

FAFO/STUI/NIF

**Jon Erik Dølvik – Øivind Danielsen
Gudmund Hernes**

**Kluss i vekslinga.
Fritid, idrett og organisering.**



Kluss i vekslinga

Kluss i vekslinga

Fritid, idrett og organisering

Jon Erik Dølvik Øivind Danielsen Gudmund Hernes

1. Delrapport for prosjektet
«Idrett, fritid og levekår»

FAFO

© Fagbevegelsens senter for forskning,
utredning og dokumentasjon 1988

ISBN: 82-7422-014-5 (FAFO)

ISBN: 82-417-0004-0 (AdNotam)

Omslagsdesign: Bruno Oldani

Produsert i regi av AdNotam forlag AS

Printed in Norway by Nikolai Olsens trykkeri A/S

Forord

«Kluss i vekslinga» er den første delrapporten fra prosjektet «Idrett, fritid og levekår» som FAFO utfører på oppdrag fra Norges Idrettsforbund, Norges Bedriftsidrettsforbund, STUI (Kultur- og Vitenskapsdepartementet), og Norsk Kommuneforbund. I tillegg har Norges Friidrettsforbund og Norges Gymnastikk- og Turnforbund bidratt.

Siktemålet med prosjektet er å bidra med innsikt som er praktisk nyttig for organisasjonene og myndighetene i arbeidet med å tilrettelegge muligheter for alle til å delta i fysisk aktivitet ut fra egne forutsetninger og behov.

Prosjektet søker å kartlegge variasjoner i befolkningens deltakelse i ulike typer fritidsaktiviteter med særlig vekt på fysisk utfoldelse. Hvilke grupper deltar, på hvilken måte og i hvilke organisatoriske sammenhenger? Hvilke faktorer kan forklare sosiale forskjeller i deltakelse: Hva trekker bestemte grupper til fysisk aktivitet og hvilke barrierer stenger andre ute? Dette innebærer at forskjeller i aktivitetsmønstre blir sett i lys av endringer i livsstil, hverdagsorganisering og arbeidssituasjon ut fra et levekår- og velferdsperspektiv. Og hvilke nye krav stiller slike endringer til utforming og tilpasning av organisasjons- og aktivitetsformer i årene framover?

Med denne *første delrapporten* - «Kluss i vekslinga» - søker vi først og fremst å *beskrive* hovedtrekkene i den voksne befolkningens fysiske aktivitetsmønstre og fritidsbruk: Hvem gjør hva hvordan og i hvilken sammenheng? Dessuten presenteres enkelte analytiske perspektiver og prøveboringer i det empiriske materialet som kan belyse drivkrefter og hindringer som påvirker ulike gruppers fysiske aktivitetsmønstre. Dette er spørsmål som vil bli gjenstand for videre og mer årsaksrettede analyser i kommende delrapporter.

Datamaterialet bygger i hovedsak på en større intervjuundersøkelse som ble foretatt i august-september 1987. Scan-Fact A/S stod for den tekniske gjennomføringen der et landsrepresentativt utvalg på 2400 personer ble stilt 125 spørsmål om arbeid, fritid, familiesituasjon og fysisk aktivitet.

Det er forsøkt å utsette leserne for minst mulig vitenskaplig sjargong,

teoridrøftinger og fotnoter - uten at det skal påstås at dette har lyktes fullt ut. Den som leser rapporten fra perm til perm vil trolig bli irritert over en del gjentakelser og overlapping. Dette er likevel gjort for at de enkelte kapitlene skal være meningsfylt å lese hver for seg.

Innspurten på rapporten er skjedd under den lengste heteperioden i moderne tid. Eventuelle feil og mangler kan delvis skrives på væsketapskontoen.

Vi vil benytte anledningen til å takke oppdragsgiverne som har gitt oss muligheten til å arbeide med prosjektet og deltakerne i prosjektets referansegruppe for inspirerende innsats, råd og støtte. En spesiell takk rettes til STUI som har garantert for publikasjonsutgiftene og bidratt til god spredning av rapporten.

Blant mange støttespillere i FAFO-miljøet er vi spesielt takknemlige for Kristine Neergaard og Ole Fredrik Uglands uegennyttige innsats med data-materialet og Andreas Homplands konstruktive kommentarer og innspill.

FAFO 29.7.1988

Jon Erik Dølvik
(prosjektleder)

Øivind Danielsen

Gudmund Hernes

Deltakere i prosjektets referansegruppe:

Odd J. Ingebretsen og Svein Erik Jensen, STUI

Rolf Novsett og Ingolf Mork, NIF

Reidar Mærkel, NBIF

Thor Helm Hansen, Norsk Kommuneforbund

(Carl E. Wang, STUI og Britt Mellegaard, NIF deltok i referansegruppa og spilte en sentral rolle i prosjektets oppstartingsfase.)

Innhold

Forord 5

Kapittel 1. Livsmønster og organisasjonsmønster 11

Fritid av ny dato

Fra lek til organisasjon

Nye strømmer mot stive strukturer

Tyver på samme marked

Idealenes tyranni

Fritidens negasjon

Hva vi tror og hva vi vet

Kriseforståelse for handlingsplanlegging

Forskning for forandring

Kapittel 2. Nordmenns fritidsbruk - et overblikk 22

Fritidens ytre tidsrammer

Fritidsorientering og barrierer

Arbeid eller fritid ?

Hva gjør nordmenn i fritiden ?

Tur og friluftsliv suverent størst

Selskapelighet og fest - ute og hjemme

Økende tilskueraktivitet - idrett, kino og «finkultur»

Utvidet kulturbegrep - stabil kulturell lagdeling

Sviktende organisasjonsdeltakelse ?

Hvilke aktiviteter ønsker folk mer av ?

Oppsummering: Den norske væremåten lever videre

Kapittel 3. Fysisk aktivitet i den voksne befolkning 35

Hvor mange driver fysisk aktivitet ?

Økning eller nedgang i befolkningens fysiske aktivitet ?

Friluftslivet - turkulturen lever videre

Trimmernes treningshyppighet
Joggebølgen
De vanligste aktivitetene
«Alderssklia»
Fysisk aktivitet og sosial status
Regionale forskjeller
Medlemsskap i den organiserte idretten
Forskjeller mellom fylkene
Aktiviteten i lagene - mange er passive
Målsettinger og hindringer
Bedriftsidretten
Oppsummering: Fysisk aktivitet i den voksne befolkning

Kapittel 4. Hva kjennetegner de fysisk inaktive ? 52

Hvor passive er de inaktive ?
Hvem er de fysisk inaktive ?
Majoritet av unge voksne
Barn eller mosjon ?
Dårligere fysisk form ?
Fysisk inaktive - men aktive på andre områder ?
Interesse for fysisk aktivitet
Frafallstidspunkt
Aktivisere alle inaktive ?
De fysisk inaktives ønsker
Oppsummering: Hva kjennetegner de fysisk inaktive ?

Kapittel 5. Den sosiale organisering av fysisk aktivitet 67

Hvor mange av «trimmerne» deltar i ulike sammenhenger ?
Hvor går strømmene i markedet ?
Hvem trener hvor ?
Forskjeller i idrettslig bakgrunn ?
Forskjeller mellom kjønn og aldersgrupper
Sosiale forskjeller ?
Regionale variasjoner ?
Oppsummering: Den sosiale organisering av fysisk aktivitet

Kapittel 6. Drivkreftene bak privatisering av fysisk aktivitet - Motebølge eller praktisk organisering ? 81

«Nettverkstrimmerne» - sosialt samvær eller individualisme ?
Hva driver «aleinebølgen» ?
Private tilbud - forfengelighet eller praktisk tilpasning ?
Grunner til valg av private treningstilbud
Kan man lære av privatiseringen ?
Oppsummering: Drivkrefter bak individualisering og privatisering av fysisk aktivitet

Kapittel 7. Definisjonskamp og legitimitetskrise 94
Forskjeller i holdninger mellom ulike befolkningsgrupper ?
Oppsummering: Definisjonskamp og legitimitetskrise

Kapittel 8. Bedre veksling 103

Litteratur 107

Om undersøkelsen 109

Tabellvedlegg 112

1 Livsmønster og organisasjonsmønster

Fritid av ny dato

Fritiden begynte med industriarbeidet.

I tidligere samfunn basert på jordbruk, var det årstidenes syklus og døgnets rytme som bestemte når hva måtte gjøres. Kornet måtte slås når det var modent, kyrne melkes når det var spreng i jurene. Utenfor onnene kunne livet gå i lavere tempo - i vinterhalvåret var det mindre å gjøre, periodevis en dvaletid.

Men med industrialiseringen endret dette seg. Livet ble organisert ikke etter årstider og døgn, men etter klokken. Ja, symbolet på den nye tid var fabrikkuret, som markerte arbeidstidens begynnelse og slutt, og vekslingen mellom skiftene.

Med industrialiseringen oppsto også den skarpe grensedragning mellom familie og arbeid: Arbeidsplassen ble adskilt fra bostedet - fabrikk og hjem var lokalisert på forskjellige steder. Og arbeidet ble godtgjort ikke ved kost, varer og losji, men med lønn - jobben var det man gjorde for å skaffe seg et utkomme, et middel til å nå et mål utenfor arbeidet.

Når fabrikken, klokken og ikke minst maskinene bestemte livstakten, når hjulene ga sin egen monotone rytme og samlebåndet fastla arbeidstempo, ble behovet for avspenning sterkere følt. Marx gir sterke skildringer av hvordan

maskineriet i seg selv forkorter arbeidstiden, mens det i kapitalistisk bruk forlenger arbeidsdagen; .. det i seg selv gjør arbeidet lettere, men i kapitalistisk bruk øker dets intensitet; .. det i seg selv er menneskets seier over naturkraften, men i kapitalistisk bruk lar naturkraften undertrykke mennesket...(1970),

kort sagt, sterke skildringer av hvordan arbeideren ble et vedheng til maskinen.

Derfor var det ikke merkelig at et av de første og fremste krav den moderne arbeiderbevegelse reiste var kravet om regulering av arbeidstiden. Ja, 1. mai ble etablert som en internasjonal markeringsdag hvis første krav var «8 timers

arbeidsdag». Kravet var et uttrykk for «tredelingsformelen»: 8 timers arbeid, 8 timers fri, 8 timers søvn.

Men selv om 8-timersdagen vant fram i første del av dette århundre, var ikke de 8 timer fri identisk med fritid i moderne forstand. For disse 8 våkne timene utenfor arbeidstiden skulle også brukes til arbeidsreiser og spising, vedlikehold og familieliv.

Forestillingen om fritid er derfor knyttet til andre forhold. For det første altså frihet fra arbeidet. For det andre frihet fra øvrige sosiale forpliktelser, fra familie, kirke og samfunn - fritid skulle være et brudd med rutinene, altså avkopling, i bokstavelig forstand. For det tredje skulle fritiden kunne nyttes til lek og glede, i det hele tatt til det som var mål i seg selv og ellers formålsløst. For det fjerde skulle fritiden gi anledning for kropp og sjel til å følge biorytmene, gi frihet fra rutiner og ytre pålegg, gi anledning til å løsrive seg fra stereotype livsroller og dermed mulighet til å «være seg selv» og gi rom for å skape sin egen verden.

Fritidsaktivitet skulle altså være feltet for det selvbestemte og selvstyrte, for bruddene med hverdagens grå, der en kunne hente ny styrke ved å følge egen lyst og gjøre noe annet enn det andre påla. Her var en bare underordnet seg selv.

Idretten kom tidlig inn, ikke i organiserte former, men som lek: Ski i skogen, ballspill på løkka, styrkeprøver mellom kraftkarer, kappløp over et strekk. Og industrialiseringen gikk sammen med en bevegelse i motsatt retning - tilbake til naturen i form av turen i marka, dyrkelsen av friluftsliv - ikke minst der en kunne forene det nyttige med det behagelige gjennom utflukter med bærspann eller med fiskestanga på nakken. Ja, naturen var det største idrettsanlegg.

Fra lek til organisasjon

Men idretten ble også tidlig *organisert*: Landsforbundet for Idrett ble stiftet i 1919, samme år som 8-timersdagen (eller 48 timers arbeidsuke) ble lovfestet. Ulike klubber og særforbund hadde eksistert før den tid. Den Norske Turistforening ble etablert alt i 1868 for å lette og fremme fotvandring - en organisasjon for å åpne naturen.

Og idrett ble ikke bare organisert - den ble organisert for kamp, for konkurranse der det gjaldt å være først og best, for mannjevning. Sport ble et brudd med det uhemmete, det balstyrige, det uordnete, det brutale og det ville. Fra de uformelle spill utviklet det seg sportsdisipliner, med regelverk og dommere, øvelser og kappleker og normer for «fair play». Og ikke minst med mer spesialisert teknologi: Boksehanskene, åtteren, bøylehesten, treningsopplegget. Sportsutviklingen ble en del av sivilisasjonsutviklingen, der staten hadde monopol på vold.

Organiseringen fikk også preg av militære formasjoner og nasjonal reising. Kanskje særlig illustrert ved «Turnvater Jahn» - patrioten som utviklet

gymnastikk ikke bare for fysisk fostring, men også til nasjonal hevdelse i de år Tyskland var slått ned av Napoleon. Det er ikke tilfeldig at synonymet for sportsgren er «disiplin» - ikke minst turn og innmarsjer hadde lenge preg av sluttet orden.

Det er heller ikke tilfeldig at sport nokså tidlig ble innlemmet i skoleverket, ikke bare som avveksling fra bokstudier, men like mye som et middel til å formidle sentrale verdier i den moderne kultur til nye generasjoner: Lagånd og konkurransevilje, orden og prestasjon, samspill og suksess, konsentrasjon og kraftinnsats.

Dette gjorde at idrett ikke bare ble lek og avspenning. Da den ble organisert, ble den også oppvisning- og tilskuersport. Man fikk nye helter - ja, moderne gladiatorer - å se opp til, eller lag å identifisere seg med. Over dem alle kom landslag og verdensmestre - idrett ble en del av nasjonsbyggingen.

Men også en del av klassekampen. For idretten ble først organisert fra toppen av samfunnet og nedover. Det er illustrerende for tiden og strømningene hva *Arbeidernes Leksikon* skriver om idrettsopposisjonen:

Allerede i 1909 var de fagorganiserte arbeidere klar over at idrettsorganisasjonene blev ledet efter prinsipper som gikk i motsatt retning av deres, og at den dominerende militære og borgerlige innflytelse måtte motarbeides, hvis ikke idrettsorganisasjonene skulle bli brukt mot arbeiderbevegelsen. Og i flere byer blev det dannet Fagforeningernes idrettsforeninger.

Dette var det som først førte til dannelsen av Arbeidernes Idrettsopposisjon i 1922 og Arbeidernes Idrettsforbund to år senere.

Men da klassemotsetningene ble dempet i 30-åra, var det Stortinget som i 1935 nedsatte en Idrettskommisjon med representanter fra de to forbundene, og som før krigen var kommet så langt at et interimsstyre forberedte sammen-slåing. Formelt ble Norges Idrettsforbund dannet i 1946. Og på mange måter representerte den idrettslige samling i en enhetlig, en nasjonal organisasjon åpen for alle det fornemste uttrykk for Fellesprogrammets ånd: Ikke bare var krigen vunnet og den ytre fiende slått - nå kunne alle gode krefter enes og sammen bygge landet, også i og gjennom de frivillige organisasjoner.

Fritidens utvidelse og idrettens fremvekst var del av en større moderniseringsprosess, der det uformelle og improviserte ble avløst av det strukturerte og organiserte. Den moderne idrettsbevegelse er et uttrykk for den gjennomgripende rasjonalisering av samfunnslivet som kom etter industrialismen. Idretten ble formålsrettet: Leken ble om ikke erstattet, så i allfall sterkt supplert med treningen - den gjentatte øvelsen med henblikk på prestasjon og tevling.

Organiseringen av idretten etter 1900 var en vesentlig del av organisasjons-Norges fremvekst, med dannelse av alt fra fagforbund til filatelist-forbund, fra sangforeninger til misjonsforeninger, fra automobilklubber til radioklubber.

Og som navnene indikerer: En stor del av dem var knyttet til fritidsaktivitet. Man kunne ha en personlig hobby, men svært mange fant fort fram til likesinnede som man kunne dyrke særinteressene sammen med.

Etterkrigstiden ble også organisasjonslivets grotid. Alt blomstret: Partimøter og speiderleirer, fagforeningsvirksomhet og amatørteater, sangkor og fotball. Så sent som i 1960-årene kunne en kamp mellom Skeid og Lyn samle 30.000 på Bislett. Samtidig som landet ble gjenreist og bygget - man kunne si sosialdemokratisert - var det masseorganisasjonenes storhetstid. Ja, man hadde funnet fram til en riksmodeell som alle norske organisasjoner ble leste etter, med lokale avdelinger, landsmøte som øverste myndighet, landsstyre, sentralstyre, formann, sekretær og kasserer. De foresto valg og kontingent, møter og stevner, bygg og anlegg, merker og medaljer.

Det var godt samsvar mellom livsmønster og organisasjonsmønster. Ved siden av hjemmets lune rede var organisasjonsliv omtrent identisk med underholdningsliv. Riktignok hadde man radioen, men bare noen timer hver dag, og Stavanger-ensemblet eller Universitetenes radioforedrag hadde like mye preg av opplysningsvirksomhet som av lett underholdning. Og kringkastingsjefen sendte hele folket til sengs senest kl. 23.00. Det var helst på lørdagen at NRK slo seg løs med «Rundtomkring» og dansemusikk helt til midnatt.

Og halve befolkningen var utenfor det betalte arbeid: Husmødrene var hjemmeværende og hadde ikke fritid i egentlig forstand, og tjente som bakkemannskap for de mannlige ildsjeler i organisasjonene. Men også de hjemmeværende hadde sine kvinneforeninger og sanitetsforeninger, misjonsforeninger og husmorlag. Møtelokalet var gjerne storstuen hos dem som hadde god plass.

Nye strømmer mot stive strukturer

I løpet av en mannsalder har det skjedd dramatiske endringer i dette mønstret, teknisk, sosialt og ideologisk. Samlet innebærer de en økende avstand mellom livsmønster og organisasjonsmønster. Vel etablerte, men stive strukturer, har møtt endringsstrømmer de ikke har kunnet kanalisere.

Det har stilt de fleste store masseorganisasjoner overfor utfordringer de ikke helt mestrer, enten det er fagorganisasjoner som ikke rekrutterer medlemmer, idrettslag som ikke finner ledere, eller misjonsforeninger som ikke får strikket nok votter. Mange mener at det tradisjonelle norske foreningslivet, tuftet på store og levende folkeorganisasjoner, er på hell. Samfunnslivet har endret seg raskere enn de organisatoriske rammer.

Hvilke omdanningskrefter har så vært virksomme?

Skal man forstå endringene i folks hverdagsliv, må man ta utgangspunkt i deres arbeidsliv.

I det ytre har folk fått mer fritid. Arbeidstiden er stadig redusert, fra 45 timers uke i 1959, 42.5 i 1968, 40 timer i 1976, til 37.5 i 1988. Det førte til at

arbeidsuken ble redusert med en hel dag: Vi fikk lørdagsfri, femdagersuke og weekend. Feriene ble forlenget, pensjonsalderen senket og ungdomstiden utstrukket. Det skulle gi mer spillerom og armslag utenfor jobben. Kulturbegrepet ble utvidet.

Men andre krefter har virket mot. 1970-årene var det tiår da norske kvinner i stort antall masjerte ut på arbeidsmarkedet. Det ble skapt 320.000 nye arbeidsplasser - 250.000 av dem gikk til kvinner. Særlig stor var økningen i antallet yrkesaktive kvinner med små barn. Sagt på en annen måte: Kvinnene forlot arbeidsmarkedet i mindre grad enn før ved barnefødsler. Mens far som eneforsørger for familien kunne ha 48 eller 45 timers uke, har nå mor og far tilsammen gjerne 60-70 timers arbeidsuke utenfor hjemmet. Men dermed ble det knappere tid hjemme - barna skulle stelles og skysses, og standarden opprettholdes selv om det krevde dobbelt arbeid. Der mor før var bakkemannskap hjemme for ildsjelene i idrettslagene, har mer variert arbeidstid for ektefellene ført til samordningsproblemer: Én må være hjemme og ta vare på ungene mens den andre jobber, og da kan færre stå for lagsarbeidet. Det tidstypiske uttrykk er *Time Manager*, der «Databanken» har en egen fil for «Privat»: «Her kan noteres ting som gjelder ens privatliv, familie, hobbies, m.v.»

Husholdningene kom under et økende tidspress, og løsningen på dette ble å kjøpe teknologi for å få bedre tid. Slik teknologi spenner fra vaskemaskinen (som har redusert gjennomsnittskvinnens arbeidsuke med en hel dag!), til kjøleskap, tørketrommel, mixmaster og etterhvert mikrobølgeovn. Men det er også flere klær som skal vaskes, og kravene til et akseptabelt måltid går ut over sild, graut og velling.

Tidspresset er også søkt møtt ved kjøp av tjenester: Våre bestemødre, uansett stand og rang, ville vantro rystet på hodet hvis de hadde sett kokte poteter til salgs i butikkene. Men nå har man både snack-barer og fast-food, ferdigmat og fiskepanetter. Flere personer har egen bil, flere husholdninger har to biler: Det må gå fortore for å rekke over det man skal, selv når det innebærer å stå lengre i bilkø. Til gjengjeld er åpningstidene utvidet - *Seven/ Eleven* er kommet til Norge og NKL har *Tempus* med sen stenging.

Når organisasjonslivet har sitt tradisjonelle tidsskjema og tidspresset øker, blir den tilgjengelige fritid til å drive de stadig mer krevende organisasjoner presset.

Da er det heller ikke rom for mange barn, og de får oftere kjøpeboller og sjeldnere bakeboller. Fra 1970 til 1977 falt størrelsen på fødselskullene i Norge med mellom 20 og 25%. Mens kvinnene så sent som i midten av 1960-årene fødte tre barn hver i løpet av sin fruktbare periode, var det femten år senere falt til 1,7.

Det er ikke nok til å opprettholde befolkningen, og når barnekullene blir mindre enn foreldrekullene blir befolkningen eldre. Det blir altså ikke bare færre barn - det blir flere gamle. Særlig raskt øker gruppen av de eldste eldre - pensjonister over 80 år. Hele befolkningsstrukturen forandres: Vi kan snart

ikke beskrive den som en befolkningspyramide, med mange barn og unge i bunnen og få eldre på toppen. Den vil bli snudd, slik at tyngdepunktet ligger over midten, og den mer vil likne et stabbur. Befolkningen forgubbes.

Livsstilendringen kommer også til uttrykk på andre måter. Når kvinner får sitt eget arbeid, blir de ikke lenger avhengige av mannens inntekt - de kan klare seg på egen hånd. Og de har gjort det i økende utstrekning. Ved århundreskiftet var det etpar hundre skilsmisser i året. Nå er tallet omlag 8000. Særlig rask var økningen fra 1960, da skilsmissetallet var på et par tusen i året. Flere menn må stelle hjemme, færre har ektefeller å dele omsorgen med. Både samboere og aleneforeldre kommer i det vi har fått et nyord for: «Omsorgsklemma».

Alt de første etterkrigsår begynte man å tale om «flukten fra landsbygda». Og sentraliseringen har tiltatt. Folk har flyttet til byer og tettsteder - andelen økte bare i årene 1970-80 fra 66 til 70% - og økningen har fortsatt siden. Mange har flyttet ikke bare fra barndommens rike, men også fra barndommens idrettslag. I tettstedene er tilbudene flere - men avstanden er ofte lengre. Det er mer å gjøre, men det blir mindre tid til hver ting man vil gjøre.

Tyver på samme marked

Ikke bare er folks tidsbudsjetter presset - fritidstilbudene er økt. Det er mer å velge mellom. Mest dramatisk er medierevolusjonen. 1950-årene hadde «Rundtomkring» og «Den lette timen» i radio. Nå ser gjennomsnittsnordmannen godt over en time på fjernsyn hver dag. Og holder flere aviser enn før. Sofakroken er blitt mer tillokkende. Alle organisasjoner har merket konkurransen fra skjermen - partier, fagforeninger, religiøse foreninger, idrettslag. Det er blitt mer fristende å være tilskuer sammenliknet med å være deltaker.

Men deltakelsestilbudene har også økt: Det er mer av alt. Hvem hadde vel i 50-åra en bestefar som hadde løpt maraton? I dag har bestemødrene sin egen klasse!

Ikke minst er det kommet mange kommersielle tilbud, enten det er kveldskurs eller weekend-seminar betalt av arbeidsgiveren, det er blåturer eller friskoteker. Det er flere konserter og det er flere diskoteker, det er videoutleie og det er bikinikurs, det er flere gallerier og det er flere aerobicsstudios.

Idealenes tyranni

Med andre ord: Folks hele livsverden er radikalt endret. De henger i og står på, kjemper mot tiden og søker å mestre den nye situasjon. Ikke minst søker de å mestre strengere krav.

Pappa kan ikke lenger med god samvittighet be tassen holde fred - han skal være en idealfar, være nær og varm og entusiastisk og ligge på knærne med

lego-brikker. Å være far er blitt en prestasjonsrolle - du skal være like flink i den som i alt annet.

Og jobben er ikke noe du kan - innholdet i den endres stadig: Du skal holde deg ajour og videreutvikles, ta kurs og oppdatere kunnskapen. Etterutdanning er ikke bare en rett, men en nødvendighet. Den som slår seg til ro med det man alt kan, vil stagnere.

Og kroppen, den er ikke noe du har - den er noe du bygger. Den har ikke lenger sin naturlige fasong. Den skal trenes og styrkes, trimmes og slankes og formes. Kroppsindustrien byr ikke bare på jazzdans og squash-courts, men på solstudios og whirlpools.

Opplevelsene skal du også være spesialist på - en aficionado må også være en forståelsepåer. Gledes du over musikk, må du vite forskjellen på adante og allegro; ser du på kunsthopp må du kunne se forskjellen på toe-loop og Axel; liker du å se på malerier må du kunne si hva forskjellen mellom impresjonister og ekspresjonister er. En amatør har ikke lov å være dilettant.

Kort sagt: Flere lever under idealenes tyranni. Mens avisene skriver om ego-generasjonen som er hedonister, peser de fleste med å leve opp til idealene som gode puritanere. Med høye krav til perfeksjonisme oppnår man at alle går med konstant dårlig samvittighet om alt de skulle gjort, nådd og formådd.

Fritidens negasjon

Det betyr at fritiden som skulle være den tid da man var fri for forpliktelser, uten nytteformål og moralske krav, vendes til det motsatte:

- De frivillige organisasjoner gir ufrihet: Blir du med, blir du bundet. Du må stille opp og ta verv - ja, det fortelles at det finnes foreldre som puster lettet ut hvis avkommet slutter i skolekorpset, slik at de selv kan slippe unna kakelotterier og innsamlingsaksjoner, reiseledelse og foreldremøter.
- Det uforpliktende forplikter deg. Du må ta andres krav inn over deg, stille opp når de kan, trene når salen er ledig for din gruppe, dra svaberen etter økta.
- Det formålsløse blir nyttebegrunnet. Du må trene for å holde deg i form, for å kunne yte mer på jobben, for å holde damemagen eller ølvomma i sjakk. Det er ikke tale om sportslek for dens egen del, men om treningsskjema for å nå et bestemt ytelsesnivå - gjerne individuelt tilpasset av treneren, men like fullt et strekkmål.
- Egenverdien blir vendt til misjoneringsoppgave. Du bør ta del i vervekampanjer, øke tilslutningen og få flere medlemmer. Der du skulle slappe av, må du henge i.

Den organiserte fritid slår dermed for mange over i sin motsetning: Du blir bundet og presset, hemmet og klemt. Arenaen for avkopling kan slå over i stress. Fritiden kan bli ganske jobbig.

Og da er det kanskje ikke så rart at man stadig ønsker mer av det som fungerer mindre som det var tenkt: Som frihet fra arbeid, nyttehensyn, plikter og krav.

Ut fra de fleste indikatorer kan man slå fast at folk er mer aktive enn før: Ser mer, leser mer, gjør mer. Men selv om aktiviteten går opp, later det altså til at organisasjonstilpasningen går ned.

Hva vi tror og hva vi vet

Er de inntrykkene vi danner oss dekkende for de faktiske forhold? Svarer virkeligheten til intuisjonen? Når vi fabulerer slik det er gjort ovenfor, svarer det til de faktiske forhold?

For å få svar, må vi spørre om hvem som gjør hva når og hvor - når de ikke er på jobben.

Ikke minst når det gjelder idrettsaktivitet. For når begge foreldrene jobber og du skal hentene ungene og rekke Dagsrevyen ved siden av treningen, kan du ikke ofre en hel kveld. Når begge ektefeller og ungene skal trimme, kan vanskelig alle ta tillitsverv. To andre tilpasninger blir lettere.

For det første: Trimmere gjør det alene. Landeveien er blitt en av Norges største idrettsbaner - grasrota løper på asfalt. Skauen er viktigere enn banen.

For det andre: Trimmere gjør det med penger. De kommersielle tilbudene utgjør en større del av aktivitetsbildet. Friskoteket, der alt er klappet og klart, dusjen virker og gulvet er rent, utkonkurrerer gymsalen der du betaler mindre kontingent, men du må bruke mer tid og dra mer av lasset. For melder du deg inn, risikerer du å slite deg ut.

Dette er grovinntrykkene, og nyansene er mange. Hvem som gjør hva hvor og når må utpensles. Og detaljene følger i de senere kapitlene.

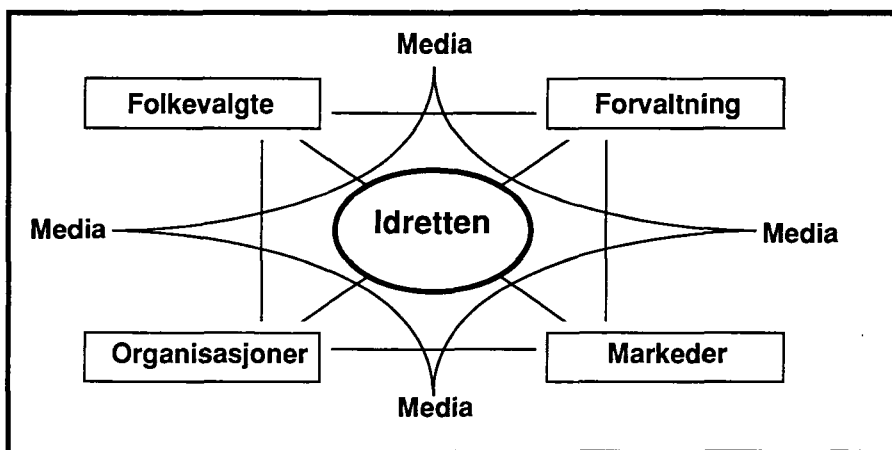
Men her må vi plassere fritiden og idretten i en bredere sammenheng. For i medlemstall er idretten større enn noensinne. Og allikevel kan vi med stor rett si at den er i krise - ja, ikke bare i én, men i flere.

