader-holdet, fordi der går de meget op i, at man skal snakke rigtigt til hinanden og sådan noget. Men når jeg gik til gymnastik, kunne der godt finde på at blive sådan – hvis der var nogen, der gik over til en og lavede – for eksempel, hvis jeg lavede trick, og jeg faldt, og de lavede trick og landede, så lavede de sådan et blik til mig, fordi de var bedre end mig.

Fritidsaktiviteterne konkurrerer med andet i børnenes liv

Det er et vilkår, at der foregår meget i de arenaer, der kendetegner børns fritidsliv. Blandt børnene i 4. klasse er det fx fritidsklubben og

familielivet, der tager tid, mens børnene i 7. klasse kan opleve, at lektier, fritidsjob og tid på mobilen kræver deres tid og opmærksomhed. Oplevelsen af at have meget at se til kan både være en barriere for, at børn starter til en fritidsaktivitet og for, at de holder ved. I spørgeskemaundersøgelsen svarer 33 pct. i 4. klasse og 44 pct. i 7. klasse, at de ikke går til noget, fordi de hellere vil lave andre ting i deres fritid. Og hhv. 16 pct. og 23 pct. i 4. og 7. klasse synes ikke, at de har tid, eller at deres skoledage er for lange (figur 21).

Her er det Kamma fra 7. klasse, der fortæller, hvordan håndbold risikerer at vige pladsen for et fritidsjob:

Kamma:

Jeg har også lidt overvejet det, fordi man vil jo godt tjene penge. (...) Det har jeg også flere gange snakket med mine forældre om, men jeg har jo ikke muligheden for det, når jeg går til håndbold. Så det kan godt være det, fordi det bliver meget sådan –, man har jo cirka to eller tre fridage sådan her i håndbold, og det er ikke særlig meget, så man vil måske godt sådan have noget mere, så man stopper.

Det er en hovedprioritet for de fleste børn at have tid til vennerne. Nogle finder vennerne til en fritidsaktivitet. For andre kommer fritidsaktiviteten til at konkurrere med vennerne udenfor. Som Emma fra 7. klasse siger:

Emma: *Jeg vil også godt sådan have en balance mellem både at kunne være sammen med venner og dyrke sport. Fordi der er mange af mine veninder, de danser 24/7, og det har jeg heller ikke lige helt lyst til. Jeg vil også godt kunne være sammen med mine venner og sådan.*

Når kalenderen er tætpakket, og børnene skal prioritere, kan det også være praktiske og logistiske hensyn, der fjerner motivationen for at gå til noget. Det skal være nemt at komme hen til fritidsaktiviteterne. For stor afstand kan være en barriere, særligt hvor man skal køres af forældre eller tage offentlig transport. Et ud af ti børn, der ikke går til en fritidsaktivitet, svarer, at det skyldes for lang afstand, og samme andel svarer, at det ikke er muligt at gå til det, de gerne vil, i nærheden af hvor de bor. Filippa fra 7. klasse fortæller:

Filippa: *Ja, præcis, fordi hvis jeg skal til træning, og mine forældre ikke er hjemme, så skal jeg jo tage bus derop, og det ved jeg ikke lige, om jeg orker. Så er jeg lige kommet hjem, så skal jeg gøre mig klar, og så skal jeg tage bus igen derover. Det tror jeg ikke, at jeg orker.*

At dyrke fritidsaktiviteter handler for børnene ikke kun om at foretage prioriteringer mellem de forskellige arenaer og aktiviteter i fritidslivet. Børn, der dyrker mange forskellige fritidsaktiviteter, oplever også, at de når et punkt, hvor de må prioritere, hvad de går til, for at få tid nok til fx at præstere på et højere niveau. Et litteratur-

studie om børn og unges trivsel i foreningsidrætten fra 2024 viser, at børn særligt prioriterer de aktiviteter, de oplever som de mest forpligtende, samt dem, hvor de trives bedst.⁴⁹ Her fortæller Malthe og Elna om at skulle træffe et valg om, hvilke fritidsaktiviteter de ville fortsætte med:

Malthe: *Jeg gik både til håndbold og fodbold i 4. klasse. Så stoppede jeg til fodbold.*

Interviewer: *Hvorfor stoppede du?*

Malthe: *Jeg ville hellere spille håndbold. (...) Der var mange dage, hvor det lå oven i hinanden, og så skulle man vælge, hvad man ville til.*

Elna: *Ja, sådan var det også for mig. Så valgte jeg mellem fodbold og cykling.*

Nogle børn har aldrig fundet eller prøvet en fritidsaktivitet, der passede til dem

13 pct. i 4. klasse og 18 pct. i 7. klasse går ikke til noget i deres fritid (figur 15). For piger i 7. klasse gælder det hver femte. Når børnene bliver spurgt, hvorfor de ikke går til noget, svarer hhv. 32 pct. i 4. klasse og 39 pct. i 7. klasse, at de ikke kunne finde noget, de havde lyst til at gå til (figur 21).

Også i interviewene kommer børnene ind på, at det manglende gode match er en barriere: Det er ikke alle børn, der har oplevet at starte til en fritidsaktivitet, som de havde lyst til at fortsætte med. Samtidig er der også børn, som kun har meget begrænsede erfaringer med at prøve fritidsaktiviteter af – om nogen overhovedet. Her kan forældrenes økonomi og opbakning spille en rolle. Forskning viser bl.a., at der er en social slagside i, hvem der går og ikke går til fritidsaktiviteter.⁵⁰

Undersøgelsen viser også, at det kan være svært at starte, hvis man rammer et skævt niveau i forhold til sin alder. Det er svært at være nybegynder, hvis ens jævnaldrende har trænet i flere år. Kamma fra 7. klasse beskriver, hvordan det blev en barriere for hende, da hun gerne ville starte til fodbold:

Kamma: *Inden jeg startede til håndbold, så var det meningen, at jeg skulle have gået til fodbold, men der var ikke helt noget pigehold for mig. Så skulle jeg være sammen med nogle, som var seks år yngre end mig, og det synes jeg ikke var sådan det fedeste.*

Forskning om børn, der kommer senere i gang med en aktivitet end deres jævnaldrende, viser, at disse børn kan opleve, at det er svært dels at komme ind i, dels at begå sig i en forening. I en undersøgelse svarer fire ud af fem ikke-aktive børn, at det er vigtigt at være god til den aktivitet, de eventuelt skal starte til. Og det på trods af, at man ikke nødvendigvis er god til noget, man ikke har prøvet før.⁵¹ En anden undersøgelse peger på, at børn, der starter senere end deres jævnaldrende, er de første til at stoppe igen.⁵²



HOVEDÅRSAGER TIL, AT BØRN TIL- OG FRAVÆLGER FRITIDSAKTIVITETER

Undersøgelsen har identificeret en række forhold, der fremmer og hæmmer børns lyst til at gå til fritidsaktiviteter:

ET POSITIVT INDSLAG I HVERDAGEN:

Børnene i undersøgelsen understreger vigtigheden af, at det, man går til, skal være en sjov og rar oplevelse i hverdagen og noget, man glæder sig til. Hvis det i længden bliver for hårdt eller surt at komme afsted, vælger mange børn deres fritidsaktiviteter fra til fordel for andre interesser. For børn, der har det svært i andre arenaer, fx i skolen, kan det at dyrke en interesse opleves som et frirum. Flere børn lægger også vægt på, at deres fritidsaktivitet giver motion og bevægelse.

PERSONLIG UDVIKLING OG PRÆSTATION:

Til mange fritidsaktiviteter er der fokus på at blive bedre, og mange børn motiveres, når de oplever, at de udvikler sig eller lærer noget nyt. Omvendt kan en oplevelse af ikke at være lige så god som andre virke demotiverende og få børn til at stoppe med at gå til deres fritidsaktivitet. Samtidig kæmper en del børn med at finde balancen mellem ønsket om at udvikle sig på den ene side og oplevelsen af pres på den anden. Der er også en gruppe børn, der stopper til deres fritidsaktivitet, fordi de ikke ønsker at dyrke den på eliteplan. De savner mulighed for at dyrke deres fritidsinteresse på et mere alment niveau, hvor fokus er på at have det sjovt og dyrke bevægelse frem for på konkurrence og præstation.

FRITIDSAKTIVITETER HAR FORSKELLIG STATUS:

Undersøgelsen viser, at nogle fritidsaktiviteter er mere populære end andre. Der er også forskel på, hvilke aktiviteter drenge og piger foretrækker at gå til. Fodbold er et eksempel på en fritidsaktivitet, som er meget populær hos begge køn, men i særdeleshed blandt drengene. Undersøgelsen tegner ligeledes et billede af, at der i høj grad eksisterer normer omkring børns fritidsinteresser, og at de kan begrænse børnenes syn på, hvad der er legitimt at gå til. Fx er der i nogle børnegrupper et udpræget negativt syn på nogle fritidsinteresser og de børn, der dyrker dem. De snævre normer rammer især drengene, hvor mange børn kan genkende, at der er forventninger til, hvad en dreng kan – og ikke kan – gå til.

