

DANSKERNES FRITIDSVANER 2020

Rapport / November 2022



Mette Eske, Steffen Rask &
Malene Thøgersen



Videncenter
for Folkeoplysning

DANSKERNES FRITIDSVANER 2020

Titel

Danskernes fritidsvaner 2020

Forfatter

Mette Eske, Steffen Rask & Malene Thøgersen

Øvrige bidragydere

Frederik Petersen & Henriette Bjerrum

Layout

Videncenter for Folkeoplysning

Forsidefoto

Skyneshesher/Getty Images

Udgave

1. udgave, Aarhus, november 2022

Pris

Rapporten kan downloades gratis på www.vifo.dk

ISBN

978-87-93784-29-1 (pdf)

Udgiver

Videncenter for Folkeoplysning

c/o Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: vifo@vifo.dk

W: www.vifo.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Indledning.....	6
Metode og datagrundlag	7
Rapportens opbygning og hovedresultater	8
Kapitel 1: Børn og unges fritidsvaner	13
Deltagelse i fritidsaktiviteter	13
Valget af fritidsaktiviteter	16
Organisering.....	20
Hyppighed.....	26
Børn og unges idræts- og fritidsvaner	27
Trivsel og velvære – og fritidsdeltagelsen.....	29
Kapitel 2: Voksnes fritidsvaner	39
Deltagelse i fritidsaktiviteter	39
Valg af fritidsaktiviteter	44
Organisering.....	49
Hyppighed.....	53
Voksnes idræts- og fritidsvaner	54
Trivsel og velvære – og fritidsdeltagelsen.....	57
Voksnes deltagelse og frivillige arbejde i udvalgte aktiviteter.....	62
Afsluttende perspektiver	65
Sammenhængen mellem deltagelsen i idræt og det øvrige fritidsliv.....	65
Fritidslivet og børn og unges trivsel	66
Hvad kan organiserede aktører lære af den samlede fritidsdeltagelse?	67
Litteratur	69
Bilagsmateriale	70
Børn.....	70
Voksne.....	74

Indledning

'Danskernes fritidsvaner' er et supplement til 'Danskernes motions- og sportsvaner', som Idrættens Analyseinstitut (Idan) har udgivet med jævne mellemrum over de senere år (boks 1). Målet med rapporten er et give et overordnet indblik i børn, unge og voksnes deltagelse i fritidsaktiviteter – uden for idrætsområdet.

Data til undersøgelsen er indsamlet i forbindelse med den landsdækkende undersøgelse af danskernes motions- og sportsvaner i 2020, hvor Videncenter for Folkeoplysning (Vifo) har tilføjet en række spørgsmål om børn, unge og voksnes deltagelse i fritidsaktiviteter, der ikke er idræt. Deltagelsen i disse aktiviteter er interessant, da det er her mange aftenskoler, kulturelle foreninger, uniformerede korps og andre typer af foreninger har deres primære fokus.

Boks 1: Om 'Danskernes motions- og sportsvaner'

I slutningen af 2020 foretog Idrættens Analyseinstitut (Idan) den seneste landsdækkende undersøgelse af danskernes motions- og sportsvaner. Undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' er en opfølgning på tidligere undersøgelser foretaget i 2007, 2011 og 2016 af Idan. Undersøgelserne er gennemført i partnerskab med DIF, DGI, Dansk Firmaidrætsforbund samt Lokale og Anlægsfonden.

Da fritidsvanerne er belyst som en del af en større undersøgelse med fokus på idræt, har det ikke været muligt at tilvejebringe detaljeret viden om alle de mange typer af aktiviteter uden for idrætsområdet, som børn, unge og voksne kan dyrke i deres fritid.

Undersøgelsen skal derfor ses som et indledende indblik i den del af danskernes fritidsliv, som ikke er idræt, og som kan benyttes som inspiration til mere detaljerede fremtidige undersøgelser af fritidslivet eller udvalgte dele af det.

Set i sammenhæng kan 'Danskernes fritidsvaner' og 'Danskernes motions- og sportsvaner' dog belyse en stor del af danskernes samlede deltagelse i idræts- og fritidslivet.

I rapporten belyses deltagelsen i fritidsaktiviteter med udgangspunkt i de følgende kategorier:

- Sang og musik (f.eks. kor, instrumentalundervisning)
- Kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk)
- Spejder/FDF
- Fiskeri
- Tankesport
- Rollespil (ikke bordrollespil)
- Øvrige kulturelle aktiviteter (f.eks. kunst, historie, litteratur)

De ovenstående kategorier indgår i undersøgelsen blandt både børn og voksne, mens der for voksne yderligere er inkluderet:

- Jagt
- Madlavning og gastronomi (f.eks. madlavningskursus)
- Sprog og kommunikation (f.eks. sprogkurser, IT-undervisning)

De ovenstående typer af aktiviteter vil i denne rapport blive betegnet som 'fritidsaktiviteter'. Undersøgelsen giver således et overordnet indblik i typen af aktiviteter, der dyrkes, men giver ikke mulighed for at belyse, hvordan deltagelsen i f.eks. kreative aktiviteter fordeles sig på forskellige typer af specifikke aktiviteter som f.eks. strikning eller keramik.

Ligesom på idrætsområdet foregår deltagelsen i mange forskellige regi: Det gælder det organiserede regi, hvor især foreninger, aftenskoler og kommercielle udbydere spiller en rolle. Men en meget stor del af fritidsaktiviteterne foregår helt uden for de organiserede rammer, da både børn og voksne i vid udstrækning dyrker deres fritidsinteresser på egen hånd.

Det er derfor interessant at se, hvordan mønstrene i deltagelsen i fritidsaktiviteter (aktivitetstyper og -regi) ser ud på tværs af forskellige målgrupper (alder og køn). Viden om disse mønstre kan tjene som inspiration for de organiserede aktører til den videre udvikling af aktivitetstilbud på området.

Metode og datagrundlag

Analyserne i denne rapport bygger på datagrundlaget fra den overordnede undersøgelse 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020'.

Dataindsamlingen er gennemført som en spørgeskemaundersøgelse af Rambøll på vegne af Idan. Spørgeskemaet blev besvaret i perioden 29. oktober-18. december 2020 og resulterede i 4.379 besvarelse for børn (7-15 år) og 6.917 besvarelser for voksne (16 år+) svarende til svarprocenter på henholdsvis 49 pct. og 34 pct.

Procentfordelingerne fra spørgeskemaundersøgelsen er vægtet for at tage højde for skævheder i repræsentativiteten. Der er vægtet på køn, alder og region blandt børn, og køn, alder, region og uddannelse blandt voksne. Herved sikrer vi, at stikprøven afspejler populationen bedst muligt.

Bemærk i øvrigt, at de køns- og aldersforskelle samt stigninger/fald, der refereres til i teksten, alle er statistisk signifikante.

En yderligere uddybning af undersøgelsens metode og datagrundlag kan ses i baggrundsrapporten 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' (Rask et al. 2022).

Coronakrisens betydning for resultaterne

Som led i arbejdet med at forhindre smittespredning af coronavirus blev foreningsliv, aftenskoler og øvrige fritidstilbud lukket helt i marts 2020, og var underlagt restriktioner i store dele af 2020.

Dataindsamlingen til 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' er foretaget under coronakrisen, hvorfor det må forventes, at resultaterne i en vis udstrækning bærer præg af coronakrisens effekt på fritidslivet i Danmark. Der er dog spurgt ind til deltagelsen inden for de seneste 12 måneder, hvorved også perioden før nedlukningen indgår.

Idan har derudover løbende taget temperaturen på danskernes motions- og sportsvaner i forbindelse med nedlukninger og genåbninger, forsamlingsforbud samt øvrige restriktioner. Disse analyser er baseret på en række mindre spørgeskemaundersøgelser blandt et repræsentativt udsnit af danske voksne i alderen 18+ år og er afrapporteret i en række notater (se f.eks. Kirkegaard et al. 2020).

I disse undersøgelser blev der stillet nogle få spørgsmål om danskernes deltagelse i kreative, kulturelle og religiøse fritidsaktiviteter, hvilket er afrapporteret i et Vifo-notat, der gav et overordnet indblik i, hvad der skete med danskernes deltagelse i fritidsaktiviteter under nedlukningen (Thøgersen 2020). Notatets analyser viste, at den samlede andel af voksne, der dyrkede enten kreative, kulturelle eller religiøse fritidsaktiviteter, faldt under coronanedlukningen, men at faldet var betydeligt mindre end på idrætsområdet.

Så man på de specifikke aktiviteter, viste undersøgelsen imidlertid, at tilslutningen til de kreative aktiviteter var på samme niveau under nedlukningen som før, og at det også især var inden for de kreative aktiviteter, at der var kommet nye aktive til (Thøgersen 2020). Disse resultater kan være relevant baggrundsviden for læsningen af resultaterne i denne rapport.

Rapportens opbygning og hovedresultater

Rapporten er struktureret i to overordnede kapitler. Kapitel 1 belyser børn og unges (7-15 år) deltagelse i fritidslivet, mens kapitel 2 har fokus på deltagelsen blandt voksne (16+ år). Afslutningsvist rundes rapporten af med en perspektivering, der trækker en række opmærksomhedspunkter frem i relation til deltagelse i fritidslivet, som rapportens resultater kan give anledning til at diskutere. I det følgende præsenteres et kort resumé af hovedresultaterne for hvert af de to kapitler.

Kapitel 1: Børn og unges deltagelse i fritidslivet

44 pct. af børn og unge dyrker mindst én fritidsaktivitet

Undersøgelsens resultater viser, at 44 pct. af børn og unge i alderen 7-15 år har dyrket minimum én af de fritidsaktiviteter, der er nævnt i spørgeskemaet, inden for det seneste år. Deltagelsen er højere blandt piger end drenge og falder med alderen. På tværs af kommunetyper er deltagelsen højest i bykommuner, hvor 51 pct. er aktive.

Flest deltager i sang og musik og kreative aktiviteter

Sang og musik, som 19 pct. dyrker, er den mest populære fritidsaktivitet, efterfulgt af kreative aktiviteter (16 pct.) og spejder/FDF (12 pct.). Fiskeri er mest udbredt blandt drenge, mens piger er betydeligt mere aktive end drenge, når det gælder sang og musik og kreative

aktiviteter. Deltagelsen i langt de fleste aktiviteter falder med alderen. Drengene bevarer dog interessen for fiskeri og piger interessen for kreative aktiviteter op gennem teenageårene.

Deltagelse i foreningsregi og på egen hånd er mest udbredt

Når det gælder organisering, viser analysen, at de fleste børn og unge enten organiserer deres fritidsaktiviteter på egen hånd (19 pct.) eller i foreningsregi (18 pct.), mens færre går til aktiviteter i SFO/fritidsklub eller i privat regi (4 pct.). Deltagelsen i foreningsregi og i SFO/fritidsklub falder med alderen.

Organiseringsform og hyppighed varierer på tværs af aktivitetstyper

Valget af organiseringsform knytter sig ofte til valget af aktiviteter. Kreative aktiviteter, kulturelle aktiviteter og fiskeri er fortrinsvis selvorganiserede aktiviteter (på egen hånd), mens spejder/FDF, rollespil samt sang og musik især finder sted i organiserede sammenhænge (forening, privat og/eller SFO/fritidsklub). Langt de fleste fritidsaktive børn og unge dyrker udelukkende deres fritidsaktiviteter i ét regi.

Også hyppigheden af deltagelsen varierer på tværs af aktivitetstyper. Sang og musik, kreative aktiviteter samt spejder/FDF dyrkes ofte på fast basis. Spejder/FDF dyrkes oftest én gang om ugen, mens kreative aktiviteter samt sang og musik oftere dyrkes mere end en gang om ugen. Omvendt er størstedelen af de aktive inden for fiskeri kun aktive en-tre gange om måneden eller sjældnere.

42 pct. dyrker både idræts- og fritidsaktiviteter, men idræt fylder mest

Børns samlede fritidsliv omfatter ofte både idrætsaktiviteter og det, vi her kalder fritidsaktiviteter. Analysen viser, at det gør sig gældende for 42 pct. af børn og unge, mens 54 pct. kun dyrker idrætsaktiviteter. Omvendt er der kun 1 pct., som udelukkende dyrker fritidsaktiviteter og ganske få (2 pct.), der ikke dyrker nogen af delene.

Drengene dyrker i højere grad end piger udelukkende idræt, mens piger er mere tilbøjelige til at kombinere idræts- og fritidsaktiviteter. Med alderen falder andelen af drenge og piger, der både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, mens flere kun dyrker idræt. Andelen, der hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter, stiger ligeledes lidt.

Trivsel og velvære - og fritidsdeltagelsen

Analysen undersøger sammenhænge mellem børn og unges fritidsdeltagelse og deres trivsel. Trivslen er blandt andet målt på den generelle livstilfredshed (skala fra 0-10 fra det 'værst tænkelige' til det 'bedst tænkelige' liv). Ses der på sammenhængen mellem den generelle livstilfredshed og andelen, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, viser analysen, at de børn og unge, der trives dårligst, er mere tilbøjelige til at dyrke fritidsaktiviteter, end dem, der trives bedst. Her er det interessant, at det omvendte billede gør sig gældende for idrætsaktiviteter. Det tyder på, at fritidsaktiviteter også tiltrækker de børn og unge, der trives mindre godt.

Denne tendens ses også ved, at børn og unge med trivselsmæssige udfordringer i lige så høj eller i højere grad end andre børn og unge deltager i aktiviteter som spejder/FDF,

rollespil, tankesport, sang og musik og kreative aktiviteter. Organiseringsmæssigt er andelen, der dyrker aktiviteter i både foreningsregi og på egen hånd, højere blandt dem, der har trivselmæssige udfordringer, end blandt dem, der ikke har.

Kapitel 2: Voksnes deltagelse i fritidslivet

53 pct. dyrker mindst én fritidsaktivitet

Blandt voksne har 53 pct. dyrket minimum én af de fritidsaktiviteter, der indgår i spørgeskemaet, inden for det seneste år.

Deltagelsen ser ud til at hænge sammen med forskellige livsfaser, hvor deltagelsen er højest blandt de yngre voksne mellem 16 og 29 år, lavest blandt de 40-49-årige, hvorefter andelen af aktive igen stiger lidt. Kvinder er mest aktive i de yngre aldersgrupper, mens den modsatte tendens ses blandt de 30-49-årige og aldersgruppen over 70 år.

Andelen af aktive stiger i nogen grad med uddannelsesniveaue, men de sociale forskelle er mindre entydige, end når det gælder deltagelsen i idrætsaktiviteter. Geografisk set er andelen af aktive lidt større i bykommuner end i øvrige kommunetyper.

Kreative aktiviteter er mest udbredt blandt voksne

24 pct. har inden for det seneste år dyrket kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik og andet håndværk), hvilket gør det til den mest udbredte fritidsaktivitet blandt voksne. Dernæst kommer øvrige kulturelle aktiviteter (f.eks. kunst, historie og litteratur) (17 pct.), sang og musik (f.eks. kor og instrumentalundervisning) (10 pct.) samt fiskeri (10 pct.).

Flere mænd end kvinder dyrker jagt og fiskeri, mens kvinder søger mod kreative aktiviteter, øvrige kulturelle aktiviteter samt sang og musik.

Organisering og hyppighed varierer på tværs af aktiviteter

Når det gælder organisering, viser analysen, at langt de fleste voksne organiserer deres fritidsaktiviteter på egen hånd (45 pct.), mens betydeligt færre går til fritidsaktiviteter i foreningsregi (9 pct.), i forbindelse med deres arbejde/uddannelse (6 pct.), i det private (5 pct.) eller i en aftenskole (3 pct.). Aktiviteter i forenings- og aftenskoleregi samt i andre sammenhænge – eksempelvis Ældre Sagen eller kommunale tilbud – bliver mere populære med alderen.

Valget af organiseringsform varierer på tværs af aktivitetstyper. Nogle aktiviteter dyrkes primært i ét regi, mens andre fordeler sig jævnt mellem flere forskellige organiseringsformer. Jagt, fiskeri, kreative aktiviteter, madlavning og gastronomi samt øvrige kulturelle aktiviteter er fortrinsvis selvorganiseret (på egen hånd), mens sang og musik, sprog og kommunikation samt rollespil fordeler sig ligeligt mellem det selvorganiserede og organiserede regi (forening, privat, arbejde/uddannelse og aftenskole). Langt de fleste voksne dyrker udelukkende deres aktivitet i ét regi. Eksempelvis dyrker 79 pct. af de voksne, der dyrker kreative aktiviteter, det udelukkende på egen hånd.

På tværs af aktiviteter varierer det også, hvor ofte de dyrkes. Sang og musik, kreative aktiviteter samt madlavning og gastronomi dyrkes mere eller mindre på fast basis – minimum én gang om ugen – mens deltagelsen i jagt og fiskeri typisk foregår én til tre gange om måneden eller sjældnere. På tværs af aktiviteter er der dermed store forskelle på, hvorvidt der er tale om 'hverdagsvaner', eller om det i højere grad er 'oplevelsesvaner' (særligt jagt og fiskeri).

Mange voksne dyrker både idrætsaktiviteter og fritidsaktiviteter

Ses der på voksnes fritidsaktiviteter i sammenhæng med deres idrætsaktiviteter, viser analysen, at over halvdelen (51 pct.) dyrker begge dele. 42 pct. dyrker udelukkende idrætsaktiviteter, mens 2 pct. udelukkende dyrker fritidsaktiviteter. Endelig er der 4 pct., der ikke dyrker nogen af delene. Andelen af ikke-aktive stiger med alderen og når op på 9 pct. i aldersgruppen over 70 år.

Trivsel og velvære – og fritidsdeltagelsen

For at belyse det generelle trivselsniveau er voksne blevet bedt om at forholde sig til fem udsagn, der tilsammen udgør WHO's trivselsindeks. En score på '0' ses som et udtryk for den værst tænkelige livskvalitet, mens en score på 100 er udtryk for den bedst tænkelige livskvalitet (Bech, 1999). Den gennemsnitlige trivselsscore ligger på 63, mens 22 pct. har en trivselsscore på under 50, hvor der er risiko for depression og stressbelastning. Analysen viser, at den gennemsnitlige trivsel er højere blandt voksne, der dyrker idræts- og/eller fritidsaktiviteter, end blandt voksne, der hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter. Derudover har voksne, der kun dyrker fritidsaktiviteter, et lavere trivselsniveau, end voksne der dyrker idræt.

Når det gælder aktivitetstyper, viser analysen, at voksne med lav trivsel er mere tilbøjelige til at dyrke kreative aktiviteter, sang og musik og madlavning og gastronomi end voksne med høj trivsel, der omvendt er mere tilbøjelige til at dyrke jagt og fiskeri.

Deltagelse og frivilligt arbejde i udvalgte aktiviteter

Ud over deltagelsen i specifikke typer af fritidsaktiviteter har undersøgelsen belyst voksnes generelle deltagelse i aktiviteter og frivilligt arbejde i forskellige typer af regi på fritidsområdet. Det gælder deltagelse i aftenskoler, i Folkeuniversitetet og i en række forskellige foreningstyper.

8 pct. har deltaget i aktiviteter i aftenskoleregi i løbet af de seneste 12 måneder, mens 5 pct. har deltaget i aktiviteter i Folkeuniversitetet. I begge tilfælde er flere kvinder end mænd aktive. Derudover er kønsforskellene størst inden for 'andre hobby- og fritidsforeninger', hvor flere mænd (18 pct.) end kvinder (14 pct.) har været aktive.

Sammenlignes der med resultater fra 2016, er der inden for alle områder sket et fald i andelen, der har deltaget i de respektive aktiviteter. Det er sandsynligt, at coronanedlukningerne, der var en del af virkeligheden i en stor del af 2020, har haft betydning for faldet i deltagelsesniveauet.

Udviklingen har været mindre entydig, når det gælder frivilligt arbejde. Her har der været en mindre stigning i andelen, der arbejder frivilligt, inden for både aftenskoler, Folkeuniversitetet og 'andre hobby- eller fritidsforeninger'.

Kapitel 1: Børn og unges fritidsvaner

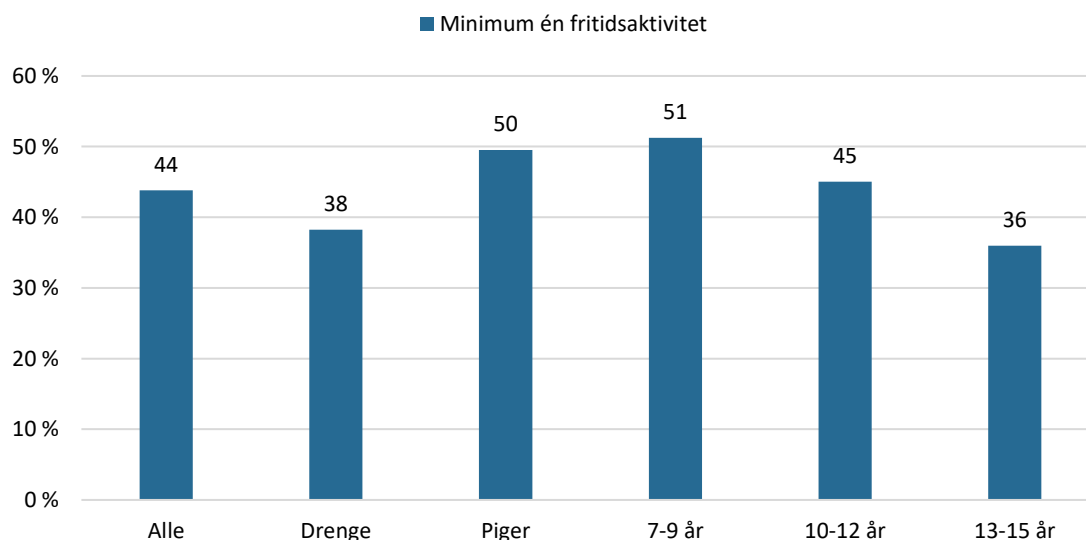
Dette kapitel sætter fokus på børn og unges (7-15 år) deltagelse i de fritidsaktiviteter, der ikke er idræt. Som nævnt omfatter spørgsmålet både aktiviteter på egen hånd og aktiviteter i organiseret regi. I spørgeskemaet er børnene blevet spurgt om, hvad de har dyrket eller gået til i deres fritid inden for det seneste år med udgangspunkt i de følgende kategorier af fritidsaktiviteter:

- Sang og musik (f.eks. kor, instrumentalundervisning)
- Kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk)
- Spejder/FDF
- Fiskeri
- Tankesport
- Rollespil (ikke bordrollespil)
- Øvrige kulturelle aktiviteter (f.eks. kunst, historie, litteratur)

Deltagelse i fritidsaktiviteter

Figur 1 viser, at 44 pct. af børn og unge i alderen 7-15 år har dyrket minimum én af de fritidsaktiviteter, der er nævnt i spørgeskemaet, inden for det seneste år. Deltagelsen i disse fritidsaktiviteter er højere blandt piger end drenge, og deltagelsen falder med alderen.

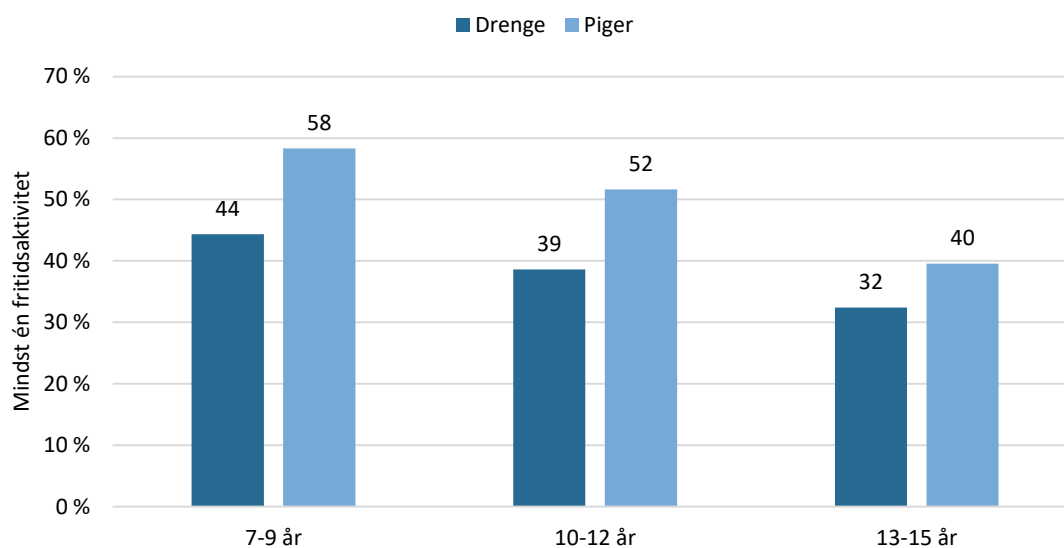
Figur 1: Halvdelen af børn og unge har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år (pct.)



Figuren viser andelen, der har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Totalt og fordelt på køn og alder (n=4.379). De respondenter, som har angivet en anden selvangiven aktivitet, er ikke medtaget i tabellen, da de åbne svar også omfatter aktiviteter, der ikke kan kategoriseres som fritidsaktiviteter.

At flere piger end drenge dyrker fritidsaktiviteter gør sig gældende på tværs af alle tre aldersgrupper (figur 2), men forskellene mellem kønnene bliver mindre i de ældre aldersgrupper.

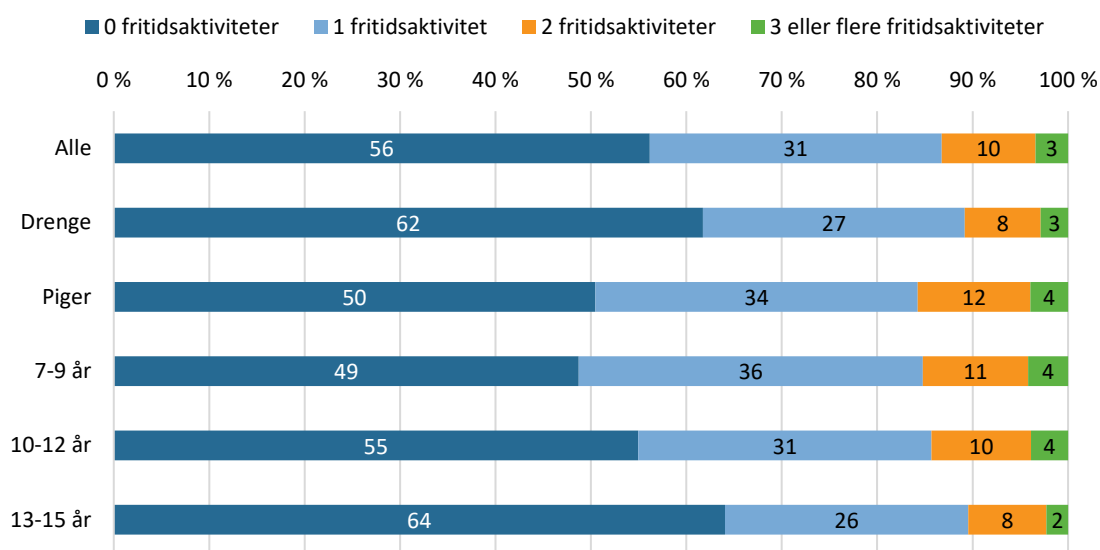
Figur 2: Flere piger end drenge dyrker fritidsaktiviteter på tværs af alle aldersgrupper (pct.)



Figuren viser andelen af henholdsvis drenge og piger, der har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år, på tværs af alder (drenge: n=2.212, piger: n=2.167). Minimum én aktivitet dækker over andelen, der har dyrket minimum én af følgende aktiviteter inden for det seneste år: Sang og musik, kreative aktiviteter, spejder/FDF, fiskeri, øvrige kulturelle aktiviteter, tanksport og/eller rollespil.

Figur 3 viser, at 31 pct. af børn og unge har dyrket én fritidsaktivitet inden for det seneste år, mens 12 pct. har dyrket to eller flere aktiviteter, og det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter er på 0,6 (se tabel 1). Til sammenligning dyrker børn og unge i gennemsnit 3,9 idrætsaktiviteter (Rask et al. 2022). Sammenligningen skal dog ses i lyset af, at flere af aktivitetskategorierne på fritidsområdet er langt bredere end på idrætsområdet. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på, at børn og unge sagtens kan dyrke flere forskellige fritidsaktiviteter inden for hver aktivitetskategori (f.eks. korsang og klaver, som begge tilhører kategorien 'sang og musik').

Figur 3: Piger og de yngste børn dyrker i højere grad flere forskellige fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvor mange fritidsaktiviteter børn og unge har dyrket inden for det seneste år. Andelen er udregnet efter svar på spørgsmålet 'Hvad har du dyrket eller gået til i din fritid det seneste år?'. Totalt og fordelt på køn og alder (n=4.379).

Tabel 1 viser det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter fordelt på køn og alder. Som det fremgår, har piger dyrket flere forskellige fritidsaktiviteter end drenge, og antallet af fritidsaktiviteter falder med alderen.

Tabel 1: Det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter – på tværs af alder og køn

	Alle	Køn		Alder		
		Drengene	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Gennemsnitligt antal fritidsaktiviteter	0,62	0,53	0,70	0,72	0,64	0,49

Tabellen viser det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter, børn og unge har dyrket inden for det seneste år (n=4.379).

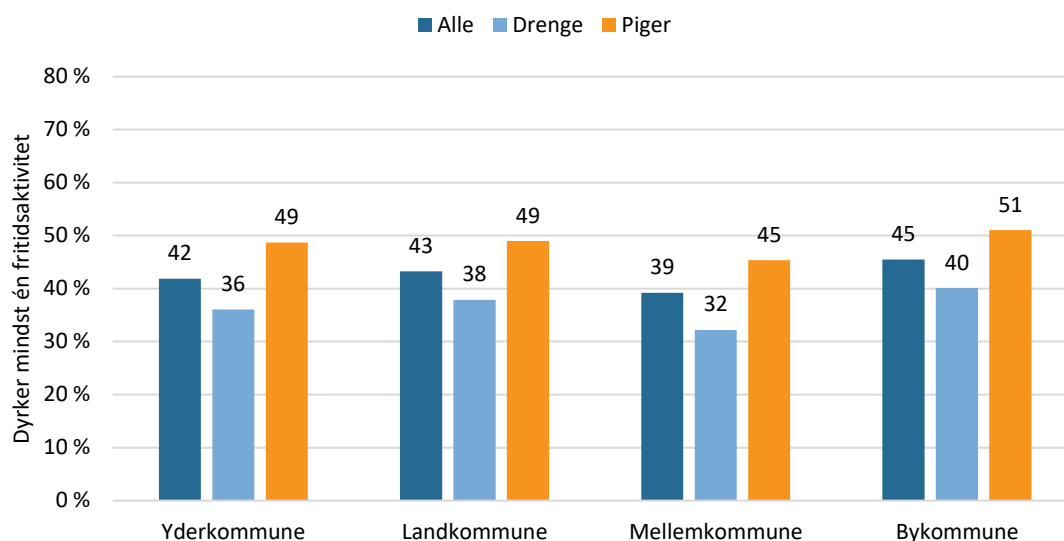
Både andelen, der dyrker fritidsaktiviteter, og det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter, falder altså med alderen. Blandt de fritidsaktive børn og unge er det imidlertid kun de ældste børn (13-15 år), der gennemsnitligt dyrker færre fritidsaktiviteter end de 7-9-årige¹.

Kommunale forskelle i fritidsdeltagelsen

Ses der på fritidsdeltagelsen på tværs af forskellige typer af kommuner, viser figur 4, at andelen af aktive i mindst én fritidsaktivitet er højest i bykommunerne. Det gælder især for pigerne, hvor 51 pct. er aktive. Der er dog ikke tale om en entydig urbaniseringstendens, da andelen af aktive er lavest i landets mellemkommuner.

¹ Blandt de fritidsaktive er det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter på tværs af alder hhv.: 1,41, 1,43 og 1,36.

Figur 4: Fritidsdeltagelsen på tværs af kommunetyper – fordelt på køn (pct.)



Figuren viser andelen af børn og unge, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, på tværs af kommunetyper. Fordelt på alle og køn. Yderkommuner (n=274), landkommuner (n=936), mellemkommuner (n=626) og bykommuner (n=2.543).

Det er desuden interessant, at det høje deltagelsesniveau i bykommunerne især ser ud til at være drevet af de 7-9-årige, hvor hele 54 pct. har deltaget i mindst én fritidsaktivitet i det seneste år. Den laveste deltagelse findes – på tværs af aldersgrupper – i mellemkommunerne (se figur 46 i bilagsmaterialet).

Valget af fritidsaktiviteter

I dette afsnit ses der nærmere på børn og unges valg af de fritidsaktiviteter, der er spurgt ind til i spørgeskemaet.

Sang og musik (f.eks. kor og instrumentalundervisning) er den mest populære fritidsaktivitet blandt børn og unge, som 19 pct. har dyrket eller gået til i deres fritid i løbet af det seneste år. Det efterfølges af kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk) (16 pct.) og spejder/FDF (12 pct.) (tabel 3).

Som det fremgår af tabel 2, er der for de fleste fritidsaktiviteter nogle klare mønstre på tværs af køn og aldersgrupper. Spejder/FDF tiltrækker både piger og drenge, fiskeri dyrkes primært af drenge, og pigerne er især aktive inden for sang og musik og kreative aktiviteter. For langt de fleste aktiviteter falder deltagelsen med alderen.