Kriseforståelse for handlingsplanlegging

Den organiserte idretten er hengt opp mellom fire arenaer, med kriser i forhold til dem alle. Disse fire arenaer er: De folkevalgte organer, forvaltningen, organisasjonene og markedet.

For de folkevalgte organer har idretten lenge stått som en slags universalmedisin. Idrett gir de unge meningsfylt fritid og de voksne nødvendig mosjon. Idrett er oppdragende og forebyggende. Idrett er flagg og gullmedaljer, landskamper og lokalpatriotisme. Idrett er kappstrid som binder sammen bygd og by, fattig og rik, Øst og Vest. Idrett er et den moderne verdens esperanto - et felles språk alle forstår, helter vi alle kan dyrke, distanser vi alle kan tilbakelegge - med eller uten bein.

Figur 1: Idretten mellom folkevalgte organer, forvaltning, organisasjoner, markeder og media.



Men i forhold til de folkevalgte organer har idretten en legitimitetskrise. For den legger beslag på betydelige budsjettposter - den veltrente atlet konkurrerer med syke mor. Idrettsorganisasjonene er blitt pressgrupper. Og de presser ikke bare politikerne - de presser utøverne. Barneidretten har en gråsoner som grenser mot barnemishandling, helseboten har en motregning i dopingskandaler, leken en antitese i skjevtrening. Den sunne sjel i det sunne legeme har idrettsvraket som sin grelle kontrast.

Idrettsforvaltningen er bygget opp ikke bare med egne embeter som idrettssjefer og banesjefer, men også med sin egen utdanning, ja, på høyskolenivå der man går vitenskapelig til verks. Vi har instruktører og idrettsmedisin. Og mange ansatte innen det idretts-industrielle kompleks.

Noen vil hevde at dette har ført til en byråkratiseringskrise. Det er for mange høvdinge og for få indianere. Administrasjonskostnadene er blitt så store og apparatet så topptungt at det snarere trekker ressurser fra enn til sportslek og fritidsaktivitet. Og prioriterer de ikke feil - er det ikke joggeløypa og sykkelstien som ville gjøre mest for flest, ikke superanlegget som kan måle seg med det beste i verden? Gjør alle administratorene rett for seg? Eller blir de som skulle være et middel et mål - for seg selv?

Organisasjonene skulle være selve blåsebelgen i systemet - suge folk inn og ildne dem opp. De skal skape lyst og glede og iver, gi morskap og mersmak. De er det formelle uttrykk for idrettsbevegelsen - rammene som livet utfoldes innenfor.

Men også her finnes mange ankepunkter. Så mange at det tales om organisasjonskrise og lederkrise. For idretten reiser krav om ikke-idrettslige ytelser og prestasjoner. Den organiserte idretten har flere møter enn stevner.

Noen får så stort ansvar at de ikke får tid til å trene. Fritiden forvandles ikke bare til dugnadsinnsats, men rett og slett til arbeid, ja, strev og kjas.

Så søker kanskje mange til markedet. Noen for å få godtgjøring for innsatsen. Andre ved å kjøpe seg fri fra forpliktelsene. For paradoksalt nok: Den spontanitet og uforpliktethet som organisasjonene berøvet sine medlemmer - friheten fra arbeid og ansvar, friheten til formålsløs utfoldelse hinsides rutiner og yrkesroller - den kan gjenoppstå innen markedets rammer. For her kan du kjøpe deg fri: I et aerobicsstudio der høyttalerne funker og speilene pusset, i en «Swim & Trim» der manualene er klare, badstuen oppvarmet og instruktøren på plass.

Hvis da ikke markedet også slår over i sin motsetning. Først ved å knytte sporten til andre formål: Helsen og figuren, skjønnheten og potensen. Igjen gjelder det å stramme seg opp, ta seg sammen, bli noe annet. Kapitalismens ånd utbytter vår alles puritanisme eller protestantiske etikk. Men markedet gir også muligheter: Laget kan bevege seg fra kakelotteri til millionbedrift, og årsmøtet kan få preg av aksjonærforsamling. Eller markedet kan slå tilbake i innstramningstider - sponsorene kan skru til både krav og reklamemidler og stille lagene overfor en finansieringskrise. I forhold til kommersielle interesser kan idrettens folk selv fremstå som amatører og fanges av det de skulle utnytte: Sportssendingen blir som en reklamefilm, idrettsutøverne blir utstillingsdukker, spillerne blir handelsvare.

Og rundt det hele folder massemedia seg. Her kan vi se oss selv, det beste i oss alle, i sentrumsløp der alle kan ta del etter egen forutsetning og bare behøve å konkurrere med seg selv, få sterke personlige opplevelser i offentlige arrangementer. Og her kan vi komme de beste nær inn på livet, kjenne gleden og stoltheten og bevegelsen i brystet når en Grete Waitz vinner det første maraton-VM for kvinner. Slike døtre, det vil gamle Norge ha!

Men også media truer med sine perverteringer. Det groteske i fribrytingen på kabel-TV. Reportere som forstyrrer konsentrasjonen før og henger seg på utmattede aktører etter prestasjonen. Som forlanger at øvelsene under Olympiaden tidsplasseres slik lokalt at det maksimerer det mest kjøpekraftige publikum globalt. Som kan spille opp konflikter og skape publisitetskriser. Hvordan evner idretten å møte media: Selger den seg selv eller selger den sin sjel?

Mellom disse krisene - legitimitetskrisen, byråkratiseringskrisen, organisasjonskrisen og finansieringskrisen står idretten med sitt store problem i tiden: Identitetskrisen. Det vil si, usikkerheten og konfliktene i valgene om hva den må gjøre for å bli det den vil være:

- Fritidslek eller helprofesjonelt arbeid?
- Sosial innsats eller big business?

- Lagsarbeid eller forretningsdrift?
- Amatørgeskjeft eller profesjonisme?
- Kroppsglede eller masseunderholdning?
- Spontanitet eller byråkrati?
- Eliteidrett eller masseidrett?

Skal man satse på tilgjengelige baner, treningsforhold, rekruttering, opplæring og kollektivånd eller på stjerner, investering, vitenskapeliggjøring og privatisering? Hvilke kombinasjoner er mulige? Kan idretten påregne offentlig støtte mens idrettseide bedrifter ikke kan påregne offentlige subsidier? Sagt på en annen måte: Idrettsbevegelsen er selv i bevegelse, men - later det til - uten klare mål og i mange forskjellige retninger på en gang.

Forskning for forandring

Og så er vi igjen tilbake til den vanlige utøver. Den som er inngjerdet mellom folkevalgte organer, forvaltning, organisasjoner og markeder og følger dem alle gjennom media. Den som de opprinnelige idrettslige idealer er formulert for:

Idrett for alle.

En sunn sjel i et sunt legeme.

Det viktigste er ikke å vinne, men å delta.

Det er idealene om likhet og lek, om rom for alle og ytelse etter evne, om toppprestasjoner og massedeltakelse, om lagånd og kappestrid.

Skal en organisasjon forholde seg til sine omgivelser, må den vite både hvordan den selv og *samfunnet* rundt *fungerer*. Den må kunne tilpasse seg omgivelsene - og den må kunne forme dem. For å kunne utvikle en handlingsplan må den begynne med denne vanlige mann og vanlige kvinne, slik de søker å mestre sitt liv i møtet med den moderne hverdagen.

Hva gjør de i fritiden? Hvor er det de utfolder seg? Når har de tid?

Og hvordan ser de på idretten? På de tilbud de får og de tilbud de kan bruke? På kravene som stilles og belastningene som kan aksepteres?

Og endelig: Hva mener de om det hele? Om masseidrett og eliteidrett? Om offentlige bevilgninger og kravmentalitet?

Disse og andre spørsmål er det vi stiller i de følgende kapitlene. Når vi finner svar, får vi også et del svar på et videre spørsmål: Hvordan er det egentlig å være til, å være menneske, å bruke den fritiden som industrisamfunnet skapte når det beveger seg mot det postindustrielle?

2 Nordmenns fritidsbruk - et overblikk

Den politiske strid i industrisamfunnet har sprunget ut av arbeidslivets organisering. På tross av etterkrigstidens kraftige reduksjonen av arbeidstiden - over uka, året, og livsløpet - har fritiden vært gjenstand for beskjedent politisk oppmerksomhet. Og paradoksalt nok - i arbeiderbevegelsen, som har gått i bresjen for utvidelse av fritiden, er spørsmålet om fritidens innhold, organisering og godefordeling i stor grad redusert til honnørord i programmene. Økt produktivitet, velferd og helse står i fokus, men visjonene om hva velferdsgevinstene skal brukes til er mer uklare.

Mens etterkrigsperioden var kjennetegnet av håndfast vareproduksjon, standardisering, og vekst, har 80-åra vært preget av industriell strukturkrise, økonomisk stagnasjon, omstillingsvansker og vekst i tjenestebasert virksomhet. Dette har ikke bare gitt støtet til nye organisasjons- og kommunikasjonsformer i arbeidslivet koplet til kraftige endringer i yrkes- og klassestrukturen. Det har vært gode tider for trendforskere og scenariebyggere. Mytene og motene har vært tallrike og vignettene fantasifulle: Mange har proklamert et snarlig farvel til arbeidssamfunnet, og velkommen til service-, informasjons-, og fritidssamfunnet (Offe, 1984).

Uansett navn og sannhetsgehalt - omstillingene i arbeidslivet bidrar til å kaste om på forholdet mellom arbeid og fritid. Industrisamfunnets vekst var knyttet til varige materielle goder - biler, husholdningsmaskiner, TV, Radio. Veksten i det etterindustrielle samfunnet er i økende grad produkter som ikke kan lagres, men må framstilles, omsettes og forbrukes samtidig: Tjenester, omsorg, underholdning, opplevelser, reiseliv.

De kritiske faktorene er i mindre grad maskiner og «hardware», i større grad menneskelig kompetanse, «software» og «org-ware» (Scenarier-2000, 1987). Bruk av tjenester krever at forbrukeren er fri, tilgjengelig og delaktig - og omvendt - utnyttelsen av fritidstjenester forutsetter samtidig at andre arbeider. Sagt på en annen måte: Skillene mellom arbeid og fritid - produsent og konsument - kastes om. Fritiden får en ny økonomisk og sosial dimensjon - som forbrukstid.

Dermed blir ikke bare forholdet til produksjonsmidlene, men også forholdet til fritids- og forbruksmidlene strategisk som grunnlag for folks interesser og konflikter. Dette påvirker handlingsvilkårene for interesseorganisasjoner og folkebevegelser: Arbeidslivets organisasjoner må i økende grad ta hensyn til organiseringen av fritiden, og fritidsorganisasjonene til organiseringen av arbeidslivet.

Fritiden er ikke bare i ferd med å bygges inn i nye økonomiske og tidsmessige rammer. Selv om den daglige tidsknappheten øker, tilbringer stadig flere en stadig mindre del av livet på arbeidsplassen. Ungdoms- og utdanningstiden er forlenget, den yrkesaktive perioden forkortet, feriene og weekendene tøyet.

Dermed får fritiden en viktigere rolle når det gjelder å forme folks verdier, identitet, holdninger, interesser og valg. I tillegg til beholdningen av økonomisk kapital, kan fordelingen av den «kulturelle kapitalen» (Bourdieu, 1984) gi opphav til nye sosiale skillelinjer: Ervervet kompetanse og fortrolighet blir viktigere for å kunne ta del i det stadig økte sosiale og kulturelle utbudet - enten det gjelder fjernsynsprogrammer på fremmede språk, databasert underholdning og tjenester, reiser til fjerne land, eller utnyttelse av nye idrettslige oppfinninger, «freestyle» eller «Telemark».

For de bevegelser som har sosial utjamning og likhet som mål, reiser dette nye spørsmål: Hvordan unngå at de nye fritidsmuligheter skaper nye ulikheter - der de som har minst fra før også tar minst del i fritidens økte utfoldelsesmuligheter? Hvordan utvide den fritidspolitiske debatt til mer enn spørsmålet om antall TV-kanaler og fordeling av tippemidler?

Ikke noe område er omspunnet av så mange myter, moter, og trendsift som det livsstilspregete fritidsmarkedet. I et mediavridd samfunn blir det nye, dramatiske, spektakulære, framhevet og generalisert, mens det kjente og tradisjonelle blir underspilt. Slik kan små endringer gis revolusjonerende format og skygge for at den viktigste trenden kanskje likevel er stabilitet. Få områder er så lite utforsket som fritidsbruk i det moderne Norge. Vi har økende kunnskap om arbeidslivet, men kjenner lite til hvordan folk lever sine liv forøvrig.

Utgangspunktet for dette kapitlet er derfor å gi en beskrivende oversikt over trekk ved nordmenns fritid og fritidsbruk: Hvor mange deltar i ulike fritidsaktiviteter? I hvilken grad er det samsvar mellom lørdagsbilagenes trendbeskrivelser og hva folk faktisk oppgir at de driver med?

Detaljer, forskjeller og forklaringer vies liten oppmerksomhet, de store linjer tegnes med bred penn.

Fritidens ytre tidsrammer

Som nevnt i innledningskapitlet har den ytre fritiden økt gjennom hele dette århundret. Den ukentlige normalarbeidstiden er redusert fra 48 timer til 37,5 timer på 70 år. Endringene i fritidens plassering og fordeling er imidlertid

viktigere. Mens den daglige normalarbeidstid er relativt uforandret, er den økte fritiden konsentrert til weekender og ferier. Utvidete åpnings- og driftstider gjør også at mange har fri når flertallet arbeider og omvendt. Man ser konturene av et mer *variert tidsmønster* - der færre beveger seg i takt, flere i utakt.

Tabell 2.1 Ukentlig arbeidstid for kvinner og menn 1987. Prosent.

	Kvinner	Menn
0-29 timer	30	3
30-39 timer	52	52
40-49 timer	16	27
Over 50 timer	2	18
Sum	100	100

Andelen som jobber mer enn normalarbeidstid er betydelig, spesielt blant menn: *Hele 45 prosent av mennene oppgir å arbeide over 40 timer ukentlig. Og mer enn hver 10. yrkesaktiv arbeider over 50 timer i uka.*

I følge arbeidstidsundersøkelsen (NOU 1987:9A) hadde 1/5 av ansatte arbeidstakere i 1985 *forskjøvet arbeidstid*, dvs. at de arbeider utenfor normalarbeidsdagen mellom kl. 6.00 og 18.00. I tillegg har omlag 1/3 av «normalarbeidstakerne» periodisk helgearbeid. Andelen med ukurant arbeidstid er klart høyere blant selvstendige enn ansatte arbeidstakere. Blant kvinnelige deltidsarbeidende jobber over halvparten i helgene, og 30-40 prosent utenom dagtid. Dette innebærer at en vesentlig del av befolkningen, ikke minst blant kvinner, vil ha vanskelig for å tilpasse seg fritidsaktivitetenes tradisjonelle tidsskjemaer.

Selv om arbeidstiden for den enkelte er krympet, gjelder det omvendte for *husholdet*. Kvinnenes inntog i arbeidsmarkedet - og overgang fra deltid til heltidsarbeid - innebærer en markant reduksjon i husholdets samlede fritid. På femtitallet brukte familiene vanligvis 48 timer i uka til lønnsarbeid, i dag 60-70 timer. Utover at fritiden dermed blir mere presset med arbeidsoppgaver i hjemmet, innkjøp, transport og andre gjøremål, gjør dette at *samordnings* vanskene kommer mer i forgrunnen - ikke bare i tid, men også i rom. For å få dagene til å henge sammen på farta mellom bolig, daghjem, butikk, trening og annet blir transporttid, lokalisering og tilgjengelighet kritiske faktorer.

Når gjøremål utenfor hjemmet beslaglegger mere av husholdets tid er det to mulige tilpasninger på hjemmefronten: Å kutte ned på den frie tiden, eller å kutte ned på husarbeidet. Tidsnytingsundersøkelsene tyder på at sistnevnte strategi er mest utbredt - men ulikt blant kvinner og menn:

*Tabell 2.2 Fritid og husarbeid for kvinner og menn 1971-72 og 1981-82.
Antall timer daglig.
Kilde: Arbeidstidsundersøkelsen, 1987.*

	Kvinner		Menn	
	71-72	81-82	71-72	81-82
Husarbeid	5,9	4,8	2,2	2,4
Fritid	5,0	5,9	5,4	6,2

Kvinnenes gjennomsnittlige tidsbruk på husarbeid ble redusert med nesten 20 prosent på disse ti årene, mens mennenes innsats økte noe. Sagt på en annen måte: Vi beveger oss langsomt i retning likestilling, ikke først og fremst ved at mennene gjør mer hjemme, men ved at kvinnene gjør mindre. - Vi hever «støvterskelen», eller gjør ting raskere ved teknologisk hjelp og enklere mat. Men om husarbeidet tar mindre tid må det likefullt skje utenom arbeidstid, og konkurrerer dermed mer direkte med fritidsaktiviteter på ukedagene.

I FAFOs undersøkelse 1987 oppgir mennene gjennomsnittlig å bruke mindre enn 1 time daglig på husarbeid, mens gjennomsnittet blant kvinner er 2,8 timer. Og 60 prosent av kvinnene oppgir å bruke 3-4 timer eller mer. Dette tyder på at tendensen fortsatt er fallende.

Kombinasjonen av økt press på fritiden og større variasjon, mangfold, og omskiftelighet i folks tidsbruksmønster - mellom grupper og over livsløpet - stiller nye krav til fritidsorganisasjonenes tilrettelegging av aktiviteter. Kollektive standardtilbud treffer færre - individuell tilpasning, valgfrihet og innretting etter ulike gruppers situasjon får større betydning. Kinoene blir til kinotek der det ikke går én, men mange forskjellige filmer.

Fritidsorientering og barrierer

Medienes trendbeskrivelser gir ikke bare inntrykk av store endringer i aktivitetsmønster, men også i verdiorientering:

«Jakt på spenning i et uspennende samfunn», mindre plikt og mere lyst, mindre puritanisme og mere hedonisme, er stikkord som er brukt for å antyde kulturelle skift. Selv om slike strømninger er vanskelig å måle ved standardiserte undersøkelser, kan svarene på følgende spørsmål gi en pekepinn:

Tabell 2.3 «Hva er du mest opptatt av å få ut av fritiden din?»
Maks to svar, prosentandel av alle spurte.

Gjøre noe meningsfylt, nyttig	39
Være sammen med folk	36
Avkopling, hvile ut, rekreasjon	32
Givende opplevelser (eks. natur- eller kulturopplevelser)	23
Underholdning, ha det gøy/moro	21
Lære noe nytt	17
Prøve meg selv, finne utfordringer	8
Annet	3

Både utvalget av svaralternativer, formuleringer, og tendensen til å ville gi rasjonelle svar, gjør at slike fordelinger bør vurderes kritisk. Det er likevel interessant å merke seg at *tradisjonalistiske* og delvis fornuftspregete motiv scorer høyest: Mening, nytte, sosialt samvær, og avkopling. Ønske om givende opplevelser scorer litt høyere enn underholdning. Selvutprøving - ønske om utfordringer, spenning - scorer lavt. Verken «The sensational-seeking» eller det «hedonistiske mennesket» synes særlig utbredt. Nordmenn er i hovedsak fortsatt nordmenn - og puritanismen har godt grep - om man skal tro på svarene.

Det er likevel visse forskjeller mellom grupper: De yngste legger større vekt på underholdning, sosialt samvær og utfordringer, mindre på mening og nytte. Med alderen øker andelen som vektlegger mening, nytte, avkopling og givende opplevelser. Og i alle aldre er menn mindre opptatt av sosialt samvær enn kvinner.

I hvilken grad opplever folk hindringer for å utnytte fritiden slik de vil - og i tilfelle hvilke hindringer?

Tabell 2.4 «Kan du peke på noe som gjør at fritiden din ikke blir slik du kunne ønske? Oppgi de to viktigste.» Prosent.

	Alle	Kvinner	Menn
Ingen hindringer	29	27	31
For lite tid	39	37	41
Familie, omsorgsansvar	13	18	9
Tar for lite initiativ	13	13	12
Har ikke råd til det jeg vil	11	11	11
Dårlig helse	8	9	7
For lang reiseavstand	5	6	3
Savner tilbud på mitt felt	4	4	4
Savner et sosialt miljø	4	5	3
Savner noe å interessere meg for	2	2	2

To tredjedeler opplever ulike typer av hindringer, færrest blant de yngste og eldste. *Tidsbarrieren* oppleves litt hyppigere blant menn enn kvinner, er sterkest i aldersgruppa 30-39 år og minst blant de eldste. Sviktende *egetinitiativ* er jevnt fordelt, litt høyere blant 40-50-åringene, minst blant de yngste. *Familie- og omsorgsansvar* oppgis av dobbelt så mange kvinner som menn, og er særlig utbredt i aldersgruppa 30-39 år der «livsfaseklemma» gnager mest. Økonomiske skranker gjelder de yngste, helsevansker de eldste. Ganske få oppgir at de savner sosialt miljø eller interesser - forståelig nok - men såvidt mange som 6 prosent av de yngste og 5 prosent av 50-åringene svarer likevel dette.

Arbeid eller fritid?

En populær, men omstridt forestilling, er at plikt-etikken er på vikende front og at mange vil arbeide mindre og leve mer. I FAFOs undersøkelse ble de spurte bedt om å ta stilling til tre utsagn om arbeid og fritid.

Tabell 2.5 Holdninger til arbeid og fritid blant de yrkesaktive. Prosent.

	Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke
Arbeidet er viktigst for min trivsel, utfoldelse og selvfølelse	44	46	7	2	1
Fritiden er viktigst for min trivsel, det er i fritiden jeg får utløp for mine evner og interesser	30	50	14	4	1
Jeg vil heller ha mer fritid enn høyere lønn	30	23	19	25	4

Såvidt grunnleggende spørsmål er vanskelige å ta stilling til, og svarfordelingen kan tolkes på ulike måter. Tilsynelatende svarer mange inkonsistent idet de markerer tilslutning til utsagn som i første omgang synes direkte motstridende. Disse spørsmålene vil analyseres mer inngående i kommende prosjektrapporter, med utgangspunkt i følgende hovedtrekk:

For det *første* er det fortsatt en utbredt oppfatning at arbeidet har en grunnleggende betydning for trivselen. Andelen som er helt enig i at arbeidet er viktigst for trivselen øker klart med alderen: Mens om lag 1/3 av de yrkesaktive under 30 år er helt enig, gjelder dette drøyt 40 prosent i alderen 30-

49 år, og rundt 60 prosent av de yrkesaktive over 50 år. De yngre erklærer seg i større grad delvis enig eller uenig, og signaliserer et mer tvetydig forhold til arbeidets rolle. Forskjellene mellom kvinner og menn er ubetydelige.

For det *andre* er det samtidig en betydelig, men mindre andel som tillegger fritiden størst viktighet for trivselen. Vurderingen av fritiden som viktigst er mest utbredt blant de yngre arbeidstakerne, og synker med alderen. Kjønnsforskjellene er ubetydelige.

Overnevnte kan indikere en viss glidning i retning sterkere fritids- og mindre arbeidsorientering blant de yngre generasjoner. Hvorvidt dette uttrykker mer varige verdiforskjeller mellom eldre og yngre generasjoner er usikkert, det kan like gjerne skyldes at holdningene skifter i ulike livsfaser.

Det mest slående trekket er likevel at majoriteten av de spurte helt eller delvis gir sin tilslutning til at *både* arbeid og fritid er viktigst. Snarere enn selvmotsigelse, peker dette i retning av at mange oppfatter rangering av arbeid kontra fritid som meningsløst: Arbeid og fritid er gjensidig nødvendige forutsetninger for hverandre. I den grad overnevnte uttrykker holdningsendringer, dreier det seg ikke om underordning av arbeidet, men sideordning og ønske om bedre tilpasning mellom arbeid og fritid. Og vektleggingen kan skifte mellom ulike livsfaser: En av de sentrale funnene i Arbeidstidsutvalgets undersøkelser var at småbarnsforeldre ønsker kortere daglig arbeidstid, mens lavere pensjonssalder og lengre ferie står sterkere i andre grupper. (Hernes og Knudsen, NOU 87:9B).

Om lag *halvparten* av de spurte yrkesaktive i FAFOs undersøkelse gir tilslutning til utsagnet « *Jeg vil heller ha mer fritid enn høyere lønn* » - 29 prosent er helt enig, 23 prosent delvis enig. Prioriteringen av fritid framfor lønn stiger med økende inntekt og arbeidstid. 43 prosent av de med inntekt under 100 000 kroner er helt eller delvis enig, mot 60 prosent blant de som tjener over 200 000 kroner. Yrkesaktive under 30 år er langt mindre tilbøyelige til å ville bytte lønn mot fritid enn eldre yrkesaktive, på tross av at de yngste legger større vekt på fritiden enn de eldre. Dette kan dels bunne i inntekts- og arbeidstidsforskjeller, dels i at de unge skiller sterkere mellom nåtid og fremtid: Fritiden betyr mest nå, men arbeid og inntekt er viktig på lengre sikt. Dette peker også på et tredje poeng: At det moderne fritidsmønstret i økende grad er avhengig av penger. Slik sett er ikke fritid og lønn alternative, men komplementære goder: *Tid er lite verdt uten penger og omvendt.*

Disse tendensene gir liten støtte til oppfatninger om entydige verdi- eller holdningsskift i befolkningen. Det mest fremtredende trekket er snarere variasjonen i holdninger - etter alder og inntekt som igjen er knyttet til forskjeller i livssituasjon og behov. En nærliggende konklusjon - som vil bli gjenstand for nærmere analyse i kommende rapporter - er at holdningskartet heller blir påvirket av konkrete behov, enn av faste verdier, og følgelig også blir mer sammensatt og skiftende.

Hva gjør nordmenn i fritiden ?

Når fritidens rammer og forutsetninger er under forandring, kunne man vente at den faktiske fritidsbruken også endrer seg, men det er slett ikke sikkert. Man kan fortsette å gjøre det samme som før, men på nye måter og i andre organisatoriske rammer.

Den tidsmessig største endringen i fritidsbruk på 70-tallet skjedde gjennom økt TV-seing: Den daglige tiden foran skjermen økte fra 60 til 80 minutter i gjennomsnitt pr. dag, og den øvrige veksten i disponibel fritid ble i stor grad tatt ut i lite aktivitetskrevende gjøremål i hjemmet. (Tidsnyttingsundersøkelsen, 1980-81).

Når det gjaldt fritidsaktiviteter utenfor hjemmet var endringene på 70-tallet relativt små, bortsett fra at stadig flere reiser bort i helger og ferier: Færre blir igjen til å organisere og delta i aktiviteter i lokalsamfunnet. Selv om man kunne spore en viss økning i trenings- og mosjonsaktivitet, var likevel hovedtrekkene i fritidsbruken stabile. Har så dette bildet endret seg i løpet av 80-årene?

Tabell 2.6 Andel av befolkningen som har deltatt i ulike fritidsaktiviteter. Antall ganger siste 12 måneder.

	0	1-2	3-9	10-39	40+
Gikk lengre fot-/skitur	22	10	21	28	20
Drev med mosjon, sport, idrett	51	5	7	14	23
Gikk i skog og mark	21	12	24	29	15
På fisketur	50	16	18	13	4
På båttur	49	17	17	13	4
På sykkel	65	9	12	10	5
Tilskuer på idrettsstevne	49	14	19	15	4
På kino	48	18	20	12	3
På dans, diskotek	45	13	22	15	5
På restaurant, kafé	20	16	32	25	7
Privat fest, selskap	11	14	44	29	3
Gikk i teater, opera	70	19	9	1	-
På konsert med klassisk musikk	87	9	4	1	-
På jazz, vise, popkonsert	79	13	6	1	-
På kunstutstilling	69	19	10	2	-
Gikk i museum	65	24	10	1	-
Gudstjeneste, religiøs møte	59	21	12	5	3
Kor, orkester, korps, spelemannslag	92	1	1	2	4
Spilte, øvet på musikkinstrument	82	3	4	5	7
Drev med kunstneriske hobbier	86	2	3	5	4
Drev med andre hobbier; foto, frimerker etc	64	3	7	12	15

Tur og friluftsliv fortsatt suverent størst

Ingen fritidsaktivitet kan måle seg med friluftslivet - verken når det gjelder antall som deltar eller hyppighet. Nordmenn er fortsatt et turgående folk - på tvers av sosiale og aldersmessige skiller. Åtte av ti har gått lengre ski- eller fottur, i skog og mark. Over halvparten av voksne nordmenn har vært på fisketur og båttur, og nesten like mange har også drevet mosjon, trening eller sport. De siste årenes store oppmerksomhet omkring «nye» friluftaktiviteter motsvares ikke av en tilsvarende utbredelse. Mer enn ni av ti nordmenn prøver seg verken på brettseiling, dykking, fallskjermhopping, hanggliding, eller kanopadling. Heller ikke sykkelbølgen har slik utbredelse som sykkelsalget kunne antyde - seks av ti voksne nordmenn drar aldri på sykkeltur. Selv ikke blant de yngste har de «trendy» friluftaktivitetene oppnådd masseutbredelse: I aldersgruppa 16-19 år har bare to av ti prøvet brettseiling, mens sju av ti har gått på skitur.

Selskapelighet og fest - hjemme og ute

De aller fleste deltar forholdsvis jevnlig i privat selskap eller fest - men hele en av fire så sjelden som 1-2 ganger eller ikke i det hele tatt siste år. Nesten like mange har heller ikke vært på kafé eller restaurant. Dette i kontrast til flertallet, og den mest aktive tredjedelen av befolkningen som går på fest, kafé eller restaurant flere ganger i måneden. Over halvparten har i tillegg vært på dans eller diskotek - en femtedel minst en gang i måneden. Men selv om utelivet har blomstret de siste årene omfatter dette langt fra alle - og mange kommer seg sjelden ut.

Økende tilskueraktivitet - idrett, kino og «finkultur»

En utbredt påstand er at 80-årene har brakt med seg en sterkere «offentlighets-kultur» i Norge - at folk i større grad oppsøker arrangementer og treffpunkter utenfor hjemmet. I et slikt perspektiv er det interessant å registrere økt publikumstilstrømming til forskjellige typer kollektive fritidsarrangement.

- Antallet kinobesøkende har gått litt opp på 80-tallet: Fra 47 prosent i 1983 til 52 prosent i 1987.
- Andelen som enten har vært på teater, opera, klassisk konsert, museum eller kunstutstilling har økt: Fra 40 prosent i 1980, 53 prosent i 1983 (Levekårsundersøkelsen, 1983) til 57 prosent i 1987. (1)
- Andelen som har vært tilskuer på idrettsstevne har økt: Fra 37 prosent i 1980, 45 prosent i 1983, til 50 prosent i 1987.