VENNER OG FÆLLESSKAB:

Børnene tillægger det stor værdi at være en del af et socialt fællesskab gennem sport eller fritidsinteresser, og det er i høj grad med til at fastholde og motivere dem. Mange børn oplever også, at de har fået nye venner via en fritidsaktivitet. At være fælles om noget giver børnene en følelse af at være en del af noget, der er større end dem selv. Omvendt kan følelsen af at stå uden for fællesskabet bidrage til, at børn vælger deres fritidsaktivitet fra. For nogle fritidsaktiviteter er det samtidig et vilkår, at børnene udvikler sig i forskelligt tempo eller når forskellige niveauer. Det kan udfordre de sociale relationer og i praksis betyde, at man ikke længere træner sammen med sine venner.

DET ER SAMTIDIG ET VILKÅR, AT:

Fritidsaktiviteter konkurrerer med meget andet i børnenes liv. Og det kan være en kabale at nå det hele. Når børn stopper eller vælger ikke at gå til noget, kan det derfor skyldes, at de vælger andet til. For mange børn er vennerne vigtige, og skal børnene vælge mellem at se dem eller gå til noget, kan det blive udslagsgivende for, at de stopper. Når kalenderen er tætpakket, og børnene skal prioritere, kan det også være praktiske og logistiske hensyn, der fjerner motivationen for at gå til noget. Nogle børn oplever fx at have alt for langt til deres træningsfaciliteter.

Del 3

FOKUS PÅ PRÆSTATION KAN FJERNE LYSTEN

Mange børn går til en fritidsaktivitet for at blive bedre til fx at spille klaver, badminton eller for at få succes på fodboldbanen. Men der er en skrøbelig balance mellem at udvikle sin kunnen og at have det sjovt med aktiviteten og vennerne. For nogle børn bliver presset for at præstere for meget, og de mister lysten og falder fra.

At udvikle sig og blive bedre er et fokus i mange fritidsaktiviteter. Børnene skal lære at svømme, de skal blive smidige, dribble sikkert med bolden og lære at sætte fingrene det rigtige sted på klaveret. At lære og at udvikle sig er for mange børn også en del af det, der motiverer dem til at komme afsted til træning og undervisning. 65 pct. af børnene i 4. klasse og 66 pct. af børnene i 7. klasse svarer, at de går til deres fritidsaktivitet for at udvikle sig og blive bedre (figur 20). Nogle børn drømmer stort, fx om den attraktive professionelle fodboldkarriere. Andre børn beskriver, hvordan det giver dem en glæde og et kick, når de lærer noget nyt. Her er det Malou fra 4. klasse:

Malou:

og så bliver jeg tit ret glad, når jeg lærer noget nyt. For eksempel sidste gang der lærte jeg at lave en baglæns flikflak. Og det har jeg aldrig nogensinde kunnet før, så jeg blev ret glad over, at jeg lærte noget nyt.

Det er dog samtidig vigtigt for børnene, at der også er plads til at fejle og at have det sjovt, og at ambitionerne ikke går ud over den gode stemning. Undersøgelsen viser også, at 11 pct. i 4. klasse og 13 pct. i 7. klasse ikke går til noget, fordi de mener, at der er for meget fokus på at vinde og på konkurrenceelementet (figur 21). Børnene lægger i interviewene vægt på, at de gerne vil lære noget, men at det er mindst lige så vigtigt at have det sjovt undervejs, som børn fra 4. klasse her beskriver:

Interviewer:

Men er det egentlig vigtigt at være god til det, man går til?

Sylvester:

Nej. Ikke sådan specielt.

Mie:

Altså teknisk set, så handler det jo bare om at have det sjovt.

Sylvester:

Men det er sjovt at være god til det.

Balancen mellem præstation og trivsel kan være svær for nogle børn at ramme. Her reflekterer Sif og Laura fra 7. klasse over deres oplevelser til hhv. fodbold og dans:

Sif: *Altså ved fodbold er det bare sådan, at der hygger man også mest. Men altså, det er jo sådan også. Man behøver ikke være god for at gå der, men det er jo også – man går der jo for også at blive bedre. Så det er jo ligesom sådan, der skal man også finde sin egen balance.*

Laura: *Altså i dans, hvis man ikke er god til det, man laver, så synes jeg ikke, at det er særligt sjovt. Fordi så står man bare der og halter lidt med. Så, ja.*

Presset for at være god kan fjerne lysten

Presset for at være god – og god nok – fylder hos en del børn i undersøgelsen. I 7. klasse føler hver fjerde et pres over at dyrke fritidsinteresser og at gøre det godt til det, de går til.⁵³ Det gælder for 21 pct. af drengene og 28 pct. af pigerne (figur 22). Når børnene bliver spurgt, hvad der presser dem, angiver seks ud af ti, at det er dem selv og deres egne forventninger. Det er især udpræget blandt pigerne at opleve et højt indre pres. 66 pct. af pigerne angiver, at presset kommer indefra, mens det gælder 47 pct. af drengene. En tredjedel af børnene oplever, at presset kommer udefra, fx fra de voksne derhjemme og/eller fra træneren (figur 23).

I interviewene fortæller børnene om de forventninger, de oplever, der kommer udefra fra forældre, holdkammerater, trænere og undervisere. Forventninger, der især handler om, hvordan man klarer sig og præsterer – enten individuelt eller som hold.⁵⁴ Her fortæller Svend fra 7. klas-

se, hvordan der har været en udvikling i hans sport, så der i dag er langt større forventninger til ham fra medspillere og trænere:

Svend: *Jeg rykkede op på førsteholdet i vinter, og det kunne jeg helt klart mærke, at der var det lidt mere serious. Vores træner regner med, at vi skal komme op og spille rigtigt professionelt og på landsholdet og sådan noget. Så der er forventninger på, så man skal tage sig sammen, ellers rykker man ned igen.*

Interviewer: *Hvem kommer de forventninger fra?*

Svend: *Ens medspillere og trænerne, en lille smule.*

Uanset om følelsen af pres kommer indefra eller udefra, bunder den ofte i en følelse af ikke at være god nok – eller at skulle kæmpe hårdt for at være det. Her er det Filippa fra 7. klasse, der fortæller:

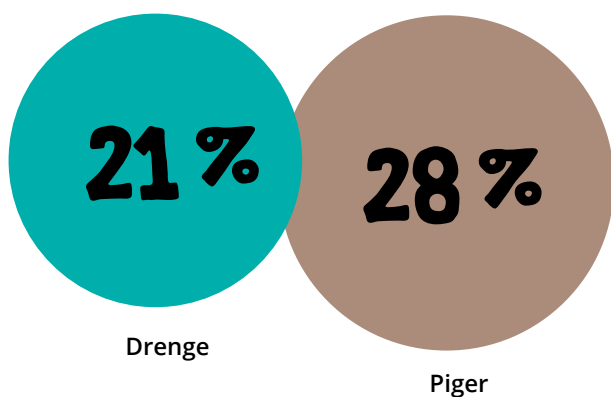
Filippa: *Det kan være misten af selvtillid, og at man så bliver irriteret på sporten, fordi man ikke kan finde ud af den, og at man så bare har lyst til at stoppe, fordi man ikke føler sig god nok. (...) Ja, også fordi man ser andre – ser, hvor gode de er, og så bliver det bare presset ud af en, at "okay, man skal være så god."*

Det er et vilkår, at børnene ikke udvikler sig lige meget eller lige hurtigt. Nogle går måske lidt i stå i deres udvikling, andre bliver hurtigt så dygtige, at de inviteres til at dyrke deres interesse på eliteplan. Denne niveauforskel kan virke demotiverende for børn, der oplever, at de er

dårligere end de andre. Niveauforskellen kan også i praksis betyde, at børnene bliver inddelt på forskellige hold og ikke længere kan holde fast i de fællesskaber, de måske har haft tidligere. Det kan betyde et brud i børnenes relationer, der får nogle børn til at stoppe. Det gælder både børn i 4. og 7. klasse – her er det Julie fra 4. klasse:

Julie: *Men grunden til, at jeg stoppede til akrobatik, det var, fordi jeg ikke følte, at jeg var lige så god som de andre.*

Figur 22 : Andel drenge og piger i 7. klasse, der er enige i, at de kan føle sig presset til at dyrke deres fritidsaktivitet

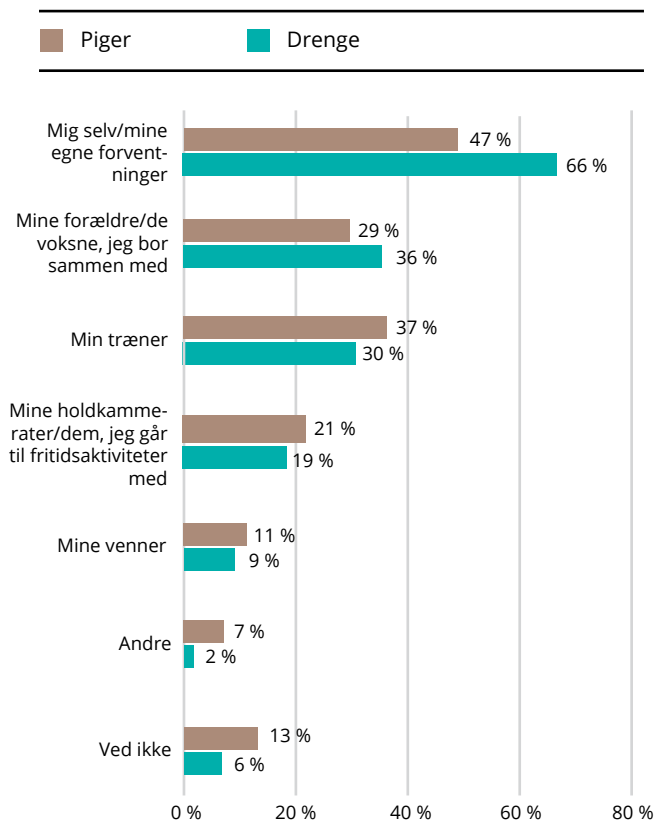


Note: Figuren er baseret på 701 besvarelser fra børn i 7. klasse (358 drenge og 343 piger) på spørgsmålet "Hvor enig er du i følgende? Jeg kan nogle gange føle mig presset til at dyrke min fritidsaktivitet eller til at gøre det godt?" Spørgsmålet er kun stillet til børn i 7. klasse, der har angivet, at de går til en fritidsaktivitet.