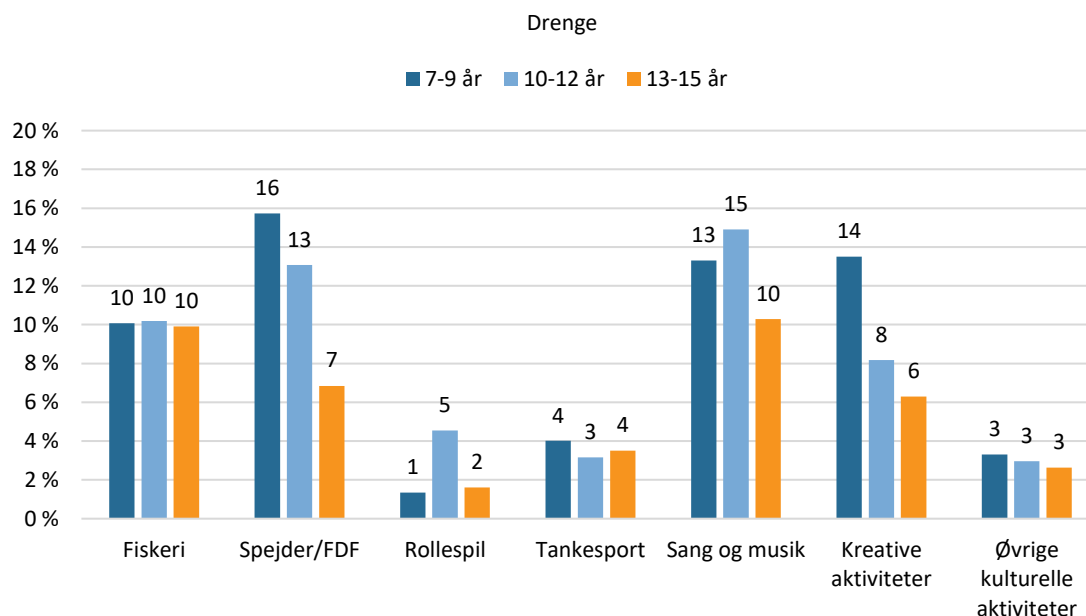
Tabel 2: Sang og musik er den mest populære fritidsaktivitet blandt børn og unge (pct.)

	Alle	Køn		Alder		
		Dreng	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Fiskeri	7	10	3	8	6	6
Spejder/FDF	12	12	12	16	13	6
Rollespil (ikke bordrollespil)	2	3	2	1	3	2
Tankesport	3	4	2	3	2	2
Sang og musik ²	19	13	25	22	20	15
Kreative aktiviteter ³	16	9	22	17	16	13
Øvrige kulturelle aktiviteter ⁴	4	3	5	4	4	4

Tabellen viser andelen, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter – totalt og fordelt på køn og alder (n=4.379). Børn og unge er blevet præsenteret for en liste med forskellige fritidsaktiviteter og er i den forbindelse blevet bedt om at svare på, hvilke aktiviteter de har dyrket inden for det seneste år. Det har været muligt at angive flere aktiviteter.

Figur 5 viser andelen af drenge under 16 år, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder. Spejder/FDF er blandt de mest populære fritidsaktiviteter blandt drenge frem til 12-årsalderen, mens tilslutningen daler blandt teenagedrenge, hvilket også er tilfældet, når det kommer til de kreative aktiviteter. Fiskeri og sang og musik er de aktiviteter, der har størst tilslutning blandt teenagedrenge.

Figur 5: Dreng mister især interessen for spejder/FDF og kreative aktiviteter med alderen (pct.)



Figuren viser andelen af drenge, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder (n=2.212).

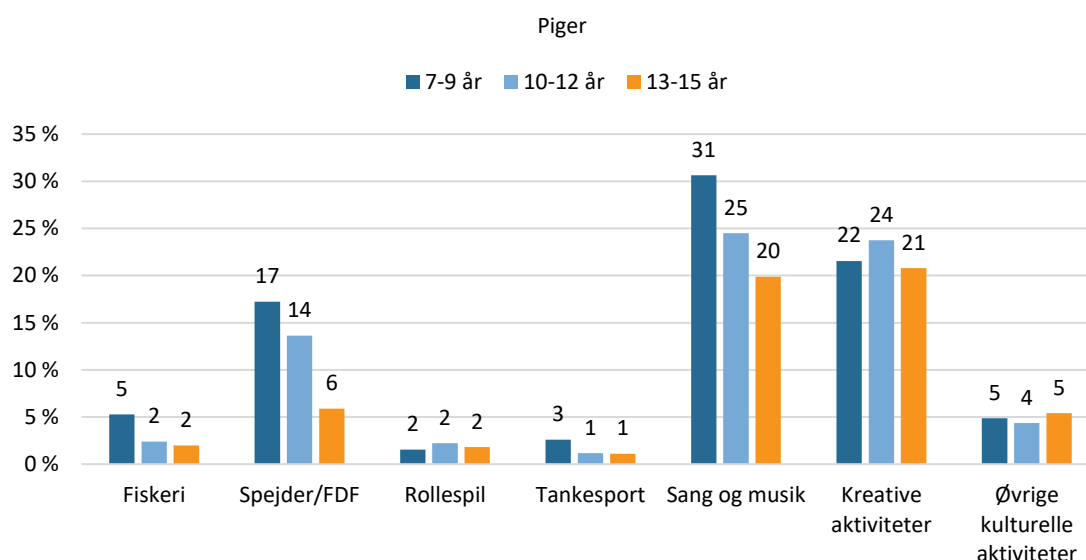
² F.eks. kor, instrumentalundervisning

³ F.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk

⁴ F.eks. kunst, historie, litteratur

Figur 6 viser andelen af piger, der dyrker forskellige aktiviteter, på tværs af alder. Sang og musik er den mest udbredte fritidsaktivitet blandt piger i alle aldersgrupper. Selvom deltagelsen falder støt med alderen, dyrker en femtedel af de 13-15-årige piger stadig sang og musik. Tilslutningen til spejder/FDF falder med alderen, hvorimod piger ser ud til at bevare interessen for kreative aktiviteter op igennem teenageårene.

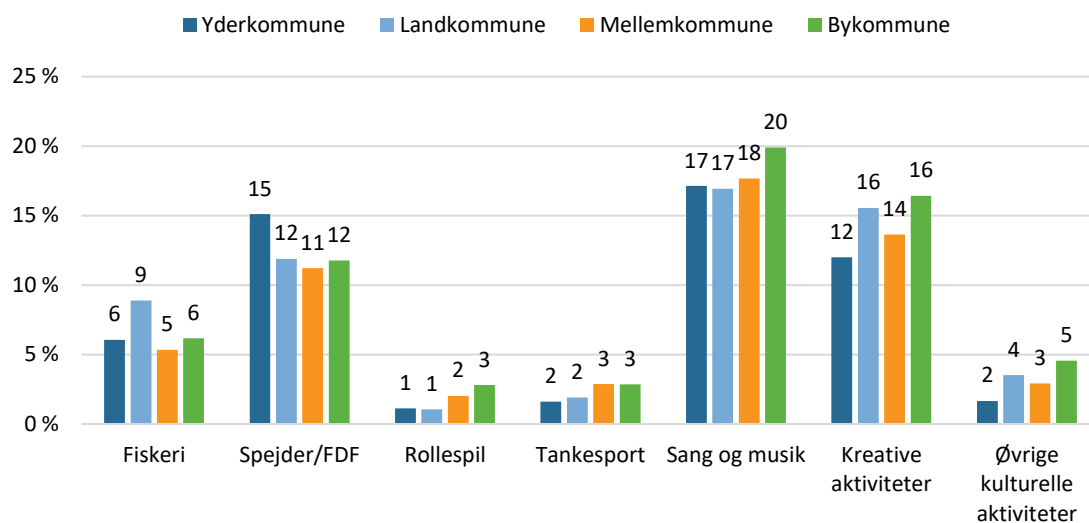
Figur 6: Piger bevarer interessen for kreative aktiviteter med alderen (pct.)



Figuren viser andelen af piger, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder (n=2.167).

Ud over forskellene på tværs af køn og alder, er der nogle mønstre på tværs af land og by (figur 7). Her er det interessant, at andelen, der går til spejder/FDF, er størst i landets yderkommuner, hvor 15 pct. er aktive mod 11-12 pct. i de øvrige kommunetyper. Omvendt er deltagelsen i sang og musik, rollespil og kreative aktiviteter størst i bykommunerne.

Figur 7: Variation i deltagelsen i aktivitetstyper på tværs af kommunetyper (pct.)



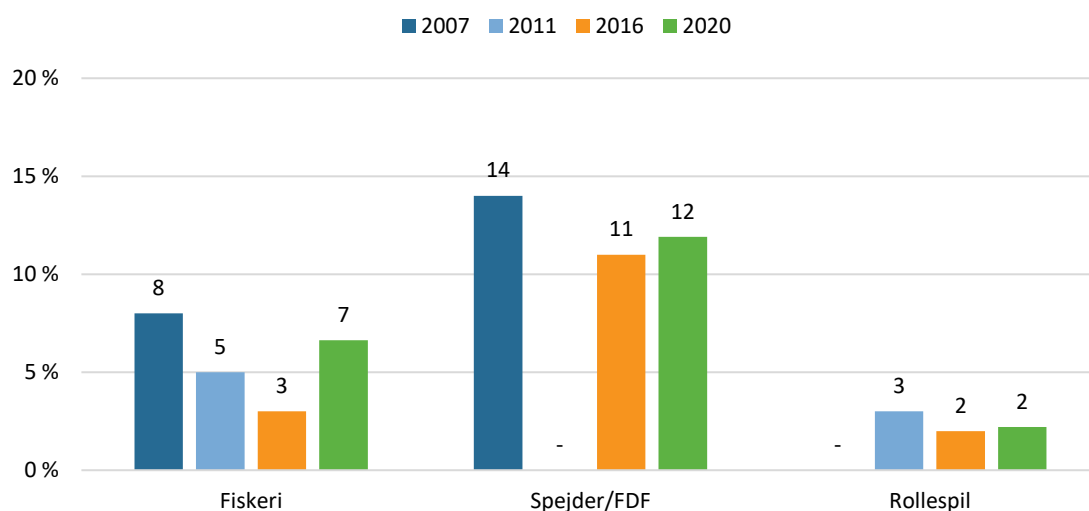
Figuren viser valget af fritidsaktiviteter blandt børn og unge. Fordelt på kommunetyper: Yderkommuner (n=274), landkommuner (n=936), mellemkommuner (n=626) og bykommuner (n=2543).

Udvikling i fritidsaktiviteter siden 2007

Figur 8 viser udviklingen i børn og unges deltagelse inden for de fritidsaktiviteter, der har været en del af undersøgelsen i perioden 2007-2020. Fiskeri og spejder/FDF har været med siden 2007, mens rollespil blev inkluderet i 2011.

Tilslutningen til fiskeri har været faldende i perioden 2007-2016, men er steget i 2020, hvilket kan hænge sammen med coronanedlukningen, som for mange gav anledning til flere aktiviteter i naturen. Deltagelsen i spejder/FDF og rollespil har derimod været mere stabil over perioden – trods en periode med nedlukning.

Figur 8: Fiskeri har oplevet øget tilslutning siden 2016 (pct.)



Figuren viser andelen af børn, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter i hhv. 2007 (n=1.987), 2011 (n=2.035), 2016 (n=3.221) og 2020 (n=4.379). (-) betyder, at aktiviteten ikke har været inkluderet i undersøgelsen i det respektive år.

Organisering

I dag er der mange forskellige aktører, som udbyder fritidsaktiviteter for børn og unge. Der er både foreninger, private udbydere og offentlige fritidstilbud i spil, og derudover dyrker mange deres fritidsaktiviteter uden for de organiserede rammer.

I dette afsnit vil der være fokus på, i hvilket regi børn og unge dyrker deres fritidsaktiviteter, og hvordan det ser ud på tværs af køn, alder og aktivitetstyper. Nogle typer af aktiviteter er i høj grad bundet op på organiseringsformen. Det gælder især spejder/FDF, som helt overvejende er en foreningsaktivitet, mens mange af de øvrige aktiviteter kan dyrkes i mange forskellige regi.

Viden om, hvor børn og unge dyrker deres aktiviteter, og hvordan de bevæger sig mellem de forskellige regi, kan give inspiration til den fremtidige udvikling af aktivitetstilbud. I det følgende belyses det først, hvordan deltagelsen samlet set ser ud på tværs af regi. Derefter ses der på mønstre på tværs af de forskellige typer af fritidsaktiviteter.

Da spørgeskemaundersøgelsen, der ligger til grund for analysen, havde idræt som sit primære fokus, har det ikke været muligt at inkludere alle de typer af regi, som kan have særlig relevans for de enkelte aktivitetstyper. Det gælder eksempelvis musikskoler og kirker, som er helt oplagte inden for sang og musik. For alle aktivitetstyper har respondenterne haft mulighed for at sætte kryds ved 'anden sammenhæng'. Det kan dog forventes, at særligt børn i nogle tilfælde kan have svært at svare på, hvorvidt deres aktivitet foregår i det ene eller det andet regi.

Tabel 3 viser, at de fleste børn og unge enten organiserer deres fritidsaktiviteter på egen hånd (19 pct.) eller i foreningsregi (18 pct.), mens færre går til fritidsaktiviteter i SFO/fritidsklub (9 pct.), i anden sammenhæng (6 pct.) eller i det private regi (4 pct.). Der er ikke de store kønsforskelle, men alderen ser ud til at spille ind på, i hvilke regi børn og unge dyrker deres fritidsaktiviteter.

Tabel 3: Flest børn og unge organiserer fritidsaktiviteter på egen hånd og i foreningsregi (pct.)

	Alle	Køn		Alder		
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Forening	18	17	20	23	21	12
Privat	4	3	6	4	5	4
SFO/klub ⁵	10	7	13	14	10	5
På egen hånd ⁶	20	18	21	21	19	19
Anden sammenhæng	6	5	7	6	7	5

Tabellen viser andelen af børn og unge, der dyrker fritidsaktiviteter i forskellige regi – totalt og fordelt på køn og alder (n=4.379). Kategorien 'andet træningsfællesskab' er ikke afrapporteret på grund af meget få respondenter. Det samme gør sig gældende for de efterfølgende tabeller/figurer.

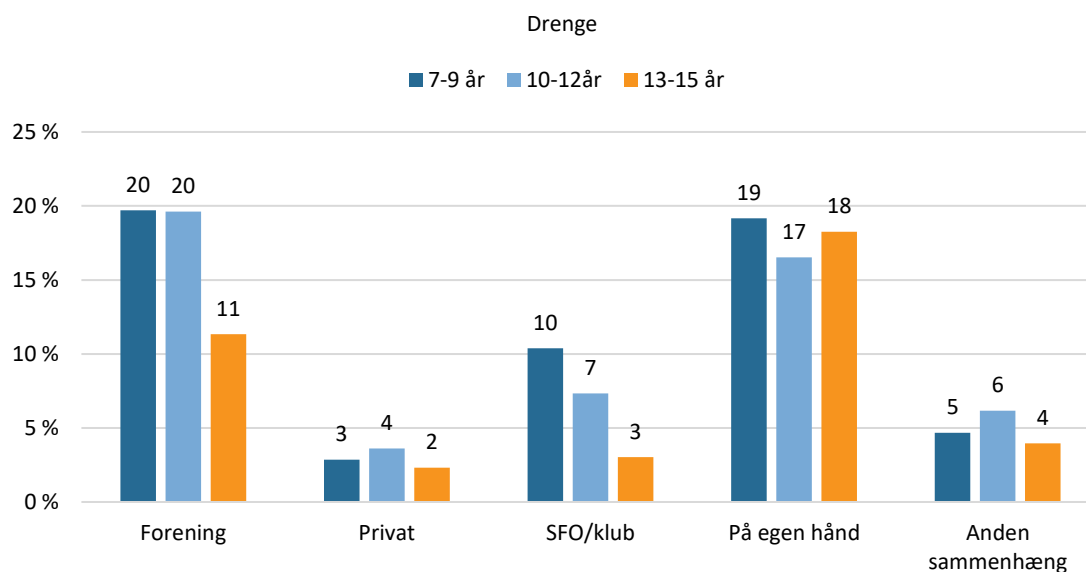
Figur 9 og 10 viser, hvordan henholdsvis drenge og piger organiserer deres fritidsaktiviteter i forskellige regi på tværs af alder. Der er begrænsede forskelle på tværs af køn, mens deltagelsen varierer på tværs af aldersgrupper.

Både blandt 7-12-årige drenge og piger er det mest udbredt at dyrke fritidsaktiviteter i foreningsregi, mens der blandt de 13-15-årige er markant færre, der deltager i foreningsorganiserede fritidsaktiviteter. Det kan blandt andet hænge sammen med den faldende tilslutning til spejder/FDF, der er en udpræget foreningsaktivitet (se figur 7). Omvendt er andelen af børn og unge, der deltager i aktiviteterne på egen hånd, i privat regi og i andre sammenhænge mere stabil mellem aldersgrupperne. Tilslutningen til aktiviteter i SFO/fritidsklub falder med alderen, hvilket følger den generelle tilslutning til SFO/fritidsklub blandt børn og unge.

⁵ 'SFO/fritidsklub/ungdomsklub'

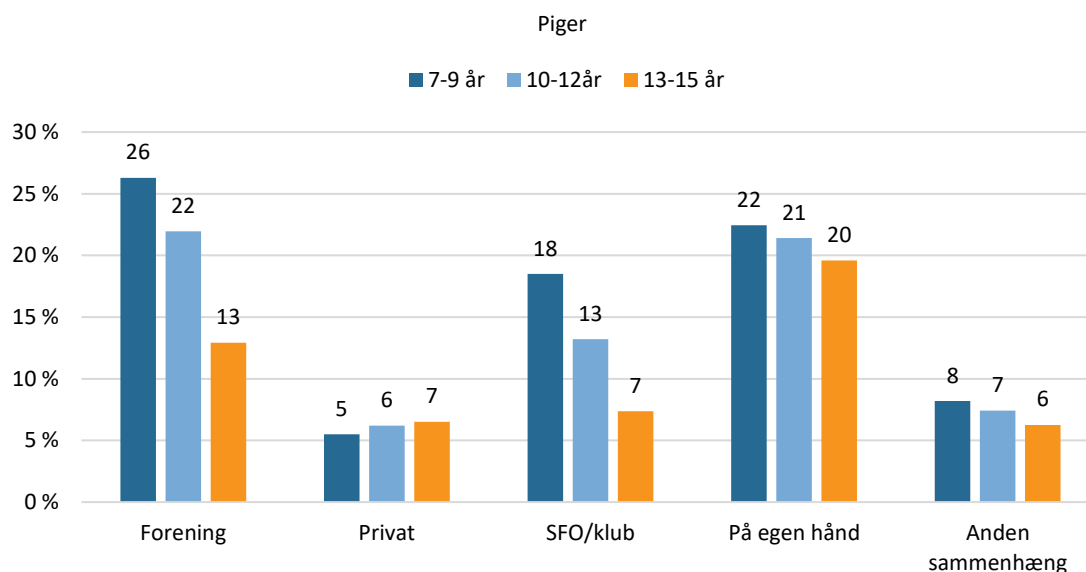
⁶ Alene eller sammen med andre

Figur 9: Drenges deltagelse i fritidsaktiviteter på tværs af forskellige typer af regi (pct.)



Figuren viser andelen af drenge, der dyrker aktiviteter i forskellige regi, på tværs af alder (n=2.212).

Figur 10: Pigers deltagelse i fritidsaktiviteter på tværs af forskellige typer af regi (pct.)



Figuren viser andelen af piger, der dyrker aktiviteter i forskellige regi, på tværs af alder (n=2.167).

Udviklingen på tværs af aldersgrupper følger i vid udstrækning mønstrene på idrætsområdet, hvor der ligeledes ses en faldende tilslutning til foreningsregi i teenageårene (Rask et al. 2022).

Bevægelserne mellem organiseringsformer på tværs af aldersgrupper mudres lidt af det generelle fald i andelen af fritidsaktive børn og unge, der sker med alderen. Ses der i stedet på, hvordan fordelingen ser ud, hvis der udelukkende ses på de børn og unge, der dyrker

mindst én af de undersøgte fritidsaktiviteter, er der nogle mønstre, som bliver mere tydelige.

Som tabel 4 viser, stiger andelen af fritidsaktive, som dyrker aktiviteter på egen hånd, fra 41 pct. blandt de 7-9-årige til 53 pct. blandt de 13-15-årige. Samme tendens ses, når det gælder privat regi, hvor tilslutningen blandt de aktive stiger fra 8 pct. blandt de 7-9-årige til 12 pct. blandt de 13-15-årige. Den faldende tilslutning til foreningslivet og SFO/klubregi ses stadig, når der udelukkende ses på de fritidsaktive børn og unge.

Tabel 4: Blandt de fritidsaktive stiger tilslutningen til privat og selvorganiseret regi (pct.)

	Total	Køn		Alder		
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Forening	42	44	41	45	46	34
Privat	10	8	12	8	11	12
SFO/klub	22	18	26	28	23	14
På egen hånd	45	47	43	41	42	53
Anden sammenhæng	14	13	15	13	15	14

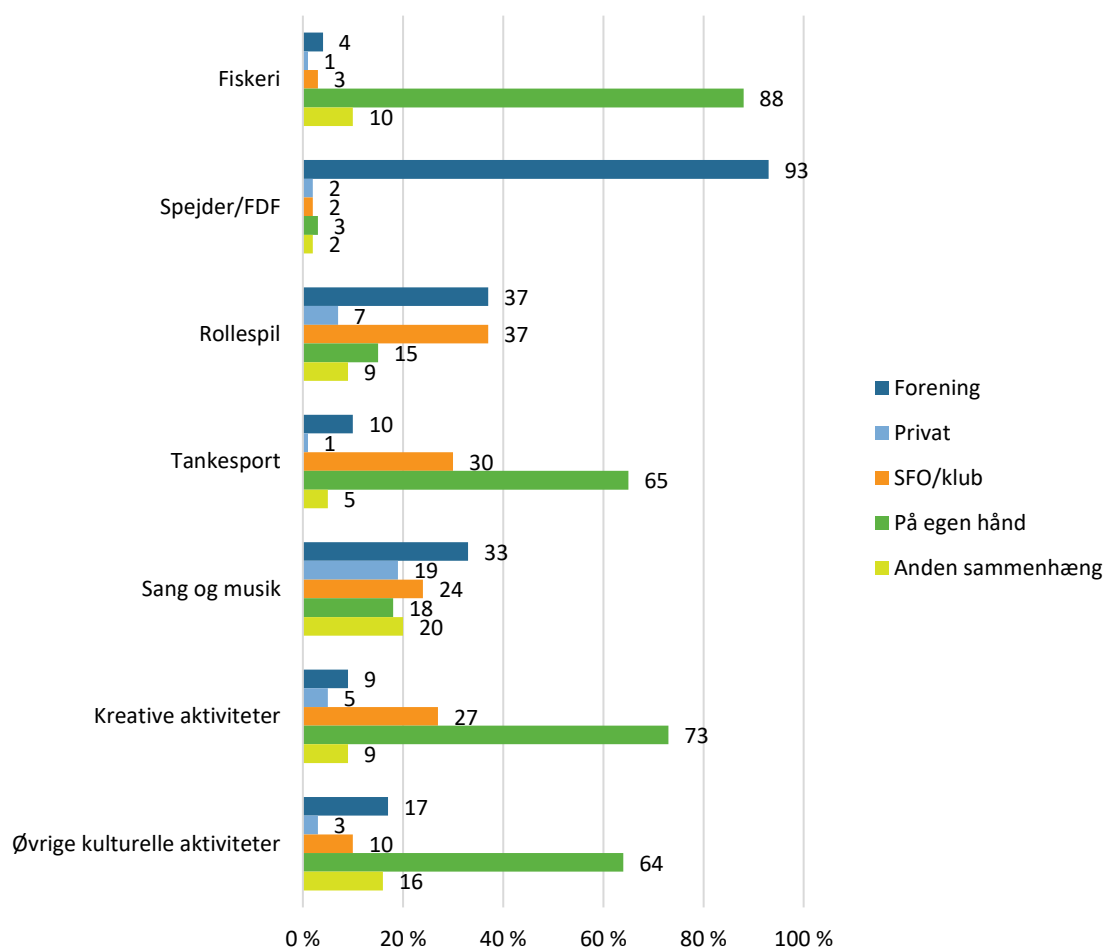
Tabellen viser børn og unges organisering af deres fritidsaktiviteter. Andele er udregnet ud fra dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet i løbet af året. Fordelt på total, køn og alder (n=1897)

Sammenhæng mellem organiseringsform og valget af fritidsaktiviteter

Valget af organiseringsform knytter sig som nævnt ofte til valget af aktiviteter. Figur 11 viser en oversigt over tilslutningen til organiseringsformer inden for de enkelte fritidsaktiviteter. Nogle aktiviteter dyrkes primært i ét regi, mens andre fordeler sig jævnt mellem flere forskellige organiseringsformer.

Kreative aktiviteter, kulturelle aktiviteter og fiskeri er fortrinsvis selvorganiserede aktiviteter (på egen hånd), mens spejder/FDF, rollespil samt sang og musik især finder sted i organiserede sammenhænge (forening, privat og/eller SFO/fritidsklub). Særligt inden for sang og musik har mange sat kryds ved 'anden sammenhæng', hvilket blandt andet kan være musikskoler og forskellige typer af kor (f.eks. skolekor eller kirkekor).

Figur 11: Mange aktiviteter dyrkes primært på egen hånd (pct.)



Figuren viser, hvilken organiseringsform børn og unge anvender inden for hver aktivitet (fiskeri: n=286, spejder/FDF: n=526, rollespil*: n=93, sang og musik: n=805, kreative aktiviteter: n=676, øvrige kulturelle aktiviteter: n=170). *Der gøres opmærksom på, at antallet af respondenter er relativt lavt, og derfor bør fordelingen læses med dette forbehold (n=4.379).

Der er desuden en række nuancer i valget af organiseringsform på tværs af alder (se figur 47-53 i bilagsmaterialet). Eksempelvis foregår aktiviteterne inden for rollespil og sang og musik især i SFO/klub for de mindste børn, mens de ældre børn og unge i højere grad dyrker aktiviteterne i foreninger og på egen hånd.

Organiseringskombinationer

Tabel 5 viser, at langt de fleste fritidsaktive børn og unge udelukkende dyrker deres fritidsaktiviteter (samlet set) i ét regi, mens relativt få kombinerer forskellige organiseringsformer. Det ses f.eks., at 27 og 24 pct. udelukkende organiserer fritidsaktiviteter i hhv. foreninger og på egen hånd. Piger kombinerer i lidt højere grad end drenge.

Derudover viser tabellen, at andelen, som udelukkende er foreningsaktive, falder med alderen, mens andelen, der udelukkende organiserer på egen hånd, stiger fra 20 pct. blandt de 7-9-årige til 34 pct. blandt de 13-15-årige. Disse tendenser er i god tråd med de mønstre på tværs af alder og regi, som tidligere er beskrevet.

Table 5: Andelen, der udelukkende dyrker på egen hånd, stiger med alderen (pct.)

	Alle	Køn		Alder		
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Kun forening	27	30	25	31	27	22
Kun privat	5	4	6	4	5	6
Kun SFO/klub	9	6	11	11	9	6
Kun på egen hånd	24	28	21	20	20	34
Kun anden sammenhæng	7	7	7	6	8	7
Forening og privat	2	2	2	2	3	2
Forening og på egen hånd	9	9	10	8	12	8
Privat og på egen hånd	3	2	4	3	3	4
Forening, privat og på egen hånd	1	1	1	1	1	1

Tabellen viser, hvordan børn og unge organiserer deres samlede fritidsaktiviteter. Kun de børn og unge, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet, indgår i beregningen af andele (n=1.897). Kategorierne 'kun' (forening, privat, selvorganiseret, andet træningsfællesskab, SFO/fritid og anden sammenhæng) er tildelt, hvis respondenter udelukkende organiserer fritidsaktiviteter i det pågældende regi. Respondenten er placeret i de andre kategorier, organiseringskombinationer, hvis vedkommende som minimum organiserer én fritidsaktivitet i disse regi (f.eks. som minimum i forenings- og privat regi). Den samme respondent kan ikke befinde sig i flere af 'kun'-kategorierne, men kan godt befinde sig i flere af organiseringskombinationerne.

På idrætsområdet er der betydeligt flere børn og unge, der kombinerer på kryds og tværs af regi, end når der ses på de her belyste fritidsaktiviteter. Især er det meget udbredt at kombinere foreningsregi med aktiviteter på egen hånd (Rask et al. 2022).

Ses der på organisationskombinationer inden for de respektive aktivitetskategorier på fritidsområdet (tabel 6), er tankesport og sang og musik de fritidsaktiviteter, hvor flest børn og unge kombinerer forskellige organiseringsformer, mens der særligt inden for fiskeri, kreative og øvrige kulturelle aktiviteter er en høj andel, som udelukkende dyrker aktiviteten på egen hånd.

Tabel 6: Få børn og unge kombinerer forskellige organiseringsformer inden for den samme fritidsaktivitet (pct.)

	Fiskeri	Spejder/FDF	Rolle-spil	Tanke-sport	Sang og musik	Kreative aktiviteter	Øvrige kulturelle aktiviteter
Kun forening	2	92	35	4	28	7	17
Kun privat	0	1	7	1	15	4	2
Kun på egen hånd	84	2	10	9	10	52	53
Kun SFO/fritidsklub	2	1	34	37	19	10	4
Kun anden sammenhæng	7	1	5	2	16	5	11
Forening og privat	0	0	0	3	1	0	0
Forening og på egen hånd	1	1	1	13	4	2	1
Privat og på egen hånd	0	0	0	4	2	1	0
Forening, privat og på egen hånd	0	0	0	2	1	0	0
Antal aktive i alt	n=286	n=526	n=93	n=111	n=805	n=676	n=170

Tabellen viser, hvordan børn og unge organiserer deres respektive fritidsaktiviteter. Kun de børn og unge, der har dyrket de respektive fritidsaktiviteter, er inkluderet i hver kategori (se antal i nederste række). Der gøres opmærksom på, at antallet af respondenter er relativt lavt, og derfor bør fordelingen tages med dette forbehold. Kategorierne 'kun' (forening, privat, selvorganiseret, andet træningsfællesskab, SFO/fritid og anden sammenhæng) er tildelt, hvis respondenter udelukkende organiserer den respektive fritidsaktivitet i det pågældende regi. Respondenten er placeret i de andre kategorier, organiseringskombinationer, hvis vedkommende som minimum organiserer den respektive fritidsaktivitet i disse regi (f.eks. som minimum i forenings- og privat regi). Den samme respondent kan ikke befinde sig i flere af 'kun'-kategorierne, men kan godt befinde sig i flere af organiseringskombinationerne.

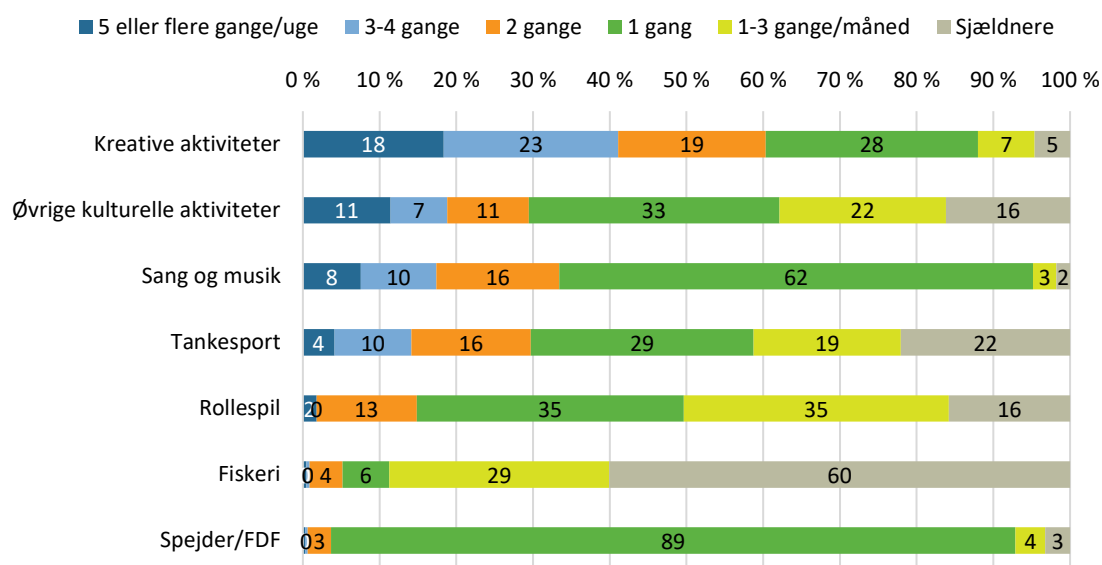
Hyppighed

Dette afsnit ser nærmere på, hvor ofte børn og unge deltager i deres respektive fritidsaktiviteter. Figur 12 viser, at der er stor forskel på, hvor ofte børn og unge dyrker de forskellige fritidsaktiviteter. Sang og musik, kreative aktiviteter samt spejder/FDF dyrkes mere eller mindre på fast basis – minimum én gang om ugen. Spejder/FDF dyrkes primært én gang om ugen, mens kreative aktiviteter samt sang og musik oftere dyrkes mere end én gang om ugen.

Deltagelse i fiskeri foregår derimod mere sporadisk: Størstedelen af de aktive inden for denne aktivitet fisker 1-3 gange om måneden eller sjældnere.

Hvad angår rollespil og øvrige kulturelle aktiviteter, er deltagelsen mere varieret. Nogle børn og unge dyrker aktiviteterne på ugentlig basis, mens andre dyrker aktiviteterne mindre hyppigt.