(1) Noe av denne økningen skyldes at levekårsundersøkelsen også har med aldersgruppa 70-79 år, men langt fra hele økningen.

Flere gjør mer, men sprer seg samtidig på flere aktiviteter. Konkurransen om publikummet øker. Fortsatt har imidlertid tilskuerne på idrettsstevner og kino langt høyere besøkshyppighet enn kunstpublikummet: Mens flertallet av idretts- og kinopublikummet går 3-9 ganger, og mange langt oftere, går de fleste 1-2 ganger i teater og opera.

Utvidet kulturbegrep - stabil kulturell lagdeling

Tar man utgangspunkt i folks utdanning finner en at personer med høyskole eller universitetsutdanning deltar i langt *flere fritidsaktiviteter* enn de som har tilbrakt kortere tid på skolebenken. Nesten halvparten - 43 prosent av de høyskole/universitetsutdannede - deltar i minst 10 forskjellige aktiviteter, mot 18 prosent blant de med mindre utdanning. Dette samsvarer med et generelt funn innen samfunnsforskningen: Interessefeltet, den kulturelle kompetansen og anledningen til å ta del i et vidt spekter av aktiviteter, øker med utdanning. Godefordelingen i samfunnet hoper seg opp, Matteus-prinsippet vendes på hodet: De som har mye i utgangspunktet tar også best for seg av de nye godene.

Mer spesielt viser FAFOs undersøkelse at andelen som overhode har vært tilstede ved kulturarrangement - på kunstutstillinger, konserter med «klas-sisk» musikk, teater, opera eller museum - øker kraftig jo høyere utdanning folk har. Blant personer uten videregående yrkesutdanning er det 47 prosent som har vært tilstede på slikt arrangement - mot over 80 prosent blant de universitetsutdannede.

Tabell 2.7 Andelen innen grupper med ulik utdanning som har vært tilskuer på forskjellige kulturelle arrangement 3 ganger eller mer siste 12 måneder. Prosent.

	Teater/ opera	Konsert; klassisk	Kunst- utstilling	Idretts- stevne
Yrkesutd. 1 årig	6	2	9	35
Yrkesutd. 2-3 årig	9	3	12	39
Høyskole/universitet 1-2 år	23	9	21	29
Høyskole/univ. 3-4 år	26	12	35	40
Embetseksamen universitet	34	18	35	43

Nesten femten år etter at den første kulturmeldingen slo til lyd for demokratisering av kulturen, har den største omveltningen tydeligvis skjedd på det språklige planet: Kulturbegrepet er revolusjonert - fotballaget til Sogndal, Tom Lund, og travhersten Alm Svarten har vunnet kulturpriser - men de sosiale forskjellene i aktivitetsvaner består.

Sviktende organisasjonsdeltakelse?

En av Maktutredningens funn var at organisasjonene spiller en stadig viktigere rolle i samfunnet - både i antall, innflytelse, og oppslutning (NOU,1982:9). 70-tallet framsto som aktivismens 10-år. På 80-tallet er det kommet meldinger om synkende oppslutning, og tillitsmannskrise i mange frivillige organisasjoner: «Ildsjelene» er trøtte, tiden knapp, og mange vender nesa mot privatsfæren eller mindre krevende fritidstilbud. I hvilken grad får slike inntrykk støtte i forskningsmateriale?

Tabell 2.8 Medlemsutvikling i ti ulike typer frivillige organisasjoner. Prosent.

	1983*	1987
Partipolitiske organisasjoner	16	13
Kristelige, religiøse foreninger	9	7
Idrettslag	28	30
Kvinneorganisasjoner	4	4
Helselag, sanitetsforeninger, Røde Kors ol	17	13
Ungdomslag, pensjonistforeninger ol	12	10
Musikkfrn., korps, kor, teatergrupper ol	8	7
Velforening	14	14
Lokal interesse/aksjon/miljøgruppe el	4	4
Andre organisasjoner, foreninger	13	17

* Data fra Levekårsundersøkelsen 1983/SSB

Selv om endel frivillige organisasjoner går i motbakke når det gjelder mobilisering og rekruttering, har organisasjonslivet fortsatt en sentral rolle i fritidsbildet. Og en større del av befolkningen er medlem i frivillige organisasjoner i dag enn for femten år siden. Mens 30 prosent av den voksne befolkning ikke var medlem i noen organisasjon tidlig på 70-tallet (Hallens- tvedt og Moren, 1975) er andelen utenfor organisasjonslivet i dag sunket til 21 prosent. Andelen som er medlem i en organisasjon har imidlertid sunket litt - fra 82 prosent i 1983 til 79 prosent i 1987. Likevel: Hele åtte av ti voksne er medlem i minst én frivillig organisasjon.

Mens det tidlig på syttitallet var vanlig å være medlem i både to, tre og fire forskjellige organisasjoner, er de fleste i dag medlem i én eller to organisasjoner. Det kan bety at flere finner det tyngre å engasjere seg på flere områder, og i større grad prioriterer det de er mest opptatt av. Organisasjonsdeltakelsen blir mer spesialisert.

Samtidig er det også når det gjelder organisasjonsdeltakelse klare forskjeller mellom sosiale grupper - jo høyere sosialstatus, jo større deltakelse (Sosialt Utsyn, 1983.)

FAFO-undersøkelsen gir ikke informasjon om aktivitetsnivået i de frivillige organisasjonene. Man vet imidlertid at innslaget av passive medlemmer ofte er stort, og at de tillitsvalgte ildsjeler ofte «drar lasset». Mer enn hver tiende voksne nordmann (13 prosent) har tillitsverv i frivillige organisasjoner. Og en drøy fjerdepart av de tillitsvalgte har verv i mer enn én organisasjon.

Sett i sammenheng tyder disse tallene på at organisasjons-Norge fortsatt har bred oppslutning, selv om det kan spores tendenser til stagnasjon og noe synkende medlemsandel på 80-tallet. En nærliggende hypotese er likevel at de frivillige organisasjonenes utfordring ikke primært ligger i medlemstilgangen, men i å mobilisere medlemmene. Større press på fritiden og økt konkurranse fra andre fritidstilbud gjør det vanskeligere å få folk til å delta og påta seg forpliktelser.

Hvilke aktiviteter ønsker folk mer av ?

Selv om tradisjonalisme og stabilitet er det mest slående trekket i nordmenns fritidsbruk, utelukker ikke det at mange kunne ønske seg å gjøre andre ting - om de fikk anledning. På spørsmål om hvilke fritidsaktiviteter folk ville prioritere om de fikk mere fritid enn i dag, framkom følgende bilde.

Tabell 2.9 «Hvis du fikk mere fritid, hvilke tre aktiviteter ville du prioritere å drive mere med ?»

1	Turer i skog og mark
2	Lengre ski-/fotturer
3	Mosjon, sport, idrett
4	Fisketurer
5	Fritidshobbier: foto etc.
6	Båtturer
7	Kinobesøk
8	Teater/operabesøk
9	Kunstneriske hobbier
10	Gå på dans, diskotek
11	Sykkeltur
12	Gå på idrettsarrangementer
13	Private fester, selskaper
14	Vise, jazz, popkonserter
15	Spille, øve på musikkinstr.
16	Restaurant, kafébesøk
17	Konserter med klassisk musikk
18	Kor, korps, orkester, spellemannslag
19	Kunstutstillinger
20	Museumsbesøk
21	Gudstjenester, religiøse møter

Heller ikke folks ønsker bærer bud om dramatiske skift i fritidsorientering. Det er de tradisjonelle aktivitetene som er mest utbredt i dag som får størst oppslutning: Friluftsliv, mosjon og trening.

Et interessant trekk er at de som vektlegger friluftsliv og fysisk aktivitet i stor grad er de som allerede driver med dette i dag. Det motsatte gjør seg gjeldende for kunstnerisk egenaktivitet, teater, opera, og kunstutstilling. De som ønsker slik aktivitet er i betydelig grad grupper som i dag ikke deltar.

Oppsummering: Den norske væremåten lever videre.

Dette blikket over nordmenns fritidsvaner bærer ikke bud om at nordmenn flest lever opp til medienes beskrivelser av «nye trender» og livsstilsendringer. I befolkningen sett under ett er det fortsatt tradisjonelle norske friluftaktiviteter som dominerer: *Nordmenn er nordmenn og den mest utbredte kulturen er «turkulturen»*. Selv om rammene rundt fritiden er under forandring, fortsetter flertallet i stor grad å gjøre det samme som før, og den sosiale ulikheten i aktivitetsmønster består.

Man kan likevel spore en viss dreining mot *større offentlighet* - økt publikumstilstrømming til kino, teater, opera og kunstutstillinger - noe som også kan oppfattes som en større søking etter personlige opplevelser i kollektive sammenhenger.

Men samtidig stagnerer organisasjonsdeltakelsen. I sammenheng med økende tidspress og konkurranse på fritidsmarkedet, kan det markere en viss dreining mot større skiftninger og mindre forpliktende aktiviteter. For de som skal tilrettelegge og organisere fritidstilbud synes ikke utfordringen å være å finne på nye aktiviteter, men å utvikle organisasjonsformer som gjør det mulig for flere å delta i et bredere og mer variert spekter av aktiviteter.

3 Fysisk aktivitet i den voksne befolkning

Idrett og fysisk aktivitet har historisk spilt en sentral rolle i den norske folkekulturen. Ikke bare har idretten hatt stor og voksende utbredelse, den har hatt dyp forankring i den nasjonale selvforståelse og bevissthet: I få land har vel idrettslige bragder gitt opphav til så legendariske heltepos og slik dyrkelse som i Norge. Ikke bare de folkekjære idrettshelter, men til og med sportsreportere har blitt nasjonale samlingssymboler.

I dette prosjektet er det ikke prestasjonsidretten, men den brede folkelige fysiske aktiviteten som står i fokus. Både for idrettsorganisasjonene og myndighetene er «Idrett for alle» et samlende ideal. Men hvor stor er avstanden mellom idealer og realiteter? Hvor mange driver fysisk aktivitet og hvor mange gjør det ikke? I hvilken grad kan man spore forskjeller i deltakelse mellom ulike befolkningsgrupper? Har den «nye kroppsbølgen» dratt med seg de brede lag, eller bare de unge, spreke og ressurssterke? Disse spørsmålene er utgangspunktet for dette kapitlets beskrivelse av det fysiske aktivitetskartet.

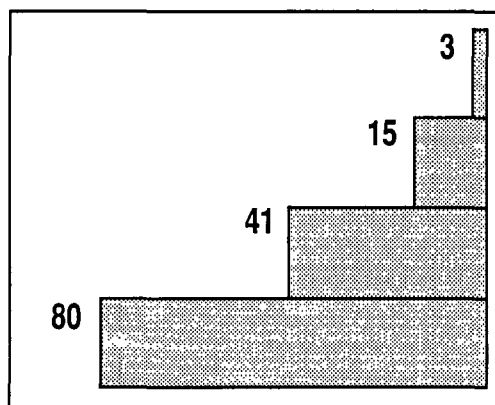
Hvor mange driver fysisk aktivitet?

Fysisk aktivitet og idrett har mangfoldige ytringsformer - fra skiturer i marka til vitenskapelig trening og konkurranser der grensene for menneskets yteevne ikke bare utfordres, men også utforskes. Denne rapportens formål er ikke å foreta begrepsmessige grensedragninger, men å tegne de *store linjene* i befolkningens aktivitetsvaner. Vi har derfor tatt utgangspunkt i vanlige brukte aktivitetsbegreper, der det delvis er opp til de spurte selv å karakterisere sin egen virksomhet.

For enkelhets skyld skal vi i utgangspunktet beskrive befolkningens aktivitet ved en «*aktivitetstrapp*» der det skilles mellom fire nivåer:

Figur 3.1 «Aktivitetstrappen» - Andel av befolkningen som deltar i fysisk aktivitet på ulike nivå . 16-69 år. 1987.

Konkurransetidrett
høyt nivå:3%.
Deltatt i konkurranse/
stevne siste år : 15%.
Driver regelmessig
fysisk aktivitet,
trening, mosjon
eller idrett: 41%.
Friluftsliv - tur i skog
og mark/lengre ski-/
fottur mer enn 1-2
ganger siste år. 80%.

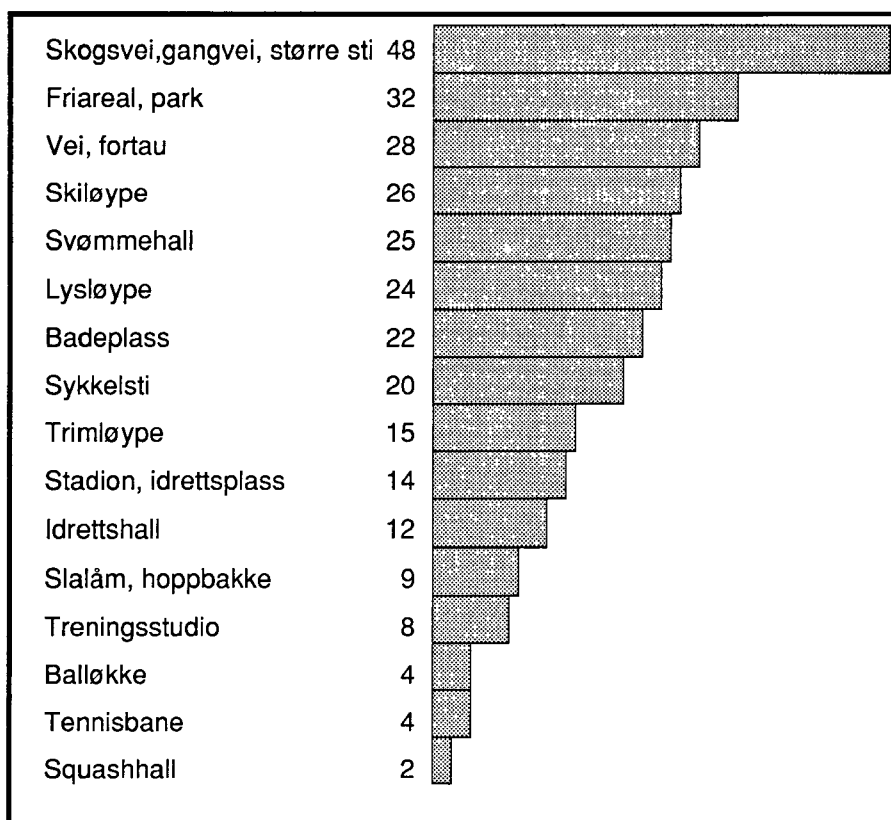


- De aller fleste utøver et visst *friluftsliv*, hvorav majoriteten ganske ofte. Rundt 20 prosent kommer seg imidlertid ut på tur bare en sjelden gang, eller ikke i det hele tatt.
- Om lag halvparten av befolkningen mosjonerte på annen måte enn ski eller fottur, drev med sport eller idrett, minst en gang i løpet av året.
- Om lag fire av ti driver *regelmessig fysisk aktivitet* i form av trening, mosjon, eller idrett: 43 prosent blant menn og 39 prosent blant kvinner. De fleste av disse mosjonerer eller trener minst en gang i uka.
- Om lag 15 prosent - nesten 450 000 voksne nordmenn - deltok i *idrettskonkurranse*, stevne eller oppvisning siste år - de fleste på lavt eller middels nivå.
- Nesten tre prosent i vårt utvalg deltok i konkurranser på høyt nivå - ut fra egen vurdering.

I internasjonalt perspektiv tegner dette et bilde av en fysisk aktiv befolkning, men det er likevel et flertall som ikke driver regelmessig mosjonsaktivitet. Det er ennå langt igjen til «idrett for alle» er en realitet. 80-tallets mosjonsbølge har nok ikke favnet så bredt som de store massemonstringene har kunnet gi inntrykk av.

Også blant de regelmessige «trimmerne» er det et flertall som verken deltar i organisert virksomhet, konkurranser, eller benytter spesielle anlegg som idrettsbaner- og haller. En stor del av trimmingen finner sted på skogsveier, større stier, friareal, langs veier, fortau og i skiløypene. Dessuten blir aktivtetsarenaer som er åpne for individuell bruk - som svømmehall, lysløype, trimløype - benyttet av mange.

Figur 3.2 Hvor stor andel av befolkningen (16-69år) har i løpet av året brukt ulike anlegg og aktivitetsområder til trening eller mosjon ?



Økning eller nedgang i befolkningens fysiske aktivitet ?

Sett i forhold til målsettingen «Idrett for alle» er ikke det eksakte tallet for hvor mange som utøver fysisk aktivitet mest interessant og resultatet vil variere med spørsmålsstillingen. Viktigere er det å kartlegge utviklingsretningen: Er aktiviteten økende eller synkende ?

Andelen fysisk aktive i befolkningen er undersøkt ved en rekke anledninger tidligere, men som regel med ulike mål og kriterier. Direkte sammenlikninger og mål for endring er derfor vanskelig å fastslå. Fasting (1983) oppsummerte imidlertid en gjennomgang av tidligere analyser med at det fra krigen fram til begynnelsen av 1980-tallet var liten dekning for å hevde at andelen fysisk aktive var nevneverdig økt. De fleste tidligere undersøkelser peker i retning av at 40-60 prosent av den voksne befolkningen er fysisk aktive i fritiden.

Så tidlig som i 1946 svarte 40 prosent JA på følgende spørsmål fra Statistisk Sentralbyrå: «Driver De noen form for sport?» I 1970 svarte 39 prosent JA på spørsmålet: «Har De deltatt i idrett eller mosjonsaktivitet siste året?». I 1973 oppga 38 prosent at de drev mer enn en times fysisk aktivitet i uka (Railo, Høgset mfl., 1974). I 1979 svarte 42 prosent at de vanligvis drev fysisk aktivitet, da definert som mosjon eller trening minst hver 14. dag, og i 1983 var tallet økt til 50 prosent. I en forundersøkelse for FAFOs prosjekt prøvde vi et spørsmål som ligger svært nær NIF-undersøkelsen fra 1983: «Hvor ofte driver du vanligvis fysisk aktivitet i form av trening, mosjon eller idrett?» Det ga som resultat at 54 prosent drev fysisk aktivitet minst en gang pr. 14. dag, dvs. litt høyere enn i 1983.

I Levekårsundersøkelsen (1980) svarte 48 prosent at de hadde mosjonert på annen måte (enn ski/fottur), drevet sport eller idrett minst en gang siste år. I FAFOs undersøkelse svarte 49 prosent bekreftende på samme spørsmålet.

Sammenliknet med NIF-undersøkelsen i 1983 kommer FAFOs undersøkelse i 1987 ut med en lavere andel fysisk aktive - 41 prosent vs. 50 prosent i 1983. Snarere enn at dette gjenspeiler en reell nedgang i aktiviteten, uttrykker nok dette en tilstrømming av spørsmålsstillingen: Mens man i 1983 spurte om folk «*vanligvis*» drev fysisk aktivitet (trening eller mosjon) spurte man i 1987 om man drev «*regelmessig*» fysisk aktivitet (trening, mosjon eller idrett)⁽¹⁾. I tillegg er det rimelig å anta at den økte fokuseringen på mosjons- og treningsaktivitet med tildels høy intensitet - eks. jogging, maraton mv. - har bidratt til å skjerpe folks egne definisjoner på fysisk aktivitet. De regelmessig fysisk aktive trimmerne i vårt utvalg viser seg da også å ha et høyere aktivitetsnivå enn trimmerne i 1983-undersøkelsen.

Sett i sammenheng illustrerer dette vanskene med å fremskaffe eksakte mål på endringer i aktivitetsnivået. Selv om mye kan tyde på at det har vært en økning i aktivitetsnivået, er hovedtrekket stabilitet.

En nærliggende hypotese er derfor at de siste 10-års økte *kroppsbewissthet* vesentlig har innebåret økt treningshyppighet, intensitet og *synliggjøring* av utfoldelsen i den aktive delen av befolkningen. Den økte synligheten har dels sammenheng med massemedienes sterke fokusering av kropp, helse og estetikk, dels med en viss overgang fra tradisjonelle til «nyere» aktivitetsformer - særlig joggebølgen - der utstyr, symboler og treningssted ofte gjør den påtrengende vanskelig å overse. Snarere enn å øke aktiviteten i bredden kan dette ha bidratt til å utheve og forsterke forskjellene mellom de høyaktive og mindre aktive delene av befolkningen. Jo større gap - jo raskere,

(1) Videre er det rimelig å anta at de spurte svarer mer presist og i større grad skiller mellom ulike typer fysisk aktivitet i FAFOs undersøkelse der hele spørsmålsbatteriet dreier seg om fritidsbruk og fysisk aktivitet, enn i tidligere undersøkelser der fysisk aktivitet inngår som et lite tema blant en rekke andre. Vi vil derfor anta at FAFOs resultater fra 1987 gir et riktigere og mer nyansert bilde av befolkningens fysiske aktivitet enn de nevnte NIF-undersøkelsene og Levekårsundersøkelsene.

fiksere, og mer uberørt naboen danser forbi - jo tyngre blir det å sette i gang selv når formen er skral. Fysisk aktivitet kan således i økt grad ha blitt en form for «demonstrativt forbruk» som medvirker til *sosial deprivasjon* blant de minst aktive: Tersklene for å ta fatt blir høyere, og den relative verdien av innsatsen lavere.

Friluftslivet - turkulturen lever videre

Det er fortsatt turkulturen og det tradisjonelle friluftslivet som utgjør den dominerende mosjonsaktiviteten i befolkningen. Om lag åtte av ti nordmenn i alderen 16-69 år gikk tur i skog og mark, lengre ski- eller fottur, og dette gjelder ungdom såvel som eldre.

Tabell 3.1 Andel av befolkningen (16-69 år) som har utøvet forskjellige typer friluftsliv etter antall ganger siste år.

Aktivitet	Antall ganger				
	0	1-2	3-9	10-39	40+
Fottur i fjellet	51	19	18	9	4
Fottur/bærtur i skogen	27	20	32	14	6
Skitur	36	9	25	23	7
Spasertur	11	9	22	35	23
Sykkeltur	60	9	13	12	6
Jakt	91	3	3	2	1
Fisketur	50	16	18	12	4
Kajakk/kanopadling	94	4	2	1	-
Brettseiling	93	4	2	1	-
Seiling med båt	93	4	2	1	-
Svømming, bading	37	12	25	20	6
Dykking	97	1	1	1	-
Fjellklatring	99	0,7	0,2	0,2	-
Fallskjerm/hang-gliding	99,6	0,2	-	0,1	0,1
Riding	96	2	1	0,4	0,5
Skøyter	94	3	2	1	-

Man ser at nye «trendy» aktiviteter som brettseiling og fallskjermhopping langt fra har oppnådd masseutbredelse. Det er likevel flere som har prøvd seilbrett enn skøyter. For nordmenn som er født med ski på beina, er det kanskje overraskende at over en tredjedel ikke går på skitur, men skiføret er

ikke like godt overalt. De yngste (16-19 år) går like mye på ski som andre, men i aldersgruppa 20-29 år er andelen som gikk på ski lavere enn i aldersgruppa 30-49 år: 64 prosent vs. 73 prosent. Menn driver noe oftere friluftsliv enn kvinner, folk med høy utdanning oftere enn folk med lav utdanning.

Trimmernes treningshyppighet

Som nevnt oppgav fire av ti nordmenn i alderen 16-69 år at de driver regelmessig trening, mosjon eller idrett. Trimmerne har tildels et høyt aktivitetsnivå. De fleste mosjonerer minst en gang i uka, om lag halvparten en-to ganger i uka, og nesten førti prosent enda oftere. Så mange som en av ti trimmere trener daglig. De kvinnelige trimmerne mosjonerer like ofte som de mannlige.

Tabell 3.2 Trenings-og mosjonshyppighet blant kvinner og menn som driver regelmessig fysisk aktivitet - sommer og vinter. Prosent

	Sommer		Vinter	
	Menn	Kvinner	Menn	Kvinner
En gang pr. 14. dag	8	7	6	5
1 gang i uka	22	29	21	29
2 ganger i uka	27	27	31	28
3-4 ganger i uka	25	20	26	22
5-6 ganger i uka	10	5	8	6
Hver dag el. mer	9	12	9	10
Sum	101	100	101	100

Joggebølgen

Tidligere betød å jogge en blant mange måter å løpe. I dag har joggebegrepets meningsinnhold blitt utvidet til ikke bare å betegne en egen treningsform, men noe bortimot en egen kultur med en rikholdig litteratur, et vell av sosiale koder, symboler, yppersteprester, og ikke minst utstyr. Vi har fått joggesko, joggedresser, joggebånd, joggebøker, joggemagasiner, joggekurs, joggeskader og internasjonale joggemønstringer - kort sagt: Jogging er blitt livsstilsvare og business. Men hvor mange er egentlig joggerne, og hvem er de ?

I 1979 registrerte en undersøkelse foretatt for Norges Idrettsforbund at

jogging var i ferd med å bli en av de mest populære måter å trene og mosjonere: Omlag 15 prosent av den voksne befolkning og 30 prosent av de fysisk aktive jogget. I 1983 var andelen joggere blant de fysisk aktive økt til 36 prosent, og i 1987 til 47 prosent. I tillegg er det rimelig å anta at jogging er utbredt også blant de som ikke er regelmessige trimmere. I 1974 oppgav 10 prosent av den voksne befolkning at de løp/jogget, i 1987 er antallet mer enn fordoblet.

Også på spørsmål om hvilken trenings/mosjonsaktivitet en oftest driver med, kommer jogging/løping høyt opp. I sommerhalvåret er jogging/løping den hyppigste aktivitetsformen for 18 prosent av de kvinnelige trimmerne. Bare gang/marsj omfatter flere. Blant mennene er jogging/løping mest utbredt: 22 prosent av dem driver oftest jogging/løping (Tabell 3.4).

Syv av ti joggere har alltid drevet regelmessig fysisk aktivitet, men nesten 30 prosent av dem som jogger begynte i voksen alder. Og over halvparten av nybegynnerne har ikke trent eller mosjonert regelmessig før. En viktig grunn til at jogging har mobilisert såvidt mange nye trimmere, er trolig at kravene til spesielle ferdigheter, organisering eller anlegg er minimale. Innsatsen er lett å tilpasse egne forutsetninger.

- Seks av ti joggere er menn.
- Over halvparten av joggerne er over 30 år.
- Hver fjerde jogger er student eller skoleelev.
- Jogging er særlig vanlig i grupper med høy inntekt eller utdanning: Over 60 prosent av trimmerne med høyskoleutdanning jogger, mot drøyt 40 prosent av trimmerne uten slik utdanning.
- Noe over halvparten (56 prosent) av joggerne er medlem i idrettslag.

De vanligste aktivitetene

Ved siden av *jogging* er *ski*, *svømming*, *gang/marsj* og *sykling* de mest utbredte mosjons- og treningsformene (se tabell 3.3). Sammenliknet med NIF-undersøkelsene i 1979 og 1983 har det vært en klar vekst i andelen som jogger/løper, svømmer og går på ski, mens sykling og gang/marsj faktisk synes noe på retur blant de aktive trimmerne. Veksten i andelen som svømmer er særlig markant blant kvinner. *Fotball* er den eneste lagidretten blant de ti mest populære aktivitetene, og ser ut til å få økende oppslutning. Videre er det verdt å merke seg at aktiviteter som *gymnastikk/trimparti*, *dans*, og *aerobics* har betydelig utbredelse, spesielt blant kvinner: Hver 5. kvinnelige trimmer drev aerobics eller tilsvarende i 1987. Myke aktiviteter som delvis har et estetisk og sosialt islett, synes å ha appell til kvinner.

Tabell 3.3 «Top twenty» - de tyve mest utbredte aktivitetsformene blant regelmessig fysisk aktive kvinner og menn 1987. Prosent

	Kvinner	Menn	Alle
1. Skitur/langrenn	50	51	50
2. Løpetur/jogging	42	52	47
3. Svømming	50	38	44
4. Gang / marsj	39	33	36
5. Sykling	31	25	28
6. Fotball	9	35	23
7. Gymnastikk / trimparti	29	14	21
8. Ski - alpin/hopp	14	22	18
9. Dans (Folke/selskap)	19	11	15
10. Aerobics o.l.	20	3	11
11. Badminton	12	9	10
11. Volleyball	11	10	10
13. Håndball	11	9	10
14. Bordtennis	5	13	9
15. Friidrett	7	10	9
16. Tennis	6	10	8
17. Basketball	7	8	8
18. Bowling	5	9	7
18. Skyting	2	11	7
20. Brettseiling	4	9	7

Øvrige aktiviteter: Orientering, vektløfting (6), skøyter, squash(5), kajakk/kano-padling, roing(4), jazzdans/ballett,judo/karate, ridning, seiling (3), hundekjøring, turn/RS(2), boksing, bryting, golf, hanggliding/fallskjerm, ishockey, klatring, kappgang, motorsport(1), fekting(0).

De aller fleste trimmerne varierer mellom flere aktiviteter i løpet av året. Halvparten driver med tre eller flere aktiviteter. Spørsmålet om hvem som utøver hvilke aktiviteter, vil bli gjenstand for nærmere analyse i kommende prosjektrapporter.

Bortsett fra de typiske kvinneaktivitetene er det et hovedtrekk at flere av de mest utbredte aktivitetene er slike som kan drives *individuell* og stiller små krav til organisering og utstyr. Den norske trimkulturen ser i stor grad ut til å være en *modernisert* utgave av den norske *turtradisjonen*, særlig blant menn. I tillegg er enkle, lekbetonte ballspill som kan drives uformelt, mye utbredt: Fotball, badminton og volleyball. Samtidig er det slående lite samsvar mellom

hvor mange som utøver forskjellige aktiviteter og disse aktivitetenes størrelse og posisjon innenfor den organiserte idretten.