For stort fokus på præstation kan få børn til at forlade deres fritidsaktivitet

En række undersøgelser viser, at børn og unge i takt med alderen ofte oplever, at deres sport bliver mere og mere tidskrævende, forpligtende og præstationsorienteret. Disse vilkår er en barriere for, at nogle børn fastholder deres idrætsdeltagelse.⁵⁵

Figur 23: Fordeling af, hvor presset stammer fra ifølge børnene



Note: Figuren er baseret på 178 besvarelser fra børn i 7. klasse på spørgsmålet "Hvem oplever du, der presser dig?" Spørgsmålet er kun stillet til børn i 7. klasse, der har angivet, at de nogle gange føler sig presset til at dyrke deres fritidsaktivitet eller til at gøre det godt. Tallene summer til mere end 100 pct., da det var muligt at angive flere svar.

Det billede genkender børnene i interviewundersøgelsen. Særligt i 7. klasse fortæller flere børn, hvordan de har oplevet at stå ved en skillevej og skulle vælge mellem at dyrke idræt på højt niveau eller at stoppe. Her vælger nogle børn deres sport eller fritidsaktivitet fra, fordi det er blevet for ambitiøst eller tidskrævende frem for at handle om at dyrke bevægelse for sjov.

” Så var jeg sådan, okay – hvor meget gider jeg at gå til konkurrencesvømning? Hvor meget gider jeg at have et liv? (...) Jeg ville gerne have fortsat, hvis det ikke var konkurrence.”

MIRA, 7. KLASSE

Mira og Karla fra 7. klasse har begge valgt at stoppe til svømning, selvom de faktisk var glade for deres sport:

Mira: *Jeg gik til svømning sidste år, men så fik jeg tilbudt at komme på konkurrenceholdet, og så var jeg sådan "nu gider jeg ikke at gå til svømning længere", fordi jeg var sådan, jeg gider ikke at have konkurrence nu, hvor jeg går til svømning.*

Interviewer: *Så du stoppede faktisk, fordi du blev tilbudt at komme på konkurrenceholdet?*

Mira: *Ja.*

Karla: *Jeg var også på det højeste hold, indtil man ligesom kom på konkurrence, og det gad jeg ikke, for jeg svømmede bare, fordi jeg syntes, det var sjovt.*

De børn, der i undersøgelsen har valgt at dyrke deres fritidsinteresse på eliteplan, fortæller om gode oplevelser og om at være en del af et stærkt fællesskab.⁵⁶ Men de fortæller også, at det kræver svære prioriteringer og disciplin at leve op til de høje krav, som sporten og trænerne stiller. Der er fx mindre tid til at lave spontane aftaler med vennerne, når der er træning på programmet.

Carl af et af de børn, der ofte må prioritere sin svømning over mere tid med vennerne. Carl går i 7. klasse og svømmer fem dage om ugen, inklusive to morgentræninger før skole.

I interviewet fortæller Carl, at han er glad for at svømme, og at han 'hygger sig med det'. Samtidig fortæller han også, at det er hårdt, at han har fysisk ondt pga. træningen, og at han går glip af aktiviteter og samvær med vennerne uden for svømningen. Carl giver udtryk for, at han selv kan vælge, om han vil fortsætte med at svømme på eliteniveau. Samtidig oplever han, at hans forældre gerne ser, han fastholder sin svømning.

Carl: *Jeg tænker også hele tiden over det, fordi jeg har det jo meget hårdt. Og jeg er jo ikke særligt social med svømning. Jo, jeg er jo social med svømning, men ikke uden for det med klassen. Så lad os sige, at når de laver det der med, at de skal ud på en tur, så kan jeg jo ikke være med, for så skal jeg som regel til svømning om en time eller en halv time. Og der har jeg jo ikke noget tid til det. Og jeg vil helst ikke vælge min svømning fra, fordi det er jo ret vigtigt. Hver dag vi laver det, så laver vi noget vigtigt.*

” Jeg har ikke rigtig nogen venner i skolen på grund af at jeg er så meget væk. (...). Der var en dag hvor jeg prøvede at sige til mine forældre at jeg tror ikke at jeg vil spille tennis mere. (...) Jeg fik af vide at man ikke bare kan give op med noget man har gang i. Og det er også rigtigt men det skal jo være sjovt det man laver. (...). Og fra den dag har jeg slet ikke tørret at sige alle mine rigtige følelser omkring tennis til dem.”

Del 3

TRÆNERE OG FORÆLDRE SKAL STØTTE - MEN IKKE PRESSE

Frivillige, trænere og undervisere skaber rammerne for de fritidsaktiviteter, som børn går til, og de skal både støtte børnene til udvikling og skabe et rart og trygt miljø for alle. Forældre kan også præge deres børns deltagelse og skabe gode betingelser for, at de kommer afsted og holder ved. Nogle forældre har klare forventninger til deres børns fritidsliv, og det kan skabe et pres på børnene.

En god træner presser ikke. En god træner motiverer og gør træningen sjov. En god træner formår at finde den gode balance mellem at udvikle børnene og sikre, at de har det rart undervejs. Sådan lyder det gennemgående fra de børn, Børns Vilkår har talt med.

De voksne, der er omkring børns fritidsaktiviteter, har afgørende indflydelse på, hvordan børn trives, og på de forhold, der hhv. fremmer og hæmmer børnenes lyst til at gå til noget. Det har flere tidligere undersøgelser peget på,⁵⁷ og det bekræftes i denne undersøgelse. Både spørgeskemaundersøgelsen og interviewene viser, at de voksne kan påvirke børnenes lyst til at gå til noget – både direkte og indirekte. Flere af børnene nævner specifikt deres træner eller underviser som årsagen til, at de går til deres fritidsaktivitet. Her er det Ellen fra 7. klasse:

Ellen:

Jeg kan godt lide min træner, og det har helt sikkert også gjort noget, så jeg faktisk vil gå til sport, fordi han har sådan motiveret mig og sådan noget.

FRIVILLIGE, TRÆNERE OG UNDERVISERE - SÅDAN DEFINERER VI DE VOKSNE, BØRN MØDER TIL DERES FRITIDSAKTIVITETER

Når vi i rapporten skriver om de voksne, børn møder til deres fritidsaktiviteter, har vi valgt at kalde dem 'voksne' eller 'frivillige, trænere og undervisere'. Der er dog stor variation fra fritidsaktivitet til fritidsaktivitet i, hvad der er den mest præcise betegnelse – det kan være træner, underviser, leder, frivillig eller lærer. Samtidig er de 'voksne' ikke altid voksne, men kan i nogle sammenhænge være unge under 18 år, der træner de yngre.

De voksne skaber rammen for fællesskabet mellem børnene

Sammenholdet, fællesskabet og venskaberne er for mange af børnene afgørende for, at de har lyst til at gå til det, de går til, og den frivillige, træneren og underviseren spiller en afgørende rolle i forhold til at understøtte det sociale samspil. Går de voksne forrest og taler pænt til børnene og viser, at sammenhold, holdånd og fællesskab er vigtigt, smitter det af på børnene, og det kan være afgørende for, hvordan stemningen til en træning eller en kamp bliver. Ikke kun mellem den voksne og børnene, men også børnene imellem.

Flere af børnene i undersøgelsen giver eksempler på, hvordan de voksne til deres fritidsaktivitet understøtter et godt fællesskab børnene imellem. Nogle af børnene fortæller fx om voksne, der proaktivt griber ind ved konflikter, eller hvis tonen mellem børnene bliver hård. Andre fortæller om voksne, der sørger for at skabe hyggelige og rare rammer. Her fortæller Ellen fra 7. klasse om en træner, der forsøger at tage hånd om en konflikt mellem hende og en anden pige fra fodboldholdet:

Ellen: *For eksempel, så lytter han. Jeg havde noget med en anden pige fra en anden klasse her for lidt tid siden, og han var sådan, "vi kan godt tage en snak, hvis du har lyst, men vi behøver ikke. Vi kan også godt bare lade den ligge, og så håber jeg, at I selv finder ud af det." (...) Og så kan man også godt se, hvor meget han faktisk gerne vil holdet. Og man kan godt se, at han faktisk gerne vil have, at vi har det godt, og at vi har det sjovt og sådan noget.*

Også Svend fra 7. klasse beskriver, hvordan træneren kan hjælpe med at skabe en tryk og god stemning, også selvom børnene internt kan blive hårde over for hinanden.