Figur 12: Hyppigheden i deltagelsen varierer på tværs af aktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvor ofte børn og unge dyrker deres respektive fritidsaktiviteter, blandt dem, der har dyrket de respektive aktiviteter i løbet af det seneste år (fiskeri: n=286, spejder/FDF: n=526, rollespil*: n=93, sang og musik: n=805, kreative aktiviteter: n=676, øvrige kulturelle aktiviteter: n=170). *Der gøres opmærksom på, at antallet af respondenter er relativt lavt, og derfor bør fordelingen tages med dette forbehold.

Mange forskellige omstændigheder kan have indflydelse på, hvorfor nogle aktiviteter dyrkes oftere end andre. Først og fremmest kan det have betydning, om børnene dyrker øvrige fritids- og/eller idrætsaktiviteter. Jo flere aktiviteter det enkelte barn dyrker, jo mindre tid vil der – alt andet lige – være til at deltage i den enkelte aktivitet.

For det andet kan organiseringsformen have betydning. Spejder/FDF dyrkes hovedsageligt i en forening, og hyppigheden er derfor begrænset til det antal dage om ugen, som foreningen udbyder aktiviteten. Netop indenfor spejder/FDF er det meget udbredt, at man går til aktiviteten én gang ugentligt (Bjerrum et al. 2021). Kreative aktiviteter dyrkes derimod primært på egen hånd, hvilket gør det muligt at dyrke aktiviteten oftere. Også de aktiviteter, der dyrkes i SFO-regi, kan give mulighed for deltagelse flere gange ugentligt. Det gør sig især gældende for tankesport, rollespil, sang og musik og kreative aktiviteter.

Børn og unges idræts- og fritidsvaner

De tidligere afsnit har haft et selvstændigt fokus på børn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter, der ikke er idræt. Her blev det tydeligt, at andelen, der dyrker de fritidsaktiviteter, der indgår i undersøgelsen, falder med alderen. Samtidig dyrker børn og unge færre forskellige fritidsaktiviteter jo ældre, de bliver.

Disse tendenser er lidt forskellige fra udviklingen på idrætsområdet, hvor der med alderen ganske vist sker et fald i andelen, der svarer, at de normalt dyrker sport og motion, men samtidig er der en stigning i antallet af idrætsaktiviteter, der dyrkes (Rask et al. 2022). Inden for idræt ses dermed en tendens til, at særligt unge i teenagealderen prøver mange

forskellige typer af aktiviteter af. Analysen tyder på, at denne tendens først slår igennem senere, når det gælder fritidsaktiviteter, hvilket bekræftes i den senere analyse af voksnes fritidsdeltagelse.

Deltagelsen i fritidsaktiviteter kan være påvirket af mange forskellige parametre – blandt andet en potentiel prioritering mellem idrætsaktiviteter og øvrige fritidsaktiviteter. Det skal ses i lyset af, at næsten alle børn og unge – 97 pct. – har dyrket mindst én idrætsaktivitet inden for det seneste år (Rask et al. 2022)⁷.

Dette afsnit belyser derfor børn og unges samlede fritidsliv og -vaner, som går på tværs af idrætten og det øvrige fritidsliv.

Blandt børn og unge dyrker 54 pct. udelukkende idrætsaktiviteter, mens kun 1 pct. udelukkende dyrker øvrige fritidsaktiviteter (tabel 7). Der er dog samtidig mange børn og unge (42 pct.), der dyrker begge dele. Kun 2 pct. af børn og unge dyrker slet ingen idræts- eller fritidsaktiviteter.

Drenge dyrker i højere grad end piger udelukkende idræt, mens piger er mere tilbøjelige til at kombinere idræts- og fritidsaktiviteter.

Tabel 7: Meget få børn og unge dyrker hverken idræts- eller fritidsaktiviteter (pct.)

	Total	Køn		Alder		
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Dyrker både idræts- og fritidsaktiviteter	42	37	48	49	44	35
Dyrker kun fritidsaktiviteter	1	1	2	2	1	1
Dyrker kun idrætsaktiviteter	54	60	48	47	54	61
Dyrker hverken idræts- eller fritidsaktiviteter	2	2	2	2	1	3

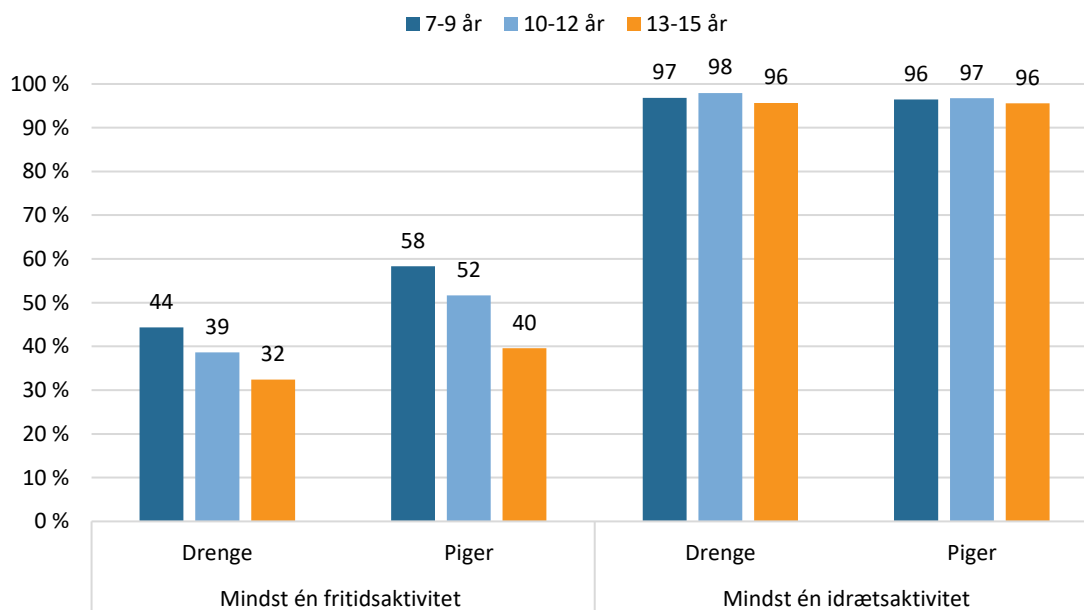
Tabellen viser, hvor stor en andel af børn og unge der henholdsvis 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, 2) kun dyrker fritidsaktiviteter, 3) kun dyrker idrætsaktiviteter eller 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter. Totalt og fordelt på køn og alder (n=4.379).

Med alderen falder andelen af drenge og piger, der både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, mens flere kun dyrker idræt. Andelen, der hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter, stiger ligeledes lidt.

Den samlede deltagelse i henholdsvis idræts- og fritidsaktiviteter viser også, at det særligt er andelen, der dyrker fritidsaktiviteter, der falder blandt de ældste børn i undersøgelsen (figur 13).

⁷ Deltagelsen i idrætsaktiviteter er også her målt på spørgsmålet: "Hvad har du dyrket eller gået til i din fritid det seneste år?" – efterfulgt af en lang række aktiviteter, der kunne sættes kryds ved.

Figur 13: Deltagelsen i mindst én aktivitet falder med alderen og især inden for fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser andelen af henholdsvis drenge (n=2.212) og piger (n=2.167), der har dyrket minimum én fritidsaktivitet og/eller minimum én idrætsaktivitet i løbet af det seneste år, på tværs af alder.

Trivsel og velvære – og fritidsdeltagelsen

Nationale undersøgelser viser, at flere og flere danskere lever med dårligt mentalt helbred, stress og ensomhed (Sundhedsstyrelsen, 2022). I dette afsnit belyses det, om der er en sammenhæng mellem børn og unges trivsel og deres deltagelse i det øvrige fritidsliv.

Da mange børn og unge både er aktive inden for idræts- og fritidsaktiviteter, inkluderes deltagelsen i begge typer af aktiviteter i analysen. Analysen kan dermed bidrage med nuancer om sammenhænge mellem trivsel og deltagelse i fritidslivet, som kan supplere trivselsanalyserne i 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020', hvor temaet er grundigt belyst i forhold til idrætsdeltagelse. I analysen af fritidsvanerne inddrages for børn og unge to mål for trivsel:

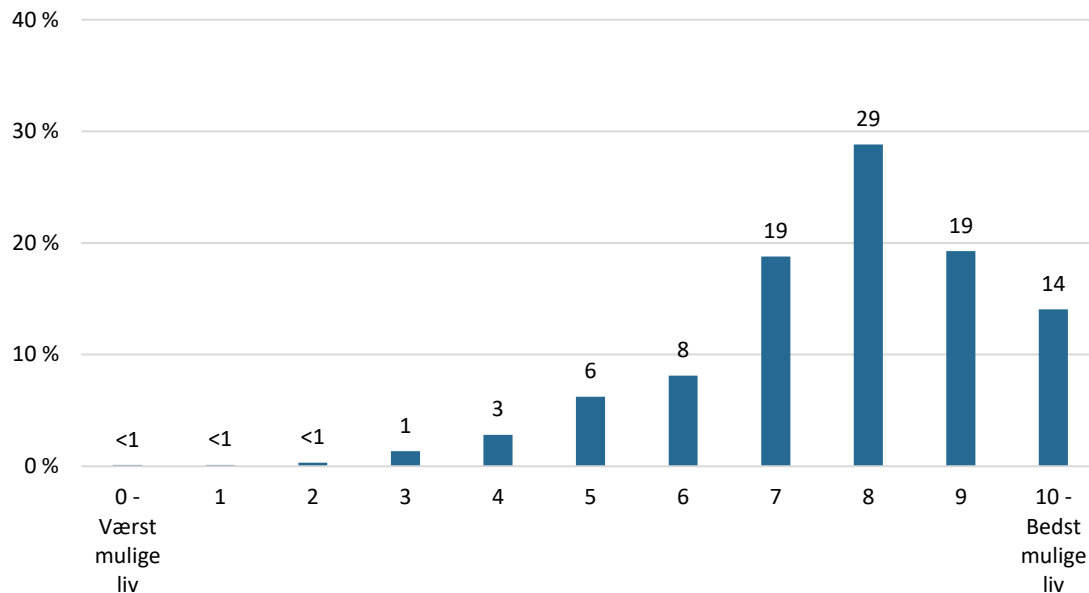
- Livstilfredshed (skala fra 0-10 fra det 'værst tænkelige' til det 'bedst tænkelige' liv)
- Selvværd (selvværdsindeks med fire spørgsmål- udelukkende stillet til 13-15-årige)

I det følgende belyses først den generelle livstilfredshed i relation til fritidsdeltagelsen, hvorefter der ses nærmere på de 13-15-åriges selvværd – ligeledes i relation til fritidsdeltagelsen.

Spørgsmålet omkring livstilfredshed er stillet til alle børn og unge i undersøgelsen. Her viser analysen, at de fleste børn og unge har en høj livstilfredshed. Når de vurderer deres generelle tilfredshed på en skala fra 0 (det værst tænkelige liv) til 10 (det bedst tænkelige liv)

(Cantril, 1965), er den gennemsnitlige score på 8,7. Som figur 14 viser, placerer under 5 pct. sig i den nederste halvdel af skalaen.

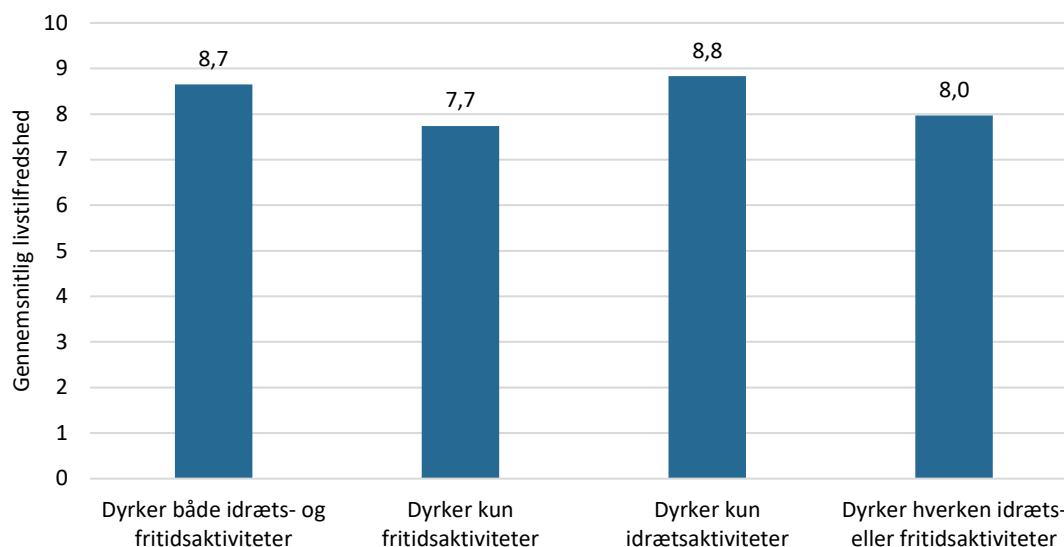
Figur 14: De fleste børn har en høj livstilfredshed (pct.)



Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Her er et billede af en stige. Trin 10 betyder 'det bedst mulige liv' for dig, og trin 0 betyder 'det værst mulige liv' for dig. Hvor på stigen synes du selv, du er for tiden?' (n=4.373).

Da næsten alle børn og unge har dyrket mindst én idrætsaktivitet, og kun meget få udelukkende dyrker fritidsaktiviteter, som ikke er idræt, er det vanskeligt at sammenligne trivselen blandt henholdsvis idrætsaktive og fritidsaktive. Gøres forsøget, viser figur 15, at livstilfredsheden er højest blandt børn og unge, der dyrker begge dele, eller som kun er idrætsaktive. Der er dog så få i respondenter i de to øvrige grupper, at sammenligningen skal tages med det forbehold.

Figur 15: Den gennemsnitlige livstilfredshed er størst blandt børn og unge, der både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter eller kun idrætsaktiviteter (pct.)

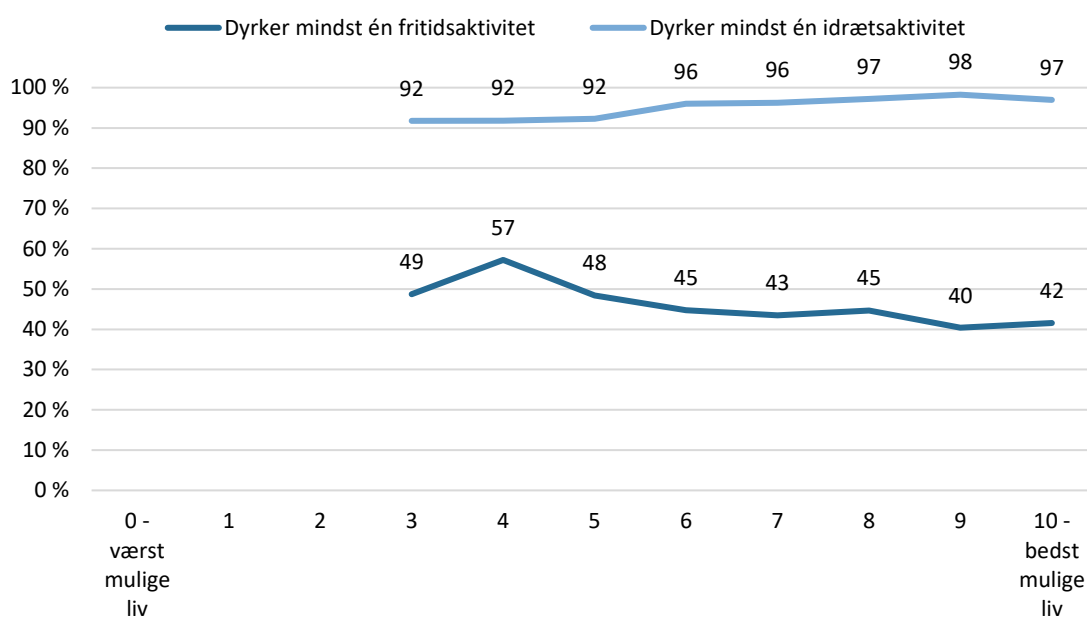


Figuren viser den gennemsnitlige livstilfredshed, som er dannet ud fra spørgsmålet 'Her er et billede af en stige. Trin 10 betyder 'det bedst mulige liv' for dig, og trin 0 betyder 'det værst mulige liv' for dig. Hvor på stigen synes du selv, du er for tiden?'. Fordelt på børn og unge der 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter (n=629), 2) kun dyrker fritidsaktiviteter* (n=19), 3) kun dyrker idrætsaktiviteter (n=837) og 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter* (n=33). *Der gøres opmærksom på, at antallet af respondenter er relativt lavt, og derfor bør resultaterne tages med dette forbehold.

Figur 16 viser sammenhængen mellem placeringen på trivselsstigen og andelen, der dyrker henholdsvis mindst én idrætsaktivitet og mindst én fritidsaktivitet. Som det fremgår, er andelen, der dyrker mindst én idrætsaktivitet, højest blandt de børn og unge, der har en høj trivsel.

I Danskernes motions- og sportsvaner 2020 ses denne positive sammenhæng endnu tydeligere ved andre mål for idrætsdeltagelsen i form af tidsforbruget og tilbøjeligheden til normalt at dyrke sport og motion (Rask et al. 2022). Det er dog interessant, at sammenhængen går i den anden retning, når det gælder de fritidsaktiviteter, som er i fokus i denne undersøgelse: Her er andelen, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, højest blandt de børn og unge, der placerer sig lavest på trivselsstigen. Det tyder på, at fritidsaktiviteter også tiltrækker de børn og unge, der trives mindre godt.

Figur 16: Sammenhæng mellem livstilfredshed og deltagelsen i fritids- og idrætsaktiviteter (pct.)

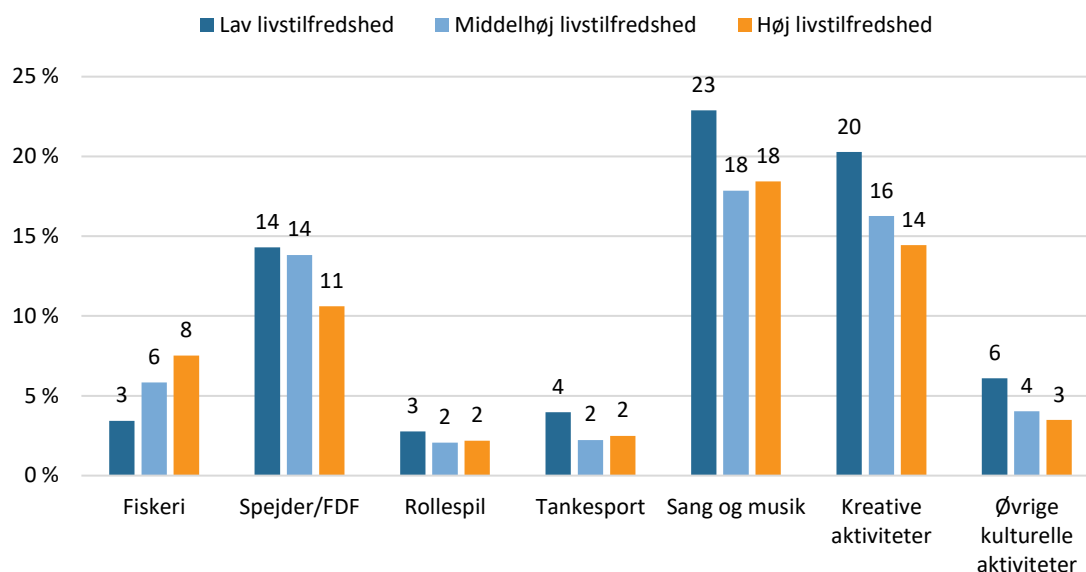


Figuren viser børn og unges fritids- og idrætsdeltagelse ud fra niveauer af generel livstilfreds. Livstilfredshed er indfanget med spørgsmålet 'Her er et billede af en stige. Trin 10 betyder 'det bedst mulige liv' for dig, og trin 0 betyder 'det værst mulige liv' for dig. Hvor på stigen synes du selv, du er for tiden?' (n=4.373). Trin 0-2 har meget få svar og er derfor udeladt.

Sammenhængen mellem trivsel og det specifikke valg af aktiviteter belyses i figur 17, hvor stigen over livstilfredshed er delt op i tre kategorier⁸. Som det fremgår, er andelen af aktive for langt de fleste aktiviteter lavere blandt børn og unge med en høj livstilfredshed end børn og unge med en lav livstilfredshed. Fiskeri er den eneste aktivitet, som bliver mere udbredt med stigende livstilfredshed. Hvor 3 pct. i kategorien 'lav livstilfredshed' dyrker fiskeri, gør det sig gældende for 8 pct. i kategorien 'høj livstilfredshed'.

⁸ Tilsvarende kategorier anvendes i Skolebørnsundersøgelsen (Rasmussen et al. 2019, 47): 0-5 'lav livstilfredshed', 6-8 'middelhøj livstilfredshed' og 9-10 'høj livstilfredshed'.

Figur 17: Deltagelsen i forskellige aktivitetstyper på tværs af niveauer for livstilfredshed (pct.)

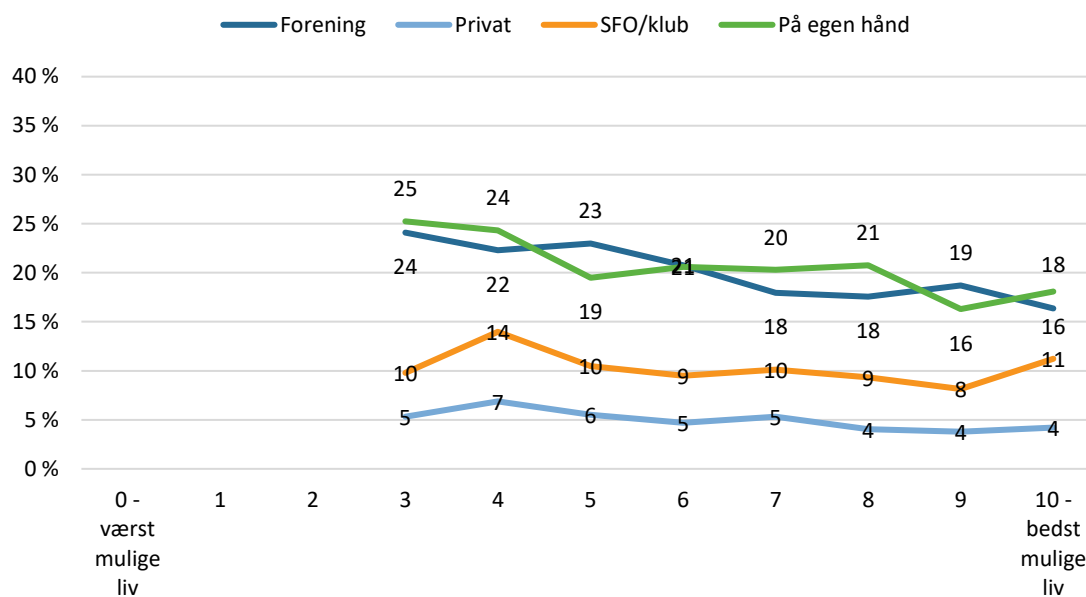


Figuren viser børn og unges valg af aktiviteter på tværs af tre kategorier af livstilfredshed: 'lav livstilfredshed' (n=466), 'middelhøj livstilfredshed' (n=1.174) og 'høj livstilfredshed' (n=2.733).

Et andet interessant spørgsmål er at se på, om der er en sammenhæng mellem, i hvilket regi børn og unge dyrker deres fritidsaktiviteter og deres generelle livstilfredshed. Her viser 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' et billede af, at børn og unge med høj selv-vurderet trivsel er mere aktive i foreningsregi end børn med lav selv-vurderet trivsel, mens der er en højere andel af de børn og unge, som placerer sig selv lavt på trivselsstigen, der dyrker idræt i privat regi (Rask et al. 2022).

Som figur 18 viser, er der ikke en tilsvarende sammenhæng, når det gælder fritidsaktiviteter. Blandt dem, der placerer sig højt på trivselsstigen, dyrker 16 pct. fritidsaktiviteter i foreningsregi, mens andelen er højere blandt de børn og unge, der placerer sig lavest på stigen. Samme mønster ses, når det gælder fritidsaktiviteter på egen hånd.

Figur 18: Valg af organiseringsform varierer på tværs af niveauer af livstilfredshed (pct.)



Figuren viser børn og unges organisering af fritidsaktiviteter. Fordelt på niveauer for livstilfredshed ud fra spørgsmålet 'Her er et billede af en stige. Trin 10 betyder 'det bedst mulige liv' for dig, og trin 0 betyder 'det værst mulige liv' for dig. Hvor på stigen synes du selv, du er for tiden?' (n=4.373).

Samlet set er sammenhængen mellem trivsel og deltagelse i fritidsaktiviteter ikke så entydig, som sammenhængen mellem trivsel og deltagelse i idrætsaktiviteter. Det skyldes blandt andet, at rigtig mange deltager i både idræts- og fritidsaktiviteter, hvilket gør det vanskeligt at isolere sammenhængene i forhold til fritidsaktiviteter. Det er dog interessant, at andelen, der deltager i mindst én fritidsaktivitet, er højere blandt børn og unge med lav trivsel end med høj trivsel. Derudover er det interessant, at der er forskelle på, hvor høj trivslen er, på tværs af deltagere i forskellige regi og aktivitetstyper.

Det er vigtigt at understrege, at det hverken inden for idræts- eller fritidslivet er muligt at sige, i hvilken retning de fundne sammenhænge går, og om det er deltagelsen i aktiviteter, der påvirker trivslen, eller om det er trivselsniveauet, som har betydning for, hvilke aktiviteter man vælger. Tendenserne i denne undersøgelse tyder dog klart på, at man inden for nogle typer af fritidsaktiviteter og inden for nogle typer af regi også er i stand til at nå ud til grupper, der trives mindre godt.

Der findes lignende tendenser, når der i stedet ses på trivsel gennem det selvværdsindeks, som de 13-15-årige i undersøgelsen er blevet målt på⁹.

⁹ Grundet spørgsmålenes kompleksitet, er de kun stillet til de ældste børn i undersøgelsen for at sikre valide svar.

De 13-15-årige er blevet bedt om at forholde sig til tre udsagn om selvværd, hvor de skal vurdere, hvor enige eller uenige de er¹⁰. Derudover er de blevet spurgt ind til deres kropstilfredshed.

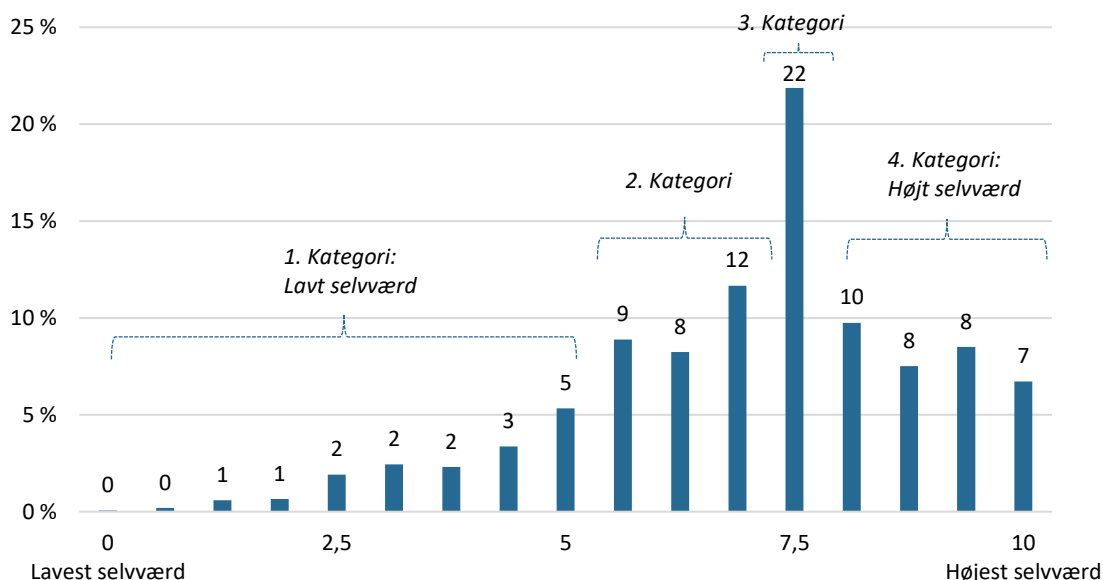
De fire spørgsmål har alle at gøre med de unges selvbillede og er i det følgende slået sammen til et indeks, der repræsenterer generelt selvværd. Supplerende analyser af svarfordelingerne til de fire spørgsmål viser en udbredt korrelation. Det vil sige, at svarer man lavt ('meget utilfreds' eller 'helt uenig') til ét spørgsmål, så gør man det sandsynligvis også i de øvrige spørgsmål.

De fire items i indekset over generelt selvværd

- Jeg synes godt om mig selv
- Jeg er god nok, som jeg er
- Andre på min alder kan lide mig
- Hvor tilfreds er du med din krop?

Figur 19 viser fordelingen på indekset over de 13-15-åriges generelle selvværd. Det ses, at de fleste unge placerer sig i den positive ende af skalaen, men også at 16 pct. er i kategorien 'lavt selvværd'. I de efterfølgende analyser benyttes de fire kategorier for selvværd, som er illustreret i figuren.

Figur 19: 13-15-åriges grad af selvværd (pct.)

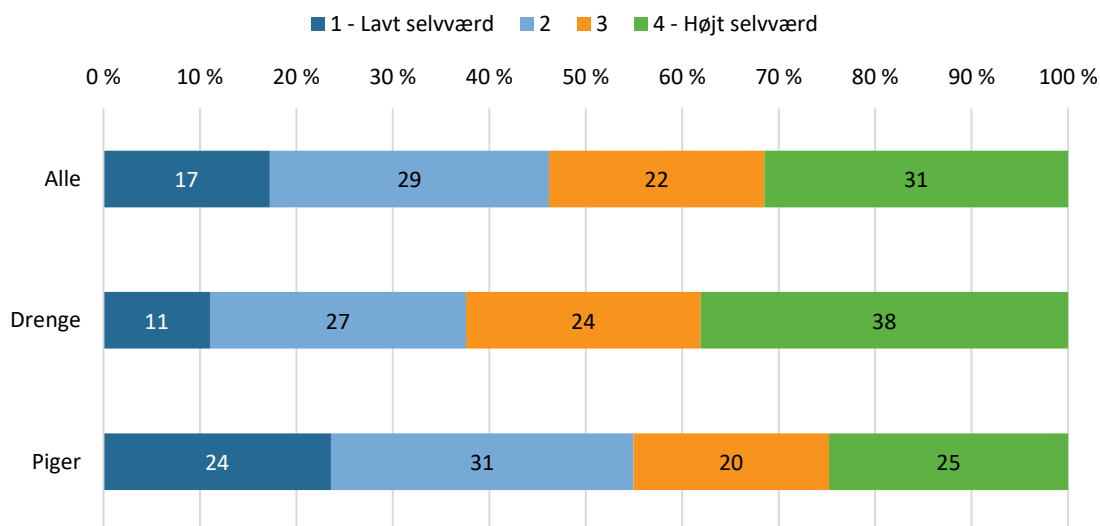


Figuren viser fordelingen på indekset for selvværd blandt 13-15-årige (n=1.518). Kategorier: 0. til 25. percentil – 1. kategori (n=256), 25. til 50. percentil – 2. kategori (n=437), 50. til 75. percentil – 3. kategori (n=332) og 75. til og med 100. percentil – 4. kategori (n=493).

¹⁰ De fem svarkategorier er: 'helt uenig', 'uenig', 'midtimellem', 'enig', eller 'helt enig'.

Fordelingen på selvværds-kategorierne på tværs af køn er illustreret i figur 20. Resultaterne viser, at piger er mere tilbøjelige end drenge til at have et lavt selvværd, hvilket er i overensstemmelse med andre undersøgelser på området, som netop har vist stigende trivselsmæssige udfordringer særligt blandt teenagepiger (Sundhedsstyrelsen 2022, 30).

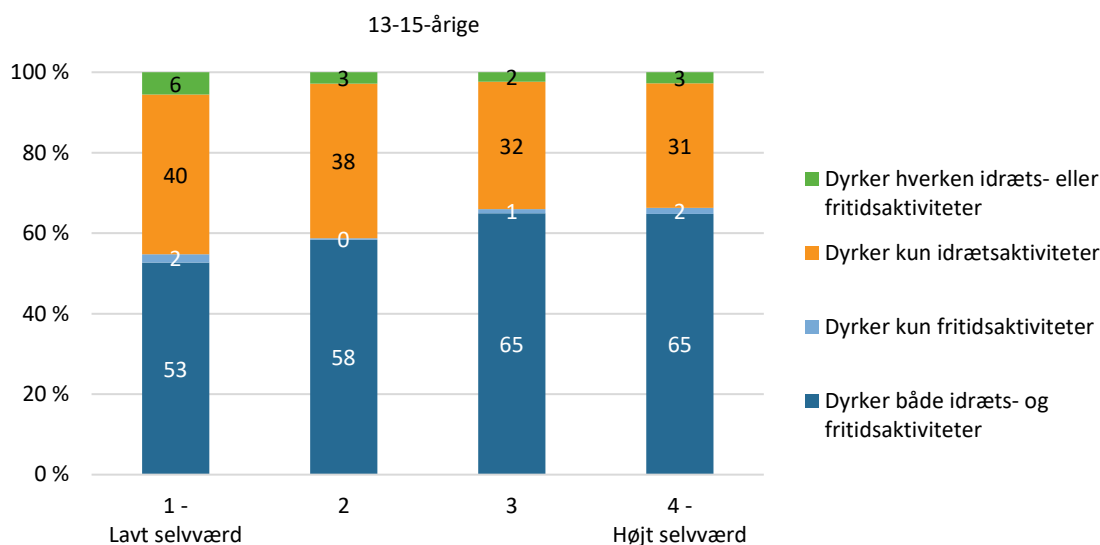
Figur 20: Flere 13-15-årige piger end drenge har et lavt selvværd (pct.)