Ser en på hvilke aktiviteter trimmerne driver oftest - får man følgende bilde:

Tabell 3.4 De fem mest populære aktivitetene blant regelmessig fysisk aktive - menn og kvinner. «Hvilken aktivitet driver du oftest - i sommerhalvåret og vinterhalvåret ?» Prosent

Blant kvinner		Blant menn	
Sommer			
1. Gang, marsj	22	1. Jogging	22
2. Jogging	18	2. Fotball	20
3. Svømming	15	3. Gang, marsj	15
4. Sykling	12	4. Svømming	9
5. Gym /Aerobics	10	5. Sykling	6
Vinter			
1. Ski, langrenn	24	1. Ski,langrenn	32
2. Gym, aerobics	18	2. Fotball	9
3. Gang, marsj	13	3. Ski, alpin/hopp	9
4. Svømming	9	4. Jogging	9
5. Håndball	6	5. Gang, marsj	6

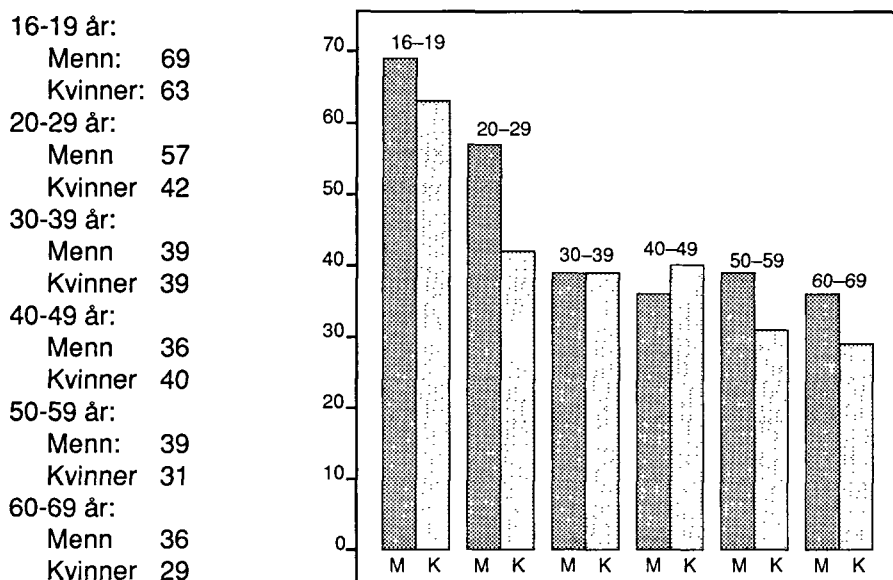
«Alderssklia»

«Alderssklia» er velkjent fra en rekke undersøkelser: Aktiviteten er høyest blant de yngste, og synker langt brattere og tidligere enn den fysiske aldringen skulle tilsi. De største og mest kritiske frafallsperioden er i løpet av 20-årene. Deretter flater «alderssklia» ut. (Se figur 3. 3).

- Mens 66 prosent av 16-19-åringene og 49 prosent av 20-29-åringene trener eller mosjonerer regelmessig i fritiden, er andelen sunket til 39 prosent blant 30-39-åringene. Over 1/3 av trimmerne faller fra før fylte 30 år.
- Det er en viss forskjell i aktivitetsnivå mellom kjønnene. 43 prosent av mennene, mot 39 prosent av kvinnene mosjonerer eller trener regelmessig. Blant kvinnene setter frafallet inn noe før - allerede tidlig i 20-årene - men i 30-årsalderen er forskjellen nærmest utliknet.

- I aldersgruppa 40-49 år er 38 prosent regelmessig aktive, faktisk noe flere blant kvinner enn menn.
- I aldersgruppa 50-69 år er 34 prosent regelmessig aktive, og flere blant menn enn kvinner.

Figur 3.3 Andelen regelmessig fysisk aktive i ulike aldersgrupper blant kvinner og menn.



I forhold til målet «idrett for alle» peker dette på at det er en like viktig oppgave å hindre *fracfall* som å rekruttere nye til fysisk aktivitet. Den kritiske perioden der «fracfallsskila» er brattest er i aldersfasen 20-30 år, men med en interessant forskjell mellom kvinner og menn. Blant kvinnene skjer det store fracfallsraset allerede ved inngangen til 20-årene, blant menn ved slutten av 20-årene. Det er liten grunn til å anta at forskjellene mellom 30- og 20-åringene skyldes generasjons-effekter. De som i dag er mellom 30 og 40 år, var omtrent like aktive som dagens 20-åringer for ti år siden.

Den kritiske fracfallsperioden representerer for svært mange ungdomsfasens og den aktive idrettslige karrierens definitive slutt. Voksentilværelsens motstridende krav melder seg: Samliv, barneomsorg, etablering i arbeidsliv og boligmarked. I denne livsfasen er det klare forskjeller i aktivitetsnivå mellom de med og de uten ansvar for barn. I aldersgruppa 30-39 år er andelen aktive 37 prosent blant de med barn, mot om lag 50 prosent blant de uten barn. Forskjellen mellom kvinner og menn er liten. I aldersgruppa 20-29 år derimot er det store forskjeller på aktivitetsnivået blant kvinner og menn med barn: Bare 1/4 av jentene med barn er regelmessig aktive, mot halvparten av gutta.

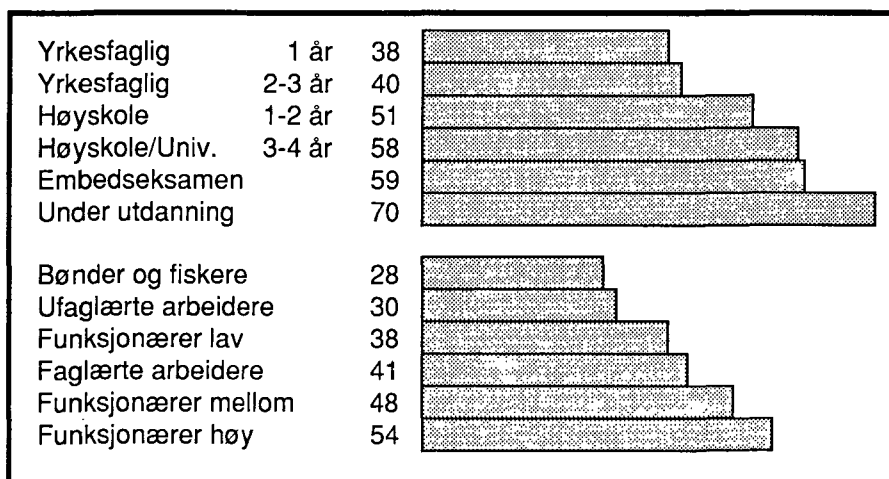
(For en mer detaljert oversikt over sammenhengen mellom omsorg for barn og fysisk aktivitet, se kap. 4.)

Det er også verdt å merke seg at likestillingen når det gjelder fysisk aktivitet er kommet så langt i aldersgruppa 40-49 år - «68-generasjonen» - at det faktisk er flere kvinner enn menn som trimmer regelmessig. Blant de eldre derimot er kvinnene klart mindre aktive enn sine jevnaldrende menn.

Fysisk aktivitet og sosial status

Et gjennomgående funn i alle tidligere undersøkelser er at *jo høyere sosial status, jo større andel fysisk aktive*. Man kunne forvente at den brede satsingen på ungdomsidrett og de siste årenes sterke fokusering på fysisk aktivitet generelt, hadde bidratt til å minke disse forskjellene. Det synes ikke å holde stikk.

Figur 3.4 Andel regelmessig fysisk aktive i grupper med ulik utdanning og yrkesstatus.



Ser en på grupper med ulik hovedbeskjeftigelse, er det studenter og skoleelever som er klart mest aktive:

- Hele 70 prosent av de som er under utdanning driver regelmessig fysisk aktivitet i fritiden.
- Blant de yrkesaktive er andelen 41 prosent, men med klare forskjeller mellom yrkesgrupper: Fra under 30 prosent aktive blant bønder og fiskere, til over 50 prosent blant høyere funksjonærgrupper.
- Aktiviteten blant grupper utenfor arbeidslivet er klart mindre enn i resten av befolkningen, og aller minst blant hjemmeværende husmødre (27 prosent aktive). Ca. 1/3 av de alderspensjonerte og trygdete driver regelmessig mosjon eller trening.

Hovedtrekket er klart: På samme måten som med kulturelle aktiviteter generelt, stiger den fysiske aktiviteten med sosial status. Den sterke sammenhengen finner en mellom utdanning og aktivitetsnivå. Bak disse forskjellene vil selvsagt alder spille inn, men en finner i hovedtrekk det samme mønsteret både blant yngre og eldre yrkesaktive. Forskjellene mellom ulike sosialgrupper er imidlertid noe mindre i aldersgruppene under 40 år enn eldre. Det er altså ikke slik at fysisk aktivitet representerer et alternativ til mer kulturelt orientert fritidsaktivitet, det er i stor grad de samme sosialgruppene som også er mest fysisk aktive. Forskjeller i utnyttelsen av fritiden gjenspeiler i stor grad sosial ulikhet på andre områder.

Regionale forskjeller

Aktivitetsnivået varierer en del mellom ulike deler av landet. Høyest scorer Oslo/Akershusområdet der 48 prosent driver regelmessig fysisk aktivitet, lavest scorer Sør- og Vestlandet der 38 prosent er regelmessig aktive.

Tabell 3.5 Andelen regelmessig fysisk aktive innen ulike landsdeler.

Oslo og Akershus	48
Østlandet forøvrig	42
Sør og Vestlandet	38
Trøndelag og Nord-Norge	39

Regionale variasjoner i fysisk aktivitet kan dels bunne i ulike muligheter til å drive fysisk aktivitet, dels i ulikt befolkningsgrunnlag, dels i kulturelle forskjeller - «Bønder spelar ikkje tennis». Når det sentrale hovedstadsområdet skiller seg ut, er det nærliggende å anta at dette i stor grad er uttrykk for den sosiale sammensettingen i området: Andelen unge, velutdannede er høyere enn i resten av landet, i tillegg til at aktivitetstilbudene er mer varierte.

Medlemsskap i den organiserte idretten

Den organiserte idretten har en enestående posisjon blant barn og ungdom: Over en halv million - eller om lag 2/3 av befolkningen under 16 år - er medlemmer i idrettslag. Men hvordan er situasjonen i den voksne befolkningen?

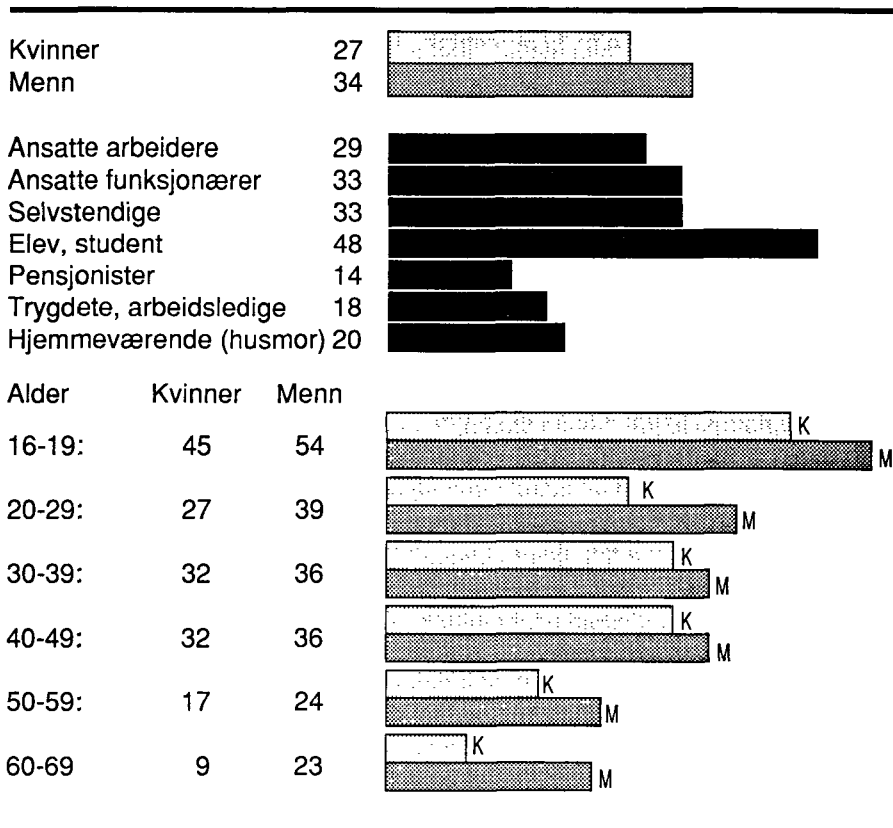
Norges Idrettsforbund opererer med et antall medlemmer på over en million voksne. Dette samsvarer godt med resultatene fra denne undersøkelsen der 30 prosent i aldersgruppa 16-69 år oppgir å være medlem i idrettslag.

De seinere årene har den organiserte idretten blitt utsatt for kritikk fra flere hold. En av ankepunktene har vært at idrettsbevegelsen har fått en skjev sosial profil og snarere er blitt en tumleplass for vellykket middelklasseungdom, enn en bred folkebevegelse (Skouen, 1985).

Ser man på den voksne medlemsstokken finner man lite belegg for slike

påstander. Som Norges desidert største fritidsorganisasjon *gjenspeiler* idrettsbevegelsens medlemmer stort sett den sosiale sammensettingen av *befolkningen som helhet*. Idrettslagene skiller seg likevel noe ut ved en høy andel skoleelever og studenter, og få pensjonister, trygdede og arbeidsledige.

Figur 3.5 Andel i ulike befolknings- og aldersgrupper som er medlem i idrettslag.



Figur 3.5 viser følgende hovedtrekk:

- Blant de yngste er nesten halvparten medlem i idrettslag. Deretter synker andelen bratt med alderen, for så å flate ut.
- Idrettslagene har en overvekt av menn i alle aldersgrupper, størst blant de yngste og eldste.
- Andelen idrettslagsmedlemmer er litt høyere blant funksjonærer og selvstendige enn arbeidere, men forskjellene er små.

«Alderssklia» er mindre bratt når det gjelder medlemsskap enn fysisk aktivitet. Ut fra bakgrunnsmateriale framgår det likevel at om lag *fire av ti nordmenn har vært medlem tidligere*, mens tre av ti aldri har vært medlem. Her er det klare generasjonsforskjeller: I aldersgruppa 20-29 år er det svært få som

aldri har vært medlem, men nesten 50 prosent er frafalne medlemmer hvorav en stor del er jenter. Bare 27 prosent av jentene i denne aldersgruppa er medlem i idrettslag mot 39 prosent av gutta. På tross av kvinneidrettens store triumfer de seinere år, peker dette på at idrettens organisasjonsevne blant unge voksne kvinner er svak. Blant de eldre er andelen frafalne faktisk lavere, men andelen som aldri har vært medlem høyere.

Forskjeller mellom fylkene

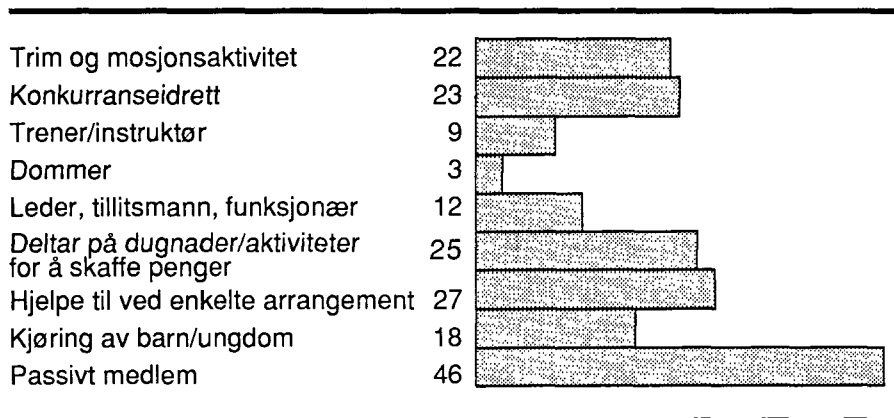
Idrettslagenes evne til å organisere de fysisk aktive varierer klart fra fylke til fylke. I Oppland er så mange som *halvparten* (49 prosent) av den voksne befolkningen *medlem* i idrettslag. På tross av en høy aktivitetsprosent finner vi i *Oslo* den laveste organisasjonsprosenten - bare *18 prosent* av befolkningen mellom 16 og 69 år er medlem i idrettslag (Se tabellvedlegg 3.1).

Det er lite samsvar mellom andelen regelmessig fysisk aktive og andelen idrettslagsmedlemmer i hvert fylke. Dette tyder på at det snarere er organisatoriske enn ytre strukturelle forhold som påvirker idrettslagenes evne til å rekruttere og holde på medlemmer.

Aktiviteten i lagene - mange er passive

På tross av regionale variasjoner er idrettslagenes evne til å organisere befolkningen imponerende. Evnen til å aktivisere medlemmene er imidlertid svakere.

Figur 3.6 Andel av idrettslagsmedlemmene som har deltatt i ulike lagsaktiviteter siste år.



Figuren gir et bilde av bredden av oppgaver i idrettslagene. Det er imidlertid et mindretall av medlemmene som deltar i fysisk aktivitet i lagene, og nesten halvparten betrakter seg som passive medlemmer.

På spørsmål om hva som er deres *viktigste* aktivitet i laget svarer over halvparten av medlemmene at dette er utenomidrettslige aktiviteter: Leder, tillitsverv, dugnader, hjelpe ved enkelte arrangement, kjøring av barn til trening og konkurranser.

Av de som deltar i lagenes idrettsaktiviteter - enten det er mosjons- eller konkurranseidrett - oppgir 53 prosent at de også deltar i idrettslagets andre aktiviteter og oppgaver. Nesten halvparten gjør det ikke. Blant de som primært deltar i støtteapparatet rekker omlag halvparten å være med i fysisk aktivitet i laget, den andre halvparten driver for en stor del trening og mosjon utenfor laget.

Målsettinger og hindringer

På spørsmål om hva medlemmene oppfatter som de to viktigste målene for deres idrettslag i årene framover er det *breddeorienterte mål* som scorer høyest: Bedre tilbudet for barn og ungdom (40 prosent), og utvikle bredde-tilbud/mindre prestasjonsorienterte aktiviteter (36 prosent). Mange legger også vekt på å styrke det sosiale miljøet, og skape tilbud hele familien kan delta i. Bedre muligheter for folk med ambisjoner - mere satsing på de beste - får oppslutning fra 18 prosent av medlemmene. (Tabellvedlegg 3.2.)

Oppfatningen av hvilke forhold som utgjør de viktigste hindringene for at lagene kan nå disse målene er ganske entydige: Åtte av ti peker på vanskene med å skaffe *ledere og trenere*, en tredjedel at det går for mye tid og ressurser på å skaffe penger, og noen færre peker på utilstrekkelige anlegg og lokaler. Om lag ti prosent svarer henholdsvis gal prioritering, uklare målsettinger, og konflikt mellom grupper. (Tabellvedlegg 3.3.)

Problemet med å få folk til å påta seg lederansvar og forpliktelser understrekes ved at 2/3 av medlemmene *ikke* er villige til å påta seg slike oppgaver.

Den organiserte idretten har altså en enestående medlemsoppslutning, men står overfor store organisatoriske utfordringer: Når det gjelder å aktivisere medlemmene, skaffe personell og kompetanse til å drive organisasjonen, og utvikle tilbud som er bedre tilpasset et bredere spekter av befolkningen. Endringene i befolkningens alderssammensetting - med færre unge og flere middelaldrende og eldre - vil ytterligere aktualisere disse spørsmålene.

Bedriftsidretten

Mer enn 25 prosent av de registrerte medlemsskapene i idrettslag gjelder *bedriftsidrettslag*. (Levekårsundersøkelsen, 1983). Bedriftsidretten utgjør altså en betydelig del av den organiserte idrettens medlemsgrunnlag. Bedriftsidretten vil bli behandlet i en særskilt rapport fra prosjektet. Enkelte hovedtrekk skal likevel skisseres her.

Sett i lys av at trivsel, arbeidsmiljø, bedriftskultur fremheves som stadig viktigere forutsetninger for å utvikle gode arbeidsplasser, innehar bedriftsidretten en interessant posisjon. I takt med økende mobilitet, endringer i

familiestrukturen og økende tidsknapphet, er det grunn til å anta at *arbeidsplassen* for mange får økt betydning som *knutepunkt* for sosial velferd og kontakt. Bedriftsbaserte velferdsordninger synes også å være på frammarsj (Hippe og Pedersen, 1988). Dersom fysisk aktivitet kan organiseres i tilknytning til arbeidet, kan transport og samordningsvanskene i hverdagen reduseres. Foreløpige analyser viser at det er en utbredt oppfatning blant arbeidstakerne at det bør legges bedre tilrette for fysisk aktivitet på arbeidsplassen, og at dette ville ha positiv innvirkning på trivsel og arbeidsinnsats.

Om lag en av ti yrkesaktive - 13 prosent - er medlem i et bedriftsidrettslag. Men langt fra alle arbeidsplasser har bedriftsidrettslag:

- Om lag en tredjedel av alle arbeidsplasser har bedriftsidrettslag.
- Tre fjerdedeler av medlemmene finnes på arbeidsplasser med mer enn femti ansatte, mens over halvparten av de yrkesaktive faktisk arbeider på mindre arbeidsplasser.
- Drøyt halvparten av medlemmene finnes i privat sektor, 18 prosent i kommunal sektor, og 24 prosent i statlig virksomhet.
- Hver fjerde ansatt i statlig virksomhet er medlem i bedriftsidrettslag, mot hver tiende i privat sektor.
- Der bedriftsidrettslag finnes er gjennomsnittlig tredve prosent av de ansatte medlemmer.

På mange arbeidsplasser foreligger det muligheter til fysisk aktivitet utenom bedriftsidrettslag. Tabell 3.6 viser hvor mange yrkesaktive som har ulike aktivitetsmuligheter på arbeidsplassen og hvor mange som benytter slike muligheter.

Tabell 3.6 Andel arbeidstakere som har ulike fysiske aktivitetsmuligheter på sin arbeidsplass, og andel av disse som benytter tilbudene.

	Har tilbudet	Har brukt
Bedriftsidrettslag	32	29
Pausegym.	7	40
Mosjons/trimgruppe	1	21
Anledning til å trene i arbeidstiden	7	37
Trimrom med dusj og garderobe	2	43
Får betalt timer i treningsinstitutt av arbeidsgiver	5	34

Bedriftsidretten er dominert av menn. Åtte av ti medlemmer er menn. Kjønnsskjevheten er minst blant medlemmer under 30 år. Aldersprofilen i bedriftsidretten er ikke så ungdommelig som i idrettslagene. Om lag 3/4 av medlemmene er over 30 år. Mange av medlemmene har idrettsbakgrunn. Medlemmene i bedriftsidrettslagene gjenspeiler i hovedsak arbeidsstyrkens sosiale profil, men det er en viss overrepresentasjon av faglærte arbeidere og høyere funksjonærer. Mange av medlemmene har god inntekt - over 40 prosent tjener over 200 000 kroner - over dobbelt så stor andel som i arbeidsstyrken generelt.

Heller ikke i bedriftsidretten er medlemsskap ensbetydende med deltagelse. I kapittel fem analyseres hvor mange og hvem som er fysisk aktive i ulike organisatoriske sammenhenger.

Oppsummering: Fysisk aktivitet i den voksne befolkning

- Nordmenn går fortsatt på tur. De tradisjonelle friluftssaktivitetene dominerer - også blant ungdom.
- 15 prosent deltar i idrettskonkurranser.
- Fire av ti nordmenn trener eller mosjonerer regelmessig, litt flere blant menn enn kvinner.
- Andelen regelmessig fysisk aktive har i hovedsak vært stabil på 80-tallet, men de aktive er blitt mer aktive.
- Nesten halvparten av trimmerne jogger.
- Hovedtyngden av trening og mosjon skjer utenfor idrettsanleggene.
- «Frafallsskila» er brattest i 20-årsalderen: Andelen fysisk aktive synker med alderen, og det største frafallet skjer ved overgangen fra ungdom til voksentilværelse.
- Det er klart flest fysisk aktive blant folk med høy utdanning og yrkesstatus.
- Idrettslagene organiserer tre av ti voksne, men nesten halvparten av medlemmene er passive.
- En tredjedel av de yrkesaktive har bedriftsidrettslag på egen arbeidsplass - en av ti yrkesaktive er medlem i bedriftsidrettslag.

Tilsammen tegner dette et bilde av en fysisk aktiv befolkning, men det er store forskjeller mellom befolkningsgrupper, og flertallet utøver ikke regelmessig fysisk aktivitet. Det er fortsatt et stykke igjen til målet om «Idrett for alle» er innfridd.

4 Hva kjennetegner de fysisk inaktive?

Den sterke utbyggingen av helsevesenet gjennom etterkrigstiden fikk bukt med en rekke folkesykdommer, men samtidig er en ny type helseproblemer dukket opp - *livsstilssykdommene*. Nøkkelen til å komme disse velstandssykdommene til livs ligger i forandring av livsmønster og aktivitetsvaner, snarere enn medisinske reparasjonstiltak. Det er bred enighet både blant leg og lærd om at fysisk utfoldelse og aktivitet er grunnleggende for å ta vare på den fysiske og mentale trivsel, yteevne og motstandskraft over livsløpet (Aarøe, 1983). Fysisk aktivitet «vaksinerer» mot livsstilssykdommer.

På tross av den sterke bevisstheten om fysisk aktivitets betydning, oppgir 6 av 10 voksne nordmenn at de ikke driver regelmessig mosjon, trening eller idrett. Og andelen fysisk inaktive er høyest i de gruppene som sosialt og helsemessig er mest utsatt. Mens andelen fysisk aktive er størst i de yngre og mest ressurssterke delene av befolkningen, øker andelen inaktive jo lavere sosial status og høyere alder.

For de aktørene som har fysisk aktivisering av befolkningen som målsetting representerer den passive majoriteten av befolkningen et stort tankekors. Ikke bare ser utbredelsen av fysisk aktivitet ut til å sammenfalle med andre sosiale skillelinjer i velferd og helse. Myndighetene og organisasjonenes evne til å aktivisere synes omvendt proporsjonal med behovet.

Det kan med rette innvendes at det gir liten mening og innsikt å beskrive det fysiske aktivitetsmønstret ved å inndeले befolkningen i to grupper - enten aktive eller inaktive. Folk fordeler seg snarere langs en glidende skala fra høyt til lavt aktivitetsnivå. I dette kapitlet skal vi derfor se litt nærmere på den gruppa som ikke regelmessig driver mosjon, trening eller idrett - når det gjelder sammensetting, fritidsbruk, forutsetninger og interesser for fysisk utfoldelse. Av mangel på et treffende fellesbegrep har vi allikevel valgt å kalle denne gruppa for inaktive.

Hvor passive er de inaktive?

Det er et langt sprang fra å drive regelmessig fysisk aktivitet til total passivitet. For å tegne et mer nyansert bilde skal vi se litt nærmere på de inaktives deltakelse i ulike fysiske aktivitetsformer.

9 av 10 inaktive bruker mindre enn en halv time daglig på å gå, sykle eller jogge til og fra jobben eller andre gjøremål. 8 prosent bruker 30-39 minutter daglig, og nesten 4 prosent oppgir å bruke mer enn én time.

Når det gjelder alle typer friluftsliv deltar de inaktive klart mindre enn de aktive. Dette gjelder både andelen som overhode har deltatt og antall turer. Mens over halvparten av de fysisk aktive tok mer enn 10 turer i skog og mark siste året, gjaldt dette kun 1/3 av de inaktive. Over 1/4 av de inaktive hadde ikke vært på tur/fottur/skitur i det hele tatt, og om lag 2/3 hadde gått færre enn ti turer, dvs. sjeldnere enn en gang i måneden.

En snau tredjedel av de fysisk inaktive oppga å ha drevet mosjon, sport eller idrett på annen måte, men kun 16 prosent mer enn 10 ganger.

De aktivitetene som utøves av flest inaktive er følgende:

Tabell 4.1 Mest utbredte aktiviteter blant fysisk inaktive. Prosent. (59 prosent av befolkningen)

	Antall ganger siste år				
	0-2	3-9	10-39	40+	
1) Hagearbeid/snømåking	22	16	37	25	100
2) Spasertur	24	25	32	20	101
3) Fottur i skogen	53	31	12	4	99
4) Skitur	55	24	18	4	101
5) Svømming, bading	60	23	4	4	101

Samlet sett vitner dette om et moderat aktivitetsnivå. Dette forhindrer ikke at det er betydelige forskjeller blant de inaktive. Ved å beregne antall aktiviteter siste år, kan man grovt inndelegge de inaktive i tre omtrent like store grupper etter aktivitetshyppighet:

- 1) *Forholdsvis aktive* (29 prosent): Denne gruppa drar ofte (over 40 ganger) på «lengre fotturer/skiturer» eller kombinerer noe færre slike turer (10-39) med annen mosjonsaktivitet. Når disse ikke har oppfattet seg selv som regelmessig fysisk aktive, kan det skyldes at de har et ujevnt aktivitetsmønster, eller at de ikke betrakter deler av aktiviteten som mosjon, trening, eller idrett.
- 2) *Noe aktive* (36 prosent): Denne gruppa drar ganske ofte (10-39 ganger) på «lengre fottur/skitur» eller varierer mellom en del (3-9) slike turer, og noe annen mosjonsaktivitet (1-9 ganger).

3) *Overveiende passive* (35 prosent): Majoriteten i denne gruppa drar aldri på «lengre ski/fottur» eller utøver annen mosjonsaktivitet, mens resten utfører slik aktivitet 2-4 ganger i året.

Man ser altså at heller ikke om man skifter ut den strenge aktivitetsdefinisjonen som er brukt i kapittel 3 med en løsere, øker andelen fysisk aktive i befolkningen særlig utover 60 prosent. Og omtrent hver 5. voksne nordmann tilhører «kjernegruppa» av fysisk passive.

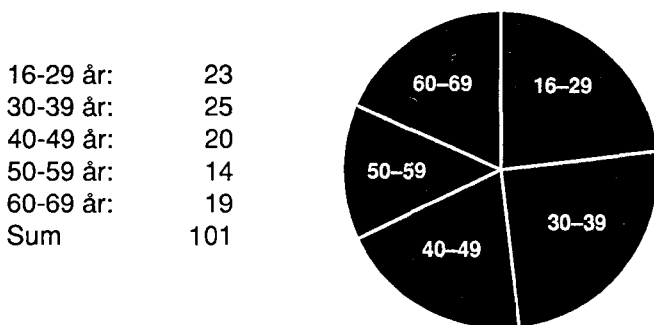
Hvem er de fysisk inaktive ?

Hvis det er en velferdspolitisk målsetting å styrke deltakelsen blant de som i dag er minst fysisk aktive, er det viktig å ha et klart bilde av den sosiale og demografiske sammensettingen av disse gruppene. Hvilke målgrupper står man overfor ?

Majoritet av unge voksne

Ettersom andelen regelmessig fysisk aktive synker kraftig med alderen er det en nærliggende hypotese at de inaktive vesentlig består av eldre. Som man ser av figuren nedenfor holder denne antakelsen ikke stikk.

Figur 4.1 Fysisk inaktive - alderssammensetting. Prosent.



Vi ser at nesten en fjerdedel av de inaktive er under 30 år, og oppimot halvparten befinner seg i aldersgruppa 30-49 år (45%). En viktig oppgave er altså å legge forholdene til rette for å aktivisere de store kullene unge voksne som i dag er inaktive. Disse kullene er ikke bare tallmessig store, i et folkehelseperspektiv er de *strategiske* med sikte på å aktivisere framtidens *eldrebølge*.

Andelen kvinner og menn blant de fysisk inaktive er om lag like stor, med en liten overvekt kvinner.