Svend: *Nogle gange er det lidt irriterende, fordi hvis man laver den mindste fejl, så kan ens medspillere godt blive ret sure på en, hvis man bare laver en lille fejl. (...)*

Interviewer: *Er der en lidt hård jargon i fodbold?*

Svend: *En lille smule, ja. Men det er vores træner også god til at sige, at det vil han ikke have noget af.*

Interviewene viser også, hvordan nogle voksne til fritidsaktiviteterne formår at skabe en tryk stemning – at gøre det rart at være der, og hvor betydningsfuldt det er. Som Ella og Alberte fra 4. klasse beskriver det:

Ella: *Altså hvis man ikke har en god træner, så er det bare ikke sjovt at gå der, fordi det betyder rigtig meget.*

Alberte: *Man føler sig også lidt mere tryk ved en god træner, som sådan virkelig er sød.*

Den frivillige, træneren og underviseren har bl.a. betydning for, hvordan børnene har det internt på et hold. Ikke alle formår at skabe en god og tryk stemning, og børnene reagerer på det, fx hvis tonen fra de voksne er streng, eller hvis der er meget fokus på præstationer og konkurrence. Det kan gå ud over fællesskabet børnene imellem. Maria fra 7. klasse fortæller:

Maria: *Jeg føler helt klart, at da jeg gik til cheerleading, der var der ret meget konkurrence også, fordi det var ikke kun, at vi skulle op at konkurrere mod andre hold. Det var også det, at trænerne fik os til at konkurrere mod hinanden.*

Den gode træner motiverer

En undersøgelse fra Danmarks Idrætsforbund peger på, at trænere i høj grad bidrager til at skabe trivsel og motivation, hvis de sørger for, at børn føler sig succesfulde og oplever, at de forbedrer sig, og hvis de anerkender alle, som gør en indsats, uanset hvor gode de er.⁵⁸ I interviewene uddyber børnene, at det er vigtigt for deres glæde ved fritidsaktiviteterne, at der både er plads til udvikling og til at have det sjovt, og hvor vigtige de voksne er i den sammenhæng. Her er det Elvira, Vilma og Kamma fra 7. klasse, der fortæller:

Interviewer: *Hvad gør en god træner?*

Elvira: *En, som ikke presser en for meget.*

Kamma: *Får noget sjov ind i det. Lidt ligesom ovre i skolen, at man ikke bare skal sidde og skrive og skrive noter og sådan.*

Elvira: *Så det ikke er alt for seriøst.*

Vilma: *Så der sker noget sjovt*

Kamma: *Altså selvfølgelig skal man stadig have lidt sådan, at det stadig skal være sjovt og sådan noget. Men det skal også stadig være sådan seriøst, hvis man godt vil være god. Men der skal jo også være plads til det sjove.*

For børn, der dyrker sport på eliteplan, er det også vigtigt, at trænerne husker at variere træningen og give børnene plads til at lege, da det er med til at fastholde børnenes motivation. Det fortæller Carl i 7. klasse:

Carl: *Det eneste, der holder mig fra at stoppe, det er, fordi lige nu laver vi leg til svømning. Så vi laver lidt leg, og så laver vi jo noget hårdt. Men på det næste hold, der laver vi ingenting i leg, det er bare hårdt, hårdt. Altså for det er jo de profs, der er jo DM og sådan noget.*

Trænerne og underviserne er også med til at sikre en god stemning. Hvis de voksne er i godt humør og finder plads til humor og hygge, påvirker det børnene og den generelle stemning. Her er det Mathias og Jacob fra 7. klasse, der fortæller:

Mathias: *Altså vores trænere til fodbold, de er sådan virkelig sjove.*

Jacob: *Og de laver mange jokes.*

Mathias: *Ja, præcis.*

Interviewer: *Er det med til at gøre, at I har lyst til at komme afsted?*

Mathias: *Jamen, det gør det bare sjovere, når man er afsted.*

Mathias: *For min gamle træner, han var virkelig seriøs om det.*

Interviewer: *Ja. Var det godt eller skidt?*





Mathias: *Jeg syntes, det var skidt, fordi vi endte med at træne sådan noget 8 timer om ugen.*

” Træneren var det eneste, der gjorde, at jeg kom. Nu er træneren der ikke længere, og så gider jeg ikke.”

MIRA, 7. KLASSE

DEN GODE FRIVILLIG, TRÆNER OG UNDERVISER IFØLGE BØRNENE

De voksne til fritidsaktiviteterne skal ifølge børnene i 4. og 7. klasse:

-  Være søde, sjove og lytte.
-  Skabe en hyggelig og tryk stemning.
-  Motivere og ikke presse.
-  Finde en god balance mellem, at det er rart og hyggeligt, samtidig med at børnene kan udvikle sig og lære.

DER ER HØJE FORVENTNINGER TIL DE VOKSNE

Undersøgelser viser, at ønsker og forventninger til, hvad trænerne skal kunne, er både mange og høje. Træneren skal gerne være dygtig og ambitiøs, brænde for idrætten uden at være konkurrencefikeret eller kontrollerende, kunne presse udøverne til noget, de ikke selv troede, de kunne, og skubbe deres grænser, men ikke råbe eller være overambitiøs. Træneren skal også gerne være bestemt og styrende samt sjov og i godt humør.⁵⁹

Børnene reagerer også på, om de frivillige, trænerne og undervisere virker søde og behagelige eller fx skælder ud. Her er det først Ella fra 4. klasse og så Kamma fra 7. klasse, der fortæller:

Ella: *Så startede jeg så til fodbold. Men der - vores gode træner hun stoppede, fordi hun skulle læse op til at være læge. Og derfor kom der så en anden træner, som jeg syntes var virkelig dårlig, og som jeg ikke kunne lide. Og jeg syntes bare, at det ikke var særligt rart at være til fodbold, og så stoppede jeg så til det.*

Kamma: *Det var også en af grundene til, at jeg fandt en anden klub [pga. træneren]. Han var rigtigt gammel. Sådan en sur, gammel mand.*

Forældre har stor indflydelse på børns deltagelse i fritidsaktiviteter – på godt og ondt

Ud over trænerne og undervisere spiller også forældre en betydningsfuld rolle for deres børns deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter, viser denne undersøgelse. En del børn oplever forventninger hjemmefra om at skulle dyrke en interesse eller sport, og nogle møder helt klare forventninger til, *hvilken* fritidsaktivitet de skal gå til, eller *hvor længe* de skal gå til den. Det er i lidt højere grad de yngste i 4. klasse, der kan genkende, at forældre har en mening om deres deltagelse i fritidsaktiviteter: Hhv. 18 pct. i 4. klasse og 15 pct. i 7. klasse svarer, at de går til deres fritidsaktivitet, fordi "de voksne derhjemme synes, jeg skal" (figur 20).

Oliver fra 4. klasse fortæller i et interview, at det var hans forældre, der besluttede, at han skulle begynde i en bestemt teatergruppe. Derfor fik de ham skrevet op, før han blev født:

Oliver: *Jeg kunne seriøst ikke selv bestemme, om jeg ville gå til det eller ej. (...) Jeg var ikke født, da jeg blev skrevet op til ventelisten.*

Undersøgelsen peger på, at der ligger forskellige rationaler bag forældrenes forventninger til deres børns fritidsliv. Nogle forældre ønsker, at deres barn går til en bestemt sport eller aktivitet. Det kan fx skyldes, at det er en familietradition, eller at forældrene knytter særlige værdier eller færdigheder til aktiviteten. Det gælder især børn, der dyrker et musikinstrument, men også fx svømning ud fra et mantra om, at det er vigtigt at mestre. Det sidste kender Alfred fra 4. klasse:

Alfred: *Jamen i min familie der valgte jeg det rent faktisk ikke. Der skal alle i min familie, det er en tradition, vi har, eller noget man skal ... lære at svømme, inden man må stoppe. Så vi skal lære at svømme, inden man må stoppe med det.*

Et andet udbredt rationale, som børn møder i hverdagen fra deres forældre, handler om vig-

tigheden af at være aktiv og dyrke bevægelse i hverdagen. Som Ella fra 4. klasse siger: "Det kan ikke kun være spejder." Her drøfter Ella og hendes klassekammerater forældrenes indflydelse på deres fritidsliv:

Ella: *Altså min mor, ikke? Hun siger sådan hele tiden "du skal gå til noget, du kan ikke slippe."*

Storm: *Ja, det siger min mor også.*

Ella: *Og det kan ikke bare kun være spejder, for der laver man ikke en skid.*

Interviewer: *Så hvad er det, hun gerne vil have, I skal lave?*

Storm: *Min mor hun tvinger mig til at gå til løb. (...)*

Alberte: *Det er, fordi jeg tror gerne, de vil have, vi dyrker motion.*

Storm: *Ja, åbenbart.*

Endelig lægger mange forældre vægt på det sociale aspekt af fritidsaktiviteterne. Børnene hører hjemmefra, at det er vigtigt, at de får et socialt sammenhold et andet sted end i klassen, og at forældrene ser fritidsaktiviteterne som en kilde til at være social.