Figuren viser unges selvværd ud fra kategorier fra det oprindelige indeks. Fordelt på alle (13-15-årige) og køn (n=1.518).

Ses der på selvværd i relation til deltagelse i fritidslivet, viser figur 21, at 13-15-årige med højt selvværd er mere tilbøjelige til at dyrke både idræts- og fritidsaktiviteter, end dem med lavt selvværd. Blandt gruppen med lavt selvværd dyrker 53 pct. både idræts- og fritidsaktiviteter, mens den tilsvarende andel er på 65 pct. blandt gruppen med højt selvværd (og i kategori 3).

Figur 21: 13-15-årige med højt selvværd er mere tilbøjelige til at dyrke både idræts- og fritidsaktiviteter (pct.)



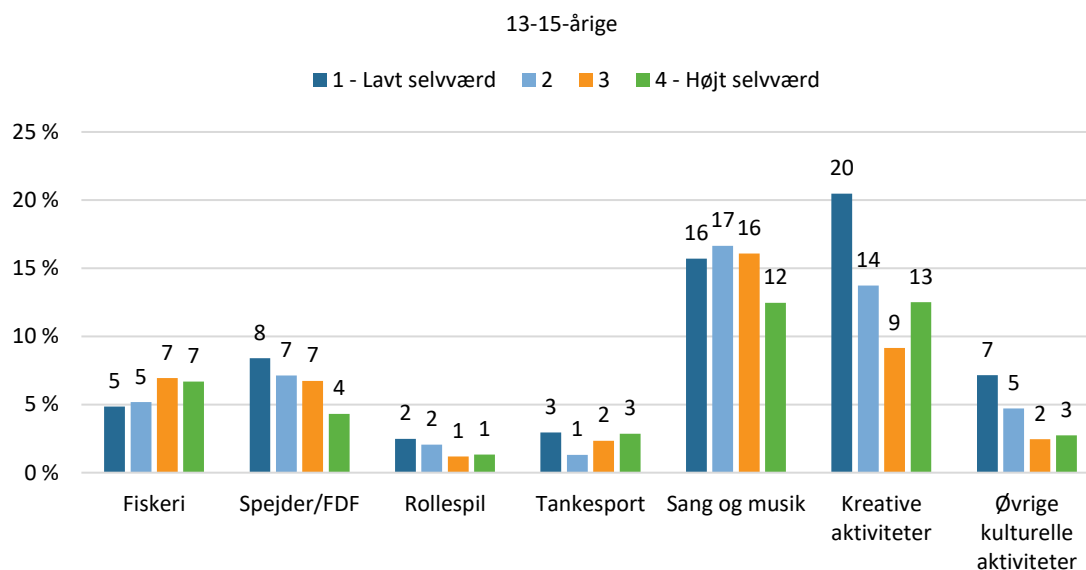
Figuren viser fritids- og idrætsaktiviteten blandt unge i alderen 13-15 år. Fordelt på kategorier for selvværd (n=1.518).

Ses der på deltagelsen i de specifikke typer af fritidsaktiviteter på tværs af de forskellige selvværdskategorier, viser figur 22, at flere af fritidsaktiviteterne også tiltrækker unge med lavt selvværd.

Som det fremgår, går 8 pct. af de 13-15-årige med lavt selvværd til spejder/FDF, hvilket er en højere andel end blandt de unge med højt selvværd (4 pct.). Dette billede hænger godt sammen med en undersøgelse af de uniformerede korps i Aalborg Kommune, som viste, at spejder/FDF er en aktivitet, som tiltrækker mange forskellige målgrupper – herunder også børn og unge med forskellige typer af udfordringer (Bjerrum et al. 2021).

Også når det gælder kreative aktiviteter og øvrige kulturelle aktiviteter, er andelen, der dyrker aktiviteten, højere blandt 13-15-årige med lavt selvværd end med højt selvværd. Her er der ofte tale om aktiviteter, der dyrkes på egen hånd. Generelt viser figuren, at de 13-15-årige, der har lavt selvværd, er godt med, når det gælder de typer af fritidsaktiviteter, som indgår i undersøgelsen. Det er interessant set i lyset af de tendenser, der ses på idrætsområdet, hvor nogle typer af idrætsaktiviteter – især holdsport – har lav tilslutning fra de grupper, der har trivselsmæssige udfordringer, mens en aktivitet som fitness har høj tilslutning (Rask et al. 2022, 110). Det tyder samlet på, at barriererne for deltagelse varierer meget på tværs af forskellige typer af aktiviteter.

Figur 22: Variation i deltagelsen i typen af fritidsaktiviteter på tværs af selvværdsniveau (pct.)



Figuren viser valget af fritidsaktivitet på tværs af kategorier for selvværd blandt unge i alderen 13-15 år (n=1.518).

Resultaterne er dermed i god overensstemmelse med analyserne af det generelle velvære, der blev målt på trivselsstigen. Samlet tyder resultaterne på, at det også er børn og unge med trivselsmæssige udfordringer, der deltager i de forskellige typer af fritidsaktiviteter i undersøgelsen, selvom der er forskelle på tværs af aktiviteter.

Kapitel 2: Voksnes fritidsvaner

Dette kapitel sætter fokus på voksnes (16 år eller derover) deltagelse i de fritidsaktiviteter, der ikke er idrætsaktiviteter. Lige som ved børn og unge omfatter spørgsmålet både deltagelse på egen hånd og deltagelse i organiseret regi. I spørgeskemaet er respondenterne blevet spurgt om, hvad de har dyrket eller gået til i deres fritid inden for det seneste år med udgangspunkt i de følgende kategorier af fritidsaktiviteter:

- Jagt
- Fiskeri
- Spejder/FDF
- Rollespil (ikke bordrollespil)
- Tankesport
- Sang og musik (f.eks. kor, instrumentalundervisning)
- Kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk)
- Madlavning og gastronomi (f.eks. madlavningskursus)
- Sprog og kommunikation (f.eks. sprogkurser, IT-undervisning)
- Øvrige kulturelle aktiviteter (f.eks. kunst, historie, litteratur)

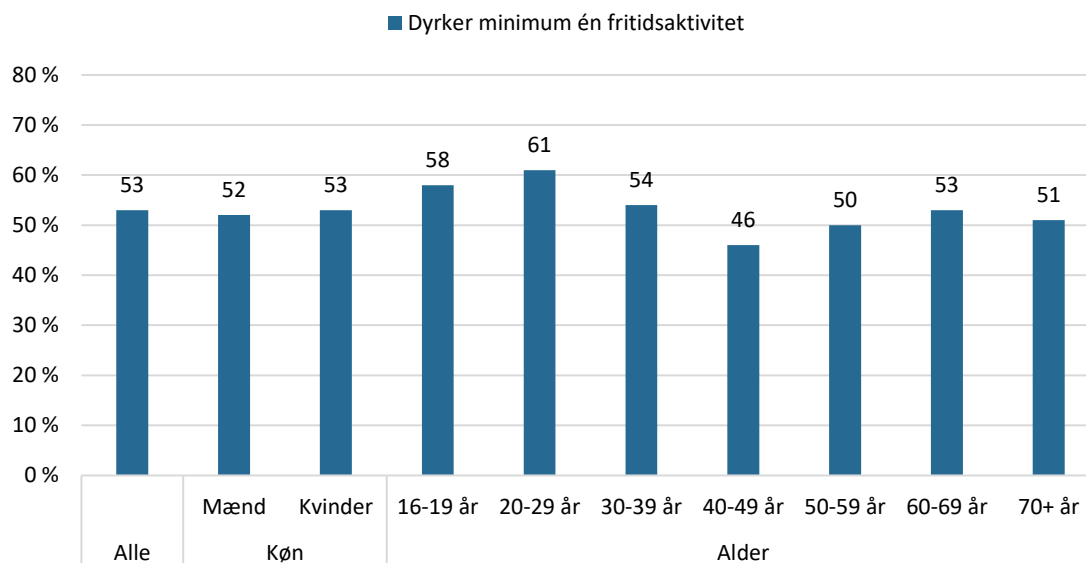
Deltagelse i fritidsaktiviteter

Figur 23 viser, at 53 pct. af voksne (16 år eller derover) har dyrket minimum én af de fritidsaktiviteter, der indgår i spørgeskemaet, inden for det seneste år.

Der er begrænsede forskelle på tværs af køn, men deltagelsen ser ud til at hænge sammen med forskellige livsfaser. Deltagelsen på tværs af alder følger for voksne i nogen grad en u-kurve, hvor deltagelsen er højest blandt de yngre aldersgrupper, hvorefter den falder for de midterste aldersgrupper og derefter stiger igen.

Denne såkaldte "hængekøje" ses også på idrætsområdet, hvor de 30-39-årige er mindre idrætsaktive end den øvrige befolkning (Rask et al., 2022). Bunden af hængekøjen indtræffer dog senere, når det gælder fritidsaktiviteter, hvor den laveste deltagelse findes blandt de 40-49-årige.

Figur 23: Over halvdelen af de voksne har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år (pct.)



Figuren viser andelen af voksne, der har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Totalt og fordelt på køn og alder (n=6.917).

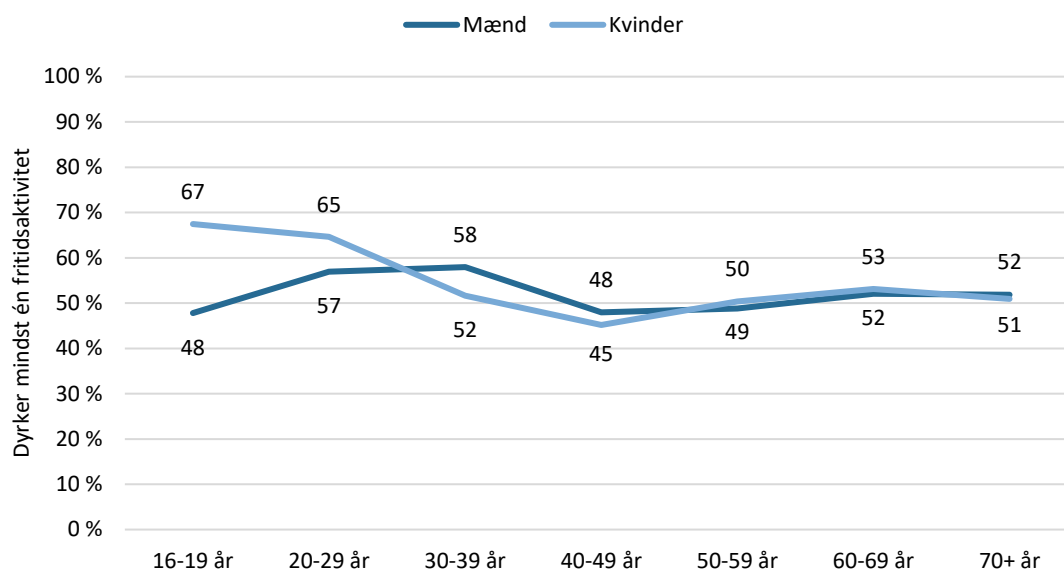
Det er derudover interessant, at andelen af aktive blandt de to yngste aldersgrupper er betydeligt højere end andelen af aktive blandt de 13-15-årige i børneundersøgelsen (43 pct.). Det kan hænge sammen med en tendens til, at mange yngre voksne prøver mange forskellige typer af aktiviteter af, hvilket også ses på idrætsområdet (Rask et al. 2022). Sammenligningen på tværs af aldersgrupper skal dog også tages med det forbehold, at der er lidt flere fritidsaktiviteter med på listen i voksenundersøgelsen end i børneundersøgelsen.

I særdeleshed blandt de yngre aldersgrupper deltager flere kvinder end mænd i fritidsaktiviteter, mens den modsatte tendens ses i alderen 30-49 år og i den ældste aldersgruppe, hvor flere mænd end kvinder dyrker fritidsaktiviteter (figur 24).

Den modsatrettede kønsforskel, som er særlig tydelig blandt de 30-39-årige, kommer sig af, at hængekøjen slår tidligere igennem hos kvinder end mænd. Hvor frafaldet blandt kvinder starter i 30-39-årsalderen, sker det først blandt mænd i 40-49-årsalderen. En lignende tendens ses også på idrætsområdet, når der ses på andelen, der normalt dyrker sport og motion¹¹.

¹¹ Beregnet på data fra Danskernes motions- og sportsvaner 2020 (ikke afrapporteret).

Figur 24: Kønsforskelle i fritidsdeltagelsen blandt de yngre aldersgrupper (pct.)

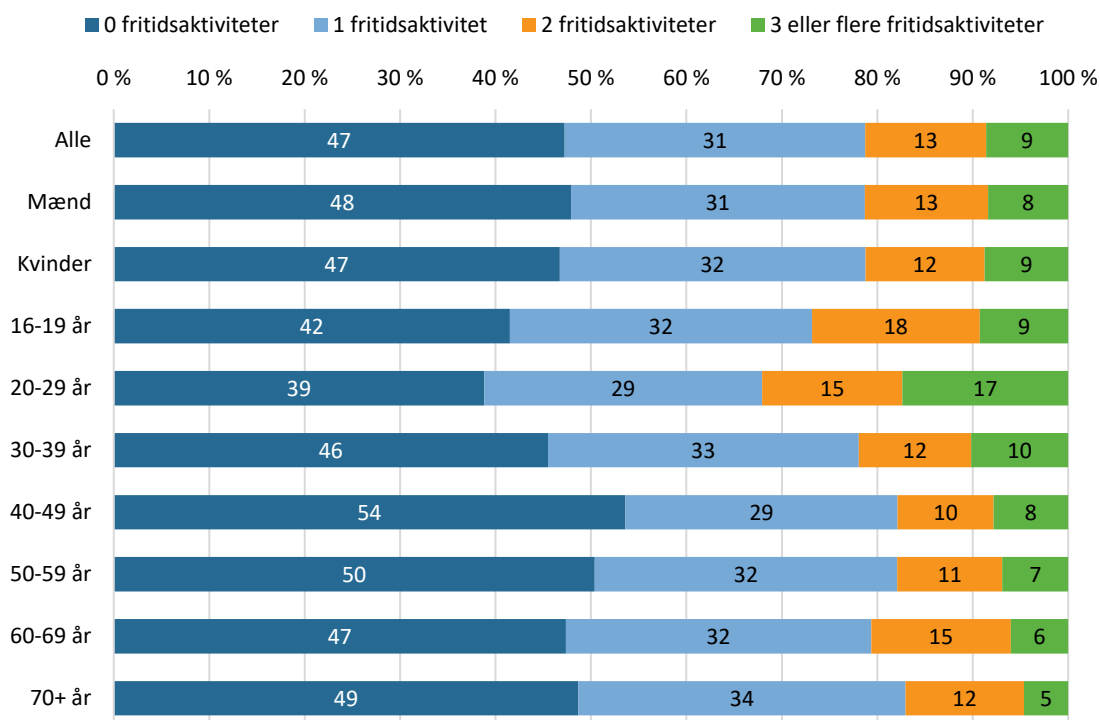


Figuren viser andelen af hhv. mænd og kvinder, der har dyrket minimum én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Fordelt på alder (mænd: n=3.101, kvinder: n=3.816). Minimum én aktivitet dækker over andelen, der har dyrket minimum én af følgende aktiviteter inden for det seneste år: Jagt, sang og musik, kreative aktiviteter, sprog og kommunikation, madlavning og gastronomi, spejder/FDF, fiskeri, tankesport og/eller rollespil, øvrige kulturelle aktiviteter.

Kønsforskellene i fritidsdeltagelsen på tværs af aldersgrupper er en tendens, der også tydeligt ses i en større undersøgelse af fritidslivet på Færøerne. På Færøerne er disse kønsforskelle særligt tydelige blandt både unge og ældre, mens det i Danmark primært er blandt de yngste aldersgrupper, at forskellene træder frem (Thøgersen et al. 2022, 113).

Ses der på antallet af fritidsaktiviteter, viser figur 25, at de 20-29-årige er den aldersgruppe, som er mest tilbøjelige til at dyrke tre eller flere fritidsaktiviteter. Hvor 17 pct. inden for denne aldersgruppe dyrker minimum tre aktiviteter, gør det sig kun gældende for mellem 5 og 10 pct. blandt de øvrige aldersgrupper.

Figur 25: De 20-29-årige er mest tilbøjelige til at dyrke tre eller flere fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvor mange fritidsaktiviteter voksne dyrker. Fordelt på total, køn og alder (n=6917). Fritidsaktiviteter dækker over: Jagt, sang og musik, kreative aktiviteter, sprog og kommunikation, madlavning og gastronomi, spejder/FDF, fiskeri, tankeport, rollespil og/eller øvrige kulturelle aktiviteter.

Samme mønster ses, hvis der i stedet ses på det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter, som ligeledes er højest blandt de 20-29-årige (tabel 8). Der er ingen forskelle i det gennemsnitlige antal aktiviteter på tværs af køn.

Tabel 8: Gennemsnitligt antal fritidsaktiviteter

	Alle	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år
Gennemsnitligt antal fritidsaktiviteter	0,88	0,87	0,88	1,03	1,20	0,96	0,76	0,77	0,82	0,75

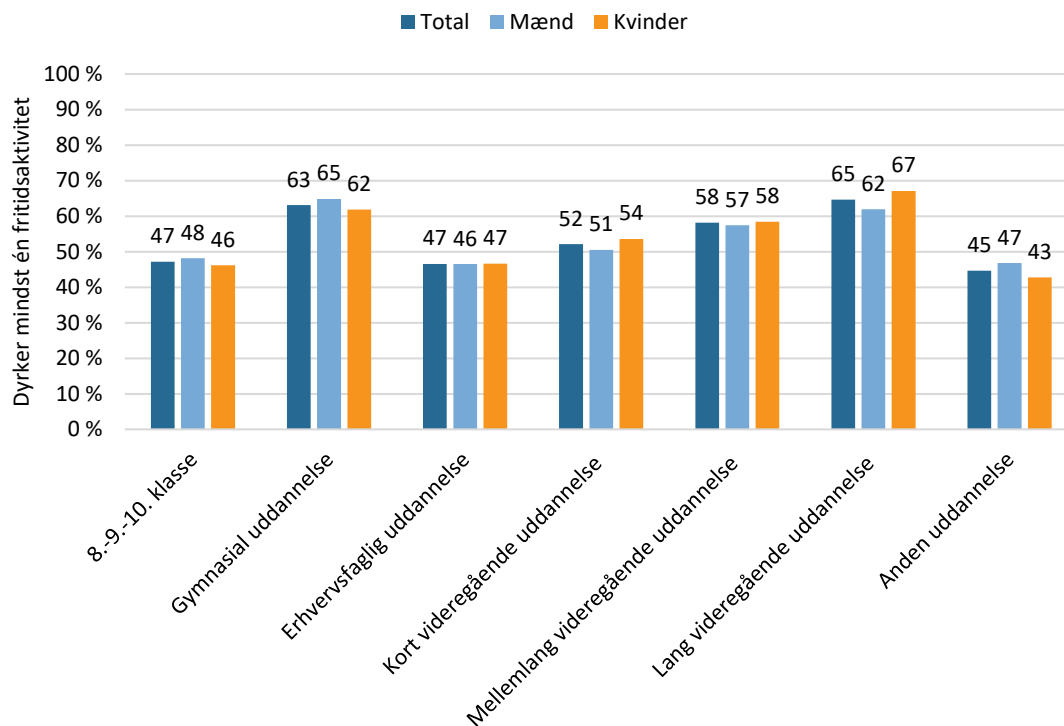
Tabellen viser det gennemsnitlige antal fritidsaktiviteter blandt voksne. Fordelt på total, køn og alder (n=6917).

Uddannelsesmæssige og kommunale forskelle i fritidsdeltagelsen

Ses der på deltagelsen i fritidsaktiviteter på tværs af uddannelsesniveau, viser figur 26, at andelen, der deltager i mindst én fritidsaktivitet, i nogen grad stiger med uddannelsesniveaet. Andelen af aktive er således betydeligt højere blandt voksne med en lang videregående uddannelse end blandt voksne, som har grundskolen som højeste afsluttede uddannelse. Sammenhængen er dog ikke helt lineær, da andelen af aktive er næsten lige så høj blandt voksne med en gymnasial uddannelse som blandt voksne med en lang

videregående uddannelse. Det kan dog skyldes, at der blandt denne gruppe er mange unge, som endnu ikke er nået videre i uddannelsessystemet på grund af deres alder¹².

Figur 26: Respondenter med længere uddannelser er mere fritidsaktive (pct.)



Figuren viser andelen, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år, på tværs af uddannelsesniveau. Fordelt på alle (n=6.917), mænd (n=3.101) og kvinder (n=3.816). Minimum én aktivitet dækker over andelen, der har dyrket minimum én af følgende aktiviteter inden for det seneste år: Jagt, sang og musik, kreative aktiviteter, sprog og kommunikation, madlavning og gastronomi, spejder/FDF, fiskeri, tankesport, rollespil og/eller øvrige kulturelle aktiviteter.

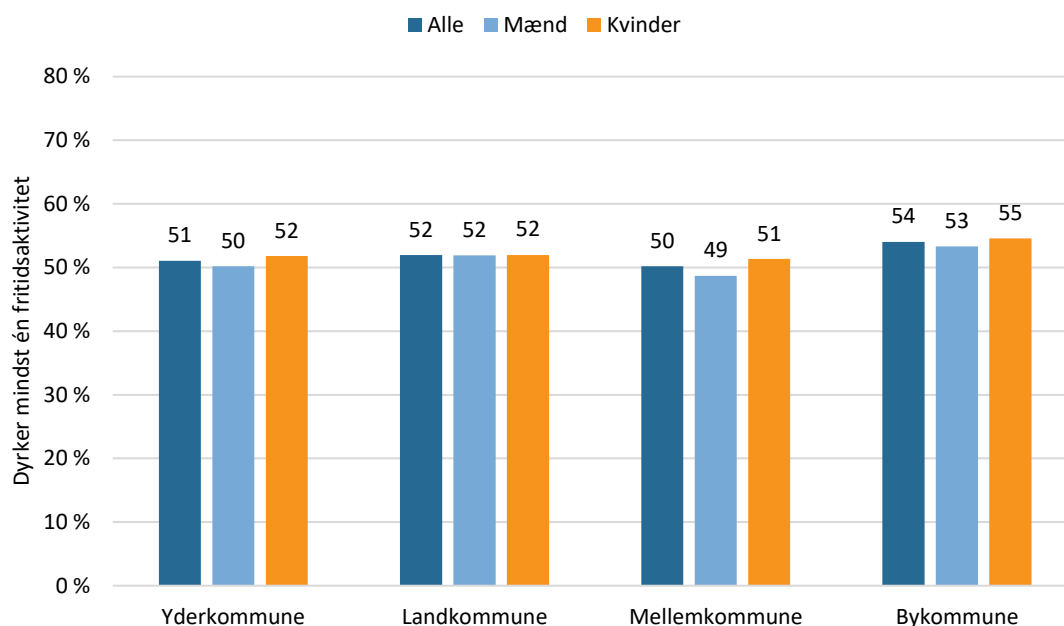
Også på idrætsområdet ses en positiv sammenhæng mellem den generelle idrætsdeltagelse og uddannelsesniveau (Rask et al. 2022). Her er sammenhængen dog endnu mere entydig, end det er tilfældet for deltagelsen i minimum én fritidsaktivitet.

Ud over de uddannelsesmæssige mønstre er der en tendens til, at man er mere tilbøjelig til at dyrke en fritidsaktivitet, hvis man har en omgangskreds, som er aktiv inden for sport og motion (figur 54 i bilagsmateriale). Det er en tendens, der ligeledes er tydelig, når det gælder tilbøjeligheden til at dyrke idræt (Rask et al 2022).

Ses der i stedet på fritidsdeltagelsen på tværs af land og by, viser figur 27, at andelen af voksne, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, er størst i bykommunerne, hvor den er på 54 pct. Der er begrænsede forskelle på tværs af de øvrige kommunetyper.

¹² Der er betydeligt flere blandt de 16-24-årige end blandt de øvrige aldersgrupper, som angiver, at de har en gymnasial uddannelse som deres højeste gennemførte uddannelse.

Figur 27: Andelen af aktive i fritidsaktiviteter er størst i bykommunerne (pct.)



Figuren viser andelen af voksne, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, på tværs af kommunetyper. Fordelt på alle og køn. Yderkommuner (n=510), landkommuner (n=1.701), mellemkommuner (n=956) og bykommuner (n=3.750). Opdelingen på kommunetyper er foretaget med udgangspunkt i kategorier fra Landdistriktsredegørelsen 2011.

På tværs af aldersgrupper er der størst variation i andelen af aktive i yderkommunerne, mens den mindste spredning findes i bykommunerne. Derudover er det særligt de yngste aldersgrupper mellem 16 og 39 år, der driver den høje deltagelse i bykommunerne (se figur 55 i bilagsmaterialet).

Valg af fritidsaktiviteter

I dette afsnit ses der nærmere på voksnes valg af de fritidsaktiviteter, som indgår i undersøgelsen.

Kreative aktiviteter (f.eks. tegning, maling, foto, keramik og andet håndværk) er den mest populære fritidsaktivitet blandt voksne. Knap en fjerdedel af de voksne har dyrket eller gået til kreative aktiviteter i deres fritid i løbet af det seneste år. Dernæst kommer øvrige kulturelle aktiviteter (f.eks. kunst, historie og litteratur) (17 pct.), sang og musik (f.eks. kor og instrumentalundervisning) (10 pct.) samt fiskeri (10 pct.).

Som det fremgår af tabel 9, bærer de fleste aktiviteter præg af køns- og aldersforskelle. Flere mænd end kvinder dyrker jagt og fiskeri, mens kvinder søger mod kreative aktiviteter, øvrige kulturelle aktiviteter samt sang og musik.

Tabel 9: Kreative aktiviteter er den mest udbredte fritidsaktivitet blandt voksne (pct.)

	Total	Køn	Alder
--	-------	-----	-------

		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år
Jagt	4	7	1	2	3	3	4	5	5	3
Fiskeri	10	17	3	11	14	12	7	10	10	4
Spejder/FDF	1	2	1	2	2	2	2	1	1	0
Rollespil	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
Tankesport	7	11	4	11	11	7	8	5	5	6
Sang og musik ¹³	10	8	11	17	14	9	7	6	10	10
Kreative aktiviteter ¹⁴	24	13	33	30	34	26	20	22	24	19
Madlavning og gastronomi ¹⁵	8	9	8	10	12	11	8	7	6	5
Sprog og kommunikation ¹⁶	7	6	7	8	11	9	5	5	4	5
Øvrige kulturelle aktiviteter ¹⁷	17	14	20	11	19	16	14	15	16	22

Tabellen viser andelen af voksne, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter – totalt og fordelt på køn og alder (n=6.917).

Figur 28 viser andelen af mænd på 16 år eller derover, der dyrker de forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder. Fiskeri er den mest udbredte fritidsaktivitet blandt mænd frem til 69-årsalderen, hvorefter øvrige kulturelle aktiviteter overtager som den mest populære aktivitet. Kreative aktiviteter bliver mindre populære med alderen, mens tilslutningen til jagt stiger med alderen. Sang og musik er blandt mænd mest udbredt i aldersgrupperne 16-29 år og 70+ år, hvor henholdsvis 13 og 10 pct. dyrker aktiviteten.

¹³ F.eks. kor, instrumentalundervisning

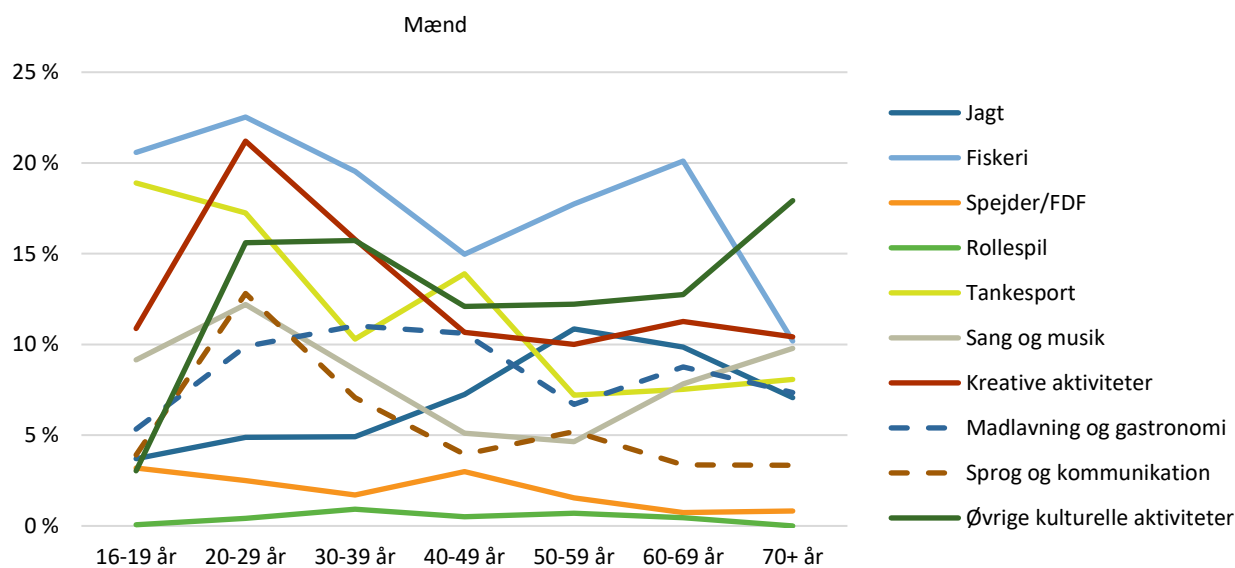
¹⁴ F.eks. tegning, maling, foto, keramik, andet håndværk

¹⁵ F.eks. madlavningskursus

¹⁶ F.eks. sprogkurser, IT-undervisning

¹⁷ F.eks. kunst, historie, litteratur

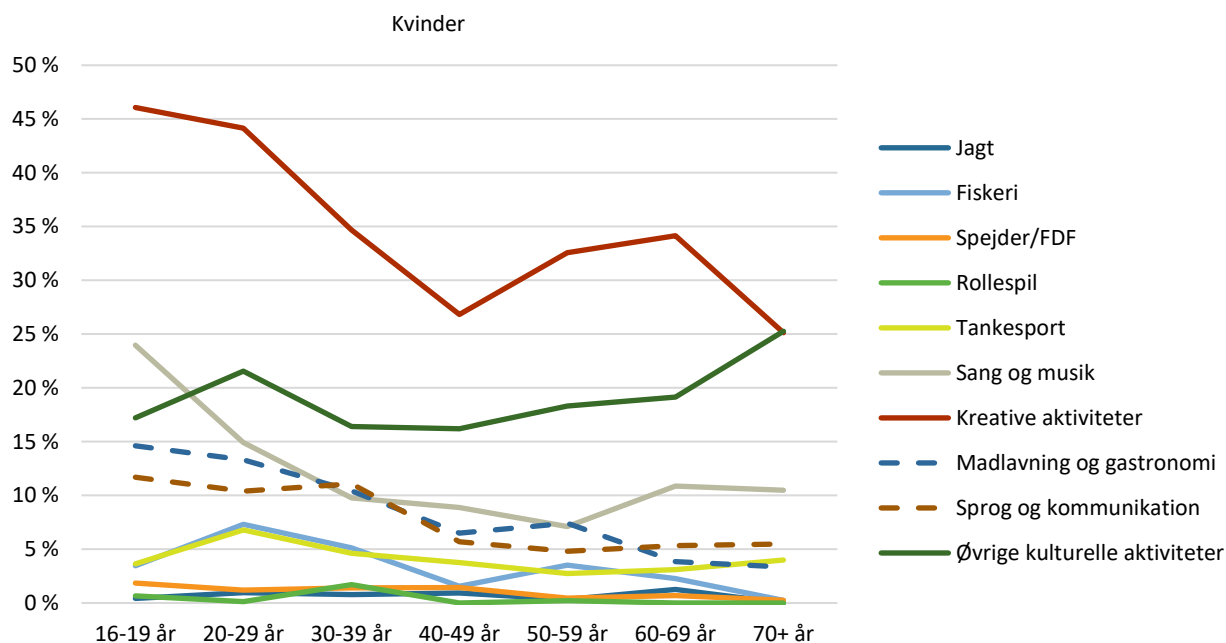
Figur 28: Fiskeri er blandt de mest populære fritidsaktiviteter blandt mænd på tværs af aldersgrupper (pct.)



Figuren viser andelen af mænd, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder (n=3.101).

Figur 29 viser andelen af kvinder på 16 år eller derover, der dyrker de forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder. Kreative aktiviteter er den mest udbredte aktivitet blandt kvinder i alle aldersgrupper. Udbredelsen er dog særlig stor blandt de yngste kvinder i alderen 16-19 år og 20-29 år, hvor henholdsvis 46 og 44 pct. er aktive. Det kan bl.a. være udtryk for, at interessen for strik, hækling og andet håndarbejde er genopblusset blandt unge gennem de senere år – og at flere kom i gang med kreative aktiviteter under coronanedlukningen (Thøgersen 2020). Tilslutningen til øvrige kulturelle aktiviteter stiger med alderen, mens tilslutningen til de andre aktiviteter falder. Ligesom det var tilfældet for mænd, er udbredelsen af sang og musik størst blandt de yngste og ældste aldersgrupper.