Kapittel 3 viste at det er klare forskjeller i andelen fysisk aktive mellom ulike sosiale grupper i befolkningen - jo høyere sosialstatus og utdanning, jo færre inaktive.

Tabell 4.2 Fysisk inaktive etter hovedbeskjeftigelse. Prosent.

Selvstendig med ansatte	3
Selvstendig uten ansatte	6
Ansatt funksjonær	19
Ansatt arbeider	36
Student, skoleelev	6
Pensjonist, trygdet	14
Hjemmевærende	15
Sum	99

Ut fra tabellen er det særlig verdt å merke seg:

- Nesten 1/3 av de inaktive er utenfor arbeidslivet. 15 prosent er hjemmевærende, og 14 prosent pensjonert eller trygdet.
- Drøyt halvparten er ansatte arbeidstakere. Over 1/3 av de inaktive regner seg som arbeidere, og snaut 1/5 som funksjonærer.
- Blant de yrkesaktive finner vi klare forskjeller i andelen inaktive etter utdanning og yrkesstatus.

Barn eller mosjon?

To tredjedeler av de fysisk inaktive er i alderen 20-49 år. En stor del av disse befinner seg i en *livsfase* med stort press: Ikke bare er begge foreldre i de fleste hushold fullt yrkesaktive, slik at husarbeid, innkjøp og andre ærend må utføres i fritiden. Andelen aleineforsørgere øker raskt. Etablering i boligmarkedet, ansvar for omsorgstrengende foreldre, og ikke minst, produksjon, omsorg, transport, og oppfølging av barn, utgjør et sett av flere, og ofte motstridende krav. For mange innebærer dette at tidligere fritidsinteresser må legges på is. Er det fortsatt slik at det å få barn for mange betyr mindre fysisk egenaktivitet?

Andelen inaktive er høyere (64 prosent) blant de som har barn enn blant de uten barn (54 prosent).

Tabell 4.3 Andelen fysisk inaktive blant kvinner og menn - med og uten barn - i tre ulike 10-årsgrupper. Prosent.

	KVINNER		MENN	
	Med barn	Uten barn	Med barn	Uten barn
20-29 år	75	40	49	41
30-39 år	62	56	65	48
40-49 år	63	52	61	74

Tallene åpner for en rekke tolkningsmuligheter som vil kreve nærmere analyse, men enkelte hovedtrekk er disse: Blant *kvinner i aldersgruppa 20-29* er det en markert forskjell mellom de med og de uten barn: 75 prosent av de med barn, mot 40 prosent av de uten barn er ikke fysisk aktive. Blant menn derimot er forskjellen langt mindre - 49 vs. 41 prosent. I denne aldersgruppa kan det synes som det først og fremst er kvinnene som må ta støyten. Det er nærliggende å slutte at dette avspeiler skjev fordeling av byrder og friheter mellom kjønnene, men det kan også ha andre grunner: At kvinner får tidligere og flere barn og dermed har større omsorgsbyrder enn sine jevngamle barnefedre. At kvinner i større grad enn menn prioriterer tid til barna framfor egen fysisk aktivitet.

I aldersgruppa 30-39 år er det mindre forskjeller i aktivitetsandelen mellom de med og uten barn, enn i aldersgruppa 20-29. Og andelen inaktive er faktisk betydelig lavere blant kvinner med barn i denne aldersgruppa enn blant 20-29-åringene. Dette kan dels skyldes at den verste omsorgskneika for en del kvinner er passert i denne alderen, dels at mange kvinner som får barn i denne alderen har utviklet et sterkere forankret aktivitetsmønster gjennom 20-årene, og dermed ikke faller fra så lett som de yngre mødrene. En tredje tolkning kan være at mange kvinner med barn i denne aldersfasen konfronteres med de fysiske ettervirkningene av moderskapet, og motiveres til å trene. Et fjerde element kan være at det delvis er kvinner fra ulike sosiale sjikt med forskjellig aktivitetsprofil som får barn i hhv. 20 og 30-årsalderen. Kvinner med høy utdanning får seinere og færre barn, og har en høyere andel fysisk aktive enn kvinner med lavere utdanning.

Det er også verdt å merke seg at andelen fysisk inaktive er høyere blant menn enn kvinner med barn i aldersgruppa 30-39 år. Det kan dels skyldes sterkere likestilling på hjemmefronten i denne generasjonen, dels at mennene er fullt opptatt med yrkeskarriere, og dels at menns farskap og møte med livsfaseklemma kommer seinere og mer ublidt.

I aldersgruppa 40-49 skjer det små forandringer blant de med barn - bortsett fra at aktivitetsnivået øker noe blant menn. Medvirkende er det sikkert at ungene er blitt såvidt store at de i større grad kan klare seg på egen hånd eller bli med. Blant de barnløse kan man observere en interessant kjønnsforskjell: Mens kvinnene øker sin aktivitetsandel, synker den markant blant menn i denne aldersgruppa.

Sett i sammenheng er det en klar tendens til at andelen fysisk inaktive øker når folk får barn, og at dette spesielt slår sterkt ut blant unge kvinner. Resultatene har en klar adresse til dem som organiserer fysisk aktivitet: *Hvordan kan de utvikle aktivitets- og organisasjonsformer som er tilpasset barnefamilienes forutsetninger?*

Dårligere fysisk form?

I idrettsorganisasjonene og myndighetenes arbeid for fysisk aktivitet er

helseaspektet - kampen mot livsstilssykdommene - gitt en fremtredende plass. I hvilken grad kan man spore forskjeller mellom de som er regelmessig fysisk aktive og de som ikke er det? Ut fra FAFOs materiale kan man finne visse forskjeller, men kanskje mindre enn mange ville forventet.

Tabell 4.4 Andelen som oppgir å ha ulike helseplager eller sykdommer - blant fysisk aktive og inaktive. Prosent.

	Inaktive	Aktive
Hjerte/karsykdommer	5	3
Høyt blodtrykk	11	6
Astma/allergi	10	12
Mage/tarmsykdommer	7	6
Belastningslidelser	36	33
Ofte uopplagt/ uten overskudd	20	14

Tallene viser at det *ikke* kan være helsemessige forskjeller som er årsaken til at én del av befolkningen er regelmessig fysisk aktiv og en annen del ikke er det. Dette underbygges av svarene på spørsmål om hindringer for å utnytte fritiden slik man vil: Under 10 prosent av de fysisk inaktive oppgir dårlig helse som en barriere, mot 5 prosent av de fysisk aktive.

Samtidig oppgir 15 prosent av de fysisk inaktive at de «*tar for lite initiativ*» i fritiden og «*ofte føler seg uopplagt og uten overskudd*». Nesten halvparten av de fysisk inaktive røyker daglig, mot snaut en tredjedel av de aktive.

For de organisasjoner som ønsker å aktivisere de fysisk inaktive, gjelder det å ha et realistisk bilde av målgruppenes fysiske form og selvtillit:

Tabell 4.5 «Omtrent hvor langt tror du at du kan jogge på flatt underlag uten å hvile?» Prosent.

	Inaktive	Aktive
Ikke i det hele tatt	16	6
Inntil 1/2 km	21	9
1/2 - 1 km	20	15
«2 - 3 km»	18	20
«4 - 5 km»	9	15
«6 - 10 km»	4	13
Over 10 km	2	18
Vet ikke	10	6
Sum	100	102

Over halvparten av de fysisk inaktive tror ikke at de kan jogge mer enn en kilometer i flatt lende. Dette viser at kravene til ytelse må starte på et moderat nivå dersom man skal trekke med disse gruppene.

Vi har sett at de som ikke utøver regelmessig mosjon eller trening også driver langt mindre friluftsliv enn den fysisk aktive delen av befolkningen. Prioriterer de andre interesser og andre former for fritidsbruk?

- De fysisk inaktive går i langt mindre utstrekning på kino, dans, restaurant, kafé eller idrettsstevne, enn resten av befolkningen.
- Også når det gjelder kulturaktiviteter som teater, opera, konsert, kunstutstilling og museumsbesøk, er deltakelsen blant de fysisk inaktive klart lavere enn i den øvrige befolkning.
- Andelen som er medlemmer i ulike typer organisasjoner er omtrent like høy blant fysisk aktive og inaktive.

Samlet gir ikke dette støtte til hypotesen om at lavt fysisk aktivitetsnivå har sammenheng med større fritidsaktivitet på andre områder. Tvert imot, *fysisk inaktivitet synes ikke bare å samvariere med sosial posisjon, men også med lav deltakelse på andre fritidsarenaer.*

Dersom deltakelse i ulike fritidsaktiviteter betraktes som et velferdsgode, ser en altså omrisset av en godefordeling preget av at de som er mest aktive på et område samtidig er de som er mest aktive på andre områder. Sagt på en annen måte: En står overfor en «*kumulativ ulikhet*» der de som faller utenfor på ett område, i større grad også faller utenfor på andre områder. Fritiden er ikke et «sosialt frikvarter» hvor alle møtes på like fot, men bidrar ofte til å utheve snarere enn å jevne ut sosial ulikhet.

Tatt i betraktning at det er «aktivistene» som i dominerende utstrekning er «synlige» og portretteres i mediaoffentligheten, utgjør ikke dette bare en velferdspolitisk oppgave - men også en *kunnskapsmessig utfordring*. Styrrer, beslutningsfatternes og organisasjonsforvaltners samfunnsbilde avspeiler «aktivistenes» virkelighet - som de selv tilhører. Dette kan forsterke tendenser til at grupper med liten integrasjon i «aktivitetssamfunnet» usynliggjøres og skyves ut i periferien av samfunnets oppmerksomhet. I en situasjon der innsatsen i stor grad retter seg inn mot konkurransen om de aktive og kjøpekraftige, er det vanskelig å øyne aktører som kan og vil ta vare på interessene og behovene til periferien i fritidsmarkedet.

Hvilke forutsetninger er tilstede for at de store gruppene som i dag er lite fysisk aktive kan mobiliseres til større deltakelse ? I FAFOs undersøkelse er de 59

prosent som ikke driver regelmessig fysisk aktivitet stilt en del oppfølgings spørsmål for å kartlegge interessen og forutsetningene for å endre aktivitetsvanene. Dette vil være et hovedtema i neste delrapport fra prosjektet - men vi presenterer enkelte hovedtrekk:

Tabell 4.6 Fysisk inaktive - tidligere aktivitet og interesse for å begynne å mosjonere eller trene regelmessig. Prosent.

	Interesse for å begynne		
	JA	NEI	ALLE
Ikke aktiv tidligere	37	63	100
Tidligere aktiv	68	32	100
Alle	53	47	100

Det slående og positive med denne tabellen er den utbredte interessen for økt mosjons og treningsinnsats:

- Over halvparten av de inaktive - nesten 1/3 av befolkningen tilsvarende over 900 000 mennesker - ønsker å begynne å mosjonere eller trene regelmessig.

Dette kan gi grunn til optimisme. Potensialene er store. Spørsmålet er imidlertid om disse gruppene framstår som attraktive for de tunge aktørene i det fysiske aktivitetsmarkedet, og om de har forutsetninger og kompetanse til å komme disse gruppene imøte på deres egne premisser.

- Nesten *halvparten* av de fysisk inaktive - om lag en tredjedel av befolkningen - har aldri drevet regelmessig fysisk aktivitet.

En vesentlig del av de inaktive er altså fremmede for og uten tidligere personlige erfaringer med fysisk mosjon eller trening. Det er grunn til å anta at denne gruppa savner kompetanse, selvillit, form, miljø og motivasjon som skal til for å aktivisere seg selv eller ta del i dagens eksisterende mosjonstilbud.

- Hele 37 prosent av de som aldri tidligere har vært fysisk aktive, ønsker å begynne å mosjonere eller trene regelmessig. Det tilsvarende tallet blant tidligere aktive er 68 prosent.

Dette peker på at tidligere aktivitet ser ut til å ha en langsiktig «*depot-effekt*» som - tross frafall - gjør folk mer mottakelige og motivert for å sette i gang på ny. I et aktiviseringsperspektiv er dette viktig: I grupper med tidligere

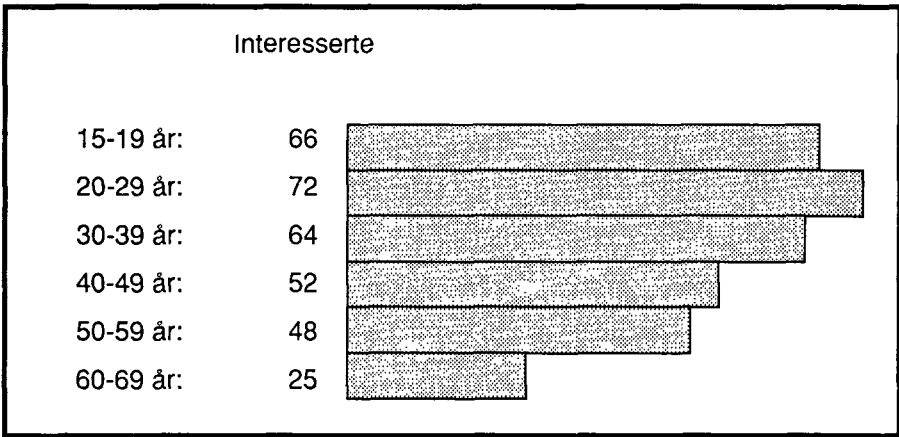
bakgrunn i fysisk aktivitet, er sannsynligheten for å ønske å ta dette opp igjen nesten dobbelt så stor som i grupper uten slik erfaring.

Tabell 4.7 Fysisk inaktive fordelt på alder og holdning til å begynne å mosjonere eller trene regelmessig (JA/NEI). Prosent.

	Alder						Alle
	16-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60 +	
Nei	3	11	19	20	15	31	100
Ja	6	25	30	20	12	8	100

Blant de 53 prosent som ønsker å begynne å mosjonere eller trene regelmessig ser vi at 3/4 befinner seg i alderen 20-49 år. Interessen svekkes med alderen, men også blant de eldste er ca. 1/4 positivt innstilt til å begynne å mosjonere.

Figur 4.2 Fysisk inaktive - andel i ulike aldersgrupper som kan tenke seg å begynne å mosjonere eller trene regelmessig.



Holdningen til å begynne regelmessig fysisk aktivitet varierer lite mellom kjønnene, men andelen interesserte kvinner er faktisk noe høyere enn blant menn (54 vs. 51 prosent).

Frafallstidspunkt

I hvilken livsfase falt de tidligere fysisk aktive fra ? Tabell 4.8 viser at over halvparten faller fra i alderen 16-29 år. Særlig tre perioder peker seg ut som kritiske: 18-20 år, 24-25 år, og 29-30 år. Dette er som nevnt livsfaser der mange opplever store forandringer knyttet til utdanning, etablering i arbeidsliv, familie, og boligmarkedet.

Tabell 4.8 Tidligere fysisk aktive - tidspunkt for frafall. Prosent.

Frafallsalder							
0-15	16-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	Alle
7	19	33	21	11	7	2	100

Aktivisere alle inaktive?

På tross av den brede interessen for økt fysisk aktivitet er det en gruppe på snaut 1/3 av den voksne befolkningen som verken i dag eller tidligere har drevet særlig fysisk aktivitet, og heller ikke ønsker å gjøre det.

Tabell 4.9 Grunner til ikke å ville begynne med regelmessig mosjon eller trening (Maks to svar). Prosentandel av de som ikke er interessert i å trene eller mosjonere.

Er ikke interessert	33
Helsemessige/medisinske grunner	28
Er blitt for gammel	20
Får nok mosjon i arbeidet	16
Tilbudene passer ikke for meg	9
Syns jeg er i for dårlig form	6
Er for sjenert	1
Syns jeg er for tykk	1
Annet	14

Innen denne «kjernegruppa» av fysisk inaktive oppgir flest at de «ikke er interessert», at de har «helsemessige hindringer» eller at de får «nok mosjon i arbeidet». 30-40 prosent av svarene henviser imidlertid til grunner av sosial eller organisatorisk art - «alder», «mangel på passende tilbud» og «dårlig form». Ettersom dette er stengsler som i prinsippet kan overvinnes, burde det være mulig å aktivisere flere i denne kjernen av fysisk passive.

De fysisk inaktives ønsker

Hvilke signaler gir de som i dag ikke trener eller mosjonerer regelmessig, men som kan tenke seg å begynne? Hvilke aktiviteter ønsker de inaktive å begynne med? Hvordan ønsker de å trene? Hvem ønsker de å trene med? Hvilke treningstilbud kan de tenke seg?

Tabell 4.12 Ønske om aktiviteter - inaktive kvinner og menn. De hyppigste aktivitetsønskene ut fra en liste på over 40 alternativ.

Blant kvinner	Blant menn
1 Gymnastikk (Trim-/gympartier)	1 Jogging
2 Svømming	2 Langrenn
3 Gymnastikk (Aerobics ol)	3 Fotball
4 Dans (Folke-/selskapsdans)	
5 Jogging	

Ønskene blant kvinner konsentrerer seg i stor grad om en håndfull aktiviteter, mens *mennene* sprer seg på et stort spekter der *jogging*, *fotball* og *langrenn* er de som skiller seg ut. En ser også at kvinner og menns ønsker delvis går i helt forskjellige retninger.

Kvinnene ønsker i stor grad å begynne med *gymnastikk*, *svømming*, *dans*, og *jogging*. Nye moderne gymnastikkformer som Aerobics ol. scorer faktisk lavere enn gymnastikk- og trimpartier. Dette kan tyde på at flertallet av de gymnastikkinteresserte ikke legger avgjørende vekt på bestemte aktivitetsprogrammer eller de nye treningstilbudenes «modern look». Det ser ut til at et godt gulv og god musikk kan være nok.

Rangeringen av aktiviteter gir en viss pekepinn om hvor det er lettest å rekruttere. Men blant de inaktive som ønsker å begynne å trene vil over halvparten foretrekke et treningstilbud der de kan *veksle* mellom forskjellige aktiviteter. Bare omkring en tredjedel vil foretrekke tilbud hvor man driver en enkelt aktivitet.

På tvers av kjønn og aldersskiller er det en betydelig andel som vil foretrekke å delta i grupper som er *bredt sammensatt alders- og kjønnsmessig* og der en kan veksle mellom ulike aktiviteter. (Se tabell 4.11 - 4.13.)

Kvinner er noe mer positive til å delta i sammenhenger med en bred alderssammensetning, men litt mindre positive til kjønnsblandete grupper enn menn. Blant menn er det 58 prosent som vil foretrekke tilbud hvor menn og kvinner trener sammen, mot 48 prosent av kvinnene. Tatt i betraktning at kvinner og menn i stor grad foretrekker ulike aktiviteter antyder dette et paradoks: Man vil gjerne være sammen, men gjøre ulike ting.

Tabell 4.11 «Vil du foretrekke et treningstilbud der man driver en bestemt aktivitet eller veksler mellom flere?» Andelen blant kvinner og blant menn. Prosent.

	Kvinner	Menn	Totalt
Én aktivitet	36	34	35
Veksle	52	56	54
Vet ikke	12	10	11
Sum	100	100	100

Tabell 4.10 «Vil du foretrekke å delta i blandete aldersgrupper eller med andre på samme alder?» Prosent.

	Egen aldersgr.	Blandete aldersgr.	Ingen bestemt oppfatning	Alle
Kvinner under 40 år	35	51	14	100
Kvinner 40 år og over	35	34	31	100
Menn under 40 år	38	40	22	100
Menn 40 år og over	46	40	14	100

Tabell 4.13 «Vil du foretrekke å delta sammen med folk av eget kjønn eller blandete grupper?» Prosent.

	Samme kjønn	Blandete grupper	Ingen bestemt oppfatning	Alle
Menn under 40 år	14	63	23	100
Menn 40 år og over	24	51	25	100
Kvinner under 40 år	29	52	19	100
Kvinner 40 år og over	43	41	16	100

Når det gjelder hva som skal til for å komme i gang å trene eller mosjonere på regelmessig basis, svarer de fleste at de trenger mer *tiltakslyst*, eller at de må bli *trukket med av venner* eller kjente. Mange peker også direkte på strukturelle hindringer: Kortere eller annerledes arbeidstid vil gjøre det lettere å komme i gang. Mange foreldre mener at ungene må bli større før de selv kan begynne å trene regelmessig.

Men hvorvidt arbeidssituasjon og familiesituasjon oppleves som hindringer henger nøye sammen med hvordan treningstilbudene er tilrettelagt. Et viktig spørsmål er derfor hvilke faktorer de inaktive vil legge størst vekt på ved valg av treningstilbud?

Tabell 4.14 Faktorer de inaktive vil legge vekt på ved valg av trening - og mosjonstilbud blant kvinner og menn. Prosent.

	Kvinner	Menn
1 Kort reisetid fra bosted	44	37
2 At jeg liker miljøet	37	39
3 At aktivitetene er tilpasset min fys. form	24	19
4 Slipper binding til bestemte dager, tider	16	27
5 At man ikke må være så sprek	21	13
6 At tidspunktet passer	16	18
7 At jeg kan ta med ungene, familien	12	12
8 At venner, kjente går der	8	8
9 At jeg vil få kyndig instruksjon	7	8
10 At det er inspirerende og varierte akt	5	4
11 Må gi utfordring, spenning	1	5
12 Innbydende lokaler, utstyr	3	2
13 Kort reisetid fra arbeidsplassen	1	4
14 Lav deltakeravgift	1	2

Kort reisetid, godt miljø, aktiviteter tilpasset egen form og prestasjonsnivå, og å slippe å binde seg til bestemte dager og tider er de faktorene som oftest går igjen. Samtidig er det overraskende få som legger avgjørende vekt på kyndig instruksjon, innbydende og godt utstyrte lokaler og lave deltakerutgifter.

Selv om hovedtrekkene er felles for kvinner og menn, er det klart flere kvinner enn menn som fremhever reisetid fra bosted, at man ikke må være så sprek, og at aktivitetene er tilpasset egen fysisk form. Menn legger større vekt på at de ikke må binde seg til bestemte dager og tidspunkt.

Hvilke treningsformer og treningstilbud er det så de inaktive tenker seg best imøtekommer deres ønsker og behov?

Tabell 4.15 «I hvilken av de følgende sammenhengene vil du foretrekke å trene eller mosjonere?» Kjønn og alder. Prosent.

	Kvinner		Menn		Total
	Under 40 år	Over 40 år	Under 40 år	Over 40 år	
Aleine,m/venner,familie	44	48	61	67	54
Private treningsstudio	8	5	8	6	7
Private kurs,partier ol	24	17	1	1	12
Idrettslag	17	9	19	6	14
Tilbud på arbeidsplassen	3	3	7	15	6
Andre sammenhenger eks. tilbud i nabolaget	4	18	4	5	7
Sum	100	100	100	100	100

Tabell 4.15 viser hvilke treningssammenhenger de inaktive vil foretrekke å delta i:

- Over halvparten (54 prosent) av de inaktive vil foretrekke å drive på egen hånd eller sammen med venner eller familie. Andelen er klart høyere blant menn enn kvinner.
- 14 prosent vil foretrekke idrettslag, flere blant de yngre færre blant de over 40 år.
- Klart flere vil foretrekke private tilbud enn idrettslag, spesielt blant kvinner. Blant kvinner under 40 år vil hele 1/3 foretrekke et privat tilbud - helst «kurs, parti eller klasse.»
- Tilbud på arbeidsplassen er attraktive for ganske mange menn, spesielt i aldersgruppa over 40 år. Kvinnene i denne aldersgruppa er mer nærmiljøorienterte.

Et slående trekk her er de private tilbudenes tiltrekningskraft på yngre kvinner, likeledes de store potensialene som synes å ligge på arbeidsplassene blant menn over 40 år. For mange synes det å være et langt mindre løft å ta en joggetur med arbeidskameratene, enn å oppsøke organiserte tilbud i andre sammenhenger. Kvinner synes også å være mer sosialt orientert - færre vil drive på egen hånd, flere i organiserte sammenhenger.

Andelen som foretrekker å delta i idrettslag er beskjeden. De inaktive ble imidlertid også spurt om det kunne være aktuelt for dem å trene/mosjonere i idrettslag ? 1/3 svarte bekreftende på dette - i første rekke yngre.

De vanligste grunnene til at 2/3 ikke ser idrettslaget som et aktuelt treningssted, er følgende: Idrettslag oppfattes som for *forpliktende* og for *krevende* når det gjelder dyktighet og fysisk form.

Tabell 4.16 Grunner til ikke å anse idrettslag som et aktuelt treningssted blant inaktive som ønsker å trene/mosjonere mer. Prosent

Er for forpliktende	29
Er for prestasjonsrettet, stiller for store krav til dyktighet og fysisk form	20
Er blitt for gammel	17
Har ikke noe tilbud som passer	15
Liker ikke organiserte aktiviteter	13
Har sluttet med aktiv idrett	11
Kvier meg for å gå inn i nytt miljø	6
Trives ikke i idrettsmiljø	4
Finnes ikke idrettslag der jeg bor	1

Oppsummering: Hva kjennetegner de fysiske inaktive?

Dette kapitlet har fokusert på den delen av den voksne befolkningen som ikke driver regelmessig fysisk aktivitet definert som trening, mosjon eller idrett minst en gang pr. 14 dag.

- 6 av 10 nordmenn er ikke regelmessig fysisk aktive, men mange driver mosjon og friluftsliv på mer uregelmessig basis.
Om lag en femtedel driver omtrent ingen form for mosjon.
- Nesten halvparten av de inaktive er mellom 30 og 49 år, og nesten en fjerdedel er under 30 år.
- Andelen inaktive er relativt høyere blant småbarnsforeldre.
- Omlag halvparten av de inaktive i dag har aldri drevet regelmessig fysisk aktivitet, men like mange har vært aktive før hvorav flesteparten falt fra i 20-årsalderen.

Det viktigste funnet er at halvparten av de inaktive er interessert i å begynne å mosjonere eller trene regelmessig. Potensialene er store.

Selv om behovene varierer er det flest som legger vekt på at treningstilbud må være preget av kort reisetid, godt miljø, og god tilpasning til den enkeltes fysiske form og dyktighet. Mange - spesielt menn - legger også vekt på at de ikke vil binde seg til bestemte tidspunkt eller dager.

Flertallet er positive til å delta i treningsgrupper med blandet sammensetting når det gjelder kjønn og alder, og vil gjerne veksle mellom aktiviteter. Kvinner og menn har imidlertid delvis forskjellige aktivitetsønsker. Blant menn scorer langrenn, jogging og fotball høyest, mens kvinner i større grad ønsker å drive med mykere aktiviteter: Gymnastikk, svømming, aerobics, dans og jogging.

De fleste inaktive vil helst drive fysisk aktivitet på egen hånd, men klart færre blant kvinner enn menn. Idrettslagene er først og fremst attraktive blant de yngste. Blant kvinner under 40 år vil hele 1/3 foretrekke private treningstilbud. Blant menn over 40 år er arbeidsplassen et aktuelt utgangspunkt for mange.

5 Den sosiale organisering av fysisk aktivitet

«Kampen om trimmerne er i full gang!» Dette Dagsrevyen-oppslaget illustrerer viktige endringer ikke bare i forståelsen, men også organiseringen av fysisk aktivitet. Den internasjonale «fitness-bølgen» har feid over landet og gitt spillerom for såvel nye aktiviteter som nye operatører. Helsestudioer, squash-haller, og treningstilbud med eksotiske navn, har spredd seg med forbausende fart utover landet. De bærer bud om både organisatorisk, økonomisk og språklig nyskapningsevne. Utstyrsleverandørene har hatt gode tider, og idretten er for alvor innlemmet i markedets økonomiske logikk. Den organiserte idretten er ikke lenger dominerende monopolist, men må kjempe med private aktører om andeler i et marked der skiftende trender og image-jakt tilsynelatende spiller en mer fremtredende rolle enn dugnadsånd og lagsarbeid. Idretten er blitt mer *konkurransesatt*. Den rammes ikke bare av stagnerende konkurranseevne på medaljemarkedet, men også på hjemmemarkedet.

Samtidig som den organiserte idretten rammes av skrumpende ungdomskull, kan det se ut til at den møter utfordringer på to andre fronter: Parallelt med privatisering i form av økende kommersielle tilbud, ser det ut til at uformell, selvorganisert fysisk utfoldelse har blomstret opp i 80-årene. Nærmiljø og arbeidsplasser er sosiale utgangspunkt for fysisk aktivitet som vokser fram på siden og utenfor idrettens tradisjonelle arenaer.

Snarere enn ett enhetlig fysisk aktivitetsmarked, står man overfor flere ulike *delmarkeder* med høyst ulik karakter når det gjelder motiv, ytelseskrav, medlemskap, forpliktelser, adgangsbetingelser, aktivitetsinnhold, anlegg, økonomi og sosial organisering. Mellom de ulike sosiale arenaene finnes forskjellige sosiale barrierer og mekanismer som påvirker rekruttering og styrer strømmene i markedet. Drivkreftene som trekker folk til «Aerobics»-kurs er kvalitativt andre enn de som styrer de «ensomme ulvene» som jager langs veiene. En nærliggende hypotese er at det ikke bare er virkemåten og tilbudets karakter som varierer, men at også målgruppene og den sosiale sammensetningen av deltakerne er systematisk forskjellig mellom ulike organisatoriske sammenhenger.

Forståelsen av at man står overfor et segmentert og oppsplittet marked, kan synes selvfølgelig, men er viktig i utformingen av fritidspolitiske strategier som har «Idrett for alle» som mål. Den norske debatten om «Idrett for alle» har i dominerende grad dreid seg om den organiserte idrettens vilkår. Dermed har det faktum at en viktig del av den fysiske utfoldelsen foregår i helt andre sosiale sammenhenger kommet i bakgrunnen.

Dersom man skal utforme en strategi for «Idrett for alle», er det avgjørende å innrette ressursbruk og virkemidler etter de *målgrupper* som kan aktiviseres ved ulike organisatoriske tiltak. Som i annen servicevirksomhet treffer generelle virkemidler ingen riktig hjemme. Det er derfor viktig å utvikle et variert knippe av virkemidler tilpasset forskjellige målgruppers spesielle behov og forutsetninger. Dette er utgangspunktet for at vi i vår undersøkelse ikke bare har lagt vekt på hvem som gjør hva, men i *hvilken sosial og organisatorisk sammenheng* folk utøver sine aktiviteter, og hvilke sammenhenger de ønsker å delta i.