Forældre må gerne motivere, men ikke insistere

Gennemgående værdsætter mange børn opbakningen hjemmefra. De børn, der oplever, at deres forældre engagerer sig i deres fritidsaktiviteter, giver bl.a. udtryk for, at forældrene er vigtige, fordi de motiverer og guider børnene både til at starte til noget og til at holde fast. Gennem opbakning, interesse for og engagement i det, børnene går til, samt praktisk hjælp til fx transport kan forældrene understøtte, at børnene kommer afsted. For mange børn betyder det meget, at forældrene støtter og bakker op og fx hjælper med transport frem og tilbage samt med at få hverdagslogistikken til at gå op.⁶⁰ Her er det en gruppe piger fra 4. klasse, der fortæller:

Interviewer: *Oplever I, at jeres forældre støtter jer i de aktiviteter, I gerne vil gå til?*

Hannah: *Meget.*

Merle: *Meget.*

Liva: *Virkelig meget. De står med flag og det hele.*

Interviewer: *Hvad betyder det, at forældrene støtter jer?*

Liva: *Det betyder rigtigt meget.*

Merle: *Ja, det synes jeg også.*

Forældre kan også hjælpe børnene med at finde en god balance i den hverdag, der for mange er travl. Flere fortæller, at deres forældre fx sætter

en øvre grænse for antallet af fritidsaktiviteter, de må gå til, eller hvor tit de må gå til noget. Her fortæller Rebecca fra 4. klasse:

Rebecca: *Altså jeg bestemmer selv, hvad det er, jeg har lyst til at gå til, men mine forældre de vil ikke have, at jeg går til alt for meget, fordi (...) De tror, at det kan blive lidt for meget for mig, hvis jeg går til alt for meget. Så derfor må jeg nok sådan højst gå til tre eller fire ting.*

Interviewer: *Okay. Er du enig i den beslutning?*

Rebecca: *Ja, det er jeg, fordi jeg synes også selv, at jeg har brug for nogle dage, hvor man bare sådan ...*

I spørgeskemaundersøgelsen angiver hhv. 29 og 36 pct. af børnene i 4. og 7. klasse, der føler sig presset til at dyrke deres fritidsaktivitet, at presset kommer fra de voksne derhjemme (figur 23). Presset kan både handle om at komme afsted til træning eller undervisning og om, hvordan børnene præsterer. Mens nogle børn påvirkes negativt af et ydre forventningspres fra forældre, er der andre børn, der oplever, at lidt pres hjemmefra kan være en motivation. Det fortæller Malou, der går i 4. klasse:

Malou: *Det var ligesom dengang, hvor jeg kun gik til spejder – så nogle gange når jeg ikke gad, så pressede min far mig til det, og så når jeg kom derover, var jeg faktisk virkelig glad for, at jeg kom derned, fordi så lavede vi noget rigtigt, rigtigt sjovt.*

Selvom forældre kan motivere – og i nogle tilfælde lægge pres på børnene – kan forældrene ikke styre børnenes lyst til at gå til noget. Det viser forskning i, hvad der motiverer børn.⁶¹ I længden er det derfor ikke tilstrækkeligt, at forældrene siger, at børnene skal afsted. Der skal mere til. Undersøgelsen viser også, at det virker demotiverende på børnene, hvis forældrene insisterer på, at børnene skal gå til noget bestemt, eller

hvis forældrene fokuserer for meget på, hvordan børnene præsterer. Her bliver engagementet fra forældrene ikke en positiv opbakning, men risikerer at lægge et uhensigtsmæssigt pres på børnene. En undersøgelse fra Idrættens Analyseinstitut viser tilsvarende, at hvis forældrene presser børnene til at opnå bedre resultater, end de selv er motiverede for, risikerer man udbrændthed og frafald.⁶²

FORÆLDRE SKAL FINDE EN GOD BALANCE MELLEM AT BAKKE OP UDEN AT OPTRÆDE NEGATIVT

Engagement, opbakning, støtte og aktiv deltagelse, fx på sidelinjen til kampe eller opvisninger, gør en stor positiv forskel for børns glæde ved at gå til fritidsaktiviteter. Børn kan dog også blive pinligt berørte, hvis forældrene optræder negativt. Særligt hvis forældrene selv er trænere for deres børn, skal de være påpasselige med, hvordan de opfører sig. Det viser et litteraturstudie om børn og unges trivsel i foreningsidræt fra Idrættens Analyseinstitut fra 2024.⁶³





METODE

METODE

Analysens datagrundlag er en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse i Børns Vilkårers skolepanel, kvalitative data fra gruppeinterviews med børn i 4. og 7. klasse og en registeranalyse af børn indskrevet i pasningstilbud. I dette kapitel findes information om undersøgelsens metodiske grundlag og gennemførelse.

Kvantitativ dataindsamling: Spørgeskemaundersøgelse i Børns Vilkårers skolepanel

I perioden februar til marts 2024 er der udsendt en spørgeskemaundersøgelse til skolebørn i

hhv. 4. og 7. klasse, der deltager i Børns Vilkårers skolepanel. I alt 2.125 børn har besvaret undersøgelsen. Skolepanelet blev etableret i efteråret 2023 gennem en stratificeret udvælgelse, der sikrer repræsentativitet på skoleniveau på centrale parametre – bl.a. institutionstype og elevsammensætning. Skolepanelet bestod pr. februar 2024 af 205 skoleklasser. Skolerne deltager i en periode på tre år, og de samme klasser følges fra 4.-6. klassetrin og fra 7.-9. klassetrin. Yderligere information om vores skolepanel og metoder til børneinddragelse findes på vores hjemmeside: <https://bornsvilkar.dk/boernepaneler>.

Undersøgelsens svarprocent på klasse- og elevniveau fremgår af tabel 3:

Tabel 3: Oversigt over det kvantitative

Klassetrin	Antal klasser i panelet	Antal klasser, der har svaret	Antal mulige elevbesvarelser	Antal faktiske elevbesvarelser	Svarprocent på klasseniveau	Svarprocent på elevniveau
4. klasser	102	65	2.060	1.126	64 %	55 %
7. klasser	103	56	2.214	999	54 %	45 %
I alt	205	121	4.274	2.125	59 %	50 %

*Antal mulige besvarelser på elevniveau er beregnet på baggrund af antallet af klasser i panelet og en gennemsnitlig klassekvotient på 20,2 på 4. klassetrin og 21,5 på 7. klassetrin. Tallene er hentet fra www.dst.dk for året 2023.

Repræsentativitet

Vi har sammenlignet analyseudvalget med populationsdata hentet fra Danmarks Statistik på parametrene køn, klassetrin og region. Tabel 4 viser testresultaterne, der er gennemført vha. Z-tests. En P-værdi på > 0,05 indikerer, at stikprøven er repræsentativ for populationen i forhold til de valgte parametre.

Besvarelsene er repræsentative med hensyn til køn. Børn i 7. klasse er en smule underrepræ-

senterede i data, men forskellen er acceptabel på 5 pct. Der er besvarelser fra alle regioner i Danmark, men data er ikke repræsentative på region, da der bl.a. er en overrepræsentation af børn i Region Sjælland og Region Syddanmark, der har deltaget i undersøgelsen. Afvigelsen ligger mellem 2 og 8 procentpoint. Data er ikke vejet, idet det kan give andre udfordringer i data, da vi ikke kender alle variable, der har betydning. I stedet har vi undladt at gennemføre analyser på region på data fra spørgeskemaundersøgelsen.

Tabel 4: Fordeling og repræsentativitet: Køn, klassetrin og region

		Analyseudvalg		Population		z-værdi	P-værdi
		Antal	Andel	Antal	Andel		
Køn*	Dreng	1.022	48,7 %	61.107	50,6 %	-1,79	0,073
	Piger	1.077	51,3 %	59.557	49,4 %	1,79	0,073
	Total	2.099	100,9 %	120.664	100,0 %		
Region**	Region hovedstaden	558	26 %	37.986	32 %	-5,14	0,000
	Region Sjælland	406	19 %	16.823	14 %	6,91	0,000
	Region Syddanmark	589	29 %	25.059	21 %	7,95	0,000
	Region Midtjylland	401	19 %	28.705	24 %	-5,29	0,000
	Region Nordjylland	163	8 %	11.841	10 %	-3,30	0,001
	Total	2.117	100 %	120.414	100 %		
Klassetrin	4. klasse	1,126	54 %	58.659	49 %	4,03	0,000
	7. klasse	999	46 %	62.005	51 %	-4,03	0,000
	Total	2.125	100 %	120.664	100 %		

*Der er i undersøgelsen seks børn i 4. klasse og 20 børn i 7. klasse, der har angivet 'Anden kønsidentitet' på spørgsmålet om køn. Denne gruppe indgår derfor ikke i repræsentativitetstesten.