Figur 29: Kreative aktiviteter er den mest populære fritidsaktivitet blandt kvinder i alle aldersgrupper (pct.)

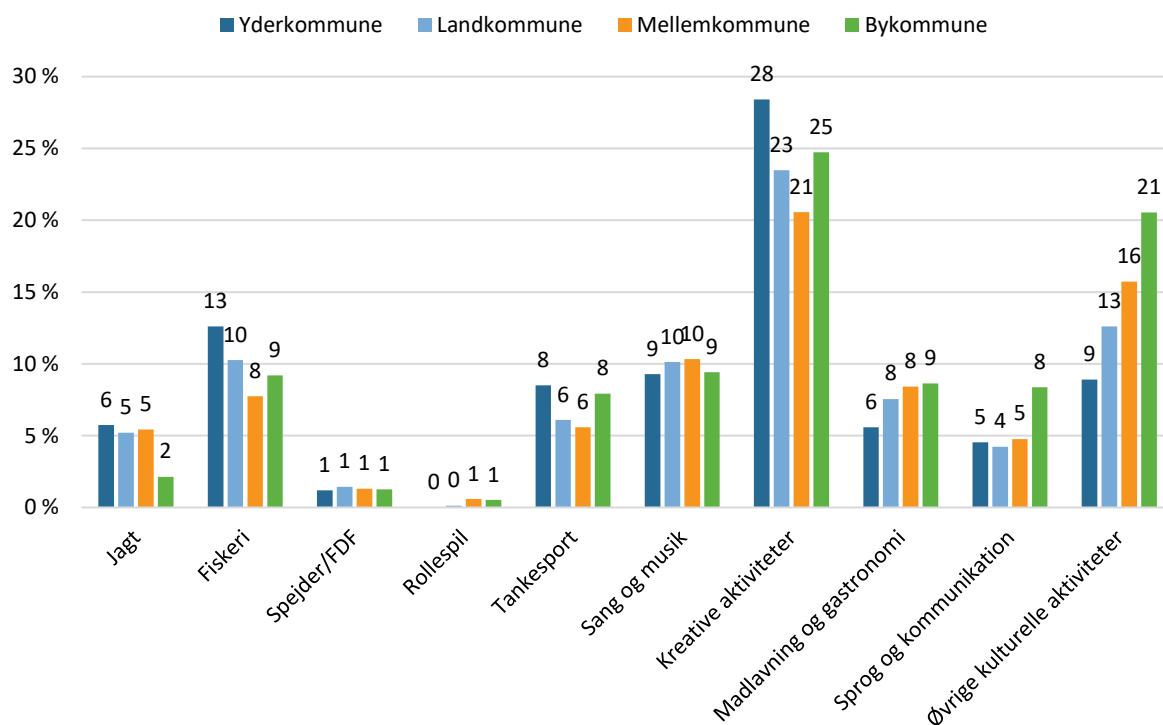


Figuren viser andelen af kvinder, der dyrker de forskellige fritidsaktiviteter, på tværs af alder (n=3.816).

Der er begrænsede forskelle i deltagelsen i de enkelte fritidsaktiviteter på tværs af uddannelsesniveau. En oversigt over andelen af aktive inden for hver uddannelseskategori ses i tabel 56 i bilagsmaterialet.

Ses der på deltagelsen i specifikke typer af aktiviteter på tværs af kommunetyper, viser figur 30, at de geografiske mønstre varierer på tværs af de enkelte aktiviteter. Hvor deltagelsen i madlavning og gastronomi, sprog og kommunikation samt øvrige kulturelle aktiviteter stiger med urbaniseringsgraden, er fiskeri og jagt mest udbredt i yderkommunerne. Sidstnævnte kan hænge sammen med adgangen til naturområder, mens det for de førstnævnte aktiviteter til dels kan skyldes udbuddet af aktiviteter i byerne, selvom aktiviteterne i mange tilfælde dyrkes på egen hånd. Også tilslutningen til kreative aktiviteter er størst i yderkommunerne, men ligger også højt i bykommunerne.

Figur 30: Deltagelsen i specifikke aktiviteter varierer på tværs af kommunetyper (pct.)



Figuren viser voksnes valg af fritidsaktiviteter på tværs af kommunetyper: Yderkommuner (n=510), landkommuner (n=1.701), mellemkommuner (n=956) og bykommuner (n=3.750).

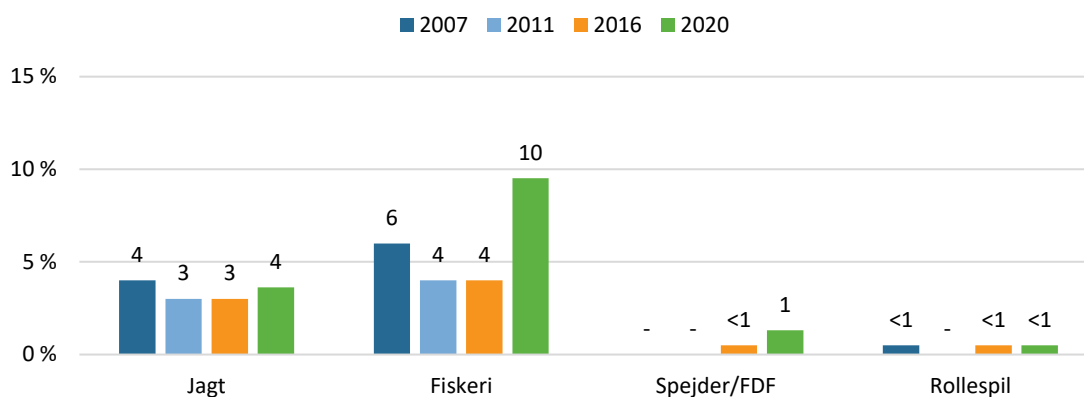
Udvikling siden 2007

Figur 31 viser udviklingen i voksnes deltagelse i fritidsaktiviteter i perioden 2007-2020 inden for de aktiviteter, der har været en del af de tidligere undersøgelser.

Desværre omfatter de tidligere undersøgelser langt fra alle de typer af fritidsaktiviteter, der er belyst i denne undersøgelse, men der er nogle få udviklingstræk, som er værd at nævne.

Tilslutningen til fiskeri har været faldende i perioden 2007-2016, men har fået øget tilslutning frem mod 2020, hvor 10 pct. af de voksne har dyrket aktiviteten. Det kan hænge sammen med en generel stigning i søgningen mod aktiviteter i naturen, hvilket fik et yderligere boost under coronanedlukningen (Rask 2021, 15). I forhold til de øvrige aktiviteter er der begrænsede forskelle på tværs af undersøgelsesår.

Figur 31: Udviklingen i voksnes valg af fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser andelen af voksne, der dyrker forskellige fritidsaktiviteter i hhv. 2007 (n=4.147), 2011 (n=3.957), 2016 (n=3.914) og 2020 (n=6.917). (-) betyder, at aktiviteten ikke har været inkluderet i undersøgelsen i det respektive år.

Organisering

I dette afsnit vil fokus blive rettet mod den måde, hvorpå voksne organiserer deres fritidsaktiviteter.

De fleste voksne organiserer deres fritidsaktiviteter på egen hånd (45 pct.), mens langt færre går til fritidsaktiviteter i foreningsregi (9 pct.), i forbindelse med deres arbejde/uddannelse (6 pct.), i det private (5 pct.) eller i en aftenskole (3 pct.) (tabel 10)¹⁸. Ud over at flere kvinder end mænd dyrker fritidsaktiviteter i aftenskoleregi, er der få kønsforskelle.

Andelen, der dyrker fritidsaktiviteter i aftenskoler, kan synes lav sammenlignet med tidligere undersøgelser på området. Det skyldes dels, at der er tale om forskellige spørgsmålsformuleringer, og dels at en del af aftenskolernes aktiviteter i dag er bevægelsesfag¹⁹. Som Danskernes motions- og sportsvaner 2020 har vist, dyrker 2 pct. af de voksne idrætsaktiviteter i aftenskoleregi. Der ser dog også ud til at være sket et reelt fald i deltagelsen i 2020-undersøgelsen. Som det vil fremgå senere i rapporten, angiver 8 pct., at de har deltaget i aftenskoleaktiviteter inden for det seneste år mod 11 pct. i 2016. Faldet hænger dog formentlig sammen med coronanedlukningen i 2020.

¹⁸ Andelen er beregnet ud fra alle voksne i undersøgelsen. En oversigt over andelen af aktive inden for hvert regi kan ses i tabel 15 i bilagsmaterialet.

¹⁹ Derudover kan der være tilfælde, hvor den enkelte deltager kan være i tvivl om, hvilket regi der er tale om.

Tabel 10: De fleste voksne organiserer deres fritidsaktiviteter på egen hånd (pct.)

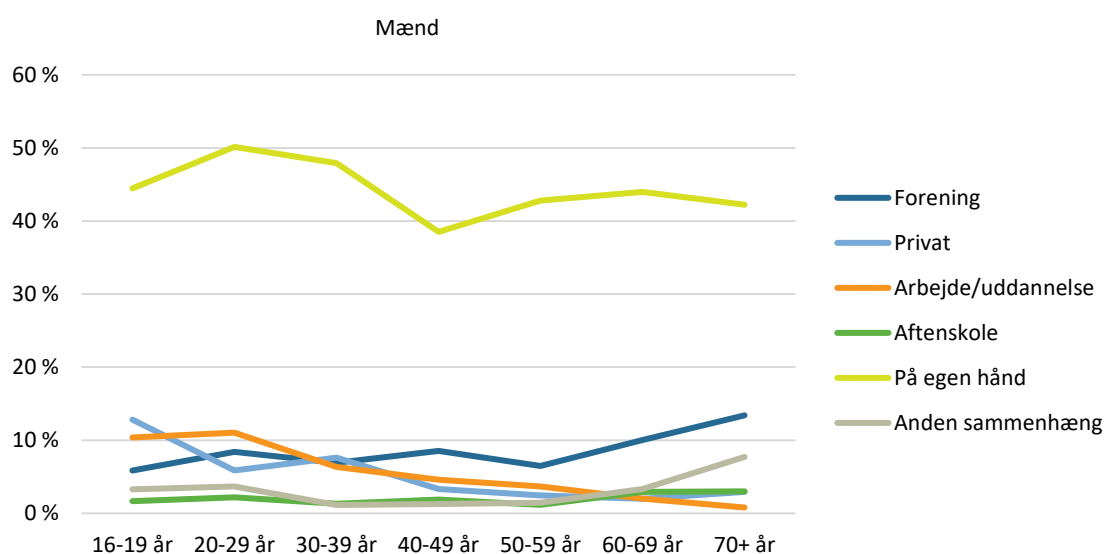
	Alle	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år
Forening	9	9	9	7	9	7	7	6	11	14
Privat	5	4	6	12	7	8	4	4	4	4
Arbejde/uddannelse	6	5	7	21	13	8	5	5	2	1
Aftenskole	3	2	4	5	3	2	2	3	4	5
På egen hånd	45	44	46	45	54	46	40	45	46	41
Anden sammenhæng	5	3	6	3	4	1	2	3	6	11

Tabellen viser andelen af voksne, der dyrker fritidsaktiviteter i forskellige regi – totalt og fordelt på køn og alder (n=6.917). Kategorien 'andet træningsfællesskab' er ikke af rapporteret på grund af få respondenter. Det samme gør sig gældende for de efterfølgende tabeller/figurer.

Figur 32 og 33 viser andelen af henholdsvis mænd og kvinder, der organiserer deres fritidsaktiviteter i forskellige regi, på tværs af alder.

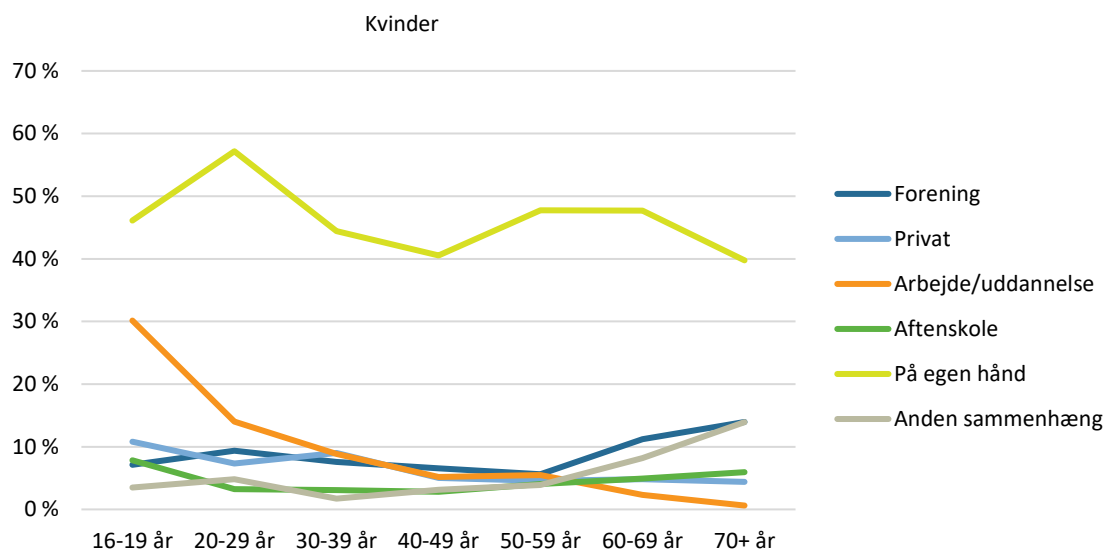
Fritidsaktiviteter på egen hånd er klart den mest udbredte organiseringsform blandt mænd og kvinder på tværs af alle aldersgrupper. Mens aktiviteter i forenings- og aftenskoleregi bliver mere populært med alderen, falder tilslutningen til aktiviteter i arbejds-/uddannelsesregi. Førstnævnte hænger fint sammen med, at aftenskolernes tilbud især tiltrækker ældre aldersgrupper (Bjerrum & Thøgersen, 2018), mens sidstnævnte følger den generelle tilslutning til arbejdsmarkedet. Aktiviteter i andre sammenhænge – hvilket f.eks. kan være Ældre Sagen eller kommunale tilbud – bliver mere udbredt med alderen, hvilket også er en tendens, der ses ved deltagelsen i idrætsaktiviteter (Eske, 2021a).

Figur 32: Mænds deltagelse i fritidsaktiviteter på tværs af regi (pct.)



Figuren viser andelen af mænd, der dyrker aktiviteter i forskellige regi, på tværs af alderskategorier (n=3.101).

Figur 33: Kvinders deltagelse i fritidsaktiviteter på tværs af regi (pct.)



Figuren viser andelen af kvinder, der dyrker aktiviteter i forskellige regi, på tværs af alderskategorier (n=3.816).

Der er begrænsede mønstre i deltagelsen i forskellige regi på tværs af uddannelsesniveau – ud over den generelle tendens til, at deltagelsen stiger med uddannelsesniveaet (se figur 57 i bilagsmaterialet).

Sammenhæng mellem organiseringsform og valget af fritidsaktiviteter

Valget af organiseringsform knytter sig ofte til valget af aktiviteter. Tabel 11 viser en oversigt over tilslutningen til organiseringsformer fordelt på de enkelte fritidsaktiviteter. Nogle aktiviteter dyrkes primært i ét regi, mens andre fordeler sig jævnt mellem flere forskellige organiseringsformer. Jagt, fiskeri, kreative aktiviteter, madlavning og gastronomi samt øvrige kulturelle aktiviteter er fortrinsvis selvorganiseret (på egen hånd), mens spejder/FDF især finder sted i foreningsregi. Sang og musik, sprog og kommunikation samt rollespil fordeler sig ligeligt mellem det selvorganiserede og organiserede regi (forening, privat, arbejde/uddannelse og aftenskole).

Tabel 11: Mange aktiviteter organiseres primært på egen hånd (pct.)

	Forening	Privat	Arbejde /uddannelse	Aftenskole	På egen hånd	Anden sammenhæng
Jagt	12	4	1	1	87	0
Fiskeri	5	4	1	1	90	1
Spejder /FDF*	87	7	0	0	8	2
Rollespil*	20	21	23	3	46	0
Tankesport	10	5	5	1	82	2
Sang og musik	23	11	11	6	51	10
Kreative aktiviteter	4	4	7	4	87	4
Madlavning og gastronomi	5	6	8	4	81	4
Sprog og kommunikation	6	9	35	16	40	9
Øvrige kulturelle aktiviteter	11	7	6	3	79	9

Tabellen viser, hvilken organiseringsform voksne anvender inden for hver aktivitet. Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt. (n= jagt: 258, fiskeri: 604, spejder/FDF:87, rollespil: 25, tankesport: 484, sang og musik: 711, kreative aktiviteter: 1.711, madlavning og gastronomi: 536, sprog og kommunikation: 489, øvrige kulturelle aktiviteter: 1.373).

Der er desuden en række nuancer i valget af organiseringsform på tværs af alder (se figur 58-67 i bilagsmaterialet). Andelen af voksne, der dyrker sang og musik på egen hånd, falder med alderen, mens andelen, der dyrker aktiviteten i foreningsregi, stiger. Blandt de 30-59-årige er det særligt populært at dyrke sprog og kommunikation på arbejdet/uddannelse, mens aftenskolerne overtager tilslutningen i de ældre aldersgrupper.

Organiseringskombinationer

Tabel 12 viser, at langt de fleste voksne udelukkende dyrker deres respektive fritidsaktiviteter i ét regi, mens langt færre kombinerer forskellige organiseringsformer. Eksempelvis dyrker 18 pct. og 41 pct. udelukkende sang og musik i henholdsvis en forening og på egen hånd, mens kun 4 pct. kombinerer de to organiseringsformer. Et andet interessant eksempel er de kreative aktiviteter, hvor hele 79 pct. udelukkende dyrker aktiviteten på egen hånd.

På tværs af aktiviteter er det relativt få, som udelukkende dyrker deres aktiviteter i aftenskoleregiet. Sprog og kommunikation (15 pct.) og sang og musik (5 pct.) er de aktivitetstyper, hvor flest udelukkende dyrker i aftenskoleregiet.

Tabel 12: Voksne holder sig primært til én organiseringsform (pct.)

	Jagt	Fiskeri	Spejder/FDF*	Rollespil*	Tankesport	Sang og musik	Kreative aktiviteter	Madlavning og gastronomi	Sprog og kommunikation	Øvrige kulturelle aktiviteter
Kun forening	5	3	81	7	7	18	2	3	4	5
Kun privat	4	4	4	9	3	8	2	4	7	4
Kun selvorganiseret	79	86	6	44	4	41	79	72	30	67
Kun aftenskole	0	1	0	3	1	5	2	4	14	2
Kun arbejde/uddannelse	1	1	0	23	1	11	7	8	35	6
Kun andet træningsfællesskab ²⁰	2	1	2	1	76	1	1	2	2	1
Kun anden sammenhæng	0	1	2	0	1	7	2	3	6	6
Forening og privat	0	0	3	12	1	1	1	0	0	1
Forening og selvorganiseret	5	3	2	0	1	4	2	1	1	5
Privat og selvorganiseret	1	0	0	0	3	3	1	2	1	3
Forening, privat og selvorganiseret	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1

Tabellen viser, hvordan voksne organiserer deres respektive fritidsaktiviteter. Kun de voksne, der har dyrket de respektive fritidsaktiviteter, er inkluderet i hver kategoriaktivitet (jagt: n=258, fiskeri: n=604, spejder/FDF*: n=87, rollespil*: n=25, sang og musik: n=711, kreative aktiviteter: n=1.711, madlavning og gastronomi: n=536, sprog og kommunikation: n=489, øvrige kulturelle aktiviteter: n=1.373). Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt. Kategorierne 'kun' (forening, privat, selvorganiseret, andet træningsfællesskab, SFO/fritid og anden sammenhæng) er tildelt, hvis respondenter udelukkende organiserer den respektive fritidsaktivitet i det pågældende regi. Respondenten er placeret i de andre kategorier – organiseringskombinationer – hvis vedkommende som minimum organiserer den respektive fritidsaktivitet i disse regi (f.eks. som minimum i forenings- og privat regi). Den samme respondent kan ikke befinde sig i flere af 'kun'-kategorierne, men kan godt befinde sig i flere af organiseringskombinationerne.

Hyppighed

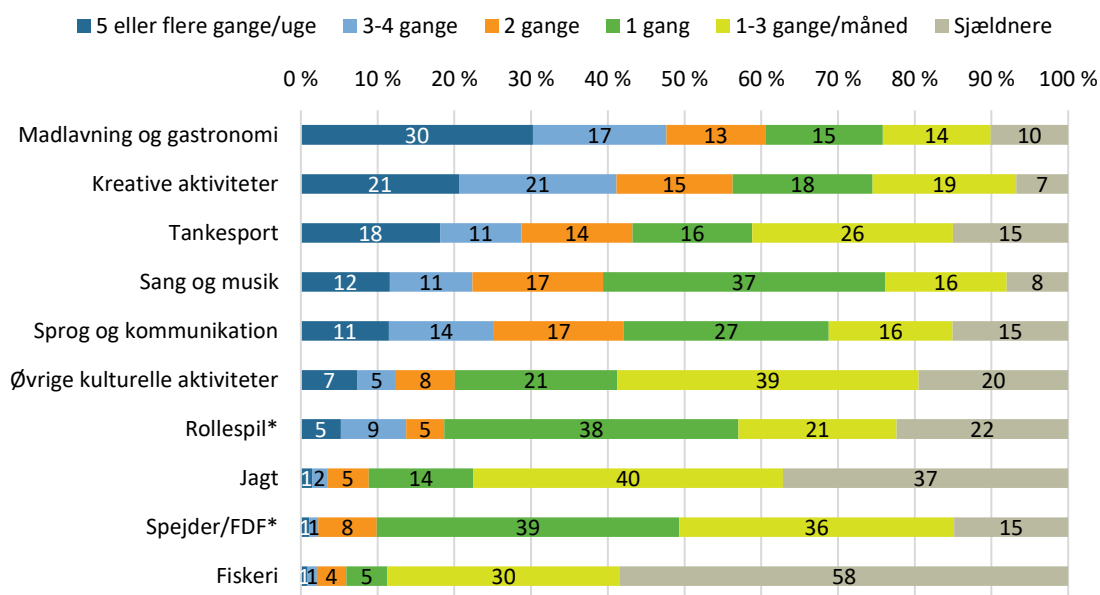
Dette afsnit ser nærmere på, hvor ofte voksne dyrker deres respektive fritidsaktiviteter. Figur 34 viser, at der er stor forskel på, hvor ofte voksne dyrker de forskellige fritidsaktiviteter. Sang og musik, kreative aktiviteter samt madlavning og gastronomi dyrkes mere eller mindre på fast basis – minimum én gang om ugen. Der er dog forskel på, hvor ofte aktiviteterne dyrkes på ugentlig basis. Madlavning og gastronomi er den fritidsaktivitet, som flest voksne dyrker fem eller flere gange om ugen. Deltagelse i jagt og fiskeri er derimod langt mere sporadisk, hvor langt størstedelen dyrker aktiviteterne enten én-tre gange om

²⁰ F.eks. organiseret gennem facebookgruppe. Organiseringskategorien er medtaget her, fordi der blandt udøvere af tankesport er mange, der udelukkende organiserer i 'andet træningsfællesskab'.

måned eller sjældnere. Når det kommer til spejder/FDF, rollespil og øvrige kulturelle aktiviteter veksler hyppigheden mere. Nogle dyrker aktiviteterne mere eller mindre på fast ugentlig basis, mens andre dyrker aktiviteterne sjældnere.

På tværs af aktiviteter er der dermed store forskelle på, hvorvidt der er tale om 'hverdagsvaner', eller om det i højere grad er 'oplevelsesvaner' (særligt jagt og fiskeri).

Figur 34: Madlavning og gastronomi er den fritidsaktiviteter, som voksne dyrker oftest på ugentlig basis (pct.)



Figuren viser, hvor ofte voksne dyrker deres respektive fritidsaktiviteter (jagt: n=258, fiskeri: n=604, spejder/FDF: n=87, rollespil: n=25, sang og musik: n=711, kreative aktiviteter: n=1.711, madlavning og gastronomi: n=536, sprog og kommunikation: n=489, øvrige kulturelle aktiviteter: n=1.373). *Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt.

Voksnes idræts- og fritidsvaner

De tidligere afsnit har haft et selvstændigt fokus på voksnes deltagelse i de fritidsaktiviteter, som indgår i undersøgelsen, og som ikke er idræt. Dette afsnit belyser voksnes samlede fritidsliv og -vaner, som går på tværs af idrætten og de øvrige fritidsområder.

Blandt voksne dyrker 39 pct. kun idrætsaktiviteter, mens 2 pct. udelukkende dyrker fritidsaktiviteter (tabel 13). Det er dog størstedelen af voksne (55 pct.), der dyrker begge dele. 4 pct. dyrker hverken idræts- eller fritidsaktiviteter. Der er begrænsede forskelle på tværs af køn.

Tabel 13: De fleste voksne dyrker både idræts- og fritidsaktiviteter (pct.)

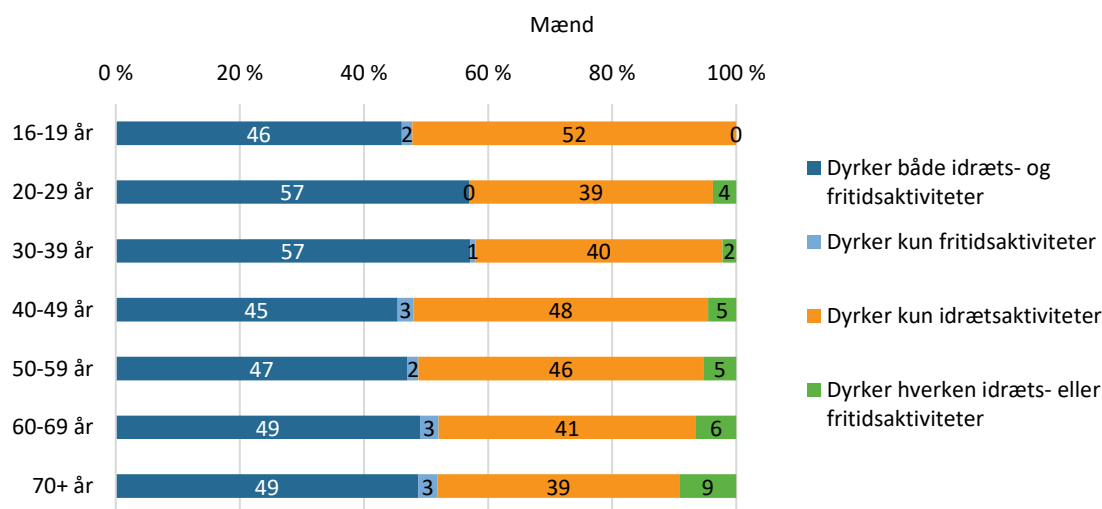
	Alle	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år
Dyrker både idræts- og fritidsaktiviteter	51	50	51	58	61	54	44	47	49	48
Dyrker kun fritidsaktiviteter	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3
Dyrker kun idrætsaktiviteter	42	43	42	42	36	42	49	44	43	40
Dyrker hverken idræts- eller fritidsaktiviteter	5	5	5	0	2	4	5	6	5	9

Tabellen viser, hvor stor en andel af voksne der henholdsvis 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, 2) kun dyrker fritidsaktiviteter, 3) kun dyrker idrætsaktiviteter eller 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter. Totalt og fordelt på køn og alder (n=6.917).

Figur 35 og 36 viser, at andelen af henholdsvis mænd og kvinder, der både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, følger lidt forskellige mønstre. Blandt mænd topper andelen af aktive i aldersgrupperne 20-29 og 30-39 år og er lavest blandt de 40-49-årige (figur 35). Blandt kvinderne er andelen af aktive inden for både idræt og fritid højest blandt den yngste aldersgruppe og ligeledes lavest for aldersgruppen 40-49 år (figur 36).

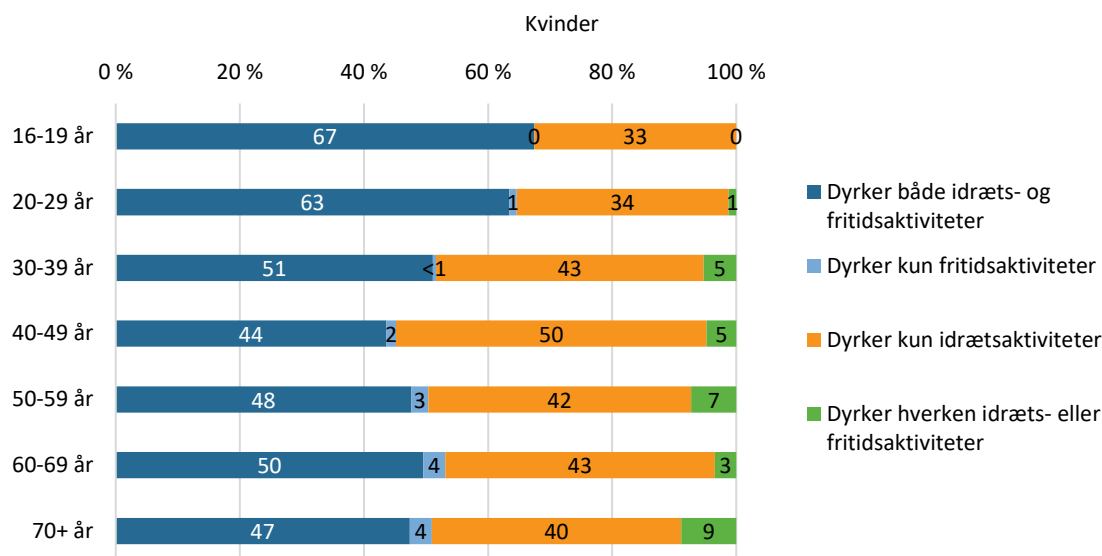
Andelen, der udelukkende dyrker idrætsaktiviteter, følger den modsatte tendens og er således størst blandt mænd og kvinder i alderen 40-49 år. Andelen, der hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter, stiger med alderen. Det samme er tilfældet med andelen, der kun dyrker fritidsaktiviteter.

Figur 35: Mænd i alderen 40-49 år dyrker i højere grad kun idrætsaktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvor stor en andel af mænd der henholdsvis 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, 2) kun dyrker fritidsaktiviteter, 3) kun dyrker idrætsaktiviteter eller 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter (n=3.101).

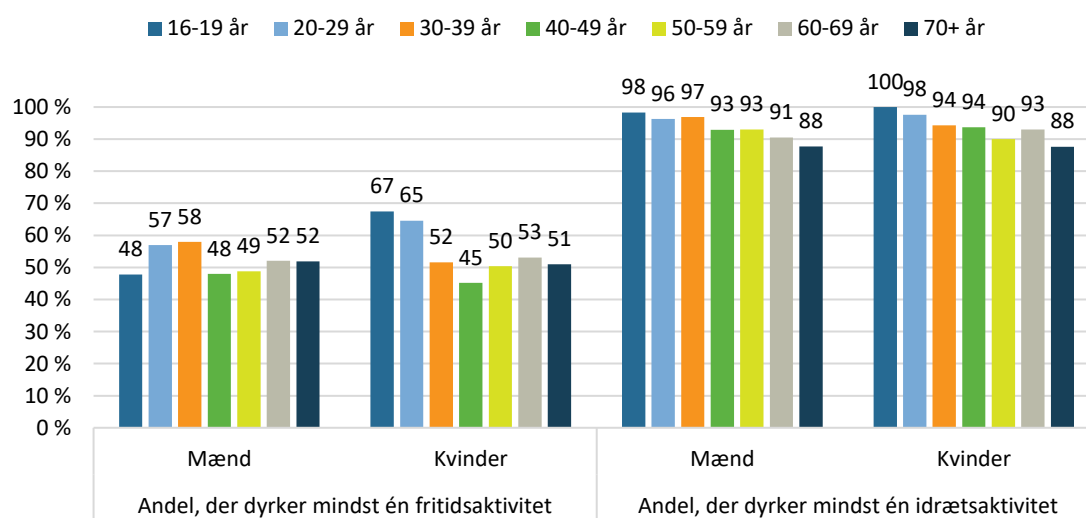
Figur 36: Flere kvinder fravælger både idræts- og fritidsaktiviteter med alderen (pct.)



Figuren viser, hvor stor en andel af kvinder der henholdsvis 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, 2) kun dyrker fritidsaktiviteter, 3) kun dyrker idrætsaktiviteter eller 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter (n=3.816).

Figur 37 viser, at aldersgrupperne med mange småbørnsforældre – særligt mænd i alderen 40-49 år og kvinder i alderen 30-49 år – fravælger både idræts- og fritidsaktiviteter, men at fravalget af sidstnævnte er størst. Herefter fortsætter fravalget af idrætsaktiviteter støt med alderen – dog med undtagelse af de 60-69-årige kvinder – mens deltagelsen i fritidsaktiviteter stiger. I sammenligningen med deltagelsen i idrætsaktiviteter er det dog vigtigt at nævne, at der også er mange voksne, som fravælger en del af deres idrætsaktiviteter med alderen, men på tværs af aldersgrupper dyrker langt de fleste mindst én idrætsaktivitet.

Figur 37: Småbørnsforældre fravælger især fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser andelen af henholdsvis mænd (n=3.101) og kvinder (n=3.816), der har dyrket minimum én fritidsaktivitet og/eller minimum én idrætsaktivitet, på tværs af alder.

Trivsel og velvære – og fritidsdeltagelsen

I dette afsnit ses der nærmere på, om der er en sammenhæng mellem voksnes trivsel og deres deltagelse i idrætslivet samt det øvrige fritidsliv. Ligesom i kapitel 1 om børn og unges trivsel er der tale om analyser, som supplerer de trivselsanalyser, der er gennemført i rapporten 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' (Rask et al. 2022) ved at se på trivslen i sammenhæng med både idræts- og fritidsdeltagelsen.