I dette kapitlet skal vi se nærmere på hvordan de regelmessig aktive «trimmerne» fordeler sin aktivitet på ulike sosiale og organisatoriske arenaer: Fra idrettslag via helsestudio til familie og nærmiljø. Vi vil ta utgangspunkt i følgende problemstillinger:

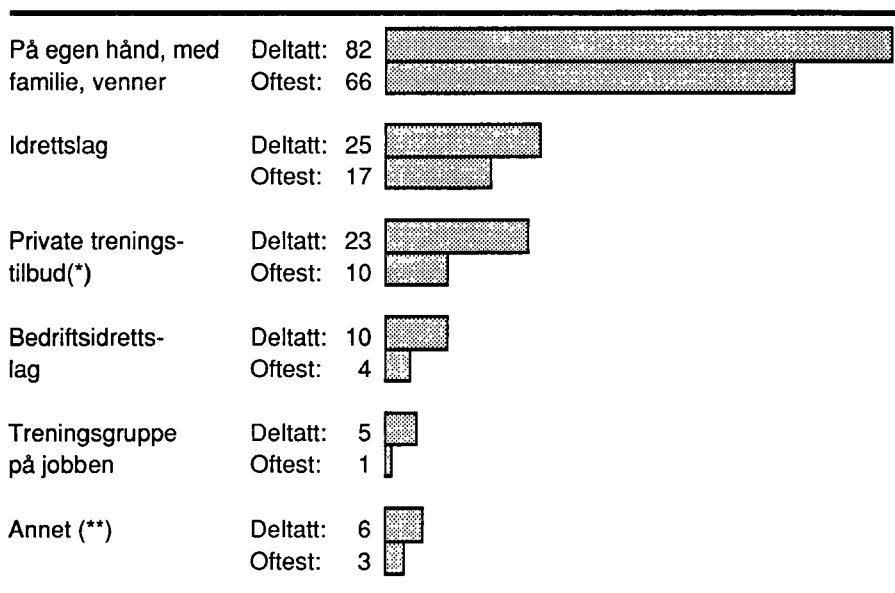
- Hvor mange og hvilke grupper av «trimmerne» trener eller mosjonerer i ulike sosiale og organisatoriske sammenhenger ?
- Er aktivitetsmarkedet oppdelt i strikt adskilte segmenter med faste deltakere og ulik sosial profil , eller vandrer «trimmerne» mellom ulike arenaer og tilbud ? Hvor er barrierene og hvor går strømmene i aktivitetsmarkedet?
- Følger strømmene i det fysiske aktivitetsmarkedet sosiale skillelinjer på andre felt - sosial posisjon og livsfase ?

Når man skal undersøke strømmer og struktur i aktivitetsmarkedet kan man gjøre analyser langs mange dimensjoner og lage svært detaljerte inndelinger etter aktivitetsinnhold, prestasjonsnivå, organisering, hvem som deltar. Som et første trinn i en slik analyse har vi valgt å foreta en grovinndeling ut fra faktiske organisatoriske grenser: Vi skiller mellom uformell egenorganisert aktivitet, idrettslag, bedriftsidrettslag, helsesportslag, privatdrevne tilbud, og enkelte mindre formaliserte sammenhenger som treningsgruppe i borettslag, på jobben mv. Dette innebærer at det kan være interessante skillelinjer innen de enkelte arenaene som vi overser.

Hvor mange av «trimmerne» deltar i ulike sammenhenger ?

Endel av «trimmerne» veksler mellom ulike organisatoriske sammenhenger for fysisk aktivitet. Figur 5.1 viser derfor både hvor mange som i løpet av året har deltatt i ulike sammenhenger, og hvor store kjernegruppene i hver sammenheng er. Sagt på en annen måte: Hvordan er markedsandelene fordelt?

Figur 5.1 Hvor stor andel av de regelmessig fysisk aktive deltok i trening eller mosjon i ulike organisatoriske sammenhenger 1987 ? Og hvor deltok de oftest ?



(*) Private treningstilbud omfatter «privat treningsstudio, squashhall» og «private kurs, partier, klasser (eks. aerobics, dans, ballett)»

(**) «Annet» omfatter helsesportslag, treningsgruppe i bomiljø, og annet.

De sentrale resultatene i figur 5.1 kan oppsummeres i følgende punkter:

- Mer enn åtte av ti regelmessig fysisk aktive drev *uformell, selvorganisert aktivitet* «på egen hånd, med venner, eller familie». Og for seks av ti var dette den primære aktivitetssammenhengen.
- Hver fjerde «trimmer» (25 prosent) hadde i løpet av året deltatt i mosjon eller trening i *idrettslag*. Om lag hver sjettede (17 prosent) drev oftest i idrettslag.
- Mer enn hver femte «trimmer» hadde mosjonert eller trent i *kommersielle private tilbud*: 13 prosent i «helsestudio, squashhall» og 10 prosent i «private kurs, parti, klasse, eks. aerobics, dans, ballett». Omtrent hver tiende «trimmer» hadde dette som sin primære arena.
- Hver tiende (ti prosent) hadde deltatt i aktivitet i *bedriftsidrettslag* og fem prosent i treningsgruppe på jobben. Hver tyvende «trimmer» driver som oftest i idrettslag.

Ikke overraskende er det fortsatt den *uorganiserte, nettverksbaserte aktiviteten som dominerer*. Man ser også at arbeidsplassen gjennom bedriftsidrettslag og «treningsgruppe på jobben» omfatter en del. Mange knytter altså sin fysiske aktivitet til nærmiljøet.

Mer oppsiktsvekkende for mange er det nok at *de private treningstilbudene*

aktiviserer nesten like mange som idrettslagene. Og den store majoriteten av aktive, tre fjerdedeler, oppsøker ikke idrettslagene for å trene eller mosjonere.

I to tidligere undersøkelser gjennomført av NIF (Fjeld mfl., 1979 og 1983) oppga drøyt 60 prosent at de oftest trente aleine eller med familien, om lag 20 prosent i idrettslag, og noe flere med «andre utenom idrettslag». Andelen som oftest trener i uformelle sammenhenger er økt litt, mens andelen som oftest trener i idrettslag har sunket litt - fra 20 prosent i 1983 til 17 prosent i 1987. Dette til tross for at de som regnes som fysisk aktive i 1987-undersøkelsen representerer en mindre og mer aktiv del av befolkningen enn i 1983.

Hvor går strømmene i markedet ?

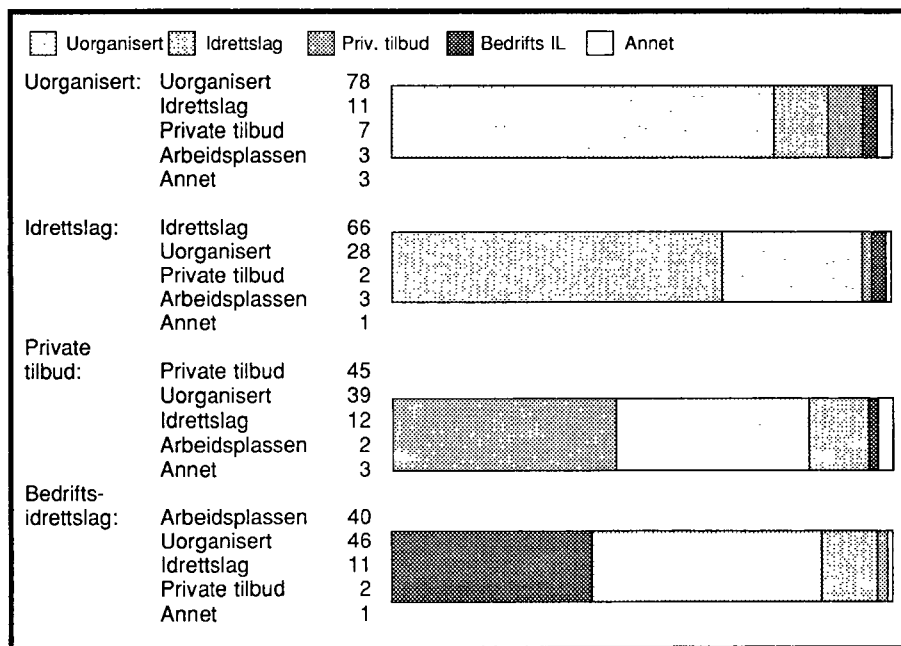
I hvilken grad veksler folk mellom ulike sammenhenger for fysisk aktivitet og hvilken retning har strømmene ? Er enkelte sammenhenger vesentlig supplement eller alternativ til andre arenaer ?

Nesten seks av ti «trimmere» driver mosjon eller trening kun i en sosial sammenheng - de fleste på uformell basis.

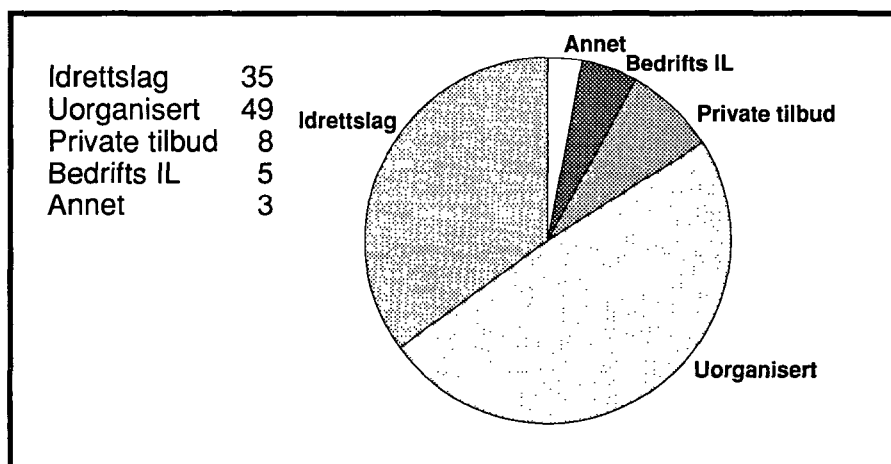
Tre av ti deltar i to sammenhenger, mens om lag en av ti har vært innom tre eller flere sammenhenger.

Figur 5.2 gir et bilde av størrelsen og retningen på strømmene i det fysiske aktivitetsmarkedet ved å vise hvor stort «grunnfjellet» er, og hvor de mer flyktige deltakerne i hver sammenheng stammer fra.

Figur 5.2 Deltakere i fysisk aktivitet i ulike sammenhenger fordelt etter hvor de oftest er fysisk aktive. Prosent.



Figur 5.3 Medlemmene i idrettslag fordelt etter hvor de oftest driver trening eller mosjon. Prosent



Den *uformelle, selvorganiserte* aktiviteten omfatter klart flest. For om lag en fjerdedel som driver slik aktivitet er det et supplement til mer organisert virksomhet. En del av dem som oftest driver egenaktivitet deltar i tillegg i idrettslag, private tilbud eller bedriftsidrett. Det er altså et visst vekselbruk mellom uorganisert aktivitet og deltakelse i andre sammenhenger.

De som trener eller mosjonerer i *idrettslagene* har i stor grad dette som sin *primære arena*: Knappt 1/3 av deltakerne driver oftere andre steder, de fleste på uformell basis. En del av idrettslagenes «kjernetropper» supplerer med deltakelse i privatdrevet regi (18 prosent). Noen slenger også med i bedriftsidrettslag (7 prosent) og i treningsgruppe på jobben (5 prosent). I hovedsak synes imidlertid idrettslagenes «kjernetropper» å være monogame - så lenge det varer. De fleste aktive konsentrerer innsatsen til laget. Samtidig er det kanskje dette monokulturelle preget i idrettslagene som gjør at de fleste med alderen faller fra og inngår i nye sammenhenger.

Oversikten over hvor idrettslagenes *medlemmer* oftest mosjonerer eller trener kan understøtte en slik hypotese: Bare 1/3 av medlemmene trener oftest i idrettslagets regi, nesten halvparten i uformelle sammenhenger eller aleine, og 16 prosent i andre sammenhenger. Idrettslagene er altså en primærarena for de «aktive» medlemmene, men 2/3 av den voksne medlemsstokken trener oftest i andre sammenhenger.

I *bedriftsidrettslagene* utgjør «grunnfjellet» en mindre andel av deltakerne - om lag 40 prosent. Nesten halvparten driver oftest selvorganisert aktivitet, og 11 prosent oftest i idrettslag. For mange er altså bedriftsidrettslagene et tilbud som kombineres med egenaktivitet, deltakelse andre steder, foruten å tjene som nedtrappingsarena for idrettsfolk.

Hypotesen om at de *privatdrevne tilbudene* først og fremst er et supplement til deltakelse i andre sammenhenger, blir bare delvis bekreftet. For nesten

halvparten av de som har deltatt, er dette den viktigste mosjons- eller treningsarenaen. De fleste øvrige deltakerne driver oftest egenaktivitet, og 12 prosent i idrettslag. Blant «kjernetroppene» i de kommersielle tilbudene er det nesten ingen som deltar i annen organisert mosjonsvirksomhet.

Som helhet ser man at innslaget av «vekselbruk» varierer en del, men i alle sammenhenger er det en betydelig andel faste «kjernetropper».

De viktigste «stiene» i markedet går mellom ulike organiserte sammenhenger, og uformell egenaktivitet. Innslaget av variasjon og vandring på tvers mellom ulike organiserte arenaer er beskjedent, bortsett fra mellom idrettslag og bedriftsidrett. Og selv om en del av de «ihuga» innen idrettslagene frekventerer private arenaer i tillegg, synes det på kort sikt å være ganske tette skott mellom utøverne i den organiserte idretten og den privatdrevne virksomheten. Et nytt trekk er imidlertid at enkelte private operatører prøver å utvide sitt virksomhetsgrunnlag ved direkte henvendelser til idrettslagene - samtidig som enkelte idrettslag kjøper seg tjenester i markedet. Det er feks. ikke uvanlig at fotballag driver styrketrening i helsestudioer gjerne knyttet til gjensidige markedsføringsavtaler. Båndene mellom idrett og marked knyttes tettere.

På *kort sikt* er likevel hovedtrekket at idrettslagene og de private operatørene har ulikt nedslagsfelt - de rekrutterer grupper som er delvis forskjellige når det gjelder idrettslig bakgrunn, status, og livsfase.

Sett i et *lengre tidsperspektiv* derimot representerer de private operatørene en klar utfordring for den organiserte idretten. Overgangen mellom ulike arenaer er koplet til mobilitet over livsløpet - der privat og uformell virksomhet fanger opp og kan bidra til å aksellerere idrettslagenes frafallsvansker. Snarere enn «vekselbruk» synes «seriemonogami» over livsløpet å være den mest treffende betegnelse for trimmernes bevegelser.

Dette kan ikke bare føre til færre voksne aktive i idrettslagene - men mer alvorlig - en tapping av kompetanse og nøkkelgrupper som tidligere ofte gikk over i rollen som ledere og ildsjeler i idrettslagene når den aktive karrieren var forbi. For mange er ikke lenger klubben et livslangt annet hjem - der man yter tilbake det man selv tok del i - men et tilbud man benytter så lenge den leverer relevante tjenester.

Alvoret i denne formen for «braindrain» - eller *årelating* - underbygges av at nesten åtte av ti idrettslagsmedlemmer mener at «gjennomtrekk og vansker med å skaffe ledere/trenere» er den viktigste hindringen for at laget deres kan innfri sine målsettinger. Og nesten 2/3 av medlemmene sier at de ikke er villig til å påta seg tillits- eller lederverv. I den privat drevne sektor derimot blir lederne lønnet, ikke bare takket.

Hvem trener hvor ?

For praktiske tiltak har kjennskap til strukturen og strømmene i markedet liten verdi om man ikke samtidig kan identifisere hva som særpreger og adskiller deltakerne i de ulike delmarkedene: I hvilken grad kan man spore systematiske

forskjeller eller likheter mellom deltakerne når det gjelder idrettslig erfaring, livssituasjon, bakgrunn og forutsetninger ?

Forskjeller i idrettslig bakgrunn ?

Hvilken rolle spiller folks idrettslige bakgrunn og erfaring for valg av aktivitetssammenheng ? Er konkurransen om «trimmerne» hovedsakelig et «nullsumspill» der ulike aktører kjemper om de samme gruppene - eller utgjør de tilsammen et mangfold som utfyller hverandre ved å aktivisere grupper med varierende idrettslige forutsetninger ?

Tabellvedlegg 5.10 viser svarfordelingene på flere spørsmål om tidligere fysisk aktivitet.

- 68 prosent av de regelmessig aktive oppgir å ha drevet fysisk aktivitet «alltid», 17 prosent har begynt i voksen alder, og 15 prosent har hatt lengre opphold.

Majoriteten av de aktive begynte altså i unge år. Dette samsvarer med et generelt funn i idrettsforskningen - at idrettslig biografi og tidlig innøvde aktivitetsvaner er mest utslagsgivende for aktivitet seinere i livet (Engstrøm, 1983 og Fasting, 1983). Når det gjelder å *aktivisere nye voksne grupper* kommer idrettslagene svakest ut:

- Mens 18 prosent av dem som har deltatt i idrettslag har begynt i voksen alder (8 prosent) eller hatt lengre opphold (10 prosent), er den tilsvarende andel i privatdrevne sammenhenger og blant «nettverkstrimmerne» 32 prosent. Blant dem som oftest trener i private tilbud har hele 40 prosent begynt i voksen alder eller hatt lengre avbrekk. I bedriftsidrettslagene har 1/4 begynt igjen etter lengre opphold.

Dette innebærer at de private operatørene og delvis bedriftsidretten har større evne enn idrettslagene til å aktivisere voksne «nybegynnere» og «come backere», men de fleste begynner på egen hånd.

Samtidig fanger de private operatørene, uformell sektor, og bedriftsidretten opp mange *frafalne fra idrettslagene*: Snaut 40 prosent av «kjernetroppene» i det private markedet er tidligere medlemmer av idrettslag, 34 prosent er medlemmer i dag, mens 26 prosent aldri har vært medlem. Fem prosent oppgir å ha tillitsverv i idrettslag i dag. Samme mønster gjør seg gjeldende blant «nettverkstrimmerne» og i bedriftsidretten.

Den største gruppen *frafalne fra idrettslagene* går altså over til egenaktivitet med årene, og en vesentlig del av idrettslagenes nåværende medlemmer kutter ut den organiserte del og fortsetter den individuelle.

Dette uttrykker både styrker, svakheter og et dilemma for den organiserte idretten: På den ene siden «*depoteffekten*» - mange er loyet inn i fysisk aktivitet via idrettslagene og fortsetter å være aktive oppover i årene. På den andre siden er idrettslagenes tilbud i liten grad attraktive for voksne. Idrettslagene tjener

altså som et slags *utdanningssystem* for fysisk aktivitet, og bereder dermed i stor grad markedsgrunnlaget for sine nye konkurrenter. Utakk er verdens lønn.

Så mange som halvparten av de som mosjonerer eller trener regelmessig har drevet *aktiv konkurranseidrett*. I idrettslagene og bedriftsidrettslagene har hele tre fjerdedeler drevet konkurranseidrett. Blant de tidligere konkurranseaktive trener fire av ti i idrettslag i dag - men seks av ti gjør det ikke. Og det er bare en av ti (13 prosent) uten konkurranseerfaring som trener i idrettslag.

Blant «nettverkstrimmerne» har om lag halvparten tidligere drevet konkurranseidrett, i de private tilbudene har om lag fire av ti slik bakgrunn. Selv om mange av deltakerne i private tilbud har vært medlem i idrettslag, er det altså et mindretall som har konkurransebakgrunn. Og i de kvinnedominerte «private kurs, partier og klasser» har sju av ti ikke drevet konkurranseidrett.

Selv om det kan spores sosiale forskjeller i «trimmernes» organisasjonsmønster, er det først og fremst forskjeller i *idrettslig bakgrunn* som skaper tendenser til ulikhet og segmentering i det fysiske aktivitetsmarkedet: Både idrettslag og bedriftsidrettslag er dominert av folk som har drevet aktiv konkurranseidrett, og slik erfaring synes å være noe bortimot en *reell sosial forutsetning* for å delta. Grupper uten idrettslig konkurransebakgrunn mosjonerer og trener i altoverveiende grad i andre sammenhenger - uformelt eller i privat regi. Men også blant tidligere konkurranseaktive driver majoriteten av fysisk aktive ikke i idrettslag, men i andre sammenhenger.

Idrettslagene synes altså lite attraktive eller tilgjengelige for grupper som ikke er født inn i «familien». I tillegg går majoriteten av medlemmene som er forbi formtoppen over til egenaktivitet eller til konkurrentene. Dette tyder på at idrettslagenes tilbud, ytelseskrav og kultur er i utakt med ønskene og interessene til de store gruppene av voksne som driver fysisk aktivitet.

Forskjeller mellom kjønn og aldersgrupper

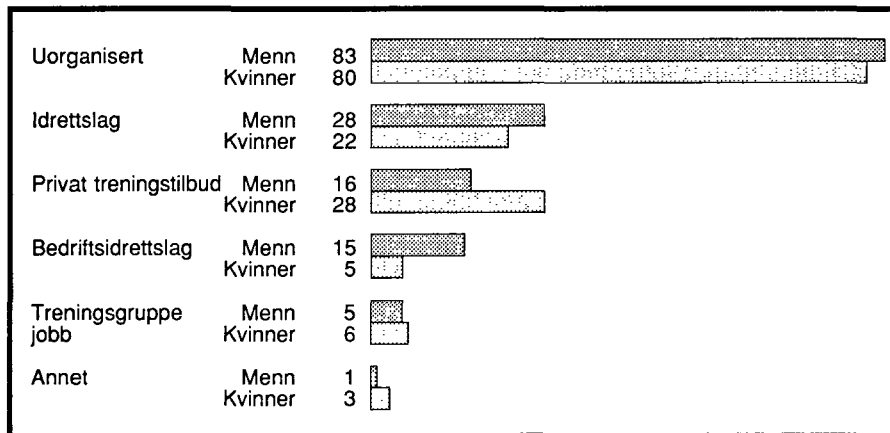
«Trimmernes» organisasjonsmønster varierer med alder og kjønn slik det framgår av figur 5.3 og 5.4.

Figuren viser tydelige forskjeller mellom menn og kvinner når det gjelder organisert virksomhet:

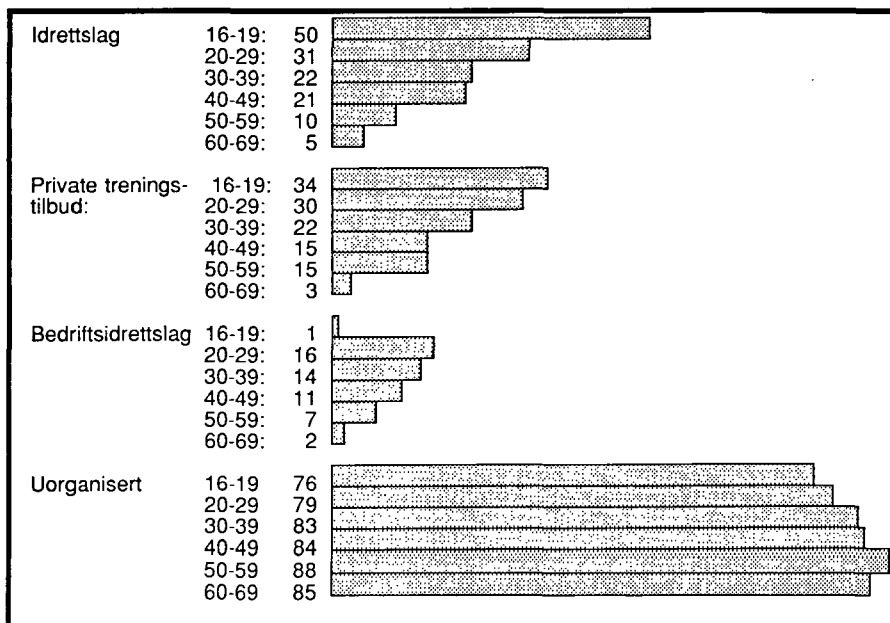
- I *idrettslagene* er det en *maskulin overvekt* - 58 prosent menn mot 42 prosent kvinner. Og blant menn er idrettslagene fortsatt den største organisatoren: I tillegg til at 28 prosent har deltatt i idrettslag har 15 prosent av mennene deltatt i bedriftsidrettslag, mens 16 prosent har drevet i privatdrevne sammenhenger.
- Blant *kvinner* har derimot de *private operatørene* større oppslutning enn idrettslagene: 28 prosent av kvinnene har deltatt i privatdrevet aktivitet, mot 22 prosent i idrettslag. Omtrent like mange kvinner trener oftest i private tilbud som i idrettslag (15 prosent). De private arenaene har en klar kvinneovervekt - 62 prosent kvinner mot 38 prosent menn.

På tross av kvinneidrettens triumfer er den organiserte idretten på vikende front i kampen om de voksne kvinnelige «trimmerne». Et annet uttrykk for dette er at antallet voksne kvinnelige medlemmer i NIF de siste årene har sunket (NIF,1987). Som man så i kapittel 3 har kvinnene delvis et annet aktivitetsmønster enn menn. De søker i mindre grad tradisjonelle idretter, i større grad dans og musikk-orienterte gymnastikkformer.

Figur 5.3 Andelen regelmessig fysisk aktive blant kvinner og menn som har deltatt i ulike organisatoriske sammenhenger 1987.



Figur 5.4 Andel regelmessig fysisk aktive i ulike aldersgrupper som har deltatt i ulike organisatoriske sammenhenger.



Ser man på forskjellene mellom aldersgrupper merker en seg særlig at:

- En stor del av de yngste utøver fysisk aktivitet i *idrettslag*, men frafallet er stort og særlig dramatisk i 20-30-årene: Fra 52 prosent blant 16-19-åringene, blir deltakerandelen mer enn halvert til 22 prosent blant 30-39-åringene, og det fortsetter å synke med alderen. Og mens andelen som oftest trener i idrettslag er over 40 prosent i aldersgruppa 16-19 år, gjelder dette mindre enn en av ti «trimmere» over 30 år. 2/3 av de som oftest trener i idrettslag er under 30 år.
- De *private arenaene* har en jevnere aldersprofil, og en flatere «alderssklie». I aldersgruppene 20-39 år er det noe flere som har deltatt i privatdrevet aktivitet enn i idrettslag. En del av frafallet fra idrettslagene fanges opp her. 2/3 av «kjernetroppene» i private tilbud er yngre voksne i alderen 20-39 år, men 23 prosent er over 40 år.
- *Bedriftsidretten* har størst oppslutning i alderen 20-49 år og et ganske moderat frafall med alderen. Særlig i aldersgruppa 30-39 år deltar mange i uformelle treningsgrupper på jobben, slik at arbeidsplassen synes å spille en ikke ubetydelig rolle her.
- Andelen som har deltatt i organisert virksomhet synker, mens andelen som driver i uformelle sosiale sammenhenger øker altså med alderen. «Alderssklia» har også en organisatorisk side.

Ulikheten i aldersprofil reflekteres i «kjernetroppenes» fordeling på *sivilstand* og hvorvidt de har ansvar for barn. - Mens 60-70 prosent av «trimmerne» er gift/samboende, gjelder dette 39 prosent av de som oftest trener i idrettslag. Likeledes har nesten 60 prosent av «trimmerne» ansvar for *barn*, mot 1/3 av idrettslagenes «kjernetropper». Den typiske idrettslags-aktivist er ung, enslig, barnløs, under utdanning, og oftere mann enn kvinne.

Man ser at deltakelsen i ulike arenaer ser ut til å skifte over *livsløpet*, og særlig i de kritiske overgangsfasene: Ved inngangen til 20-årene der mange forlater skole og hjemsted, og rundt 30-årsalderen som innebærer etablering i arbeids- og boligmarkedet, samt ansvar for småbarn.

Man kunne forventet at idrettslagenes posisjon blant voksne skulle styrkes etterhvert som de store kullene med bakgrunn i ungdomsidrett fra 60- og 70-tallet ble voksne, men dette ser ikke ut til å holde stikk. Hele seks av ti personer som oppgir å ha drevet konkurranseidrett tidligere i livet driver i dag ikke fysisk aktivitet i idrettslag. For idrettslagene er det derfor en vel så viktig oppgave å hindre frafall som å rekruttere nye grupper.

Frafallet fra idrettslagene gjenspeiles dels i kommersielle private tilbud, dels i bedriftsidrett, men først og fremst ved en kraftig økning med alderen i andelen som oftest driver egenorganisert aktivitet. Den viktigste formen for *privatisering* skjer altså ikke ved overgang til det kommersielle markedet, men ved at den dominerende fysiske aktiviteten over livsløpet i økende grad drives «på egen hånd, med venner eller familie». Og blant disse mosjonerer

eller trener så mye som *halvparten oftest aleine*. Det ser altså ut til at tilpasning av aktivitetsnivået til skiftende form og forutsetninger over livsløpet presser fram en overgang fra høy til lav organisasjonsgrad. Tilbøyeligheten til å delta i organisert aktivitet er imidlertid ikke avhengig av alder i seg selv, men av de organiserte tilbudenes sosiale utforming - og kan følgelig påvirkes (Fennefoss, 1988). For organisasjonene i dette feltet må det være en utfordring å skape såvidt fleksible og varierte tilbud at det er mulig å fortsette å være med selv om innsatsen trappes ned. Terskelen inn i organisasjonene må ikke bare gjøres lavere, baktrappen må få flere trinn.

Sosiale forskjeller ?

I kapittel 3 så vi at andelen som driver regelmessig fysisk aktivitet varierer systematisk med *sosial status*: Jo høyere status, jo flere aktive. En av idrettens mest brukte argumenter er at den har en bred sosial profil og favner alle lag av folket, mens en utbredt påstand er at de nye private tilbudene er et produkt av «Jappe-Norge» og domineres av velhavende ressurssterke grupper. Økt privatisering kan dermed bidra til ytterligere å forsterke den sosiale ulikheten i fysisk aktivitet.

Verken ut fra andelen i ulike sosialgrupper som har deltatt i forskjellige sammenhenger, eller den sosiale sammensettingen (profilen) i hver arena - finner vi støtte for overnevnte påstander. Blant de regelmessig fysisk aktive er det i *alle sosiale lag ett felles mønster*: Omtrent 80 prosent har drevet uformelt, mellom 20 og 30 prosent i idrettslag, omtrent like mange i privatdrevne sammenhenger, og rundt 10 prosent i bedriftsidrett. (Se tabellvedlegg 5.1 og 5.2.)

Hovedtrekket er klart: Målt i forhold til hvor mange som i løpet av året har deltatt er *det ikke grunnlag for å hevde at de private tilbudene i motsetning til idrettslagene er en tumleplass for overklasseungdom*. De viktigste sosiale ulikhetene i fysisk aktivitet dreier seg ikke om hvor de aktive deltar, men om deltakelsen i regelmessig fysisk aktivitet overhode.

Man kan imidlertid observere enkelte interessante forskjeller: Blant ufaglærte og ansatte i tjenesteyrker med lav status er andelen som har deltatt i privatdrevne sammenhenger større enn i yrkesgrupper med høyere status - og blant ufaglærte faktisk større enn i idrettslag.