**Der er i undersøgelsen syv børn i 4. klasse og et barn i 7. klasse, der ikke har angivet den udleverede klassekode, der gør det muligt at placere dem geografisk. Denne gruppe indgår derfor ikke i repræsentativitetstesten.

Pilottest og besvarelse

Før vi sendte spørgeskemaet ud til klasserne, foretog vi to pilottests af spørgeskemaet i hhv. en 4. og en 7. klasse, som ikke er en del af skolepanelet. Hensigten var dels at sikre, at børnene forstod spørgsmålene, dels at de kunne placere sig i relevante svarkategorier til alle spørgsmål. Derudover var hensigten også at undersøge, hvor lang tid børnene brugte på at besvare spørgeskemaet.

Børnene besvarer det elektroniske spørgeskema i undervisningen, og det er frivilligt at deltage. Spørgeskemaet har en oplæsningsfunktion, så børn med læsevanskeligheder kan vælge at få oplæst alle spørgsmål og svar. Forældrene er orienteret om deres barns deltagelse i undersøgelsen.

Kvantitativ analyse

Vi har i undersøgelsen anvendt en række indikatorer for børns trivsel. Følgende spørgsmål indgår i analysen:

ENSOMHED

Vi har målt ensomhed ved hjælp af en indirekte målemetode, da flere studier har fundet, at ensomhed er socialt stigmatiseret og forbundet med svaghed og passivitet, og der derfor er grund til at antage, at et direkte spørgsmål kan føre til underrapportering. I stedet har vi benyttet The Three-Item Loneliness Scale (T-ILS), som er en forkortet version af UCLA Loneliness Scale. Et amerikansk valideringsstudie har påvist en stærk korrelation mellem UCLA og T-ILS, hvilket tyder på, at de tre spørgsmål indfanger en væsentlig del af den ensomhedsfølelse, der belyses af det fulde instrument. De tre spørgsmål i instrumentet går på, om respondenterne føler sig alene, savner nogen at være sammen med eller føler sig udenfor. På baggrund af de tre spørgsmål får respondenterne en score rangerende fra 3-9, hvor en høj score indikerer høj grad af ensomhed. I denne undersøgelse har vi anvendt

en 'dummy', hvor respondenterne kategoriseres som ensom ved en score på 7-9, som i andre studier defineres som 'svær ensomhed'.

LIVSTILFREDSHED

For måling af livstilfredshed har vi anvendt Cantril's Ladder Scale, hvor børnene vurderer deres liv på en skala fra 0-10, hvor 0 betyder 'det værste mulige liv', og 10 betyder 'det bedste mulige liv'. Børnenes svar er delt op i tre grupper: Høj livstilfredshed (trin 9-10), Middel livstilfredshed (trin 6-8) og Lav livstilfredshed (trin 0-5).

SKOLEGLÆDE

Skoleglæde er målt ved hjælp af spørgsmålet "Hvordan har du det for tiden med at gå i skole?" Børnene kunne angive svar på en skala med 5 svarmuligheder samt 'Ved ikke'. Besvarelserne er inddelt i tre grupper: Høj skoleglæde (børn, der angiver, at de altid/for det meste har lyst til at gå i skole), Moderat skoleglæde (børn, der angiver, at de nogle gange har lyst til at gå i skole) og Lav skoleglæde (børn, der angiver, at de sjældent/aldrig har lyst til at gå i skole). Børn, der angiver 'Ved ikke', frasorteres i dataanalysen.

Analysemetoder

Alle sammenhænge, som indgår i analyserne, er testet ved hjælp af χ^2 - eller t-test. Alle sammenhænge er statistisk signifikante ved et signifikansniveau på 0,05, medmindre andet er angivet. Procenterne i analysen er afrundet til nærmeste hele tal. Analysen af sammenhænge mellem trivselsfaktorer og det at gå til fritidsaktiviteter er der kontrolleret for andre variabelers betydning via lineære regressionsanalyser (bl.a. køn, alder og selvrapporteret psykiatrisk lidelse).

Registeranalyse

Børns Vilkår har gennemført en registeranalyse, der viser tilslutningen til SFO, klub- og fritidstilbud blandt børn pr. oktober 2023. Alle tabeller og figurer bygger på individdata fra Danmarks Statistiks registre for børn, der har ophold i Danmark. Der er data for alle 98 kommuner.

BOERNSB indeholder data for børn og unge over 5 år, der er indskrevet i børnepasning efter skole. Registeret inkluderer SFO, fritidshjem samt fritids- og ungdomsklubber, som drives efter folkeskoleloven, friskoleloven eller afsnit 3 og 4 i dagtilbudsloven. Data fra BOERNSB er sammenkørt med KOTRE2023 (Det komprimerede elevregister) og BEF202312 (Befolkningen i Danmark ultimo december 2023).

Der findes på nuværende tidspunkt ikke data for børn, der går i fritidstilbud, som drives efter serviceloven, folkeoplysningsloven og ungdomsskoleloven. Disse tilbud og børn er således ikke en del af analysen, hvorfor der skal tages forbehold for resultaterne. Det omfatter særligt børn i udskolingen, hvor der forventes at være flere børn/brugere, end data viser. Derfor har analysen primært fokuseret på indskoling og mellemtrinnet.

Kvalitativ dataindsamling

Undersøgelsens kvalitative datagrundlag bygger på interviewbesøg på fem skoler i Øst- og

Vestdanmark med i alt 87 børn fra hhv. 4. og 7. klasse. Interviewene er gennemført som semistrukturerede gruppeinterviews med to til fem børn i hver. Vi har både besøgt folkeskoler og privat- og friskoler. Interviewene er foregået på skolen, og alle børn er blevet interviewet sammen med klassekammerater, som deres lærer har vurderet, at de er trygge ved. Fordelingen af de interviewedes køn, region og skoletype kan aflæses i tabel 5. Interviewene er blevet optaget på diktafon og er senere transskriberet. Alle interviews med børnene har fundet sted efter mundtligt samtykke fra børnene og skriftligt samtykke fra forældrene samt en grundig og børnevenlig introduktion.

Vi har korrigeret for talesprog i citater uden at ændre indhold eller betydning. Vi har kun ændret på børns sproglige fejl eller særlige udtryk, hvis det har stået i vejen for at forstå citatet. Citater kan dog være kortet ned. Alle børn er anonymiseret og ingen oprindelige navne eller stednavne fremgår i rapporten.

Tabel 5: Fordeling af interviews i 4. og 7. klasse på barnets køn, klassetrin og region

		4. klasse	7. klasse	Total
Køn	Drenge	15	16	31
	Piger	29	27	56
Region	Østdanmark	23	32	55
	Vestdanmark	21	11	32
Skoletype	Folkeskole	26	27	53
	Privatskole	18	16	34
Total		44	43	87



NOTER

NOTER

- ¹ Det bemærkes at konklusionen er foretaget på baggrund af en spørgeskemaundersøgelse, som 89 ud af 98 kommuner har deltaget i. Undersøgelsen er således ikke landsdækkende. KL (2020): Børn og unge i fritids- og ungdomsklub – Analyse af kommunernes fritids- og klubtilbud.
- ² Petersen, K. E. & Sørensen T. E. M. (2021): Fritids- og ungdomsklubbers betydning for børn og unges trivsel og udvikling. DPU, Aarhus Universitet & Nationalt Center for Skoleforskning.
- ³ Undersøgelsen er gennemført på vegne af den femårige indsats 'Levende Legekultur' i 2023 blandt 1.000 danske børnefamilier. Undersøgelsen er gennemført i samarbejde med ph.d. og lektor på DPU Ditte Winther-Lindquist.
- ⁴ Børns Vilkår (2024): Børns liv med sociale medier.
- ⁵ Ottosen, M. H. m.fl. (2022): Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
- ⁶ Børns Vilkår (2022): Børns digitale fællesskaber.
- ⁷ Dieckmann (2019).
- ⁸ Andre undersøgelser viser det samme: Frihed og tid til at vælge og gøre, hvad de har lyst til, er en væsentlig faktor, når børn beskriver det gode fritidsliv (Dieckmann, 2019).
- ⁹ I en undersøgelse fortæller børn om ikke at kunne betale for udgifter til klubben, og at det er vigtigt, at alle kan deltage på lige fod. Red Barnet (2024): Flere børn i fællesskaber. Børnenes viden om deres fritidsliv.
- ¹⁰ Rambøll (2024).
- ¹¹ Ottosen, M. H. m.fl. (2011): Børn i deleordninger. En kvalitativ undersøgelse. SFI nu VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
- ¹² Dahl (2007), Pilgaard & Rask (2018), Pilgaard & Kjær (2019), Ottosen, M. H. m.fl. (2022), Lausten m.fl. (2023), Rambøll (2024) & Lesner (2023).
- ¹³ [Klubtilbud | Børne- og Undervisningsministeriet](#).
- ¹⁴ For en samlet oversigt over tilbud og lovgrundlag henvises til KL (2020): Børn og unge i fritids- og ungdomsklub – Analyse af kommunernes fritids- og klubtilbud. For viden om kvalitet i fritidstilbud henvises til Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2017): Kendetegn ved kvalitet i fritids- og klubtilbud – en vidensopsamling.
- ¹⁵ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2018): Børn og unges brug af fritids- og klubtilbud.
- ¹⁶ KL (2020): Børn og unge i fritids- og ungdomsklub – Analyse af kommunernes fritids- og klubtilbud.
- ¹⁷ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2018): Børn og unges brug af fritids- og klubtilbud.
- ¹⁸ Petersen, K. E. (2023): Pædagogers arbejde med børn og unge i fritidspædagogikken – Fritidspædagogikkens betydning.
- ¹⁹ Poulsen, Christina Holm & Jakobsen, Lene Krogstrup (2024): Pædagogers bidrag til at mindske skolefravær og skabe skoletilhør. Projektet er støttet med midler fra BUPL's forskningspulje.
- ²⁰ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2018); Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023).
- ²¹ En undersøgelse blandt klubledere viser, at 60 pct. angiver, at der inden for den seneste måned har været børn og unge, der har stået uden for fællesskabet i deres tilbud, ligesom 8 pct. af lederne svarer, at der har været børn og unge i deres tilbud, der er blevet udsat for mobning. Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023).
- ²² Petersen, K. E., & Sørensen T. E. M. (2021): Fritids- og ungdomsklubbers betydning for børn og unges trivsel og udvikling. DPU, Aarhus Universitet & Nationalt Center for Skoleforskning.
- Schultz, C. & Petersen, K. E. (2024): Fritids- og ungdoms-pædagogik: en grundbog i fritids- og ungdomspædagogisk arbejde med større børn og unge. Ungdomsringen
- ²³ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023).
- ²⁴ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023): Indhold og kvalitet i fritids- og klubtilbud
- ²⁵ Schultz, Christoffer (2022): Nødvendigheden af en teoretisk referenceramme for ungdomspædago-