For at belyse det generelle trivselsniveau er voksne blevet bedt om at forholde sig til fem udsagn, der tilsammen udgør WHO's trivselsindeks. Udsagnene tager udgangspunkt i positive aspekter af trivsel, hvortil de skal vurdere, hvor ofte de kan tilkendegive at have det sådan²¹. En score på '0' ses som et udtryk for den værst tænkelige livskvalitet, mens en score på 100 er udtryk for den bedst tænkelige livskvalitet (Bech, 1999).

De fem udsagn i WHO's trivselsindeks

- Jeg har været glad og i godt humør
- Jeg har følt mig rolig og afslappet
- Jeg har følt mig aktiv og energisk
- Jeg er vågnet frisk og udhvilet
- Jeg har haft en dagligdag fyldt med ting, der interesserer mig

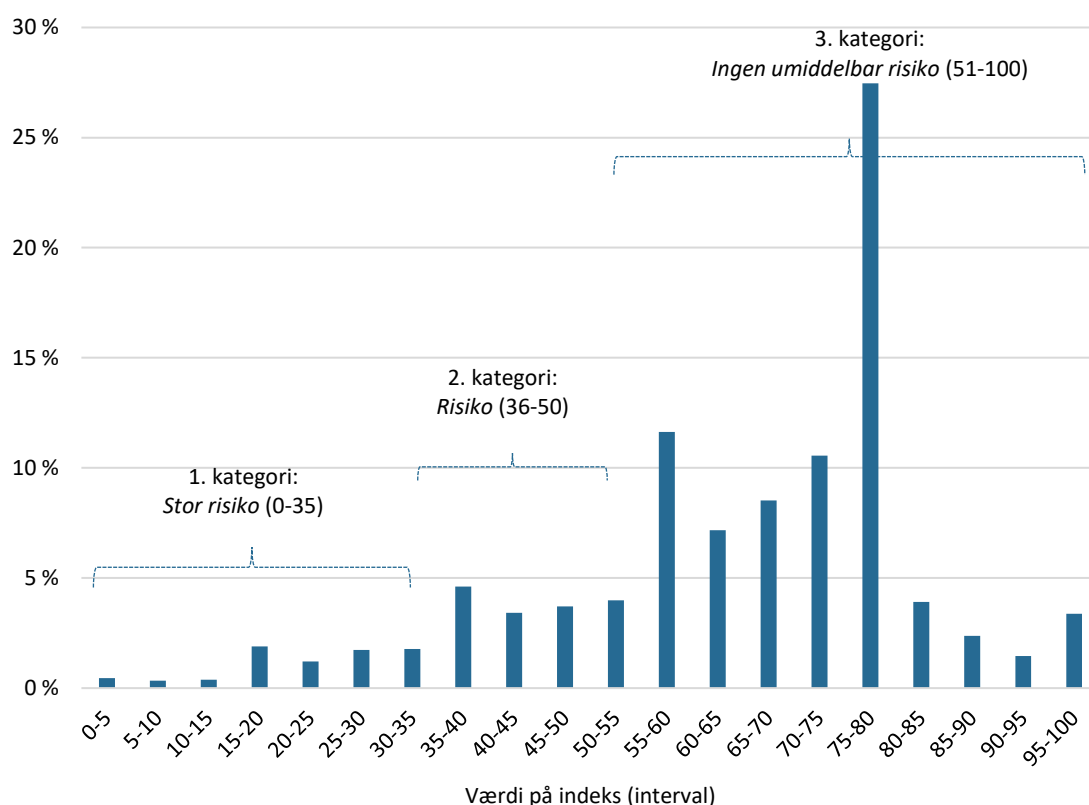
Scoren på trivselsindekset kan inddeles i tre kategorier (Nielsen et al. 2017):

- 0-35: Der kan være stor risiko for depression eller stressbelastning
- 36-50: Der kan være risiko for depression eller stressbelastning
- 51-100: Der er ikke umiddelbart risiko for depression eller stressbelastning

Figur 38 viser fordelingen på det samlede trivselsindeks, mens figur 39 viser fordelingen på de tre trivselskategorier, der bliver anvendt i de efterfølgende analyser.

²¹ Ud fra hvert spørgsmål er det muligt at svare 'Hele tiden' (5 point), 'Det meste af tiden' (4 point), 'Lidt mere end halvdelen af tiden' (3 point), 'Lidt mindre end halvdelen af tiden' (2 point), 'Lidt af tiden' (1 point) eller 'På intet tidspunkt' (0 point). For hvert udsagn tildeles man således 0-5 point. Pointene lægges sammen og ganges med fire, så scoren går fra 0-100.

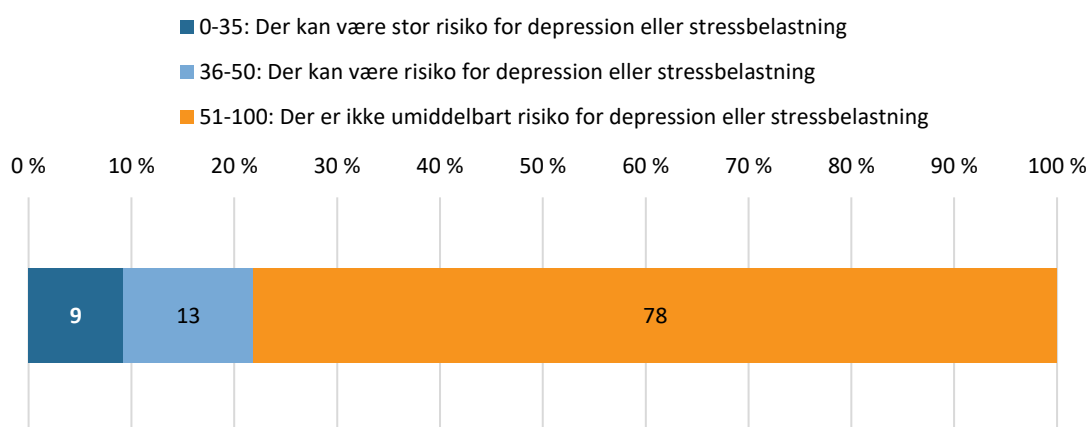
Figur 38: Voksnes generelle trivsel (pct.)



Indekset er dannet ud fra de ovenstående spørgsmål. Scorerne fra de enkelte udsagn er lagt sammen, og derefter er det samlede indeks skaleret, så det går fra 0-100. Figuren viser fordelingen ud fra intervaller af det fulde indeks, hvor større værdier indikerer bedre trivsel (n=6.861)

Overordnet set ligger den gennemsnitlige trivselsscore blandt voksne i undersøgelsen på 63, mens 22 pct. har en trivselsscore på under 50, hvor der er risiko for depression og stressbelastning.

Figur 39: De fleste voksne har ingen umiddelbar risiko for depression eller stressbelastning (pct.)



Figuren viser voksnes generelle trivsel. Fordelt på kategorier ud fra det oprindelige trivselsindeks: 'stor risiko' (n=534), 'risiko' (n=806), 'ingen umiddelbar risiko' (n=5.521).

Tabel 14 viser, at den gennemsnitlige trivsel er højere blandt voksne, der dyrker idræts- og/eller fritidsaktiviteter, end blandt voksne, der hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter. Derudover har voksne, der kun dyrker fritidsaktiviteter, et lavere trivselsniveau, end voksne der dyrker idræt.

Tabel 14: WHO's trivselsindeks på tværs af deltagelsen i idræts- og fritidsaktiviteter (gennemsnit)

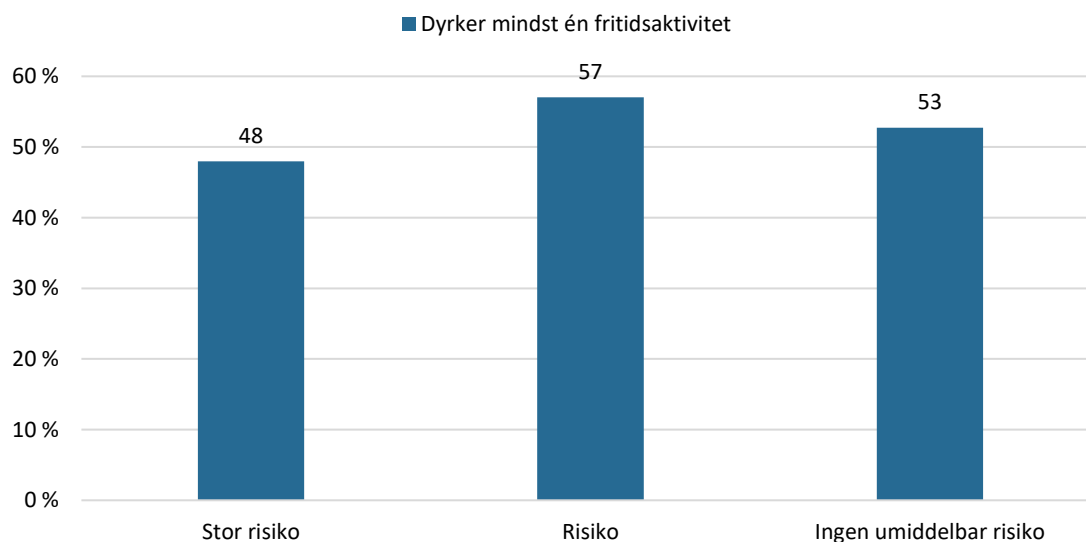
	Alle	Dyrker både idræts- og fritidsaktiviteter	Dyrker kun fritidsaktiviteter	Dyrker kun idrætsaktiviteter	Dyrker hverken idræts- eller fritidsaktiviteter
Gennemsnitligt trivselsindeks	64	64	61	64	57

Tabellen viser den gennemsnitlige score på trivselsindekset blandt voksne. Fordelt på alle voksne (n=6.917) og dem, der 1) både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter (n=3.630), 2) kun dyrker fritidsaktiviteter (n=133), 3) kun dyrker idrætsaktiviteter (n=2.793) og 4) hverken dyrker idræts- eller fritidsaktiviteter (n=305).

Ligesom ved børn og unge er det vigtigt at pointere, at der ikke nødvendigvis er tale om årsagssammenhænge. Det er således ikke muligt at sige noget endegyldigt om, hvorvidt idræts- og/eller fritidsaktiviteter styrker trivslen, eller om voksne, der trives godt, i højere grad vælger at være aktive.

Figur 40 viser andelen, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, fordelt på de tre trivselskategorier. Som det fremgår, er andelen lavest blandt de voksne, der trives dårligst, men sammenhængen er ikke entydig, da andelen, der dyrker fritidsaktiviteter, er størst i den midterste kategori, hvor der også er risiko for depression eller stressbelastning.

Figur 40: Den laveste deltagelse i fritidsaktiviteter findes blandt voksne med dårligst trivsel (pct.)

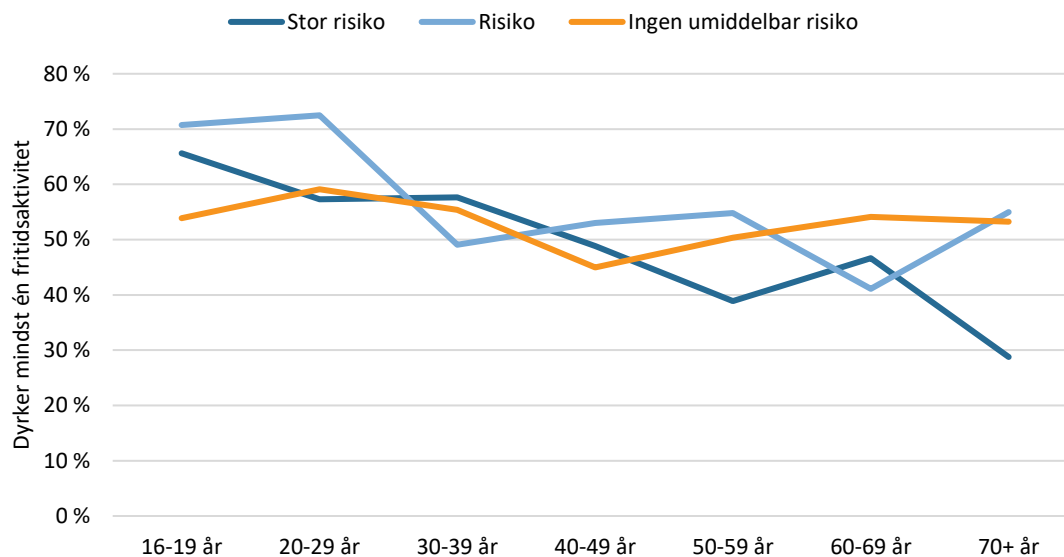


Figuren viser andelen af voksne, der dyrker mindst én fritidsaktivitet. Fordelt på kategorier for trivsel ud fra det oprindelige trivselsindeks: 'stor risiko' (n=534), 'risiko' (n=806), 'ingen umiddelbar risiko' (n=5.521).

Den lidt tvetydige sammenhæng mellem deltagelsen i fritidsaktiviteter og trivselsniveauet kan måske skyldes, at sammenhængene varierer på tværs af forskellige aldersgrupper. Som

figur 41 viser, er unge, der har lav trivsel, mere tilbøjelige til at dyrke fritidsaktiviteter end unge med høj trivsel. Den modsatte tendens ses i de ældste aldersgrupper, hvor 60+-årige med lav trivsel er mindst tilbøjelige til at dyrke fritidsaktiviteter.

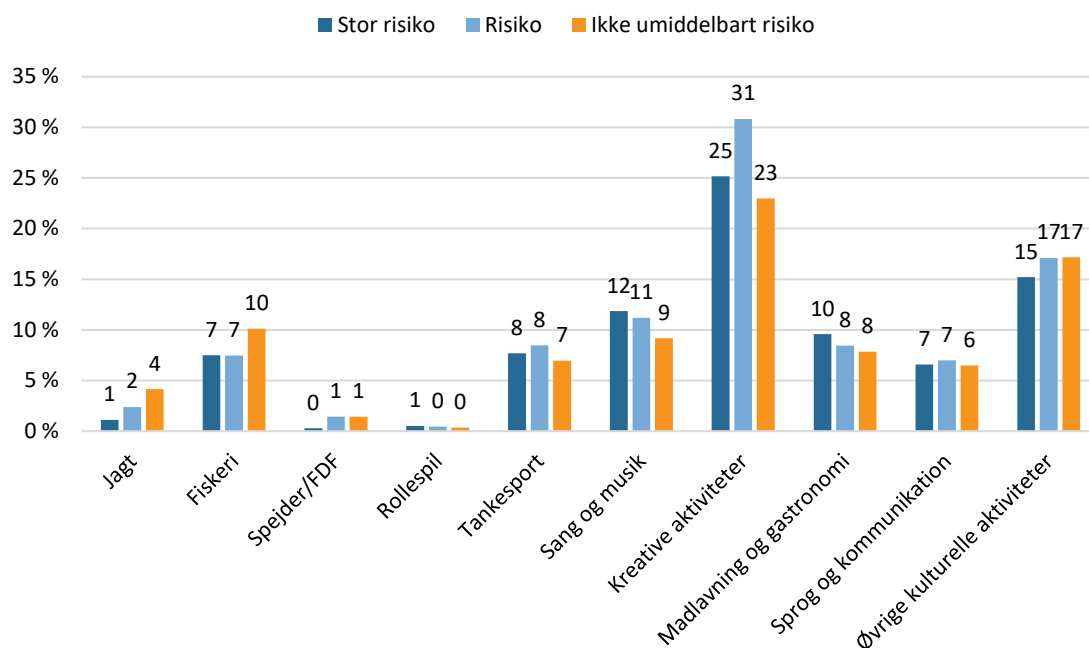
Figur 41: Sammenhængen mellem trivsel og fritidsdeltagelse varierer på tværs af alder



Figuren viser andelen af voksne, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, på tværs af alder. Fordelt på kategorier for trivsel ud fra det oprindelige indeks (n=6.861).

Der er begrænsede sammenhænge mellem trivselsniveauet og deltagelsen i specifikke typer af fritidsaktiviteter. Figur 42 viser dog en tendens til, at voksne i de to laveste trivselskategorier (blå og lyseblå søjle) mere tilbøjelige til at dyrke kreative aktiviteter, sang og musik og madlavning og gastronomi end voksne, der er uden for risikogruppen. Omvendt er voksne med høj trivsel (orange søjle) mere tilbøjelige til at dyrke jagt og fiskeri end voksne med lav trivsel.

Figur 42: Varierende mønstre i deltagelsen i specifikke aktiviteter på tværs af trivselsniveau (pct.)

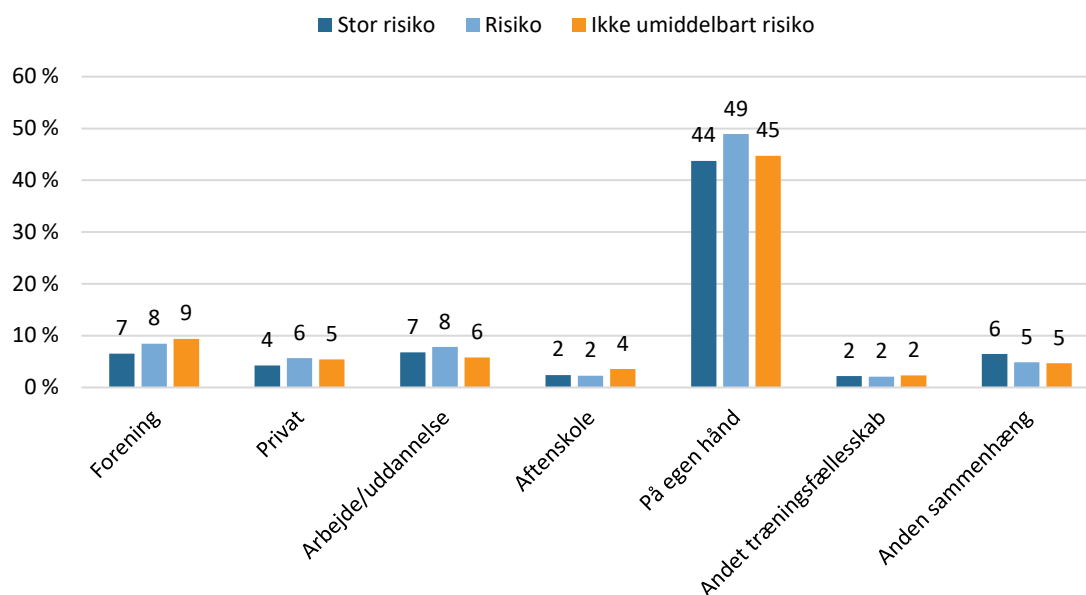


Figuren viser voksnes deltagelse i forskellige typer af fritidsaktiviteter. Fordelt på niveauer for trivsel ud fra det oprindelige indeks (n=6.917).

Mønstrene er således i god overensstemmelse med de tendenser på tværs af aktivitetstyper, der blev fundet blandt børn og unge. Ses der i stedet på sammenhængen mellem trivsel og regi for deltagelsen, er mønstrene mindre entydige på tværs af børn og voksne.

Hvor der blandt børn og unge blev fundet en tendens til, at gruppen med lav trivsel var mere tilbøjelig til at deltage i fritidsaktiviteter i både foreningsregi og på egen hånd end børn og unge med høj trivsel, er der en svag omvendt tendens blandt voksne, men der er meget begrænsede forskelle (figur 43).

Figur 43: Begrænsede forskelle i valg af organiseringsform på tværs af trivselsniveauer (pct.)



Figuren viser voksnes organisering af fritidsaktiviteter fordelt på niveauer for generel trivsel ud fra det oprindelige indeks (n=6.917).

Voksnes deltagelse og frivillige arbejde i udvalgte aktiviteter

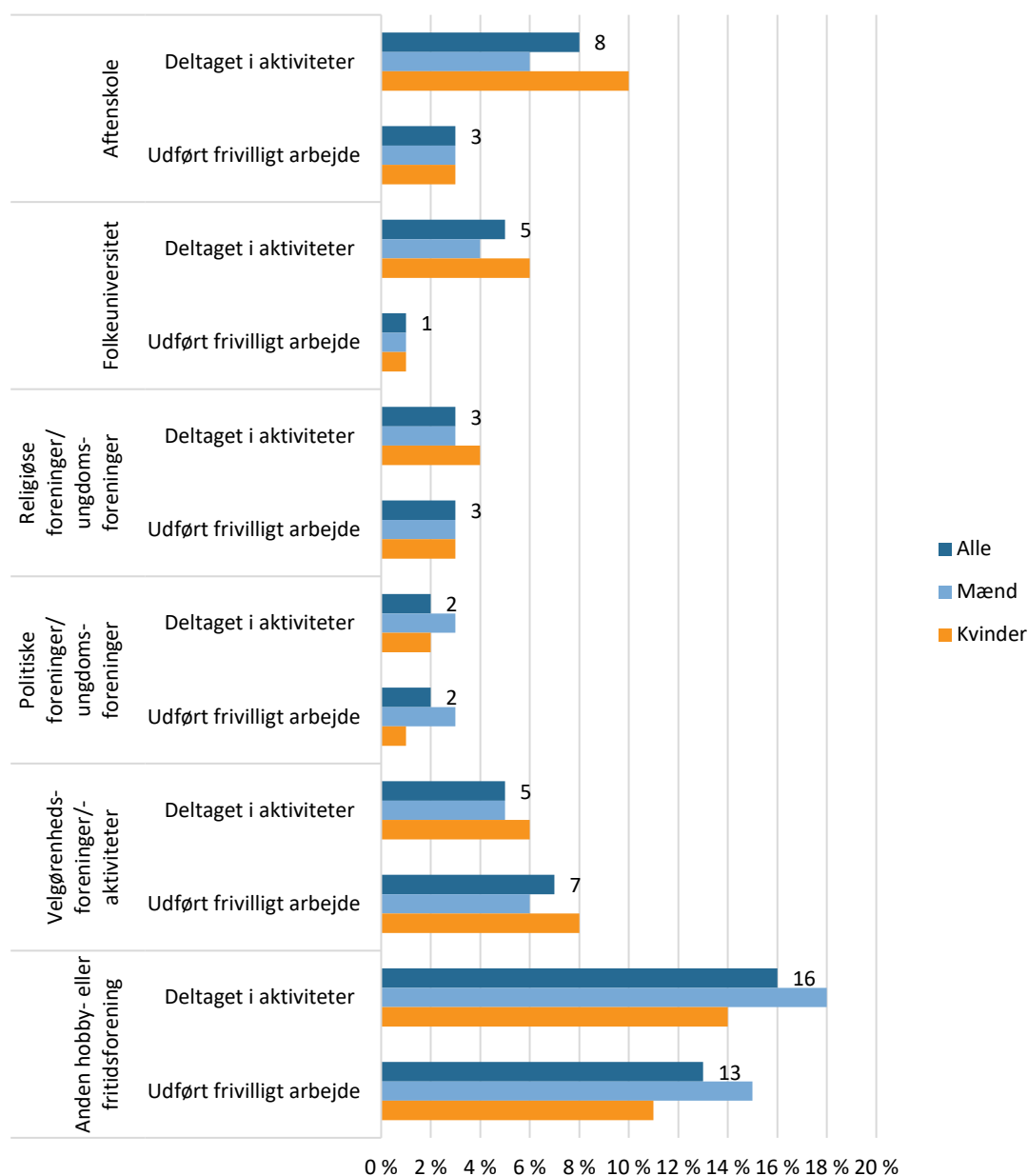
Ud over deltagelsen i specifikke typer af fritidsaktiviteter, er voksne i undersøgelsen også blevet spurgt om deres generelle deltagelse i aktiviteter og frivilligt arbejde i forskellige typer af regi på fritidsområdet. Det gælder deltagelse i aftenskoler, i Folkeuniversitetet og i en række forskellige foreningstyper.

Disse spørgsmål er interessante, da de siger noget om den samlede deltagelse i forskellige typer af folkeoplysende organisationer – uden det er bundet op på specifikke typer af aktiviteter.

Som figur 44 viser, har 8 pct. af de voksne deltaget i aktiviteter i aftenskoleregi i løbet af de seneste 12 måneder. I lighed med andre undersøgelser på aftenskoleområdet (Bjerrum & Thøgersen 2016) viser analysen nogle klare kønsforskelle i deltagelsen, hvor en betydelig større andel kvinder end mænd deltager i aftenskoleaktiviteter. De samme kønsmønstre ses ved deltagelsen i aktiviteter i Folkeuniversitetet, hvor hhv. 4 og 6 pct. af mænd og kvinder har deltaget inden for det seneste år. Også her er det et mønster, der er fundet i andre undersøgelser på området (Thøgersen & Bjerrum 2015, Thøgersen 2019).

Ses der på deltagelsen i de forskellige typer af foreninger, er kønsforskellene størst inden for 'andre hobby- og fritidsforeninger', hvor flere mænd (18 pct.) end kvinder (14 pct.) har været aktive.

Figur 44: Deltagelse i aktiviteter og frivilligt arbejde – fordelt på køn (pct.)



Figuren viser omfanget af voksnes deltagelse i aktiviteter og deres frivillige arbejde ud fra spørgsmålet 'Har du deltaget i eller udført frivilligt arbejde inden for nogen af følgende områder de seneste 12 måneder?'. Fordelt på total og køn (n=6.917).

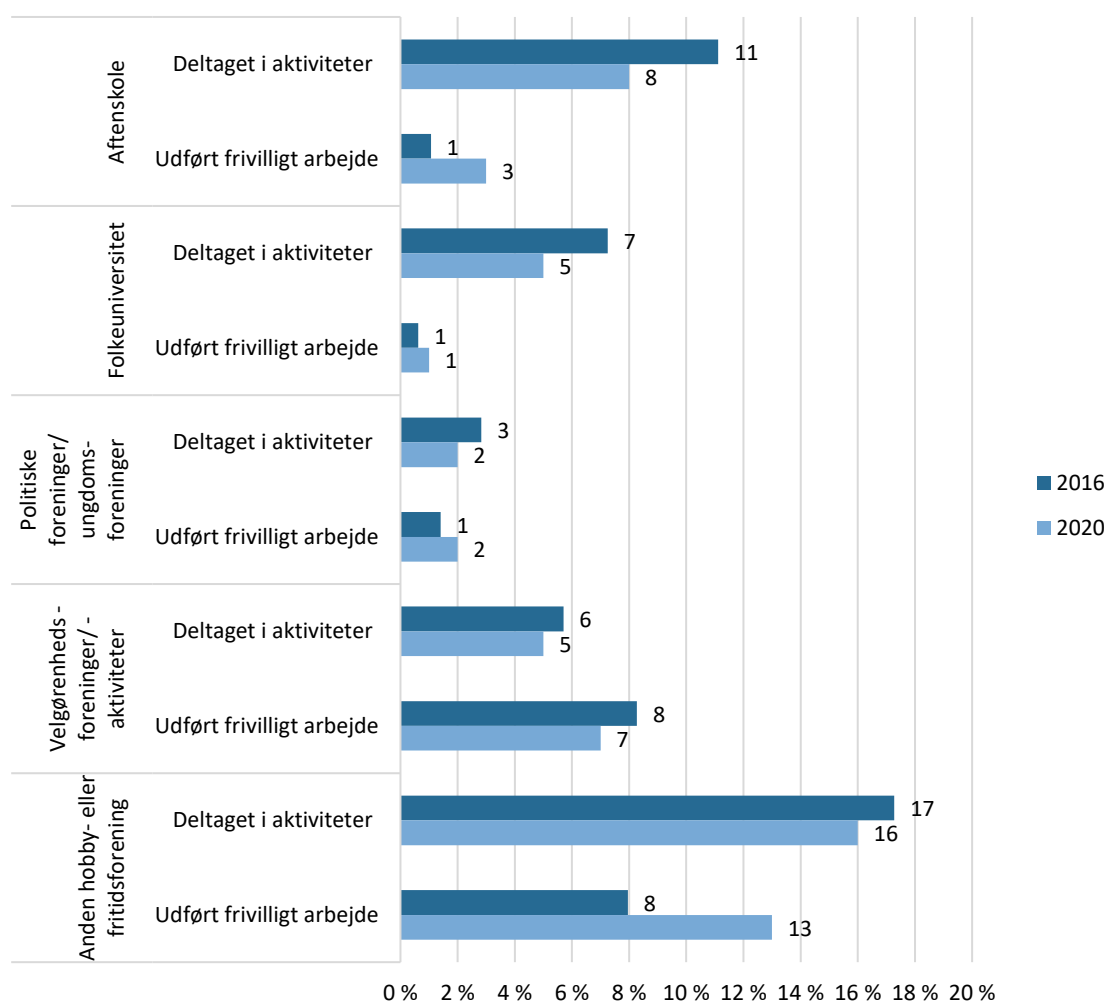
Spørgsmålet om deltagelse og frivilligt arbejde blev også stillet i 'Danskernes motions- og sportsvaner' i 2016, hvilket giver mulighed for at belyse udviklingen over tid. Som det fremgår af figur 45, er der inden for alle områder sket et mindre fald i andelen, der har deltaget i de respektive aktiviteter inden for de seneste 12 måneder. Eksempelvis er andelen, der har været til aktiviteter i aftenskoleregi, faldet fra 11 pct. i 2016 til 8 pct. i 2020²², mens

²² I tidligere referencer til undersøgelsen er det angivet, at 12 pct. deltog i aftenskoleaktiviteter i 2016. Det skyldes, at data ikke var vægtet for køn, alder, region og uddannelse, som det er tilfældet i data anvendt i denne rapport.

deltagelsen i aktiviteter i regi af Folkeuniversitetet er faldet fra 7 pct. i 2016 til 5 pct. i 2020. Det er sandsynligt, at coronanedlukningerne, der var en del af virkeligheden i en stor del af 2020, har haft betydning for faldet i deltagelsesniveauet.

Når det gælder frivilligt arbejde, har udviklingen ikke været lige så entydig. Her er det interessant, at andelen, der har arbejdet frivilligt inden for de seneste 12 måneder, i nogle tilfælde er steget. Det gør sig især gældende for det frivillige arbejde inden for 'andre hobby- eller fritidsforeninger', men er også til stedet på aftenskoleområdet, hvor 3 pct. har arbejdet frivilligt i 2020 mod 1 pct. i 2016. En mulig forklaring på den udvikling kan være, at coronakrisen medførte et behov for at tage hånd om de særlige udfordringer, der opstod under nedlukningerne.

Figur 45: Udviklingen i deltagelsen i aktiviteter og frivilligt arbejde 2016-2020 (pct.)



Figuren viser den historiske udvikling i deltagelse og frivilligt arbejde i udvalgte aktiviteter/regi blandt voksne. Fordelt på undersøgelsesår: 2016 (n=5.297), 2020 (n=6.917). To kategorier er ikke medtaget, da de ikke vurderes at være sammenlignelige på tværs af år. Det gælder 'Religiøse foreninger/ungdomsforeninger' (2020) og 'Andet frivilligt børne- og ungdomsarbejde end idræt (f.eks. spejder, religiøse eller politiske ungdomsorganisationer)' (2016). Derudover hed kategorien 'politiske foreninger/ungdomsforeninger' i 2016 bare 'politiske foreninger', men da forskellen er lille, er det valgt at medtage kategorien på tværs af år.

Afsluttende perspektiver

Rapportens formål har været at give et første overordnet indblik i danskernes deltagelse i en række udvalgte fritidsaktiviteter.

Da spørgsmålene om fritidsaktiviteter har indgået som en del af en større undersøgelse med fokus på idræt, har det ikke været muligt at gå detaljeret til værks inden for alle de mange forskellige typer af fritidsaktiviteter, der findes. I flere tilfælde er tale om nogle overordnede aktivitetskategorier, som kan dække over mange forskellige undertyper, hvor der igen kan være mønstre i deltagelsen, som ikke har været mulige at afdække her.

Resultaterne skal derfor ses som et første indblik i fritidslivet, som dels kan give indblik i nogle overordnede mønstre på tværs af overordnede aktivitetstyper og regi, og som derudover kan tjene som inspiration til uddybende analyser inden for enkelte aktivitetsområder eller til større og mere detaljerede analyser af danskernes fritidsvaner som helhed. Eksempelvis kunne det være interessant at se nærmere på de mønstre, der måtte være i deltagelsen inden for de forskellige undertyper af kreative aktiviteter, sang og musik samt øvrige kulturelle aktiviteter.

I dette afsluttende kapitel vil der blive fremhævet en række perspektiver, som resultaterne fra analysen af de overordnede mønstre i fritidsdeltagelsen kan give anledning til at diskutere. Der vil være fokus på de følgende temaer:

- Sammenhængen mellem deltagelsen i fritidsaktiviteter og idrætsaktiviteter
- Fritidslivet og unges trivselsmæssige udfordringer
- Hvad de organiserede aktører kan lære af den samlede fritidsdeltagelse

Sammenhængen mellem deltagelsen i fritidsaktiviteter og idrætsaktiviteter

Danske børn og voksne har generelt en høj idrætsdeltagelse. Deltagelsesniveauet varierer alt efter, hvilket mål der benyttes, men ses der på andelen, der har dyrket mindst en idrætsaktivitet i løbet af de seneste 12 måneder, er andelen på 97 pct. for børn og 94 pct. for voksne. Til sammenligning ligger andelen, der har dyrket mindst én af de fritidsaktiviteter, der er omfattet af undersøgelsen, på hhv. 44 og 53 pct. for børn og voksne.

Denne høje deltagelse i idrætsaktiviteter gør, at langt de fleste, som deltager i fritidsaktiviteter, også deltager i idrætsaktiviteter. Det kan gøre det svært at se isoleret på betydningen af deltagelsen i den del af fritidslivet, som ikke er idræt.