Og blant «kjernetroppene» er forskjellene mellom idrettslagene og de private tilbudene større: Nesten halvparten (48 prosent) av de yrkesaktive «kjernetroppene» i private tilbud arbeider i ufaglærte yrker eller tjenesteyrker med lav yrkesstatus - mot 36 prosent av «kjernetroppene» i idrettslag. Og mens personer fra funksjonæryrker med høy status utgjør 42 prosent av idrettslagenes yrkesaktive «kjernetropper», utgjør de 26 prosent i de private arenaene.

Ser man på hvor «trimmerne» i hver yrkesstatusgruppe mosjonerer eller trener *oftest*, finner man at *idrettslagene aktiviserer omtrent like stor andel i alle yrkesstatusgrupper* (Tabellvedlegg 5.4). I de private tilbudene derimot er

det slik at jo høyere yrkesstatus, jo mindre andel har dette som sin viktigste treningsarena.

Blant «trimmerne» som helhet er andelen som oftest driver fysisk aktivitet i idrettslag klart større enn i private tilbud (17 prosent vs. 10 prosent). I lavstatusyrker med stort kvinneinnslag - «det nye feminine tjenesteproletariatet» - er imidlertid de private nesten like store som idrettslagene. Færre i slike yrkesgrupper driver også uformell aktivitet.

I de høyeste funksjonærskjiktene derimot er det ca. 18 prosent som oftest trener i idrettslag, mot 5-6 prosent i private tilbud. - «Trimmere» fra høyere sosiale lag bruker for stor del private tilbud som et supplement. De har ikke bare en hjemmebane.

Ser man på deltakernes utdanningsbakgrunn samsvarer den i hovedsak med deltakernes yrkesstatus. Men det er en klar tendens til at jo høyere utdanning, jo flere deltar i organiserte sammenhenger. Idrettslagene har en høy andel studenter og skoleelever blant deltakerne - over 40 prosent. De private tilbudene har noe flere deltakere med høy utdanning enn idrettslagene. (Tabellvedlegg 5.6 og 5.7).

Forskjellene i *inntekt* mellom «kjernetroppene» i hver treningssammenheng framgår av tabellvedlegg 5.8. Noe flere av deltakerne i de private tilbudene har lav inntekt enn i de andre sammenhengene. Dette gjenspeiler nok dels at mange av disse arbeider i lavstatusyrker, men også et større innslag av deltidsarbeidende kvinner. Majoriteten i bedriftsidrettslagene og blant «nettverksfolket» har midlere inntekter. På tross av den store andelen under utdanning, har idrettslagene færre med lav inntekt og flere med høy inntekt enn de andre sammenhengene.

Regionale variasjoner ?

Man kan også spore regionale variasjoner i «trimmernes» deltakelsesmønster. Tabellvedlegg 5.9 viser hvor «trimmere» i ulike landsdeler har sin primære treningsarena. Hovedtrekkene er like i alle landsdeler med enkelte viktige unntak:

- I *Oslo/Akershus* er andelen som oftest trener i idrettslag markant lavere, og andelen i det private markedet høyere, enn i landet forøvrig. Mens 15-20 prosent i øvrige landsdeler oftest trener i idrettslag, er andelen i Oslo-området 9 prosent. På landsbasis driver 10 prosent oftest i privat treningstilbud, i Oslo-området 14 prosent.

Man ser også at «trimmerne» på sørvestlandet er mer organisert enn i landet forøvrig, og at bedriftsidretten står svakt i nordre deler av landet.

Hovedstadsområdets særegenhet kan tolkes på ulike måter, men en meget nærliggende hypotese er at dette har sammenheng med særtrekk ved den sosiale strukturen, fritidstilbudet, og livsstilen i storbyområder. Men hvis det

er slik at Oslo-området står i en slags «pioner»-posisjon når det gjelder sosiale trender og livsmønster som i framtida vil spre seg utover landet, kan dette innevarsle forsterkede endringer i aktivitetsmønstret i tida framover.

Oppsummering: Den sosiale organisering av fysisk aktivitet

Hovedpoengene i dette kapitlet kan sammenfattes i følgende punkter:

- To tredjedeler av de regelmessig fysisk aktive trener eller mosjonerer oftest i uformelle sammenhenger - på egen hånd, eller sammen med venner eller familie.
- Når det gjelder organisert virksomhet aktiviserer idrettslagene flest: Om lag 1/4 av «trimmerne» har deltatt og 17 prosent trener oftest i idrettslag - flere menn enn kvinner og hovedtyngden av deltakerne er under tredve år.
- Private tilbud aktiviserer nesten like mange som idrettslagene (23 prosent), selv om færre har dette som sin hyppigste treningsarena. De private tilbudene appellerer særlig til kvinnelige «trimmere» som oftere søker til private tilbud enn idrettslag.
- Organisasjonsmønstret blant «trimmerne» er ganske likt på tvers av sosialgrupper. Idrettslagene aktiviserer jevnt i alle sosialstatusgrupper, men spesielt blant yngre under utdanning. De private tilbudene har en bred sosial profil og faktisk et større innslag fra lavstatusyrker enn de øvrige trenings- og mosjonssammenhengene.
- De største forskjellene i organisasjonsmønster finner man mellom «trimmere» i ulike livsfase og med ulike idrettslige bakgrunn. Mens idrettslagene har godt grep om de yngre uetablerte, søker gruppene over 30 år i stor grad til uorganisert og privat virksomhet. Dette gjelder også svært mange med idrettslig konkurransebakgrunn. «Trimmere» uten idrettsbakgrunn søker sjelden til idrettslag og oftere til uorganisert og privat virksomhet.
- Oslo-området skiller seg ut fra resten av landet med en meget liten andel som deltar i aktivitet i idrettslag og klart flere i private tilbud.

Tilsammen peker overnevnte funn på tendenser til økt individual-

isering og privatisering av folks fysiske utfoldelse. Når i tillegg idrettslagene i liten grad oppfattes som et aktuelt alternativ blant de inaktive som ønsker å drive fysisk aktivitet, peker dette på betydelige utfordringer for den organiserte idretten: Når det gjelder å aktivisere nye grupper, hindre frafall, og møte konkurransen fra nye aktører. Dersom store grupper av voksne «trimmere» svikter idrettslagene kan den sosiale basisen for idrettsorganisasjonene bli svekket i årene framover. Med dette utgangspunktet skal vi i kapittel seks se nærmere på hvorfor mange foretrekker uorganisert og privat organisert fysisk aktivitet.

6 Drivkreftene bak privatisering av fysisk aktivitet -

Motebølge eller praktisk organisering?

Ut fra beskrivelsen av «trimmernes» organisering i kapittel 5, kan man spore tendenser til privatisering og individualisering av aktivitetsmønstrer. Den tyngste trenden i aktivitetsmarkedet er ikke nye og fancy instituttprodukter, men «*aleinebølgen*». En tredjedel av «trimmerne» drar avsted på egenhånd, langs veikanten, i skauen, eller andre steder på jakt etter fysisk og mentalt velvære. I tillegg søker mange til markedsdrevne tilbud som i stor grad er organisert etter individuelle selvbetjeningsprinsipper der riktignok mange trener samtidig, men likevel hver for seg.

Hva er drivkreftene bak disse utviklingstrekkene og hvorfor synes de å øke med alderen ? I hvilken grad er de et resultat av nye tilbud, mangel på alternativer, verdiendringer, motetrender, eller rett og slett praktiske tilpasninger til hverdagslivets motstridende krav ?

«Nettverkstrimmerne» - sosialt samvær eller individualisme ?

Den store majoriteten av «trimmerne» - to tredjedeler - mosjonerer eller trener som oftest «på egen hånd, med familie eller venner». Dette gjelder på tvers av alle sosiale lag og aldersgrupper, men andelen øker med alderen.

De uorganiserte «trimmerne» oppgir for en stor del «fornuftspregete» grunner som viktigste drivkraft for sin fysiske aktivitet. Over halvparten rangerer «*fysisk og mentalt velvære, overskudd*» på topp. En snau fjerdel henviser til mer direkte plikt- og fornuftspregete grunner som forbygging av helseplager, å holde vekta nede, sykdom/skade, «synes jeg bør», og bedre arbeidsevne. Hver tiende har «avstressing, avkopling» som fremste grunn. «Lystprinsippet» synes ikke å stå sterkt eller anses som legitim grunn - bare 6 prosent viser til «å ha det gøy, moro» og så lite som 3 prosent oppgir «sosialt fellesskap» som viktigste grunn. (Underlagsmaterialet for dette kapitlet finnes i tabellvedlegg 6.1-6.4.)

En betydelig andel av egenaktivistene har *idrettslig bakgrunn*: To tredjedeler oppgir at de alltid har drevet fysisk aktivitet, fire av ti er tidligere idrettslagsmedlemmer, og hele 1/3 er medlem i idrettslag i dag. Mange har også deltatt i konkurranseidrett tidligere.

Om lag halvparten av de uorganiserte driver sin aktivitet på et moderat nivå - de mosjonerer eller trener 1-2 ganger i uka. De øvrige trener minst 3-4 ganger i uka, og hele 15-20 prosent 5-6 ganger i uka eller mer.

Overraskende er det derfor ikke at 40 prosent i denne gruppa oppgir å være i «ganske eller meget god form», og nesten halvparten er godt tilfreds med sine treningsvaner. Snaut førti prosent er likevel ikke mer enn passe fornøyd, og 15 prosent er mindre tilfreds.

Om lag 1/3 kan ikke løpe mer enn 1 kilometer, 1/3 kan løpe 2-5 kilometer. Mange av de «ihuga» joggerne finner man her - hele 23 prosent kan løpe 10 kilometer eller mer.

De uorganiserte er altså en *sammensatt gruppe*, både når det gjelder alder, sosial bakgrunn, treningsvaner, og fysisk form. Grovt sett kan de autonome trimmerne deles inn i tre sosiale grupper - «individualistene», «familiefolket», og «kamerat-trimmerne».

- «*Aleinebølgen*» eller «*individualistene*» omfatter nesten halvparten av dem som oftest driver egenaktivitet, dvs. så mye som 1/3 av alle som driver regelmessig fysisk aktivitet.
- «*Familiefolket*» består av de som oftest trener eller mosjonerer sammen med ektefelle, kjæreste eller familie og barn. Dette utgjør 1/4 av de uorganiserte. Og så mange som 14 prosent har «*parforholdet*» som sitt viktigste sosiale utgangspunkt for trening og mosjon.
- «*Kamerattrimmerne*» er de som oftest kombinerer fysisk aktivitet med samvær med venner, naboer, og kolleger. Denne gruppa utgjør 1/4 av de «autonome».

Den mest omfattende formen for «privatisert» fysisk aktivitet er altså ikke den som utøves i markedet, men de store skarer som «trimmer» *aleine*. For svært mange er ikke fysisk aktivitet et sosialt fenomen, men noe som drives i individuelle eller «atomiserte» former. Ikke å undres over at veinettet er mer benyttet som treningsarena, enn tradisjonelle idrettsanlegg.

Tabell 6.1 «Hvor trener eller mosjonerer du oftest? Blant dem som oftest trener på «egen hånd, eller med familie, venner». Prosent.

Idrettsanlegg (Stadion,tennisbane,idrettshall, hopp/slalåmbakke)	9
Lysløype,trimløype	10
Svømmehall	12
Større sti, skiløype	36
Friareal, badeplass, balløkke	11
Vei, fortau, sykkelsti	14
Egen bolig ute/inne	6
Annet	3
Sum	108

(At summen overstiger 100 prosent skyldes at enkelte har kryssset av to steder.)

Over *halvparten* av de uorganiserte er interessert i *drive mer fysisk* aktivitet - 41 prosent vil gjerne trene mer, og 11 prosent kan tenke seg å prøve noe nytt - fordelt på følgende arenaer:

- 2/3 foretrekker å fortsette i uformelle sammenhenger, 14 prosent i privatdrevet regi, og 14 prosent i idrettslag eller bedriftsidrettslag. Hver tiende kan tenke seg helsesportslag, treningsgruppe i borettslag, på jobb eller annet. (Tabellvedlegg 6.11.)
- Av alle «trimmere» som ønsker forandring vil halvparten foretrekke uformell egenaktivitet - hvorav en femtedel idag oftest driver organisert aktivitet.

De organiserte tilbudene - og mest de private - kan altså bli utsatt for lekkasjer over i «nettverks-gruppene», samtidig som dette utgjør deres største rekrutteringsbase: Strømmene går begge veier.

Hva driver «aleinebølgen» ?

«Aleinebølgen» har en viss overvekt av menn (57 prosent) og som nevnt øker andelen som driver aleine med alderen. Dette kan dels ha sammenheng med synkende interesse for organisert deltakelse over livsløpet, dels at eksisterende aktivitetstilbud i liten grad samsvarer med de godt voksne sine ønsker og forutsetninger for å delta.

På spørsmål om hvorfor «individualistene» foretrekker å drive på egen hånd fikk vi følgende svarfordeling, der kjønnsforskjellene er små:

Tabell 6.2 « Hva er den viktigste grunnen til at du oftest trener aleine?»
Menn og kvinner. Prosent.

	Kvinner	Menn	Alle
Lettest å passe inn i hverdagen	49	51	50
Er mest effektivt	8	10	9
Kan tilpasse aktiviteten til egne behov	21	20	20
Liker å være aleine litt	6	8	7
Savner passende treningskamerat	7	4	6
Får ikke andre med meg	6	2	5
Annet	3	5	4
Sum	101	100	102

Den mest utbredte grunnen til at mange foretrekker individuell aktivitet synes først og fremst *praktisk*: Halvparten henviser til at «*det er lettest å passe inn i hverdagen*». Dette peker ikke bare på behovet for fleksibel tilpasning og samordning med andre gjøremål innenfor knappe tidsbudsjetter, men antyder også at alternative aktivitetstilbud er vanskelig å kombinere med hverdagens krav. Denne begrunnelsen er minst utbredt blant de yngste og eldste, og hyppigst blant 30-39-åringene der «livsfase-klemma» presser mest.

Behovet for å «*være for seg selv litt*» er viktigst for noen, men ikke mange (7 prosent). Dette kan likevel være et sekundært aspekt som mange setter pris på, noe som delvis kan komme til uttrykk i det svaralternativet som omfatter nest flest:

Muligheten til å «*tilpasse aktiviteten etter egne behov*» er viktigst for 1/5 av aleinetrimmerne. Ved egentrening kan man velge tempo, aktivitetsform, varighet, løypevalg, etter egen fysisk form, lyster, anledning, dagsform, vær og vind.

Man har «autonomi» - kontroll og styring over egen aktivitet og slipper avhengighet av andre. Dette betyr og at aktiviteten kan innrettes mest mulig «*effektivt*» som hver tiende oppgir som viktigste grunn. Sett i sammenheng peker dette på at «*tids - og resultatorientering*» for mange aleinetrimmere er viktige elementer i valg av tilpasning.

Aldersmessig er det ett interessant avvik fra mønstret over:

Blant 30-39-åringene får «tilpasning til egne behov» langt mindre score enn i andre aldersgrupper, samtidig som «innpassning i hverdagen» scorer høyere. Dette kan tyde på at egentrening i denne livsfasen oftere innebærer imøtekomme av andres krav enn egne ønsker.

Det er også grunn til å merke seg at så mange som en av ti direkte uttrykker at de trener aleine fordi de «*savner passende treningskamerat*» eller «*ikke får noen med seg*». Dette gjelder i større grad blant kvinner (13 prosent) enn blant

menn (6 prosent), og mere i aldersgruppa 30-39 år enn i andre aldersgrupper. Individualismen er for mange mer et resultat av manglende sosiale alternativ, enn av eget ønske.

Sett i sammenheng peker disse resultatene ikke i retning av en verdidrevet individualistisk bølge. Individuell mosjon og trening innebærer først og fremst en *praktisk tilpasning* til andre gjøremål og egne forutsetninger som dagens organiserte tilbud ikke kan imøtekomme.

Private tilbud - forfengelighet eller praktisk tilpasning ?

En utbredt oppfatning er at de private markedsoperatørenes suksess bunner i motebølger der spekulasjon i forfengelighet, estetikk og selvpoptatt kroppsdyrking er sentrale ingredienser. Riktignok er deler av de private aktivitetene koplet til salg av internasjonale livsstiltrender, men er dette tilstrekkelig for å forstå privatiseringens gjennombrudd ?

Tyngden av dem som oftest trener i det private markedet er voksne i alderen 20-49 år, med en viss overrepresentasjon av kvinner, og yrkesaktive med lav yrkesstatus. Mange lever i urbane strøk der tilbudene er flest. Flertallet har alltid drevet fysisk aktivitet, men nesten fire av ti har ikke gjort det: 22 prosent har begynt i voksen alder og 16 prosent hatt lengre avbrekk. Om lag 2/3 har bakgrunn fra idrettslag.

Også i denne gruppa scorer «*fysisk og mentalt velvære, overskudd*» høyest som viktigste motiverende faktor for å drive fysisk aktivitet. Mer enn en fjerdedel av deltakerne oppgir enda mer direkte «*fornuftspregete*» grunner som å «holde vekta nede», «oppbygging etter sykdom, skade», «avstressing/avkopling», «gir bedre selvtillit», «hensyn til utseende». Opplevelsesgrunner som «å ha det gøy og moro», og «sosialt fellesskap» scorer lavt - om lag 1/6 av deltakerne oppgir dette som viktigste grunn. Blant deltakerne i de kommersielle tilbudene er det altså et betydelig innslag av *instrumentell motivasjon*: Det er ikke nødvendigvis aktiviteten i seg selv, men dens virkninger som er den viktigste drivkraften for mange.

En skal imidlertid ikke legge for sterk vekt på slik informasjon. Hovedgrunnen «fysisk og mentalt velvære, overskudd» - er så vidt formulert at den kan romme et bredt spekter av sosiale, opplevelsesmessige, og lystpregete sider.

Majoriteten av «markedstrimmerne» syns de er i brukbar eller «ganske god form». Over halvparten er meget eller godt fornøyd med sine aktivitetsvaner. Om lag en fjerdedel kan ikke jogge mer enn 1 kilometer, 40 prosent 2-5 kilometer, men så mange som 37 prosent kan jogge seks kilometer eller mer. Også i denne gruppa er altså de fleste temmelig spreke, men det er større *spredning* i nivået, og en god del er ikke særskilt spreke. En drøy tredjedel røyker daglig, dvs. omtrent som gjennomsnittet i befolkningen.

Sammenliknet med idrettslagene tyder dette på at *ytelseskravene* for å delta både er *lavere og mer differensierte*, noe som gjenspeiles i treningshyp-

pigheten: 2/3 trener 2 ganger i uka eller mindre vinterstid, og 3/4 tilsvarende om sommeren. De øvrige trener oftere.

Den viktigste *rekrutteringskanalen* til kommersielle arenaer er *sosiale nettverk*. Over halvparten fikk først kjennskap til det tilbudet de benytter gjennom venner, kjente, eller andre som allerede var med. Men såvidt mange som 23 prosent fikk kjennskapet gjennom avisomtale eller avisannonse. Reklame i posten, oppslag, eller TV/radio traff bare fem prosent.

Betaling for å delta i fysisk aktivitet er et ganske nytt fenomen i Norge, og de stive prisene i de private tilbudene er av enkelte fremhevet som en ny kilde til sosial ulikhet i mulighetene til å delta. Ut fra vårt materiale kjennetegnes imidlertid ikke de private tilbudene av skjev sosial rekruttering. Dette tyder på at *barrierene* for å delta i fysisk aktivitet vanligvis *ikke er av økonomisk, men sosial karakter*.

Tabell 6.3 Utgifter for å delta i private treningstilbud pr. halvår blant kvinner og menn. Prosent.

Kroner	Kvinner	Menn
0	14	15
1-249	19	15
250-499	19	9
500-999	26	32
1000-1499	13	19
1500 og mer	9	9
Sum	100	99

Man ser at om lag halvparten betaler mer enn 500 kroner i halvåret og omtrent hver fjerde betaler mer enn 1000 kroner i halvåret. Menn bruker noe mer enn kvinner. Dette tyder på at helsestudioene er dyrere enn de kvinnedominerte «kurs, partier og klasser». Ganske mange betaler imidlertid ikke i det hele tatt. Dette kan tyde på at adgang til private studio tjener som «*frynsegode*» - enten ved at arbeidsgiver dekker utgiftene eller at tilbudene finnes på bedriften. Som det fremgikk i kapittel tre oppgav hele fem prosent av arbeidstakerne at arbeidsgiver dekker utgifter til deltakelse i private treningsinstitutt.

Mer enn *halvparten* av «trimmerne» i dette markedet er *interessert i å trene mer* eller annerledes. Blant disse finner man følgende preferanser:

- Nesten 2/3 vil fortsette hos «private operatører», mens 1/3 vil foretrekke egenaktivitet, og noen få idrettslag. De private operatørene kan altså risikere visse lekkasjer over til «nettverks-folket».
- Blant alle «trimmere» som ønsker forandring er det en snau femtedel (17 prosent) som ville foretrekke private tilbud. Majoriteten av disse driver i dag egenaktivitet.

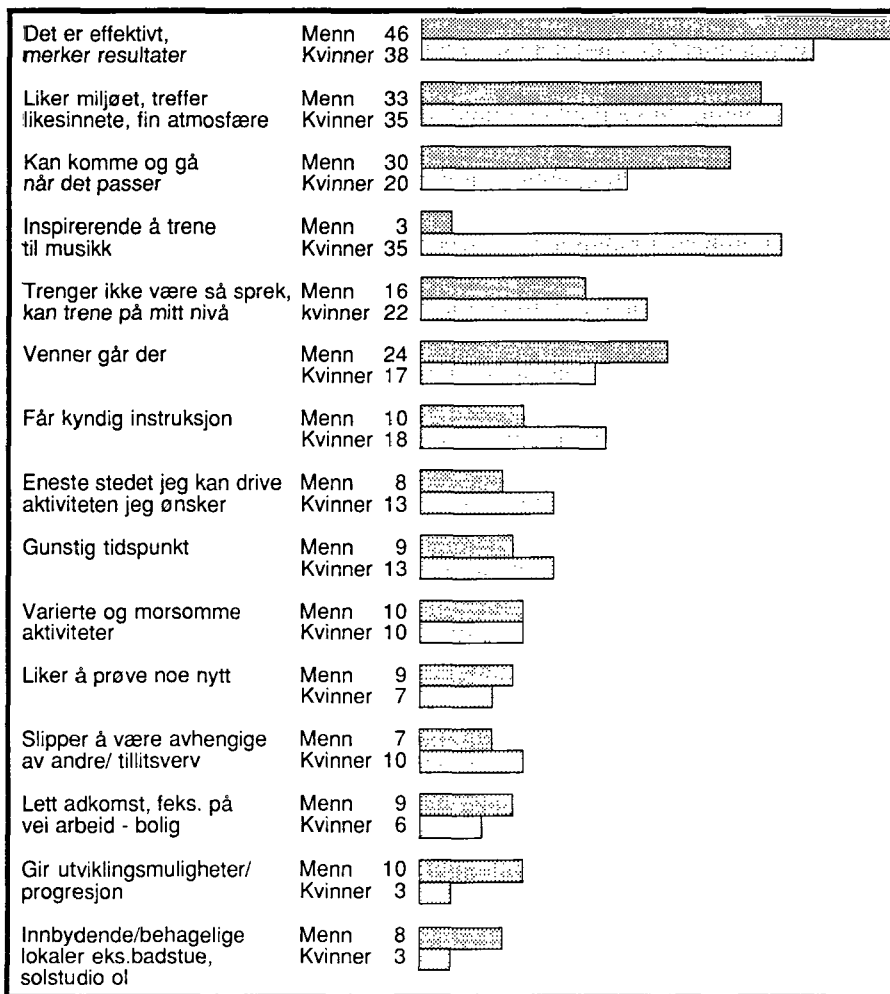
De private og idrettslagene har om lag like store potensialer å hente blant «nettverks-trimmerne». Når det gjelder å rekruttere nye grupper konkurrerer de altså på samme marked.

Grunner til valg av private treningstilbud

Istedetfor å rette oppmerksomheten mot de private tilbudenes emballasje og markedsføring, må man spørre hvilke sosiale behov og forutsetninger denne formen for organisering treffer hos brukerne? Hva er grunnen til at de velger private tilbud?

Selv om det er vanskelig å avdekke folks indre beveggrunner gjennom standardiserte intervjuer, ble deltakerne i private tilbud bedt om å krysse av de tre grunnene som var viktigst for dem blant 16 mulige svaralternativ.

Figur 6.1 «Hva er de tre viktigste grunnene til at du benytter private mosjons- eller treningstilbud?» Prosent.



Analytisk kan det være klargjørende å dele inn grunnene i ulike kategorier eller dimensjoner - slik det er gjort nedenfor:

A) Drivkrefter eller motiv:

Trekk ved aktiviteten

- 1) Effektivitet, resultater 43%
- 2) Inspirerende å trene til musikk 23 %
- 3) Eneste sted som tilbyr den ønskete aktivitet 11%
- 4) Variert og morsomt 10%
- 5) Prøve noe nytt 8 %

Sosiale trekk

- 1) Miljø,treffe like-sinnete, atmosfære 34%
- 2) Venner går der 20%

B) Barrierer og tilgjengelighet:

Trekk ved aktiviteten

- indre tilgjengelighet

- 1) Ikke være så sprek, tilpasse eget nivå 20%
- 2) Kyndig instruksjon 15%
- 3) Slipper avhengighet av andre/tillitsverv 9%
- 4) Utvikling/progresjon 6%
- 5) Innbydende lokaler 5%

Sosial organisering

- ytre tilgjengelighet

- 1) Komme og gå når det passer 24%
- 2) Gunstig tidspunkt 11%
- 3) Lett adkomst 7%

Resultatorientering

Hvis man ser på hva det er ved aktivitetene - produktet - som trekker folk til private tilbud, er det ikke først og fremst at de er varierte eller morsomme, men at de *effektivt gir resultater*. Tilsvarende er det en del som legger vekt på progresjon og utviklingsmuligheter. En viktig drivkraft for mange er altså *instrumentell resultatorientering*: Virkningene synes vel så viktig som innholdet i aktivitetene. Effektivitetsorienteringen er sterkest blant de yngste og synker noe med alderen. Her er det imidlertid en interessant forskjell på de som går i «helsestudio» og de som deltar i «privat kurs, parti, klasse eks. aerobics ol.»

Kvinner - søker fysisk utfoldelse til musikk

Kvinnene er også resultatorientert, men den hyppigst oppgitte grunnen er at «*det er inspirerende å trene til musikk*» (35%). Dette kan bety at appellen ved disse tilbudene i større grad ligger i den sanselige opplevelsen ved selve aktiviteten - kombinasjonen av fysisk utfoldelse, dans, og musikk. 13 prosent av kvinnene oppgir samtidig at det private tilbudet er «*det eneste stedet jeg kan*

drive den aktiviteten jeg ønsker». Deltakerne i disse tilbudene legger også større vekt på det sosiale miljøet. Mens mannlige og kvinnelige deltakere i helsestudio er instrumentelt orientert, synes den mest utbredte private aktiviteten blant kvinner å være ekspressivt og sosialt motivert.

Sosiale motiv - viktig for alle

På tvers av kjønn og aldersgrupper er det omlag 1/3 som svarer *«liker miljøet, treffer likesinnete, fin atmosfære»*, og hver femte deltaker oppgir at *«venner går der»*. Selv om aktivitetene i seg selv kan være individualiserte, spiller sosiale motiver åpenbart en viktig rolle, og sosiale nettverk er en viktig rekrutteringsvei.

Lave prestasjonskrav - god instruksjon

Det er vel dokumentert at prestasjonsnivået i idrettslagene er en barriere for mange. Det er også hevdet at de private studioene er en scene for de fysisk velutrustete og vellykkete. Hver femte deltaker legger imidlertid vekt på at man *«trenger ikke være så sprek, kan trene på mitt nivå»*. - Og blant kvinner og personer i alderen 30-39 er andelen høyere. Det samme gjør seg gjeldende for svaret *«god instruksjon»*, som kan gi trygghet for usikre nybegynnere.

Eksklusivitet, speilkulisser, og komfort ?

Mange har fremhevet helsestudioenes ytre kulisser og komfort - lekre, speilkledde lokaler med solstudio mv. - som en magnet for trendfolket. Selv om enkelte kanskje fortrenger slike unorske motiv, og søker fornuftsgrunner for sine valg, er det verdt å merke seg at bare en av tyve legger vekt på slike faktorer. Andelen er lavere blant kvinner enn menn, noe som nok skyldes at flertallet av kvinner ikke går i helsestudio, men i «private kurs, partier, aerobics ol». Disse har ofte tilhold i semre lokaler og gymsaler der kassettpiller er viktigste hjelpemiddel.

Tilgjengelighet og tidsfleksibilitet

Kjernen av deltakerne hos de private operatørene er i alderen 20-49 år, med en overvekt av kvinner. Deltakerne befinner seg altså i livsfaser ofte preget av forandringer, mobilitet, knapp tid, og mye å gjøre. I arbeidslivet er koplingene mellom åpningstid og arbeidstid blitt løsere. Flere arbeider til skiftende og uvanlige tidspunkter - mønstret for tidsbruk blir mindre standardisert, mere variert. Økningen i toinntektsfamilier, eneforsørgere, og kvinners arbeidstid bidrar også til at mange på tross av generelt synkende arbeidstid får dårligere tid i hverdagen. Mere skal gjøres i fritiden og den ledige tiden blir av mange samlet opp til ferier og weekender.

Det er derfor ikke overraskende at det tredje hyppigste svaralternativ er *«kan komme og gå når det passer»*, og at dette er klart viktigere enn «gunstig tidspunkt». Dette understreker ikke bare at *tidsfleksibilitet* - spillerommet for selv å velge tidspunkt - er viktig. Det indikerer også at mange kvier seg for å

inngå i forpliktende opplegg basert på faste og regelmessige tidspunkter. «Slipper å være avhengig av andre» nevnes således også av en del, og faktisk av flere enn «lett adkomst». Dette gjør ikke at man kan trekke den slutning at lokalisering ikke betyr noe, da måtte man spørre de som ikke oppsøker tilbudene.

Kan man lære av privatiseringen ?

For de som skal tilrettelegge fysiske aktivitetstilbud er det fåfengt å moralisere over privatiseringen av fysisk aktivitet. Spørsmålet er hva man kan lære - både av de private tilbudene og av aleinebølgen.

Både blant de «ensomme ulver», og blant «innendørs-folket» er det fire dimensjoner som peker seg ut - om enn med noe skiftende betydning:

- Resultat og effektivitetsorientering
- Sosiale motiv
- Tilpasning av aktiviten etter egne ønsker og behov
- Tidsfleksibilitet - selvstyrt tidsbruk

Spillerommet for lystprinsippet, sosialt fellesskap, spill og moro, synes trangt, mens *plikt-og fornufsetikk* styrer aktivitetsvanene for svært mange. Vektleggingen av instrumentelle mål - resultater og effektivitet - tyder på at puritanismen er et mer dominerende trekk ved den «nye kroppsbølgen» enn hedonismen eller «homo ludens» - det lekende mennesket. Man trener ikke først og fremst for aktivitetens egen del, men *investerer* for å oppnå noe annet: Belønning i form av bedre helse, yteevne, psykisk og fysisk velvære. Dette er konvertible goder som kan gi avkastning i framtida - ikke i det hinsidige - men på andre arenaer som arbeidsmarkedet og partnermarkedet.