²⁷ BUPL har bl.a. sat fokus på skærme i fritidstilbuddene, da det er en problemstilling, som mange ledere og ansatte i de pædagogiske fritidstilbud møder til daglig: Det kræver spandevise af god fritids-pædagogik at få børn til at lægge mobilen væk | BUPL (Hagemann, 2024).

²⁸ Fx har projektet Gaming Gruppen gode erfaringer med at bruge computerspil til at opbygge fællesskaber mellem unge, der bl.a. har svært ved at indgå i sociale relationer i andre sammenhænge. Det er et tilbud i Ungdomscentret Aarhus: Inspiration. Spil skaber nye fællesskaber for unge | BUPL. (Jensen, 2019).

²⁹ BUPL: Reduktion af budgetterne på fritidsområdet – fra 2023 til 2024 og siden folkeskolereform, 2024.

³⁰ Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023).

³¹ KL (2020): Børn og unge i fritids- og ungdomsklub – Analyse af kommunernes fritids- og klubtilbud.

³² BUPL (2024): Reduktion af budgetterne på fritidsområdet – fra 2023 til 2024 og siden folkeskolereformen.

³³ Børns Vilkår: Svigt af Børn i Danmark 2024.

³⁴ Andre undersøgelser peger på, at andelen af unge, der dyrker fitness, kan være endnu større. En undersøgelse af danskernes idræts- og sportsvaner fra 2020 fandt eksempelvis, at 38 pct. af de 13-15-årige dyrkede styrketræning i 2020. Det var en stigning på 9 procentpoint siden 2016 (Rask, 2022).

³⁵ Rask m.fl. (2022).

³⁶ Det trivselsfremmende potentiale i fritidsaktiviteter ses også i andre undersøgelser. Bl.a. Børnerådet finder i en analyse, at et aktivt fritidsliv med faste fritidsaktiviteter giver bedre trivsel (Jønson, 2014). Og et litteraturstudie fra Idrættens Analyseinstitut peger på, at nærmest alle studier af børn og unges generelle trivsel sammenholdt med fx deltagelse i organiseret idræt viser sammenhæng mellem børn og unges deltagelse i foreningsidræt og trivsel (Toftgård, 2024). Litteraturstudiet påpeger dog også, at det ikke er muligt at påvise en kausal sammenhæng. Studierne kan med andre ord ikke afgøre, om god trivsel medfører øget sandsynlighed for deltagelse i foreningsidræt, eller om deltagelse i foreningsidræt medfører øget sandsynlighed for god trivsel.

³⁷ Baviskar & Dahl (2008).

³⁸ Børnenes bud på, hvad der skal til for, at fritidsaktiviteter har en positiv betydning for dem, flugter med, hvad Idrættens Analyseinstitut på baggrund af et litteraturstudie oplever er vigtigt for børns trivsel i foreningsidræt. De peger på, at børn og unge trives, når de oplever "sjov, fællesskab og sociale relationer samt progression og mestring af idrætten" (Toftgård, 2024).

³⁹ Dahl (2007).

⁴⁰ I forskningsoversigten omfatter 'udsatte børn' både anbragte børn, socialt belastede børn, fattige børn, børn med ringe socioøkonomisk baggrund samt etniske minoritetsbørn (Dahl, 2007).

⁴¹ Dahl (2007).

⁴² En analyse fra Børns Vilkår fra 2024 viser, at børn og unge oplever, at de er underlagt snævre normer, som let kan presse dem uden for fællesskabet. Det handler om udseende, skolepræstationer, personlighed, livet på sociale medier og også om deres fritidsliv (Børns Vilkår, 2024).

⁴³ En norsk undersøgelse peger på, at drenge, der ikke er en del af idrætslivet – og her er det fodbold, der dominerer – risikerer at stå udenfor socialt. Undersøgelsen understreger samtidig, at det ikke er givet, at det lige er fodbold, som har social forrang. Andre steder kan det være en anden fritidsaktivitet, der er afgørende for at få social accept og fremstå populær (Eriksen & Seland, 2019).

⁴⁴ Bl.a. Børnerådet finder tilsvarende i en analyse fra 2019, der bl.a. viser, at 67 pct. af de unge går til faste aktiviteter i deres fritid – primært fordi de har lyst, synes det er sjovt, og fordi de gerne vil udvikle sig og forbedre deres præstationer (Dieckmann, 2019).

⁴⁵ Petersen (2024).

⁴⁶ Tænketaenken Mandag Morgen konkluderer tilsvarende i en undersøgelse fra 2021: Børn har mange forskellige grunde til at gå til noget i deres fritid, men den vigtigste årsag er fællesskabet og samværet med vennerne (Thorsen, 2021).

⁴⁷ Også Idrættens Analyseinstitut finder, at stærke fællesskaber centreret om fritidsaktiviteter kan risikere at virke ekskluderende og lukkede (Toftgård, 2024).

⁴⁸ Nielsen m.fl. (2024).

⁴⁹ Toftgård (2024).

⁵⁰ Dahl (2007), Pilgaard & Rask (2018), Pilgaard & Kjær (2019), Lausten m.fl. (2023), Rambøll (2024) & Lesner (2023).

⁵¹ Eske & Forsberg (2023).

⁵² Henningsen & Østergaard (2010).

⁵³ Dette spørgsmål er kun givet til børn i 7. klasse.

⁵⁴ Forskningen peger på, at det ikke nødvendigvis er en fordel at træne intensivt allerede som barn, hvis man ønsker at præsentere på topniveau som voksen (Güllich & Barth, 2023). Se også [Sportens børnestjerner bliver sjældent bedst i de voksnes rækker. Tværtimod brænder de ud, viser forskning | Viden | DR](#).

⁵⁵ I et litteraturstudie finder Idrættens Analyseinstitut en række undersøgelser, der viser, at børn stopper i idrætsforeningerne, når de kommer op i ungdomsårene, fordi de oplever, at idrætten skifter karakter og bliver alvorlig, uflexibel, mere tidskrævende og for konkurrencepræget. En udvikling, børnene kan være kedede af. Samtidig peger trænerne i en anden undersøgelse på, at de ikke vidste, hvordan de skulle håndtere børn, der 'bare' ville træne eller træne seriøst uden nødvendigvis at gå konkurrencevejen, da der ikke var hold til denne gruppe børn (Toftgård m.fl., 2024).

⁵⁶ Der er kun enkelte børn i interviewundersøgelsen, der angiver, at de dyrker elitesport. Undersøgelsen har fokus på den brede børnegruppe og er ikke en decideret undersøgelse af børn, der dyrker eliteidræt.

⁵⁷ Se bl.a. Nielsen, 2024 og Toftgård, 2024.

⁵⁸ En undersøgelse fra Danmarks Idrætsforbund peger på, at træneren/de voksne er afgørende for børns motivation for at gå til noget. Undersøgelsen konkluderer, at idrætsmiljøer, som skaber trivsel og motivation og får børn og unge til at fortsætte, er kendetegnet ved, at træneren bl.a. sørger for, at de unge føler sig succesfulde, når de forbedrer sig, anerkender deltagere, som gør en indsats/virkelig prøver, opmuntrer deltagerne til at hjælpe hinanden med at lære samt skaber oplevelser af ejerskab/autonomi og af samhørighed og tilhør – bl.a. ved at vise omsorg og interesse for sine udøvere. Omvendt kan det skabe demotivation og frafald, hvis træneren er kontrollerende/autoritær, fx ved at være mindre støttende over for udøvere, der fejler, favoriserer nogle udøvere frem for andre og råber ad udøvere foran andre for at få dem til at gøre ting (Nielsen, 2024).