Der kan derudover være et muligt skisma mellem deltagelsen i henholdsvis idræt og øvrige fritidsaktiviteter. Børneundersøgelsen har vist, at andelen, der både dyrker idræts- og fritidsaktiviteter, falder med alderen, og at unge således har en større tilbøjelighed end børn til at foretage en prioritering mellem idrætten og de øvrige fritidsaktiviteter. Resultaterne tyder på, at særligt teenagere tilvælger idrætten og fravælger de øvrige fritidsaktiviteter, hvis de skal prioritere det ene frem for det andet.

Det samme mønster ses i en større undersøgelse af fritidslivet på Færøerne, som derudover viser, at over 40 pct. af de børn, som ikke dyrker fritidsaktiviteter, begrundet det med, at de bruger tiden på deres idrætsaktiviteter (Thøgersen et al. 2022, 76).

Hvad denne prioritering skyldes, kan ikke afgøres her. Det kan hænge sammen med interessen for de specifikke typer af aktiviteter. Det kan også spille ind, at der særligt blandt de 13-15-årige ser ud til at være et større sundhedsfokus i begrundelserne for at dyrke idræt end blandt de øvrige aldersgrupper i børneundersøgelsen (Thøgersen et al. 2022).

Frafaldet blandt teenagere knytter sig ikke til nogle bestemte fritidsaktiviteter, men resultaterne peger på, at frafaldet sker i takt med, at færre dyrker fritidsaktiviteter i organiseret regi (foreninger og SFO/klub), mens flere dyrker aktiviteter på egen hånd. Det er dog en tendens, der også ses, når det gælder idrætsaktiviteter.

Ikke desto mindre er det et interessant spørgsmål, om skiftet er et udtryk for, at de organiserede tilbud ikke svarer til de unges ønsker og behov, eller om det er et bevidst fravalg, da selvorganiserede aktiviteter er nemmere at passe ind i en hverdag fyldt med skole og andre interesser.

Såfremt der sættes fokus på at skabe nye tilbud eller videreudvikle allerede eksisterende tilbud inden for organiserede rammer, kan det være vigtigt at se på tid som en begrænset ressource. Ud fra denne tankegang kan der tænkes i initiativer i nærområderne, der kan lette adgangen til deltagelsen i det øvrige fritidsliv, uden at det er på bekostning af deltagelsen i idrætslivet og omvendt.

Fritidslivet og børn og unges trivsel

Analysen har vist flere interessante tendenser, når det gælder sammenhængen mellem deltagelsen i fritidslivet og de forskellige mål, der er anvendt for trivsel.

Særligt for børn og unge er det interessant, at tendenserne på fritidsområdet i nogen grad adskiller sig fra tendenserne på idrætsområdet. Der er flere børn og unge med lav trivsel, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, end blandt børn og unge med høj trivsel. På idrætsområdet er deltagelsen derimod højest blandt de børn og unge, der trives bedst.

Resultaterne af fritidsdeltagelsen tyder på, at der er nogle typer af aktiviteter, der i særlig grad appellerer til børn og unge med lav trivsel. Både når det gælder spejder/FDF, sang og musik samt kreative aktiviteter, er andelen, der dyrker disse aktiviteter, højere blandt børn og unge med lav trivsel end med høj trivsel. Nogle typer af fritidsaktiviteter ser dermed ud til at kunne rumme selv de børn og unge, som trivselsmæssigt har det svært.

Det er dog vigtigt at understrege, at en stor del af aktiviteterne dyrkes på egen hånd, så det er dermed ikke kun de organiserede tilbud, der rummer de børn og unge, der har det svært. Det er det dog, når det gælder spejder/FDF, som er en udpræget foreningsaktivitet. Inden for flere af de andre aktivitetstyper spiller de organiserede regi også en rolle, og samlet set er deltagelsen i fritidsaktiviteter i foreningsregi højest blandt de børn og unge, der

har det laveste trivselsniveau: Hvor 16 pct. af børn og unge med det højeste trivselsniveau deltager i foreningsregi, er andelen på knap en fjerdedel for den gruppe, der har størst trivselmæssige udfordringer.

Disse tendenser kan give anledning til overvejelser om, hvorvidt deltagelse i det øvrige fritidsliv har en lavere indgangstærskel end deltagelsen i idrætslivet. Dette perspektiv styrkes af, at der blandt voksne ses en tendens til, at den sociale skævhed i deltagelse er større for idrætsaktiviteter end for fritidsaktiviteter (Rask et al. 2022, Thøgersen et al. 2022).

Særligt interessant i forhold til børn og unges trivsel kan det derudover være at se nærmere på de specifikke aktiviteter, som i særlig grad tiltrækker de målgrupper, som har det svært. Det gælder eksempelvis de kreative aktiviteter, som i særlig grad er udbredt blandt unge piger og kvinder, som samtidig er den gruppe, der i nationale trivselsmålinger har størst trivselmæssige udfordringer (Sundhedsstyrelsen 2022). Dette spørgsmål er også relevant i forhold til det følgende afsnit, som ser nærmere på, hvad organiserede aktører kan lære af analyserne af den samlede fritidsdeltagelse.

Hvad kan de organiserede aktører lære af den samlede fritidsdeltagelse?

Selvom der er tale om overordnede aktivitetskategorier, har undersøgelsens resultater givet indblik i, hvilke typer af aktiviteter forskellige målgrupper interesserer sig for og dyrker i deres fritid. Samtidig har resultaterne vist, at en meget stor del af aktiviteterne er noget, man dyrker på egen hånd – og det gælder både blandt børn og voksne.

Ikke mindst aktiviteter som jagt og fiskeri og kreative aktiviteter dyrkes i udpræget grad på egen hånd – på tværs af aldersgrupper. Spørgsmålet er derfor, om organiserede aktører kan bruge denne viden om forskellige målgruppers interesser til at gøre deres egne tilbud attraktive.

Særligt iøjnefaldende er den store andel, der interesserer sig for kreative aktiviteter. 16 pct. af børnene og 24 pct. af de voksne har dyrket kreative aktiviteter inden for de seneste 12 måneder. Andelen er særlig høj blandt unge kvinder: 46 pct. af de 16-19-årige og 44 pct. af de 20-29-årige dyrker kreative aktiviteter. Samtidig dyrker hele 87 pct. af de aktive voksne og 73 pct. af børnene deres kreative aktiviteter på egen hånd.

Netop yngre kvinder skiller sig negativt ud i nationale trivselsmålinger, hvilket kan gøre interessen for kreative aktiviteter endnu mere interessant for de organiserede aktører. En undersøgelse af aftenskoleområdet i Aalborg Kommune i 2016 viste, at deltagerne på de manuelle fag (kreative fag og håndværksfag) havde et særligt stort udbytte af undervisningen, når det gjaldt en række forskellige parametre for mental sundhed. Deltagerne på disse fag oplevede således i højere grad end deltagere på de øvrige fag, at de var blevet en del af et fællesskab, og at de havde succesoplevelser med nye ting. Også de kvalitative interviews gav indtryk af, at erfaringer med at skabe noget med hænderne havde en positiv indvirkning på deltagernes trivsel (Bjerrum & Thøgersen 2016).

Potentialerne styrkes af, at aftenskolerne på nogle områder stort set har monopol på det organiserede udbud af disse såkaldte manuelle fag. Samtidig er aftenskolerne udfordret af, at deltagernes gennemsnitsalder er meget høj. Den store interesse for kreative aktiviteter særligt blandt yngre kvinder kan derfor være et potentielt udviklingsrum for aftenskolerne. Folkeoplysningslovens mulighed for tilskud til fleksibelt tilrettelagte aktiviteter kan være en mulig måde at organisere aktiviteterne på, da aftenskolerne inden for de rammer kan stille mødesteder eller andre rammer til rådighed – også for grupper, der ikke nødvendigvis er interesserede i lige så strukturerede undervisningsrammer, som den traditionelle aftenskoleundervisning tilbyder.

Et andet opmærksomhedspunkt kan være, at den høje grad af selvorganisering på fritidsområdet givetvis hænger sammen med, at sociale medier og onlineplatforme i stigende grad giver mulighed for, at man kan lære mange forskellige typer af færdigheder, mens man sidder hjemme i sofaen.

Det kan give anledning til overvejelser om, hvorvidt organiserede aktører inden for forenings- og folkeoplysningsområdet i højere grad end i dag kan benytte digitale medier som læringsplatforme. Mange aktører fik erfaringer med online-aktiviteter under coronanedlukningen, som der kan trækkes på i den videre udvikling af området.

Samlet kan det være en overvejelse for de organiserede aktører på området, om der er basis for på forskellig vis at tilbyde understøttende rammer for de borgere, der ellers primært dyrker aktiviteterne på egen hånd, men som måske som supplement kan være interesserede i faglig støtte til at lære nyt eller til at udvikle konkrete færdigheder.

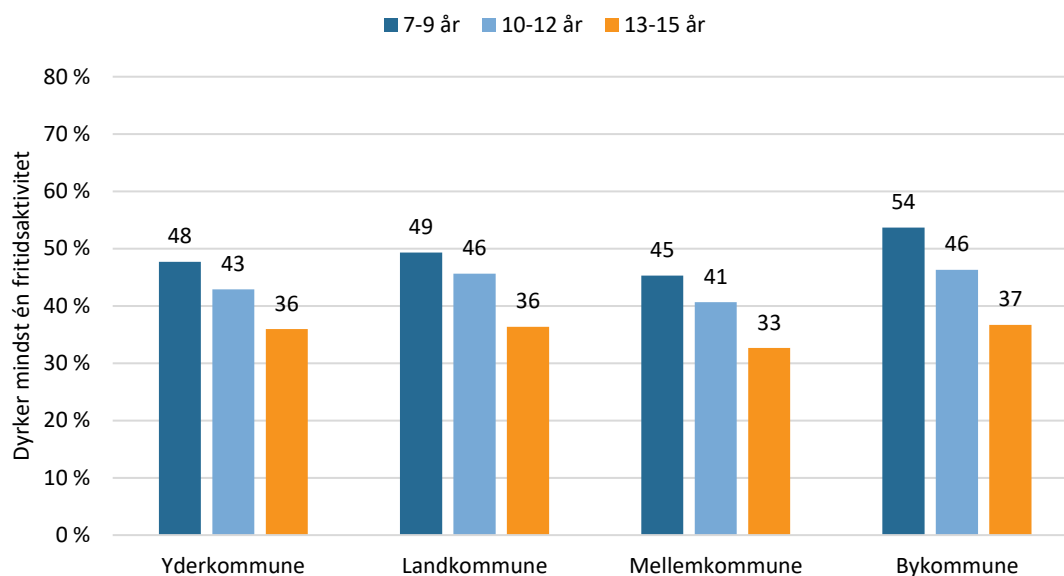
Litteratur

- Bech, P. (1999). *Stress og livskvalitet*. Psykiatrifondens Forlag.
- Bjerrum, H., Sterner, A. v. B., Rahbek, R. K., Toftgaard, N. A., Pedersen, J. R. (2021). *De uniformerede korps i Aalborg Kommune. Aktiviteter, gruppeliv, udfordringer og potentialer*. Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Bjerrum, H., Thøgersen, M. (2018). *Aftenskolerne – hvordan har de det?* Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Bjerrum, H. & Thøgersen (2016): *Mental sundhed og øget trivsel. Aftenskolernes betydning for borgere i Aalborg Kommune*. Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Eske, M. (2021a). *Ældres motions- og sportsvaner 2020*. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.
- Indenrigs- og Sundhedsministeriet & Fødevareministeriet (2011): *Landdistriktsredegørelse 2011 – regeringens redegørelse til Folketinget*. København
- Nielsen, L., Hinrichsen, C, Santini, Z. I. Og Koushede, V. (2017). *Måling af mental sundhed. En baggrundsrapport for spørgeskemaundersøgelsen Danskernes Trivsel 2016*. Statens Institut for Folkesundhed, SDU.
- Rask, S., Eske, M., Petersen, F. & Hansen, K. (2022): *Danskernes motions- og sportsvaner 2020*. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.
- Rasmussen, M., Kierkegaard, L., Rosenwein, S.V., Holstein, B.E., Damsgaard, M.T., & Due, P. (2019): *Skolebørnsundersøgelsen 2018*. Statens Institut for Folkesundhed.
- Sundhedsstyrelsen 2022: *Danskernes sundhed. Den Nationale Sundhedsprofil 2021*. Sundhedsstyrelsen.
- Thøgersen, M. & Bjerrum, H. (2015): *Folkeuniversitetet – Én organisation, mange virkeligheder*. Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Thøgersen, M. (2019). *Evaluering af Hearts & Minds 2015-2018*. Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Thøgersen, M. (2020). *Fritidsaktiviteter under coronanedlukningen. Danskernes kreative, kulturelle og religiøse fritidsaktiviteter før og under nedlukningen*. Aarhus: Videncenter for Folkeoplysning.
- Thøgersen, M., Eske, M. og Sterner, A. v. B. (2022). *Fritidsvaner og fremtidens mødesteder på Færøerne. Deltagelse, foreningsliv og fysiske rammer*. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut og Videncenter for Folkeoplysning.

Bilagsmateriale

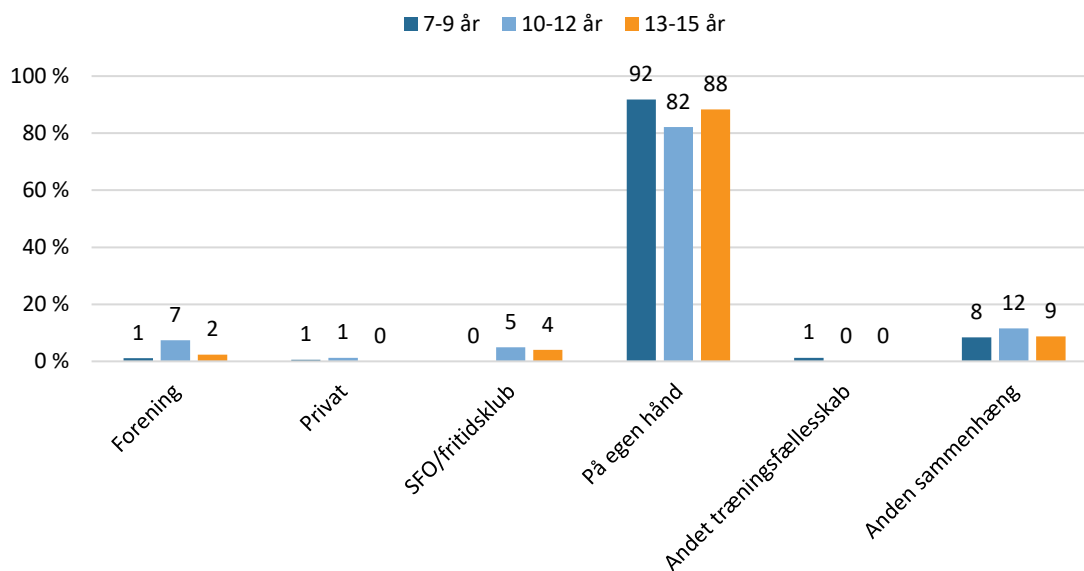
Børn

Figur 46: Deltagelsen i mindst én fritidsaktivitet – fordelt på kommunetyper og alder (pct.)



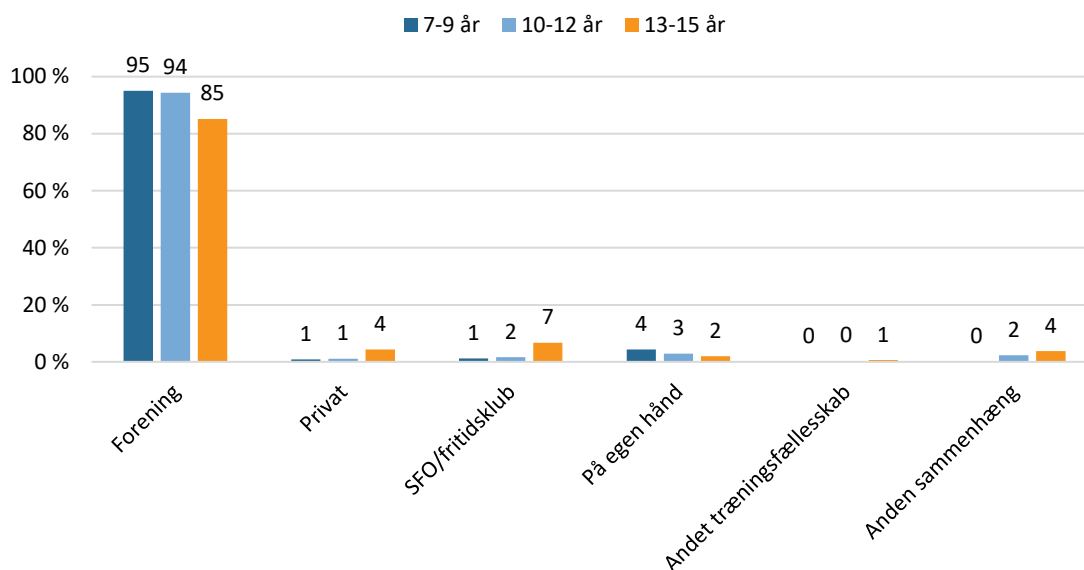
Figuren viser andelen af børn og unge, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, på tværs af kommunetyper. Fordelt på alder. Yderkommuner (n=274), landkommuner (n=936), mellemkommuner (n=626) og bykommuner (n=2.543).

Figur 47: Børn og unges valg af organiseringsform – fiskeri (pct.)



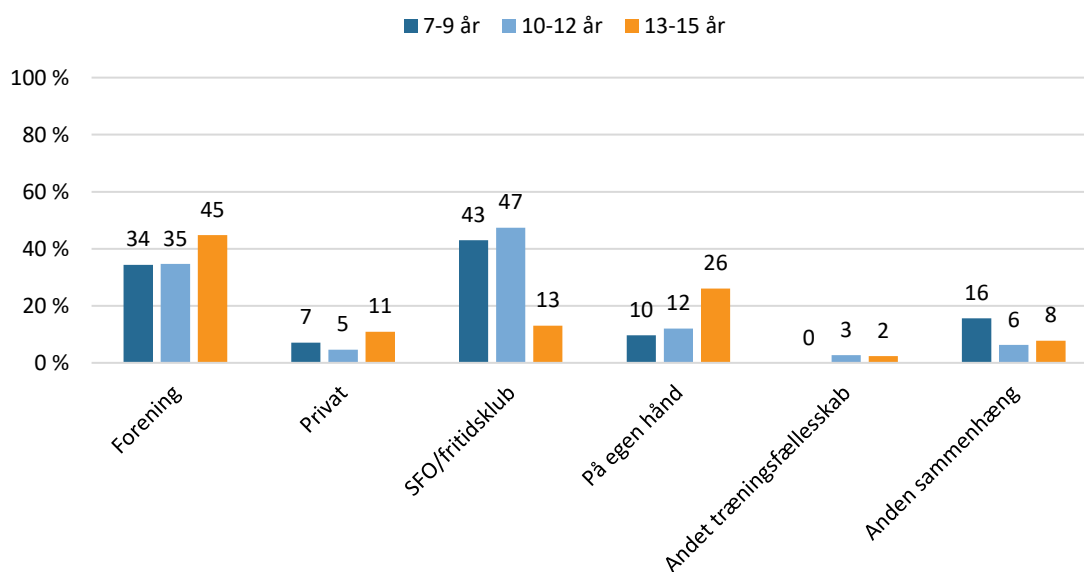
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker fiskeri, fordeles sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=286).

Figur 48: Børn og unges valg af organiseringsform – spejder/FDF (pct.)



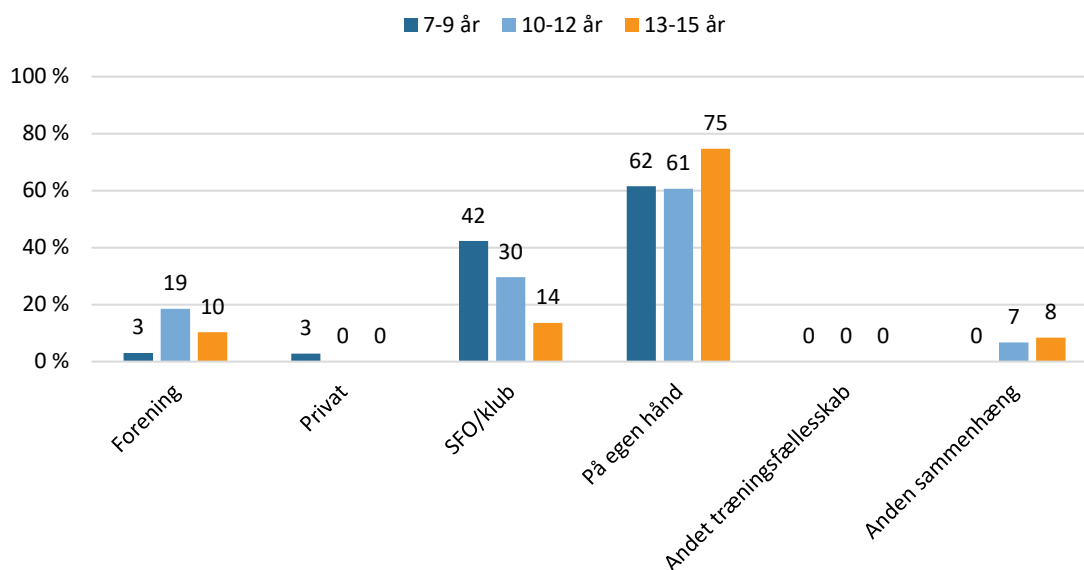
Figuren viser, hvordan andelen, der går til spejder/FDF, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=526).

Figur 49: Børn og unges valg af organiseringsform – rollespil (pct.)



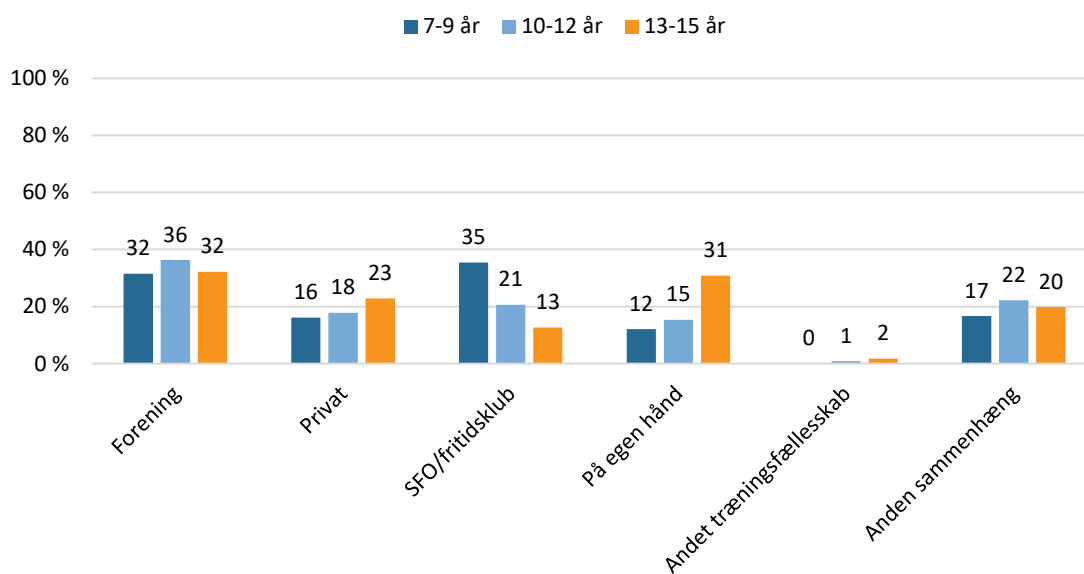
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker rollespil, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=93). Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt.

Figur 50: Børn og unges valg af organiseringsform – tankeport (pct.)



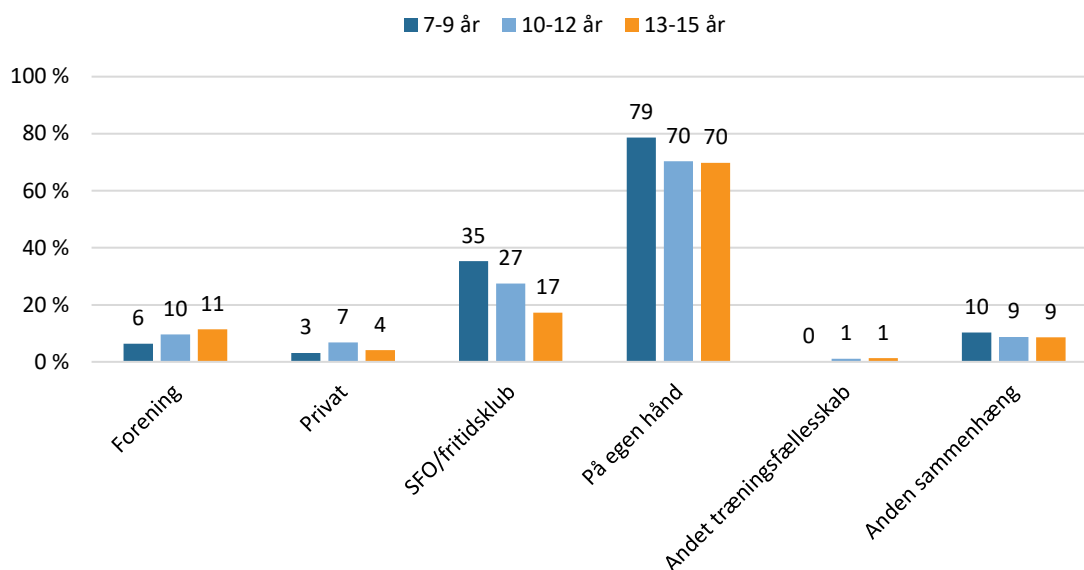
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker tankeport, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=111).

Figur 51: Børn og unges valg af organiseringsform – sang og musik (pct.)



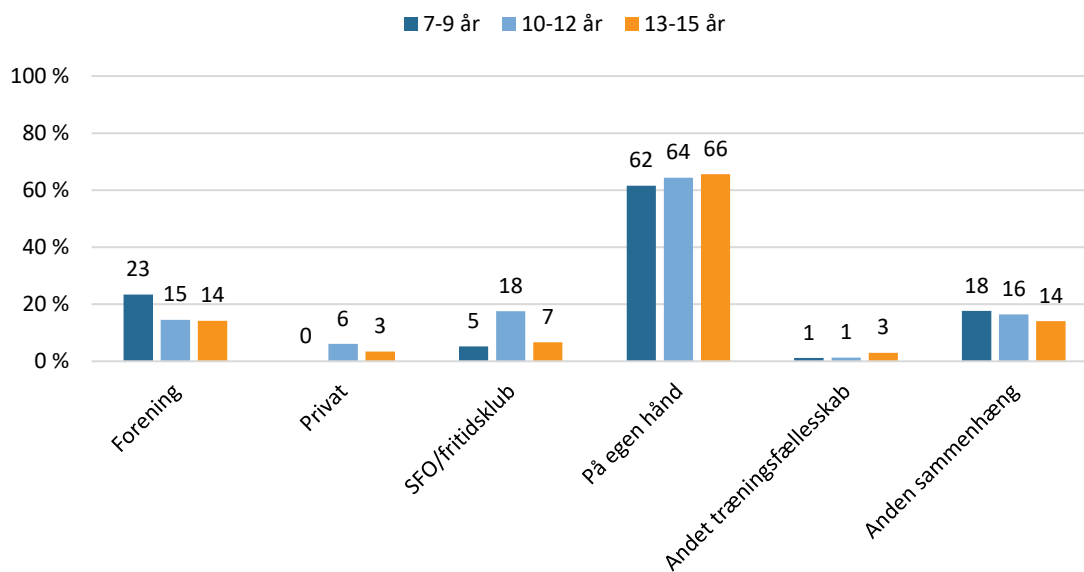
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker sang og musik, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=805).

Figur 52: Børn og unges valg af organiseringsform – kreative aktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker kreative aktiviteter, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=676).

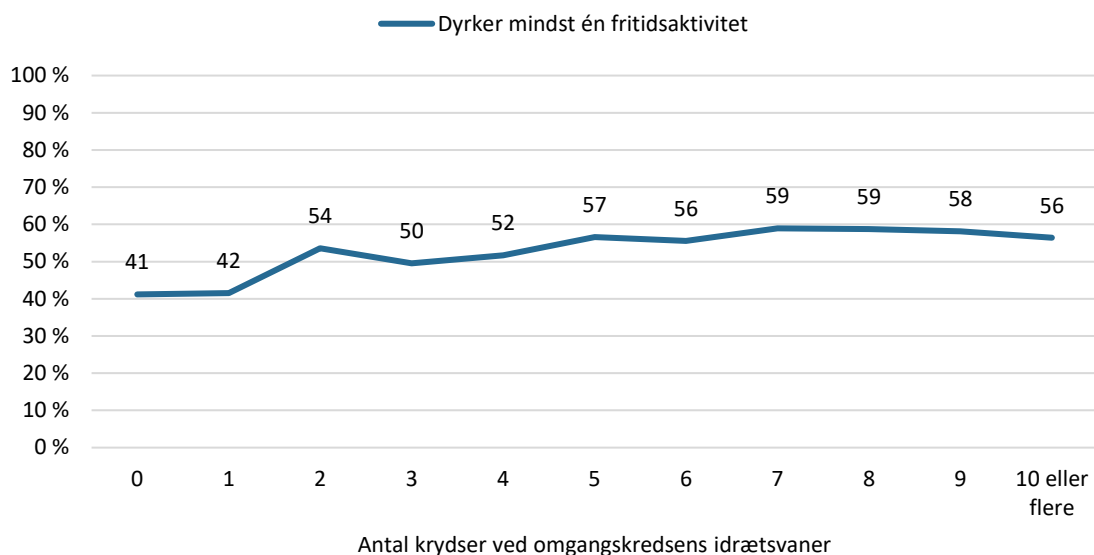
Figur 53: Børn og unges valg af organiseringsform – øvrige kulturelle aktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker øvrige kulturelle aktiviteter, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=170).

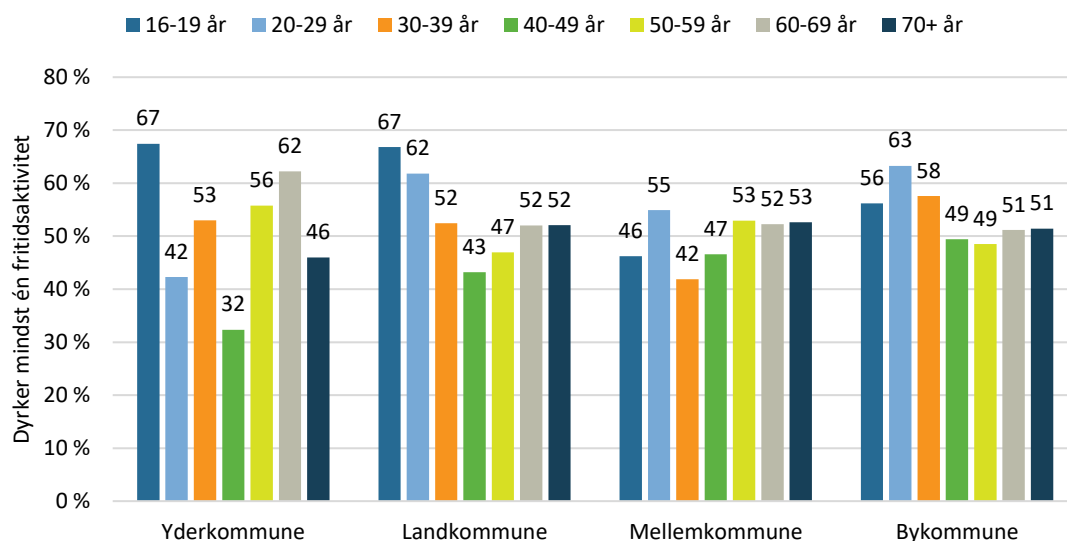
Voksne

Figur 54: Sammenhæng mellem omgangskreds og deltagelse i fritidsaktiviteter (pct.)