⁵⁹ Toftgård m.fl. (2024).

⁶⁰ Nielsen (2024).

⁶¹ Nielsen (2024).

⁶² Nielsen (2024).

⁶³ Toftgård m.fl. (2024).



LITTERATUR

LITTERATUR

Almlund, M. m.fl. (2011): Personality Psychology and Economics. In: Handbook of the Economics of Education (Vol. 4, pp. 1-181). Elsevier.

Baviskar, S. & Dahl, K. M. (2008): 11-årige børns fritidsliv og trivsel. 08:34. København: SFI nu VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

BUPL (2024): Reduktion af budgetterne på fritidsområdet – fra 2023 til 2024 og siden folkeskolereformen.

Børns Vilkår (2020): Pres og stress. Skole og det trygge klasse miljø. Hvordan mindsker vi presset på børn og unge?

Børns Vilkår (2022): Børns digitale fællesskaber.

Børns Vilkår (2024): Børns liv med sociale medier.

Børns Vilkår (2024): Snævre normer i børne- og ungefællesskaber.

Børns Vilkår (2024): Svigt af børn i Danmark 2024.

Dahl, K. M. (2007): Udsatte børns fritid – et litteraturstudie. København: SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.

Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2017): Kendetegn ved kvalitet i fritids- og klubtilbud – en vidensopsamling.

Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2018): Børn og unges brug af fritids- og klubtilbud.

Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) (2023): Indhold og kvalitet i fritids- og klubtilbud, spørgeskemaundersøgelse blandt ledere af SFO, fritidshjem og klub, 2023, Danmarks Evalueringsinstitut.

Dieckmann, M. H. (2019): Det gode fritidsliv er venner, tid og frihed. Analysenotat fra Børnerådet.

Eccles, J. S. & Barber, B. L. (1999): Student Council, Volunteering, Basketball, or Marching band: What Kind of Extracurricular Involvement Matters? *Journal of Adolescent Research*, 14(1), 10–43.

<https://doi.org/10.1177/0743558499141003>.

Eriksen, I. M. & Seland, I. (2019): Ungdom, kønn og fritid. Norsk Institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. NOVA Rapport 6/2019.

Eske, M. & Forsberg, P. (2023): Evaluering af projektet Let's Go i Fredericia Kommune. Idrættens Analyseinstitut.

Eplov, L. F. & Lauridsen, S. (2008): Fremme af mental sundhed – baggrund, begreb og determinanter.

Forum mod Psykisk Mistrivsel (2022): Anbefalinger fra Forum mod Psykisk Mistrivsel.

Güllich, A. & Barth, M. (2023): Effects of Early Talent Promotion on Junior and Senior Performance: A Systematic Review and Meta Analysis. *Sports Medicine* (2024) 54:697–710.

Henningsen, M. & Østergaard, S. (2010): "Der er jo ingen, der har lyst til at ligne en kegle" – En rapport med fokus på unges idrætsvaner i Køge Kommune. Center for Ungdomsstudier (CUR).

Hagemann, S. (2024, 16. februar). Det kræver spandevig af god fritidspædagogik at få børn til at lægge mobilen væk. BUPL. <https://bupl.dk/paedagogik-og-profession/forskningsunivers/skaer-me-presser-paedagogikken-saadan-forsoeeger-klubberne>

Jensen, C. K. (2019): Inspiration. Spil skaber nye fællesskaber for unge | BUPL.

Jensen, M. B. m.fl. (2023): Fællesskaber i ungdomslivet. Når de gør godt, og når de gør ondt. (1. udgave). Aalborg Universitetsforlag. Ungdomsliv Nr. 13.

Jønson, L. E. (2014): Analyse: 13-åriges fritidsliv. Et aktivt fritidsliv skaber større trivsel. *Børneindblik*. NR. 8/2014 · 1. ÅRGANG · 21. NOVEMBER 2014.

Lausten, M. m.fl. (2023): Trivsel blandt børn og unge i udsatte positioner. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Lesner, R. (2023): Konsekvenser af børnefattigdom. *Samfundsøkonomen*, 2/2023. Djøf Forlag.

KL (2020): Børn og unge i fritids- og ungdomsklub – Analyse af kommunernes fritids- og klubtilbud.

Levende legekultur: Hele legen rundt: Legeliv i hverdagen og danske familier: [Legeundersoegelse_rapport-final2_141123.pdf](#).

Mahoney, J. L. & Stattin, H. (2000): Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of Adolescence*, 23(2), 113–127. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0302>.

Mauldin, T. & Meeks, C. B. (1990): Sex differences in children's time use. *Sex Roles: A Journal of Research*, 22(9-10), 537–554. <https://doi.org/10.1007/BF00288233>.

Modecki, K. L. m.fl. (2014): Binge Drinking Trajectories Across Adolescence: For Early Maturing Youth, Extra-Curricular Activities Are Protective. *Journal of Adolescent Health*, 54(1), 61–66.

Nielsen, G. m.fl. (2024): Det motiverende idrætsmiljø for unge. Forhold i danske idrætsforeninger, som fremmer unges trivsel og fortsættelse med idræt. Danmarks Idrætsforbund.

Ottosen, M. H. m.fl. (2011): Børn i deleordninger. En kvalitativ undersøgelse. København: SFI nu VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Ottosen, M. H. m.fl. (2022): Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Petersen, F. J. (2024): Ændringer i danskernes idrætsvaner over tid. Danskernes motions- og sportsvaner: Et nationalt panel. Idrættens Analyseinstitut.

Petersen, K. E. & Sørensen T. E. M. (2021): Fritids- og ungdomsklubbers betydning for børn og unges trivsel og udvikling. DPU, Aarhus Universitet & Nationalt Center for Skoleforskning.

Petersen, K. E. m.fl. (2023): Pædagogers arbejde med børn og unge i fritidspædagogikken – Fritidspædagogikkens betydning for børn og unges trivsel, udvikling og livsmuligheder, Aarhus Universitet.

Pilgaard, M. & Rask, S. (2018): Socialt udsatte i idrætten. Delrapport 2 i projektet 'Idræt for socialt udsatte'. Idrættens Analyseinstitut.

Pilgaard, M. & Kjær, M. (2019): Idræt for socialt udsatte. Et blik på udøverne. Delrapport 3 i projektet 'Idræt for socialt udsatte'. Idrættens Analyseinstitut.

Poulsen, C. H. & Jakobsen, L. K. (2024): Pædagogers bidrag til at mindske skolefravær og skabe skoletilhør. Projektet er støttet med midler fra BUPL's forskningspulje.

Rask, S., Petersen, F., Hansen, K. & Eske, M. (2020): Baggrundsrapport; Danskernes motions- og sportsvaner. Idrættens Analyseinstitut.

Red Barnet (2024): Flere børn i fællesskaber. Børnenes viden om deres fritidsliv.

Rambøll (2024): Undersøgelser af afsavn blandt økonomisk trængte børnefamilier. Rambøll for Egmonts Fondssekretariat.

Rask, S. m.fl. (2022): Danskernes motions- og sportsvaner 2020. Baggrundsrapport. Idrættens Analyseinstitut.

Schultz, C. (2022): Nødvendigheden af en teoretisk referenceramme for ungdomspædagogisk faglighed. I Forskning i Pædagogers Profession og Uddannelse. Vol. 6, Nr. 2.

Schultz, C. & Petersen, K. E. (2024): Fritids- og ungdomspædagogik: en grundbog i fritids- og ungdomspædagogisk arbejde med større børn og unge. Ungdomsringen.

Thorsen, G. N. m.fl. (2020): Trivsel og leg ifølge børnene – Et systematisk litteraturstudie over skandinavisk børneforskning 2015-2020. Tænk tanken Mandag Morgen.

Thorsen, G. N. m.fl. (2021): Det gode børneliv – ifølge børnene. Tænk tanken Mandag Morgen & The LEGO Foundation.

Toftgård, N. A. m.fl. (2024): Trivselsfremmende elementer for børn og unge i foreningsidrætten. Litteraturstudie. Idrættens Analyseinstitut.

KOLOFON:

Ansvarshavende redaktør: Signe Korsgaard

Redigering: Trine Jørgensen, Summarium

Analyseansvarlig: Nana Riget Nielsen & Sofie Stage

Dataindsamling: Nana Riget Nielsen, Sofie Stage, Anne Marie Bach Larsen, Rasmus Thastum & Emma Keinicke Sørensen

Tekst og analyse: Nana Riget Nielsen, Sofie Stage, Maria Nordbo Tredal & Jette Jensen

Anbefalinger: Mirjam Marie Westh, Morten Brock, Victor Christoffersen & Anne Marie Bach Larsen

Korrektur: eTranslate

Layout: Maria Prien Saxbøl

Billeder: Istock

Udgivelsesår: Januar 2025

BØRNS VILKÅR

STOP SVIGT