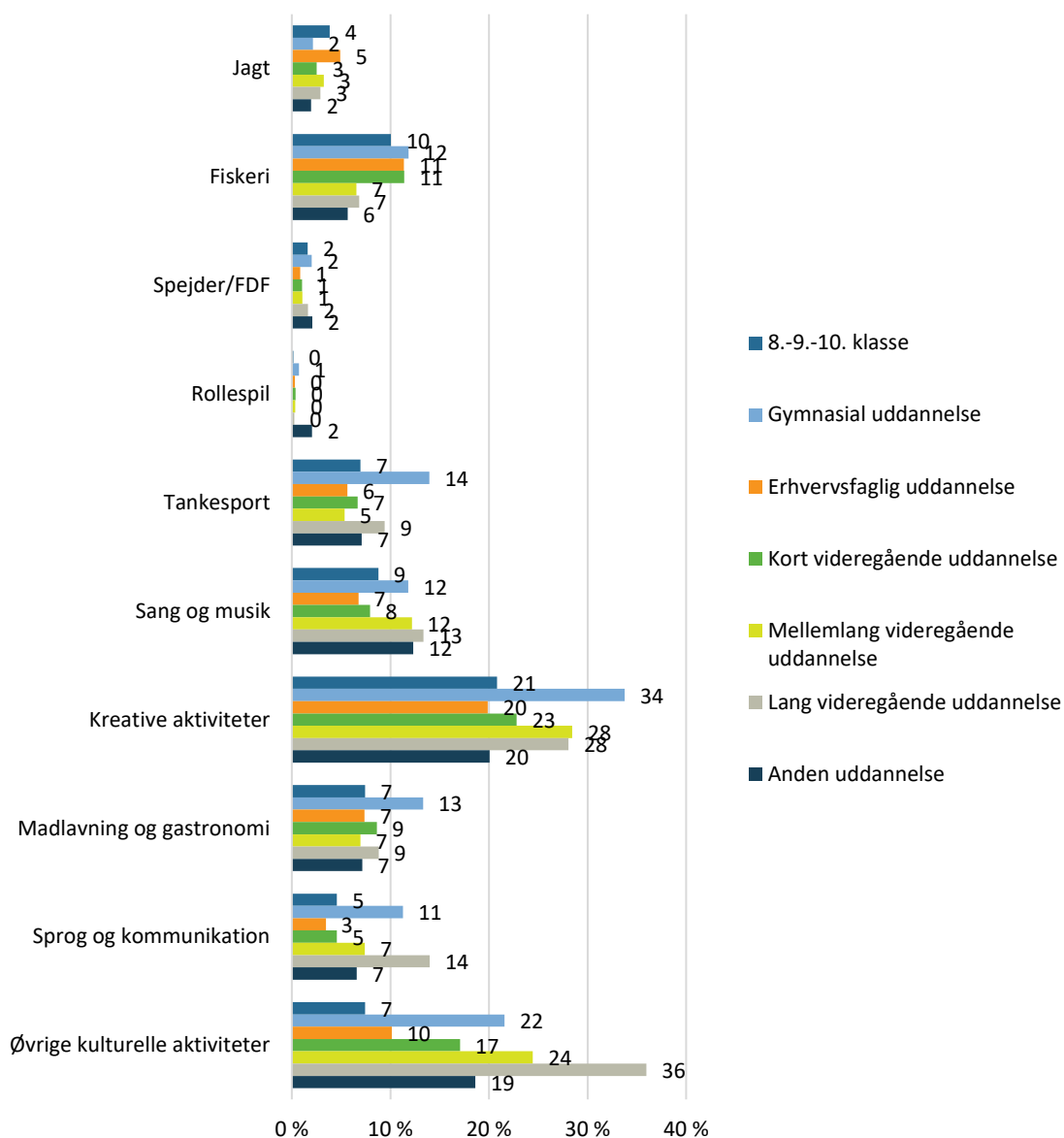
Figuren viser sammenhængen mellem omgangskredsens idrætsvaner og andelen af de voksne respondenter, der dyrker mindst én fritidsaktivitet. Antallet af krydser er det samlede antal krydser til spørgsmålet 'Hvem i din omgangskreds gør følgende ting?', 1) 'dyrker sport/motion', 2) 'Opfordrer dig til at dyrke sport/motion', 3) 'Foreslår at I skal dyrke sport/motion sammen', 4) 'Dyrker sport/motion sammen med dig' – hvortil respondenter i hver linje kunne sætte kryds ved 'partner/ægtefælle/samlever', 'barn/børn', 'familie', 'venner/bekendte' og 'kollegaer' (n=6.917).

Figur 55: Deltagelsen i mindst én fritidsaktivitet på tværs af kommunetyper – fordelt på alder (pct.)



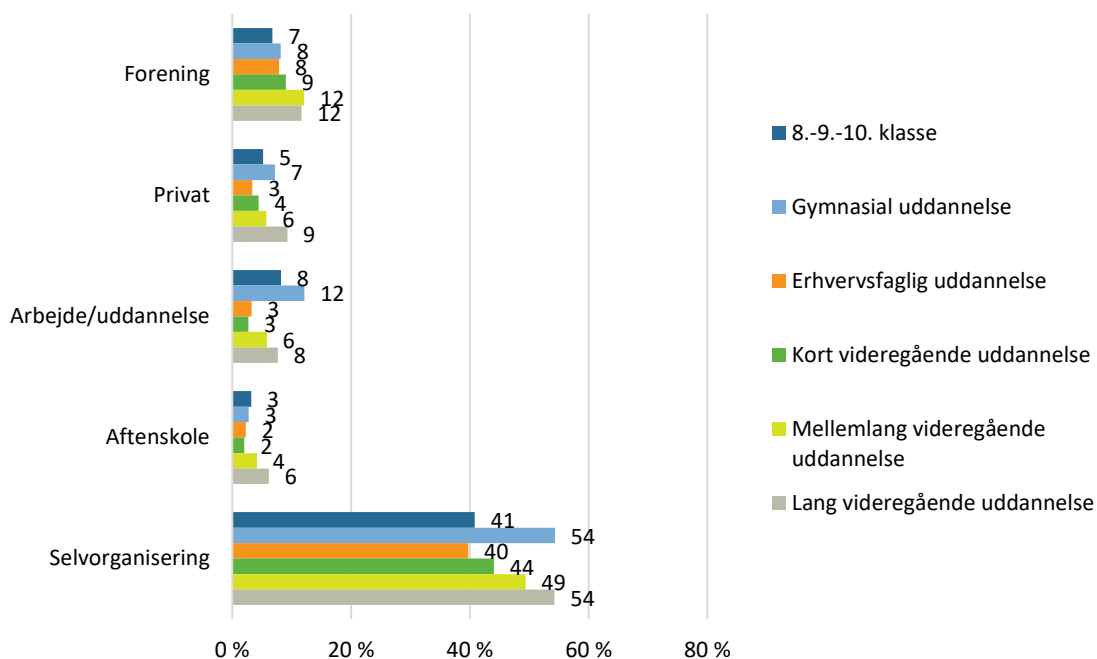
Figuren viser andelen af voksne, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, på tværs af aldersgrupper – fordelt på kommunetyper. Yderkommuner (n=510), landkommuner (n=1.701), mellemmkommuner (n=956) og bykommuner (n=3.750). Vær opmærksom på, at der i aldersgruppen 16-19 år er ret få respondenter i yder- og mellemmkommunerne (n>50). Det samme gør sig gældende i yderkommunerne blandt aldersgrupperne fra 16-39 år.

Figur 56: valg af aktiviteter efter uddannelsesniveau (pct.)



Figuren viser voksnes valg af fritidsaktiviteter på tværs af deres uddannelsesniveau: '8.-9.-10. klasse (Grundskole)' (n=803), 'Gymnasial uddannelse (STX, HF, HHX, HTX)' (n=583), 'Erhvervsfaglig uddannelse' (n=1.583), 'Kort videregående uddannelse (under 3 år)' (n=642), 'Mellemlang videregående uddannelse (3-4 år)' (n=1.869), 'Lang videregående uddannelse (over 4 år)' (n=1.194), 'Anden uddannelse' (n=243).

Figur 57: Deltagelsen stiger med uddannelsesniveaut på tværs af mange organiseringsformer (pct.)



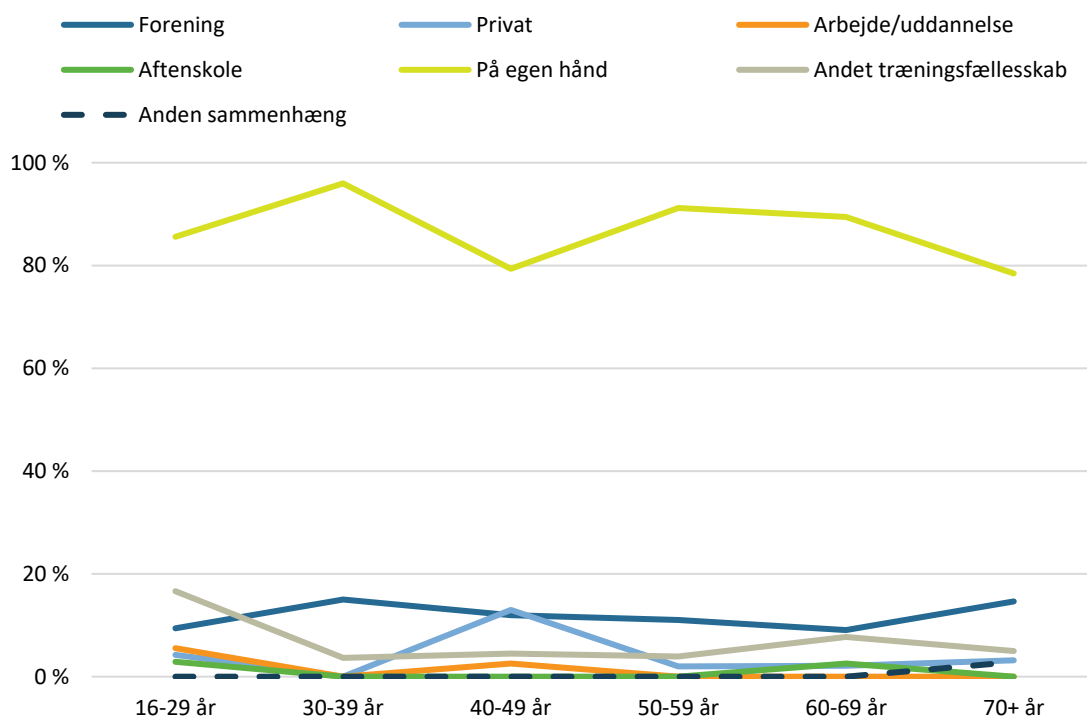
Figuren viser andelen af respondenter, der dyrker fritidsaktiviteter i forskellige regi. Fordelt på uddannelsesniveau ud fra spørgsmålet 'Hvad er din højest gennemførte uddannelse?' (n=6.917).

Tabel 15: Andelen af aktive fordelt på regi (pct.)

	Alle	Køn		Alder						
		Mænd	Kvin-der	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70+ år
Forening	15	15	15	10	14	11	13	10	17	24
Privat	9	8	10	17	10	14	8	6	6	6
Arbejde/uddannelse	11	9	13	33	21	14	10	9	4	1
Aftenskole	6	4	8	9	5	4	5	5	8	9
På egen hånd	79	79	80	73	86	82	80	83	80	70
Andet træningsfællesskab	4	4	4	1	3	8	4	3	4	3
Anden sammenhæng	8	5	10	6	7	3	5	4	9	18

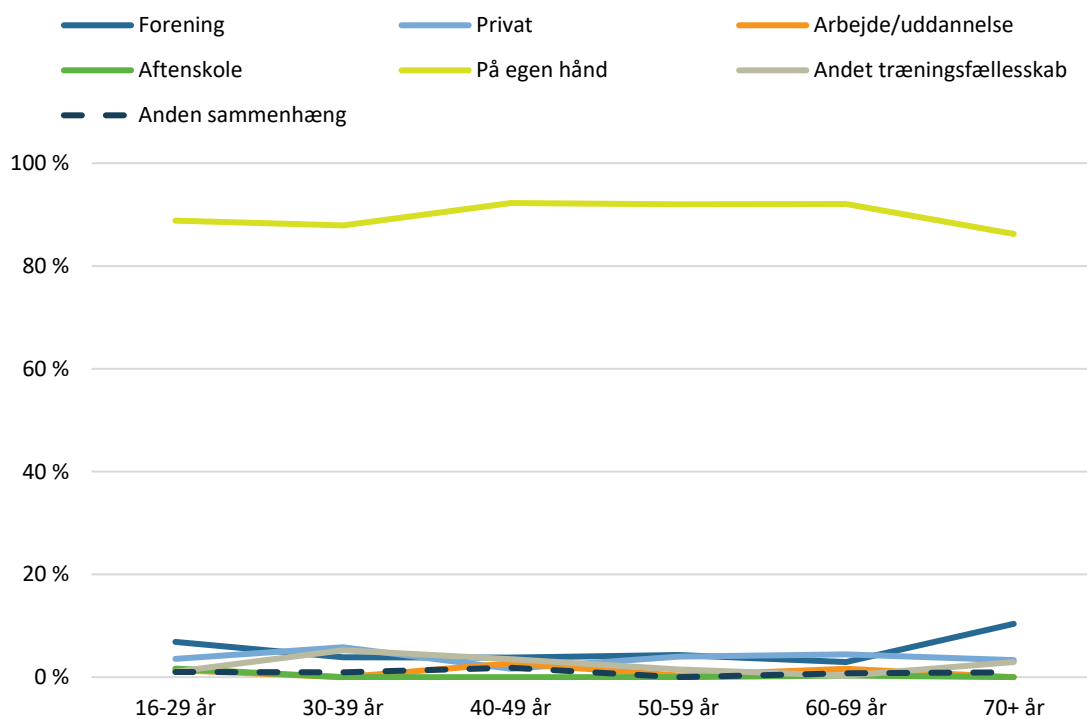
Tabellen viser andelen af fritidsaktive voksne, der dyrker fritidsaktiviteter i forskellige regi – totalt og fordelt på køn og alder. Tabellen indeholder kun respondenter, der har dyrket minimum én fritidsaktivitet i løbet af det seneste år (n=3.785).

Figur 58: Voksnes valg af organiseringsform – jagt (pct.)



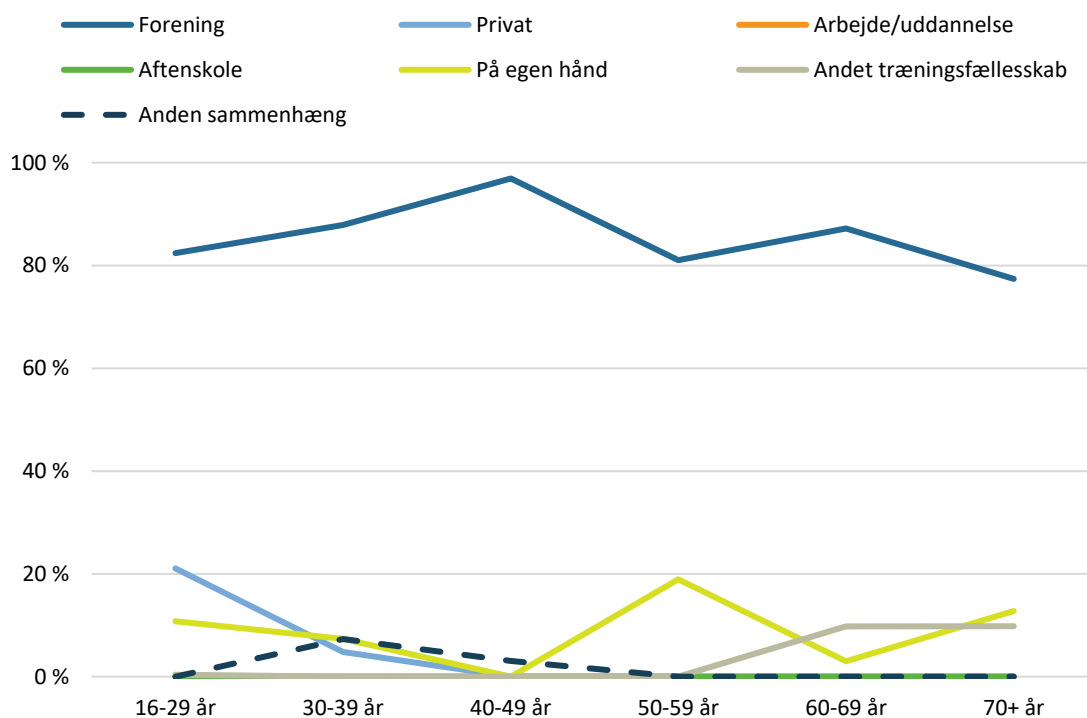
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker jagt, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=258).

Figur 59: Voksnes valg af organiseringsform – fiskeri (pct.)



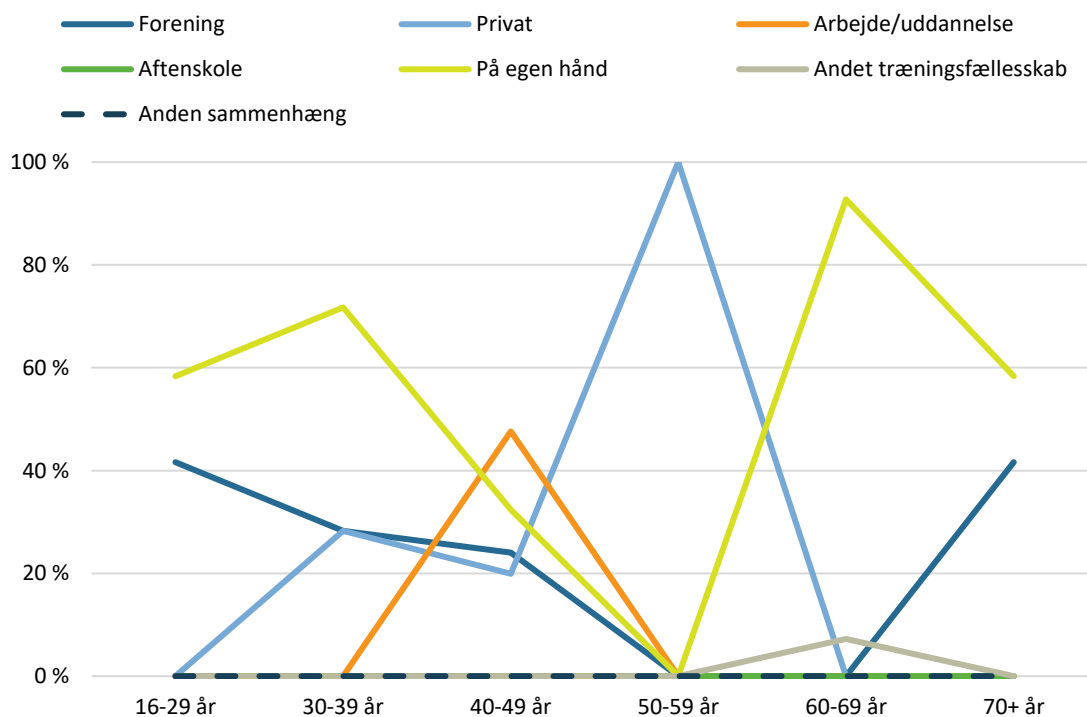
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker fiskeri, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=604).

Figur 60: Voksnes valg af organiseringsform – spejder/FDF (pct.)



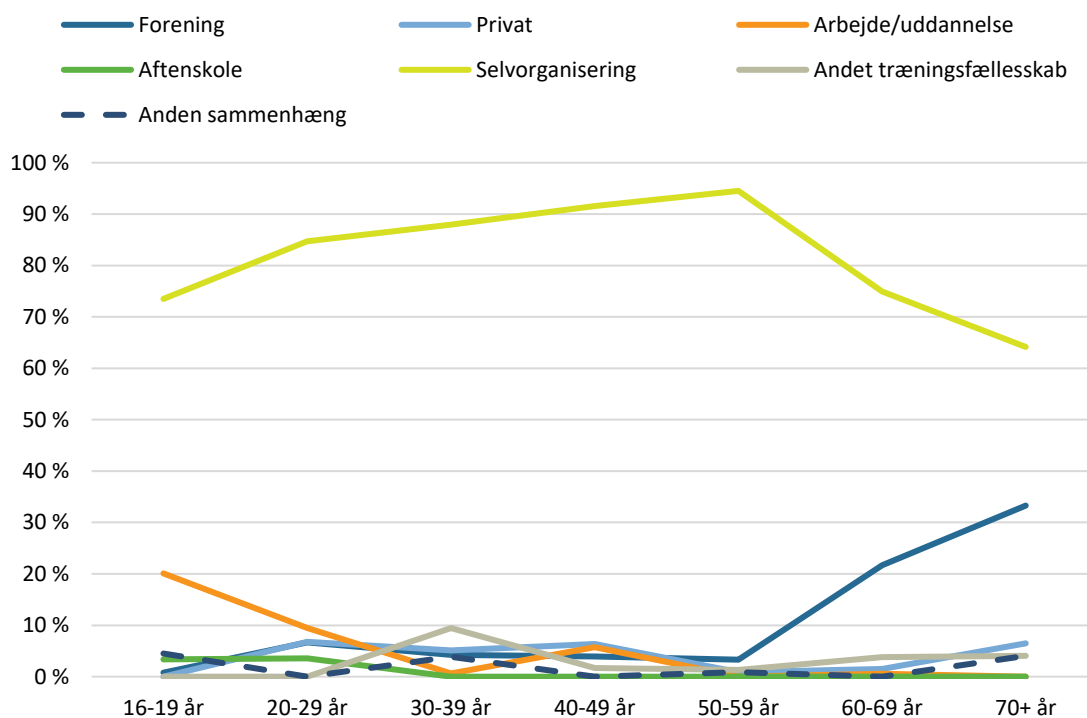
Figuren viser, hvordan andelen, der går til spejder/FDF, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=87). Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt.

Figur 61: Voksnes valg af organiseringsform – rollespil (pct.)



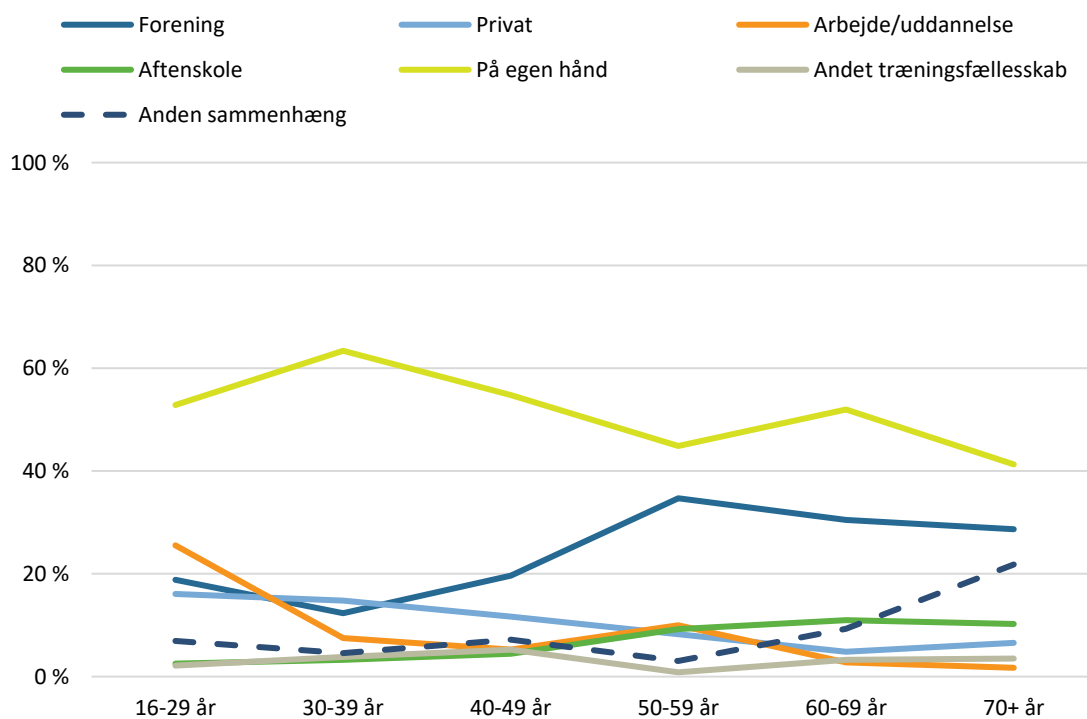
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker rollespil, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=25). Fordelingen bør tages med forbehold for, at antallet af respondenter er relativt lavt.

Figur 62: Voksnes valg af organiseringsform – tankeport (pct.)



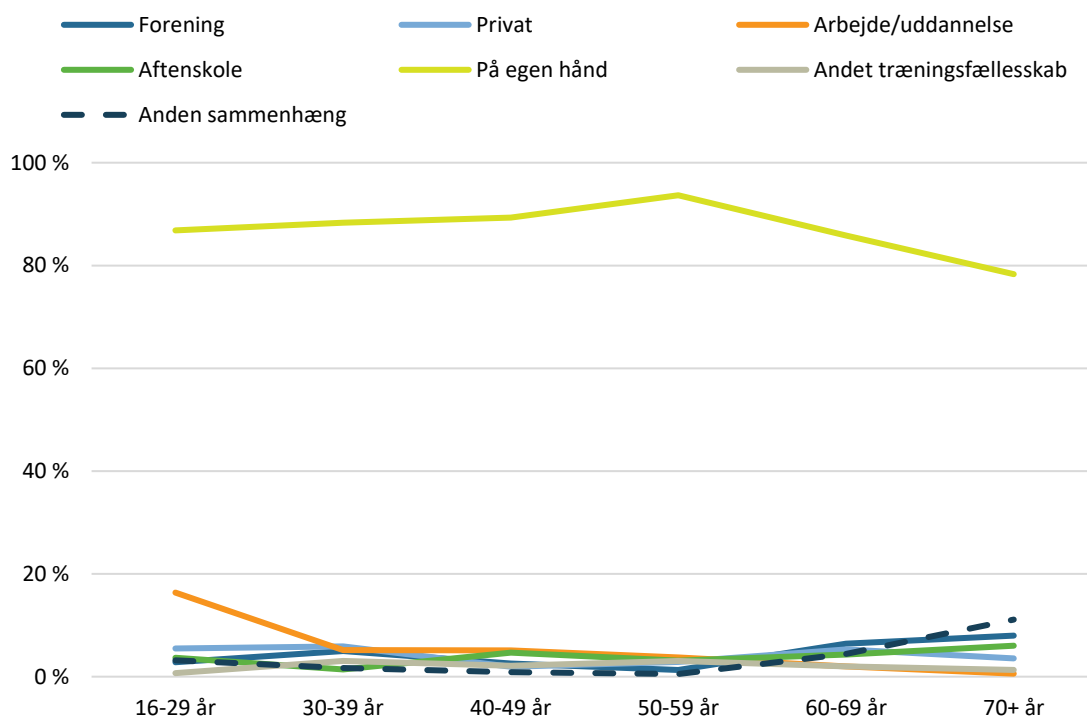
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker tankeport, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=484).

Figur 63: Voksnes valg af organiseringsform – sang og musik (pct.)



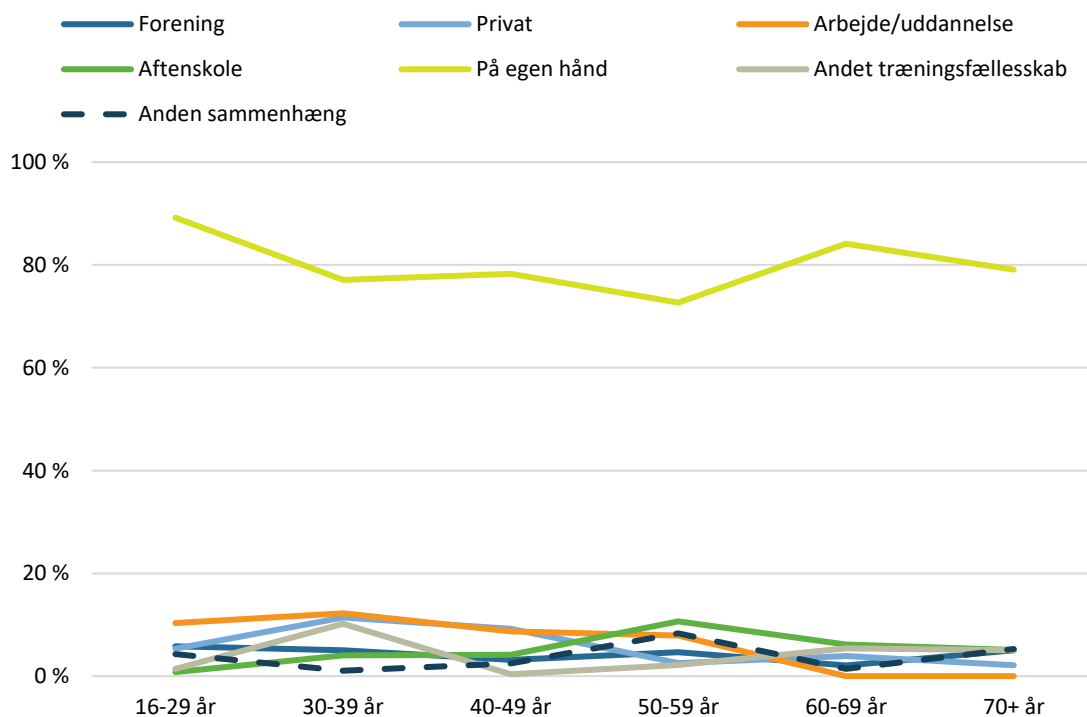
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker sang og musik, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=711).

Figur 64: Voksnes valg af organiseringsform – kreative aktiviteter (pct.)



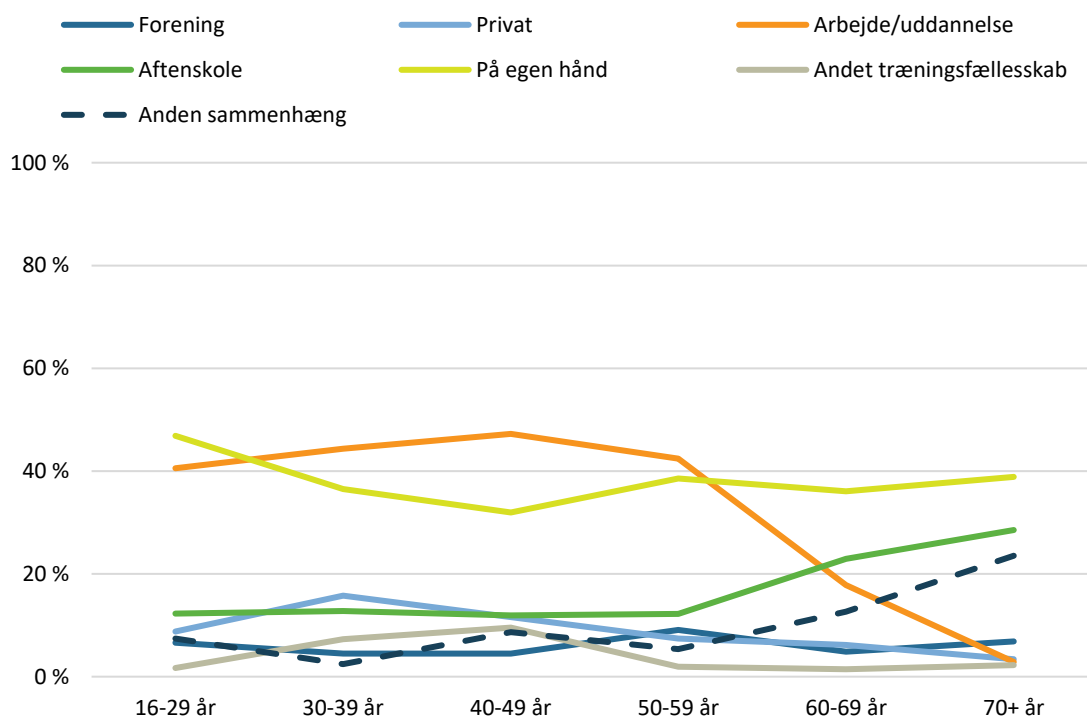
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker kreative aktiviteter, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=1.711).

Figur 65: Voksnes valg af organiseringsform – madlavning og gastronomi (pct.)



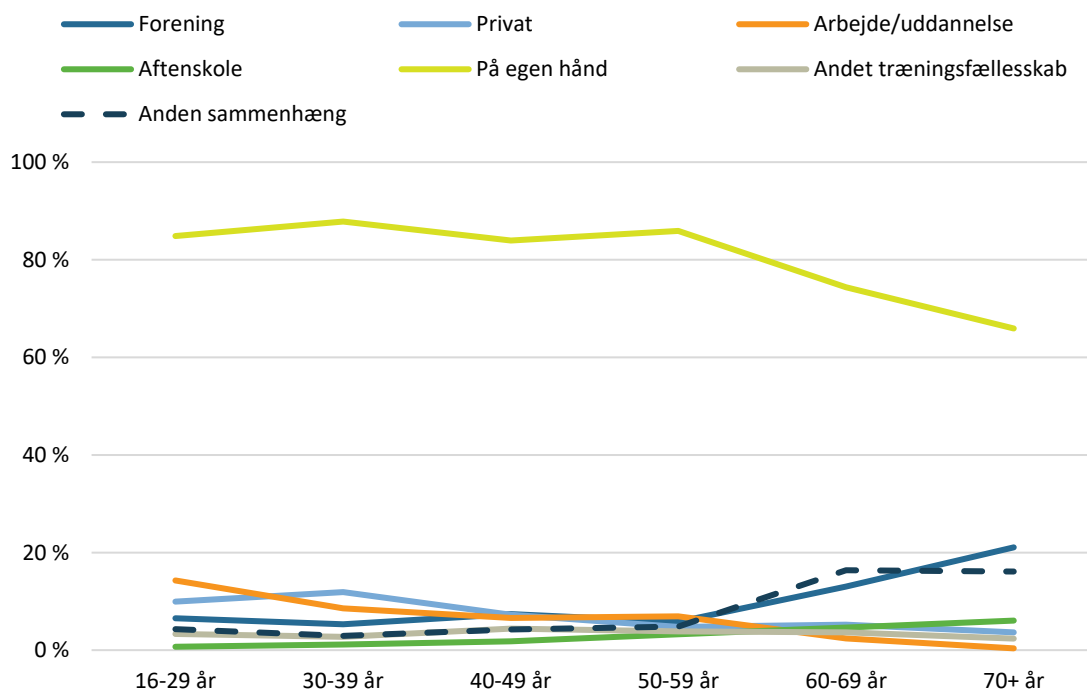
Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker madlavning og gastronomi, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=536).

Figur 66: Voksnes valg af organiseringsform – sprog og kommunikation (pct.)



Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker sprog og kommunikation, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=489).

Figur 67: Voksnes valg af organiseringsform – øvrige kulturelle aktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvordan andelen, der dyrker øvrige kulturelle aktiviteter, fordeler sig på tværs af organiseringsformer på tværs af alder (n=1.373).



Videncenter
for Folkeoplysning