Men for å realisere gevinsten - høste investeringens frukter - trengs tid på andre fronter. Ut fra en slik logikk er det ikke underlig at minimering av tidskostnader, maksimering av resultater, og tilpasning til andre og viktigere gjøremål, er strategiske elementer i valg av treningsform. Selv om den norske kroppskulturen er blitt mer fancy emballert - i fargerikt treningsutstyr og speildekorerte gymsaler - lever puritanismen videre i nye rammer, inneklemt i trange tidbudsjetter, mellom kryssende krav i hverdags- og arbeidsliv.

Det er imidlertid ett trekk i bildet som kan innebære et *unntak* fra dette mønstret. Blant de kvinnelige deltakerne i «kurs, partier og klasser» som bygger på en kombinasjon av kollektiv dans, musikk, og trening, fremheves det inspirerende ved å bevege seg til musikk som hyppigste grunn. De legger også oftere vekt på sosiale motiv. Dette behøver ikke stå i motsetning til investerings-logikken. Men det kan tyde på at en større *sanselighet* er et trekk som skiller den nye kvinnelige «treningskulturen» fra den tradisjonelle mannsdominerte. Og som det framgikk i kapittel 4 scorer denne typen «*ekspressive*» aktiviteter høyt blant kvinner som gjerne vil begynne å mosjonere.

Enkelte vil hevde at de private tilbudene mere enn sosialt fellesskap, bygger på en form for *organisert individualisme*: På tross av at alle gjør det samme, gjør man det ikke sammen, men i serie. I denne typen fellesskap skjer ikke sosial kontakt først og fremst ved samhandling, men gjennom tilfeldige «treff» utenom aktiviteten.

Dette innebærer samtidig *frihet*: Man er ikke forpliktet - eller tvunget av aktiviteten - til å forholde seg til de andre. Den enkelte kan velge selv om man vil være anonym og definere om, når, og med hvem man søker kontakt. Dette i motsetning til i mer faste, lukkede aktiviteter feks. i idrettslag hvor man ikke kan unndra seg sosialt fellesskap.

Denne typen *uforpliktende* sosial «letthet» gjør de private tilbudene *mer åpne* i flere henseende: De er lettere sosialt tilgjengelige fordi alle i prinsippet er nye og på likefot. Samtidig gir de muligheter til å stifte nye bekjentskaper. Slik sett har de et preg av offentlighet og *møteplass* - tilsvarende en kafé - som gjør at pliktbetont trening kan kombineres med sosial spenning og opplevelse. I så måte synes de private tilbudene å ha fanget opp et kulturelt skift og sosiale behov som man de siste årene har kunnet observere i form av økt sosialt uteliv på kaféer og andre arenaer.

Dette er trolig noe av hemmeligheten som gjør at mange av deltakerne i de private tilbudene henviser til «miljø, treffe likesinnete, fin atmosfære». Deltakelse fra begge kjønn bidrar sikkert til å forsterke dette momentet - svært mange foretrekker å delta i kjønnsmessig blandete grupper (se kapittel 4).

De private tilbudenes sosiale logikk er vidt forskjellig fra *idrettslagenes indre kultur*. Kan idrettslagene lære noe av den «kommersielle kulturen»? Standardisering og gruppetilhørighet er viktige stikkord for idrettslagenes tilbud - man trener til faste tidspunkt, på faste dager, i en fast enhetlig sammensatt gruppe etter kjønn, alder, disiplin og prestasjonsevne. Dette kan skape et tett, men samtidig *ensartet miljø* med sterk sosial kontroll. Spillerommet for avvik og variasjon er ofte lite og nykommere vil lett «føle seg utafor» om de ikke svarer til «normalen» i gruppa. Selv om mange idrettslag har et sammensatt aktivitetsspekter, må man velge mellom enkeltaktiviteter som gjerne er smalt og homogent sosialt sammensatt. Og det er vanskelig selv å definere graden av forpliktelse og deltakelse - enten er man med eller ikke.

Slike sosiale trekk ved et miljø kan være fordelaktig for dem som er innenfor, men mindre tiltrekkende for dem som er utenfor: Organisasjonen kan virke lukket, tett, tersklene høye, og konfliktpunktene med andre gjøremål mange. De private tilbudene gir ikke bare mulighet til å skreddersy tidsmønsteret etter egne forutsetninger. Man kan også selv regulere graden av sosial involvering, forpliktelse og ansvar overfor andre - i tillegg til selve ytelsesnivået.

Mens premissene for deltakelse i idrettslagene er styrt av arrangøren, gir de private tilbudene større rom for kunden til selv å definere premissene for deltakelse. Markedslitteraturens «suverene forbruker» kan kjøpe seg fri for ansvar, forpliktelser og sosial kontroll fra idrettsledere og miljø. Innenfor de

snevre aktivitetsrammer operatørene tilbyr kan hun oppleve seg som et selvstendig subjekt.

Vår tese er derfor at det mer enn «flashy outfit» og morsomme aktiviteter, er den spesielle *brukervennlige* sosiale organiseringen som kan forklare de private tilbudenes framgang. Men dette er samtidig deres *achilleshæl*: Det er et åpent spørsmål om tilgjengelighet og sosial fleksibilitet i lengden er tilstrekkelig til å kompensere for at aktivitetene ofte er monotone og kjedelige og gir lite fellesskap.

Idrettslagenes lærdom av dette kan neppe være å kopiere det kommersielle «konseptet», men å tenke gjennom hvordan man kan komme potensielle brukergrupper sterkere i møte. Hvordan kan lagene utvikle aktivitetsformer som senker tersklene, øker den sosiale og tidsmessige tilgjengeligheten, og gir større rom for sosialt mangfold, individuell variasjon og tilpasning ?

Oppsummering: Drivkrefter bak individualisering og privatisering av fysisk aktivitet

Ett trekk ved trimmernes organisasjonsmønster er tendensene til individualisering og privatisering. Over 1/3 av de fysisk aktive driver oftest aleine og mange søker til private treningstilbud - særlig blant kvinner. Og blant de som ønsker å begynne å mosjonere eller trene er disse trekkene vel så sterke. Er dette som mange hevder resultat av individualistiske verdier eller forbigående jappemoter ?

Våre resultater peker i en annen retning. Det er i stor grad praktiske organisatoriske grunner som gjør at mange velger individuelle eller private treningsformer: Tilpasning til hverdagens motstridende krav, til egen fysiske form og dyktighet og knappe tidsbudsjetter. Snarere enn lyst og moro ser det ut til at fysisk aktivitet for mange har karakter av en investering der minimering av tidskostnader og maksimering av resultater er viktige elementer. Kvinner søker imidlertid oftere tilbud der den fysiske utfoldelsen kombineres med musikk, estetikk og sterkere sosialt preg.

Oppslutningen om de privatdrevne tilbudene peker også på et annet moment: Den enkelte kan i større utstrekning enn i medlemsbaserte kollektive organisasjoner selv definere graden av sosial involvering, forpliktelse og ansvar. Skillene mellom de som er innenfor og de som er utenfor blir ikke så skarpe. Dette kan medvirke til en større åpenhet og sosial tilgjengelighet som gjør

det enklere for mange å begynne.

Samlet peker dette i retning av at en står overfor en ny type organisert individualisme som ikke er verdimessig eller ideologisk drevet, men mer et svar på de hverdagslige samordningsvanskene mange står overfor.

Utfordringen for organisasjonene kan derfor neppe være å kopiere de private tilbudenets ytre effekter, men å finne fram til mer brukervennlige aktivitetsformer som gir større rom for sosialt mangfold, individuell variasjon og tilpasning.

7 Definisjonskamp og legitimitetskrise

Den organiserte idrettsbevegelsen befinner seg i en situasjon som utdyper motsetningene innen idretten selv og kaller på nytenkning. En omverden preget av økt omskiftelighet, endringer i tidsmønster, livsstil og hverdagsorganisering, stiller nye krav til organisasjons- og aktivitetsformer. Forskyvningene i befolkningens sammensetting gjør at bevegelsens tradisjonelle rekrutteringsbase skrumper. Konkurransen på «fritidsmarkedet» skjerpes, folks spillerom for frivillig innsats innsnevres, og majoriteten av de voksne «trimmerne» søker andre arenaer for sine aktiviteter. Ikke bare øker konkurransen fra markedet - markedet trenger inn i organisasjonen og kvesser til den interne fordelingsstriden og spenningene mellom frivillighet og profesjonalisme, idealisme og business, bredde og topp.

Dette økte ytre og indre presset på idrettsbevegelsen skjer i en situasjon med økonomiske innstramminger der *fordelingsstriden* i samfunnet hardner til. Dette forsterker kravene om at idretten må *rettferdiggjøre* - legitimere sine fordringer ved å dokumentere sin samfunnsmessige betydning. Idrettens hevdvunne symbolverdi og hegemoni som nasjonalt samlingsmerke er ikke lenger selvfølgelig. Snarere enn frontkjemper for «den sunne sjela i det sunne legemet», framstår idretten for mange som en kravstor gjøkunge - en interesseorganisasjon for de politisk potente - som brer seg på bekostning av andre og viktigere samfunnsbehov: Idrettsanlegg settes opp mot helseinstitusjoner, bedre treningsforhold for de friske mot pleie for de syke.

I tillegg gir de jevnlige mediaskandalene om økonomisk vanstyre, skyhøye overgangssummer, svarte penger, skatteunndragelser, doping og idrettsvold - representativt eller ikke - næring til en gryende *legitimitets- og identitetskrise*. Betydningen av fysisk fostring for helse og velvære er anerkjent, men idrettens sosiale organisering trekkes av mange i tvil - og gir opphav til tøffere interessekonflikter innad. I medvind blir det mer til alle, i motvind skjerpes frontene.

I et mediavridd samfunn er ikke dette aleine et spørsmål om realiteter, men om vinnere og tapere i definisjonskampen om dagsorden og oppmerksomhet.

Idrettens legitimitet betinges av hvilke sosiale definisjoner som trenger gjennom *mediafiltret*: Idrettens eget selvbilde som en bred sosialt forebyggende folkebevegelse, eller kritikernes portrett av en elitistisk delvis pervertert tumleplass for selvpptatte kroppsdyrkere?

Overnevnte problemstillinger er utgangspunktet for dette kapitlet. *Hvordan ser befolkningen på ulike sider ved den organiserte idretten - og kan man spore forskjeller i oppslutning mellom ulike grupper?*

Tabell 7.1 «Hvor enig eller uenig er du i disse påstandene om idrett og samfunn?» Prosent.

«Idretten spiller en viktig rolle i forebygging av sosiale og helsemessige problemer»

Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke	Sum
77	19	2	1	1	101

«Idretten er blitt for kravstor, midler til idretten går på bekostning av viktigere samfunnsoppgaver»

Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke	Sum
28	38	15	15	5	101

«Idrettslagenes virksomhet er et viktig bidrag til et godt nærmiljø og oppvekstmiljø»

Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke	Sum
83	14	1	1	2	101

«Idretten bruker for mye ressurser på de beste, for lite på bredden»

Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke	Sum
40	33	11	8	9	101

«Det er et viktig offentlig ansvar å legge forholdene tilrette slik at alle kan drive idrett ut fra egne forutsetninger og ønsker»

Helt enig	Delvis enig	Delvis uenig	Helt uenig	Vet ikke	Sum
77	17	3	2	2	101

Resultatene i tabell 7.1 kan oppsummeres i følgende hovedpunkt:

- Det er en bred *positiv grunnholdning* til idretten i befolkningen. En overveldende majoritet mener at idretten gir viktige bidrag til sosial og helsemessig forebygging, og gode oppvekst- og nærmiljøer.
- Samtidig er mer enn 2/3 av befolkningen *kritisk* til visse trekk ved idretten, og sier seg helt eller delvis enig i at idretten «er for kravstor, går på bekostning av andre viktigere samfunnsbehov» og «bruker for mye på de beste, for lite på bredden».
- Nesten hele befolkningen mener det er et viktig *offentlig ansvar* å legge forholdene tilrette for at alle kan drive idrett ut fra egne ønsker og forutsetninger.

Dette kan tilsynelatende virke motstridende, men bare ved første øyekast. Det grunnleggende positive omdømmet avspeiler trolig idrettens brede forankring i befolkningen og lokalmiljøene, og store aktivitet blant barn og unge spesielt. Dette forhindrer ikke at man kan være kritisk til ressursbruken og prioriteringen som mange tydeligvis betrakter som en forfordeling av det forholdsvis lille sjiktet som deltar i toppidrett. Man kan godt være sterk tilhenger av lilleputtfotball- og kanskje nettopp derfor - være kritisk til klubbens rundhåndethet overfor semi-profesjonelle A-lagsspillere som nyter godt av gunstige bilordninger og gasjer over og under bordet.

Den brede tilslutningen til at det er et viktig offentlig ansvar å legge forholdene tilrette for at alle kan drive idrett på sine premisser, kan gis ulike tolkninger, men kan ikke umiddelbart tas til inntekt for økt offentlig støtte til den organiserte idretten. En annen tolkning, gitt de kritiske holdningene til idrettens prioritering, er at mange mener det offentlige bør ha et særskilt ansvar for å sikre vilkårene også for de gruppene idrettslagene ikke fanger opp.

Forskjeller i holdninger mellom ulike befolkningsgrupper ?

De eldre mere kritisk

Den positive grunnholdningen til idretten gjelder i alle aldersgrupper, mens andelen som er skeptiske til trekk ved idrettens organisering og prioritering øker klart med alderen.

Selv blant de under 20 år er det et snaut flertall som er helt eller delvis enig i at idretten er for kravstor, og går på bekostning av viktigere samfunnsbehov. I aldersgruppene over 30 år gjelder dette over 70 prosent av befolkningen, og blant de over 50 år er mer enn 40 prosent helt enig i utsagnet. Dette er ikke overraskende i en tid der eldrebølgen ruller, eldreomsorgen er i krise, og usikkerheten om pensjonssystemets framtid øker. I takt med at de eldre vil utgjøre en kraftig økende del av politikernes velgergrunnlag og næringslivets markedsgrunnlag, kan dette innevarsle forsterkede legitimitetsvansker og krympende sosial støtte for idrettens krav.

Tilsvarende mønster, men i enda sterkere grad, gjør seg gjeldende overfor utsagnet om at idretten bruker for mye ressurser på de beste, for lite på bredden. Selv blant de yngste er nesten 60 prosent helt eller delvis enig, og bare 1/10 helt uenig.

Flere kvinner enn menn er kritiske

Det er ingen forskjell mellom kjønnene når det gjelder de positive grunnholdningene til idretten eller det offentlige ansvar for idrett for alle. Flere kvinner enn menn er imidlertid kritiske til idrettens «kravstorhet» og «eliteorientering». Mens 62 prosent av mennene er helt eller delvis enige i at idretten er for kravstor, gjelder dette 70 prosent av kvinnene. Og mens 67 prosent av mennene er skeptiske til idrettens ressursbruk, gjelder dette 77 prosent av kvinnene.

Små forskjeller mellom utdanningsgrupper - men de høyt utdannede er mest positive

Heller ikke mellom grupper med lav og høy utdanning er det noen variasjon i den positive grunnholdningen til idrett. Blant den delen av befolkningen som har høyskoleutdanning er det imidlertid noe færre «kritikere»: 58 prosent av de høyskoleutdannede gir tilslutning til utsagnet om «kravstorhet» mot 65-70 prosent blant de med mindre utdanning. Tilsvarende er 63 prosent av de høyskoleutdannede kritiske til prioriteringen av de beste i idretten, mens 74 prosent av de mindre utdannede er det. Likevel er likhetene mer slående enn forskjellene mellom utdanningsgrupper. Overnevnte forskjeller reflekterer nok delvis aldersforskjeller, ettersom flere unge enn eldre har høy utdanning.

De fysisk inaktive mer kritiske enn de aktive

Heller ikke blant de fysisk inaktive er idrettens grunnleggende positive rolle trukket i tvil. Andelen som er kritiske til idretten er likevel litt høyere blant de inaktive: 70 prosent av de inaktive mot 60 prosent av de aktive mener idretten er for «kravstor». Litt flere av de inaktive reagerer på «eliteprioritering» - 74 prosent mot 69 prosent av de aktive. Også her er det rimelig å anta at dette har sammenheng med aldersforskjeller.

Tilsammen peker dette på et felles trekk: Jo større avstand, jo flere kritikere - jo mer aktive, jo mer positive til idretten.

Små holdningsforskjeller over de politiske partigrensene

På bakgrunn av den positive grunnholdningen til idretten i nesten hele den voksne befolkningen, sier det seg selv at denne oppfatningen gjelder uavhengig av partisympatier. Derimot ville det være rimelig å forvente forskjeller mellom grupper med ulik politisk oppfatning når det gjelder kritiske holdninger til idretten. Men dette holder ikke stikk:

Blant sympatisørene i *alle partier* er det et flertall som er helt eller delvis enig i at idretten er blitt for «kravstor og går på bekostning av viktigere

samfunnsbehov». Andelen er noe lavere blant sympatisørene i Høyre og SV - drøyt 50 prosent mot over 60 prosent hos de øvrige.

Utsagnet om at idretten bruker for mye ressurser på de beste, og for lite på bredden - har høy oppslutning i alle leire: 77 prosent i SV, 73 i Arbeiderpartiet, 68 i Fremskrittspartiet, om lag 65 i sentrumspartiene, og 60 i Høyre. Høyre-sympatisørene framstår altså som de minst kritiske til idrettens prioritering og profil.

I alle leire er man stort sett helt enige i at det offentlige har et viktig ansvar for å legge tilrette for idrett for alle.

Indre opposisjon ?

Ikke særlig sensasjonelt er medlemmene i idrettslagene mer positive og mindre kritiske til idretten enn øvrige grupper. Sett i forhold til det siste årets tilløp til intern strid om toppidrettens vilkår er det imidlertid verdt å merke seg at det blant idrettens egne medlemmer er en taus majoritet som er kritiske til trekk ved organisasjonens innretning.

- Hele 68 prosent av idrettslagsmedlemmene - og like mange blant de som har tillitsverv - er helt eller delvis enige i at idretten bruker for mye ressurser på de beste, og for lite på bredden. 1/3 er helt enige, 1/3 delvis enige.
- Hele 58 prosent av medlemmene og 45 prosent av de med tillitsverv er helt eller delvis enige i at idretten er for kravstor. 20 prosent er helt enige, 38 prosent delvis enige.

Dette er forståelig tatt i betraktning at flertallet av medlemmene ikke selv deltar særlig aktivt i laget og oftest trener andre steder, men gir et signal om *latente indre spenninger* og en bevegelse som delvis er i utakt med seg selv. Mer overraskende er det at også et snaut flertall blant de som deltar i konkurranseidrett mener prioriteringen av de beste går for langt. Den organiserte idretten står ikke bare overfor økt ytre konkurranse og legitimeringspress, oppslutningen innenfra kan se ut til å svekkes. Utfordringen for bevegelsen synes ikke å være at grasrota slår krøll på seg, men at man har en taus tvilende majoritet som snarere enn å revoltere sitter på gjerdet eller faller fra.

Medlemmenes sterke oppslutning om en bred profil med «Idrett for alle» i sentrum, kommer også til uttrykk i hvilke *målsettinger* medlemmene mener deres idrettslag bør prioritere på topp: «Bedre tilbudet for barn/ungdom» scorer høyest (40 prosent), «utvikle breddetilbud/mindre prestasjonsorienterte aktiviteter» nest høyest (36 prosent), mens «gi bedre muligheter for folk med ambisjoner/satse mer på de beste» kommer på femteplass med 18 prosent av medlemmene bak seg.

Holdninger til offentlig støtte til idrettsformål

I den idrettspolitiske debatt i Norge har offentlig støtte vært et kjernesporsmål. Helt fra «Idrettsforliket» i 1946 og oppbyggingen av STUI under Rolf

Hofmoes ledelse, har det vært tverrpolitisk enighet om at det offentlige har et hovedansvar i å legge forholdene tilrette for fysisk aktivitet. Fra idrettens hold har politikernes forpliktelser overfor målsettingen «idrett for alle» blitt synonymt med viljen til å yte offentlige bevilgninger til den organiserte idretten.

I de seinere år har forholdet mellom idrettsorganisasjonene og myndighetene blitt mer anstrengt. På tampen av etterkrigstidens heteste økonomiske boom i Norge ble det av regjeringen Willoch for første gang stilt kabinettsspørsmål i en idrettsbevilgningssak. Og de siste års statsbudsjett er av NIF-ledelsen ved flere høve karakterisert som løftebrudd og svik mot idretten. Som ledd i innstrammingene for å bøte på den økonomiske krisen i Oslo ønsker byrådet å kutte ned på bevilgningene til idrettsformål, og privatisere deler av anleggsdriften (Aftenposten, 1988). Mens striden under etterkrigstidens «idrettsrevolusjon» har vært hvor stor del av den økte kaka idretten skulle få, vil striden framover snarere dreie seg om hvor stor del av nedskjæringene idretten skal bære.

Offentlige bevilgninger har fra mange hold blitt betraktet som en garanti mot at idretten skulle bli avhengig av næringslivets skiftende prioriteringer. Denne diskusjonen har vesentlig foregått på ideologiplanet. I praksis har idretten kunnet ri to hester samtidig og dra nytte av sterk vekst i privat «sponsing» i tillegg til offentlig tilvekst de siste 10-20 åra. Hvis nå både næringslivet og det offentlige «skrur til pengekranene» samtidig, vil det innebære en tøff omstilling av idrettsorganisasjonenes økonomiske handlingsvilkår.

Hvilken støtte har så idretten i befolkningen for sine krav til offentlige bevilgninger?

*Tabell 7.2 Holdninger til offentlige bevilgninger til idretten 1987 og 1973
(Kilde: Høgset, Mørk & Railo, 1973)*

		Mer	Som i dag	Mindre	Sum
1973	Toppidrett	47	45	8	1009
	Mosjonsidrett	68	28	4	100
1987	Toppidrett	21	59	20	100
	Breddeidrett	60	37	4	101

Ettersom de færreste har informasjon om hva idretten faktisk mottar av bevilgninger, må svarene på slike spørsmål snarere betraktes som holdningsindikatorer, enn innlegg i en budsjettdebatt.

For det første kan man observere synkende tilslutning til økt offentlig innsats generelt, og spesielt overfor toppidretten. Dette kan dels ha sammenheng med at utviklingen innen toppidretten har gitt næring til utbredelse av

kritiske holdninger, dels at den økonomiske situasjonen og holdningene til offentlige ytelser har endret seg generelt: I 1973 stod vi foran «oljepoken» i Norge, i 1987 har vi den bak oss. Etter 1973 ekspanderte offentlig sektor dramatisk, i 1987 synes alle partier enige om at offentlig sektor må stabiliseres. I 1973 var velgerne på vandring mot venstre, i 1988 går vandringene mot høyre.

For det *andre* er det verdt å merke seg *splittelsen i synet på bevilgninger til henholdsvis topp- og breddeidrett*: Det er bred støtte til økte offentlige bevilgninger til breddeaktiviteter, mens like mange vil kutte som øke bevilgningene til toppidrett. Dette reflekterer en utbredt skepsis til idrettens interne prioriteringer.

Etter de siste års bedrøvelige olympiainnsats har sterke krefter i idretten hevdet at hensynet til breddeaktivitetene hemmer mulighetene til nødvendig satsing for å styrke den internasjonale konkurranseevnen på toppen. Ettersom det er liten støtte i befolkningen for å bruke økte offentlige midler til dette, og man samtidig kan spore klare tendenser til at næringslivet ønsker å vri sin markedsføring og sponsing over fra en suksessfattig og negativt eksponert toppidrett, til mere samfunnsorientert innsats på det store «trimmermarkedet» - konfronterer dette idrettsorganisasjonene med et *dilemma*:

Man ønsker større offentlige bevilgninger, men det forutsetter en sosial profil som delvis er omstridt og i konflikt med de formålene sterke krefter innad ønsker å prioritere. Idretten har tradisjonelt vært flink til å begrunne sine krav til det offentlige ved å henvise til sin sosiale funksjon. Nå får man argumentene i retur: Avhengigheten av offentlige tilskudd blir en tvangstrøye for dem som ønsker linjeskift.

Dette gjør at idretten ikke kan avfeie sine frafalls- og rekrutteringsvansker blant «trimmerne» - ved å henvise til at breddeaktiviteten klarer seg godt på egen hånd - uten samtidig å sage av den greina man sitter på. Idrettens konkurranse- og legitimasjonsvansker er ikke bare et ideelt problem, men kan også bidra til forsterkede finansieringsproblemer.

Dette ikke desto mindre fordi bare et mindretall av befolkningen kan svare på hvordan eventuelle økte offentlige tilskudd til idrett skal finansieres: 60-70 prosent svarer vet ikke, 10-15 prosent vil øke de offentlige inntektene dvs. skattene, mens 20-25 prosent er villige til å kutte på andre områder.

Holdningene til offentlige bevilgninger til idretten følger i hovedsak samme mønster på tvers av ulike gruppeinndelinger: Det er bred tilslutning til økte breddetilskudd, liten støtte for økte tilskudd til toppene. Enkelte forskjeller slår likevel igjennom:

Andelen som går inn for økt elitesstøtte er høyest blant de aller yngste og synker kraftig med alderen. Oppslutningen om økte breddetilskudd er også noe lavere blant de over 50 år. Litt færre kvinner enn menn ønsker økte tilskudd til bredden, og klart færre til toppidretten. Folk med lav utdanning er litt mer velvillig overfor toppidretten enn de høyt utdannede. De høyt utdannede er på sin side mer villig til å øke skattene eller kutte på andre ting til fordel

for idrett enn de lavt utdannete. De regelmessig fysiske aktive er generelt mer positive til å bruke offentlige midler på idrett enn de inaktive.

Særlig forbausende er det ikke at medlemmene i idrettslag som ofte må stille opp på de underligste dugnader for å skaffe penger, ønsker økt offentlig støtte. Dette gjelder spesielt tillitsmennene som kjenner pengeproblemene klemme hardest. Likevel er det også innen idrettslagene kun et mindretall som går inn for økt offentlig støtte til toppidretten: 26 prosent av medlemmene og 36 prosent av tillitsmennene - og 15 prosent ønsker faktisk mindre offentlige tilskudd til dette formål. Spesielt tillitsmennene er samtidig langt mer villig til å øke skattene eller kutte på andre felt til fordel for idrettsformål enn andre grupper.

Når det gjelder breddeidrett er det bred enighet på tvers av partigrensene om at det offentlige bør øke sine tilskudd: Dette gjelder også Fremskrittspartiet og Høyre der hhv. 62 og 56 prosent av tilhengerne ønsker økte offentlige bevilgninger.

Også når det gjelder toppidrett følger tilhengerne i alle partier hovedmønsteret - et mindretall ønsker økte tilskudd, flertallet ønsker tilskudd på dagens nivå eller mindre. Også her framtrer det bemerkelsesverdige fenomenet at Fremskrittspartiets sympatisører rommer flest tilhengere av økte offentlige bevilgninger: 31 prosent av FRP-tilhengerne og 26 prosent av Høyretilhengerne ønsker økt offentlig satsing på toppidrett, mot 18 prosent i Arbeiderpartiet og 17 prosent i SVs tilhengerkrets.

På tross av at flertallet i alle partier er for økte offentlige idrettstilskudd - primært til bredden - er det kun et mindretall som kan angi hvordan det offentlige skal skaffe tilveie pengene.

SV og Arbeiderpartiets tilhengere er litt mer tilbøyelige enn andre grupper til å ville skaffe pengene ved å øke offentlige inntekter, mens Høyre og Fremskrittspartiets tilhengere oftere foreslår å kutte på andre områder. Likevel er forskjellene små: 18 prosent av DNA-tilhengerne mot 11 prosent av FRP-tilhengerne forslår økte offentlige inntekter.

Oppsummering: Definisjonskamp og legitimitetskrise.

Den organiserte idretten har et grunnleggende positivt omdømme i alle befolkningsgrupper. En overveldende majoritet mener at idretten gir viktige bidrag til sosial og helsemessig forebygging og gode oppvekst- og nærmiljø. De aller fleste mener også at det er viktig offentlig ansvar å sørge for at alle kan drive idrett ut fra egne ønsker og forutsetninger.

Samtidig er mer enn 2/3 kritisk til idrettens prioritering av de beste og mener at idrettens kravstorhet går på bekostning av

viktigere samfunnsbehov. Selv om andelen kritikere øker med avstanden fra idretten, er det et flertall også blant medlemmene som deler slike oppfatninger.

Det er bred støtte for økte offentlig bidrag til breddeidrett, men ikke til toppidrett. Andelen som ønsker økt offentlig støtte - spesielt til toppidretten - er sunket klart de siste femten år. I alle disse spørsmålene er det små forskjeller mellom sympatisører av ulike partier.

Sett i sammenheng med tendenser til individualisering og privatisering av fysisk aktivitet kan disse trekkene gi næring til en gryende legitimitetskrise og svekkelse av den sosiale basisen for den organiserte idretten. I økonomiske innstramningstider kan dette gi opphav til forsterkede mål- og interessekonflikter. Hvordan mestre presset fra økt konkurranse utenfra og skjerpet prioriteringsstrid innenfra ?

8 Bedre veksling

Det siste tiåret har tegnet et nytt mediaportrett av Ola og Kari Nordmann. På den ene side har vi fått bildet av tiltakende passivitet: Folk har trukket seg mer inn i stuene i større boliger, er blitt sofavelgere og TV-narkomane, med potetchips i den ene hånden og fjernkontrollen i den andre. På den andre siden har vi bildet av jappen og ego-tripperne, de selvbeskuende og selvglade 20- og 30-åringer som sniker seg utenom bilkøen ved å kjøre sin Länderwagen i kollektiv-filen. Denne rapporten finner liten støtte for dette synet. Tvert imot: Nordmenn er seg selv like.

For det første er de aktivister: Selv om mange ikke utøver regelmessig trening og mosjon driver storparten med en eller annen form for fysisk utfoldelse - de rør på seg. Men det mest utbredte er det som en kan drive for seg selv og som stiller små krav til organisasjon, utstyr og form.

For det andre er de friluftsmennesker snarere enn stuegriser: Selv om de i økende grad bor i byer, har de et sug tilbake til marka og skogen, fjellet og vidda. Et av de dype programmene i folkesjela er: «Kom deg ut!» Og når de ikke gjør det, søker de friskluften ved å sove med åpne vinduer i ute-temperaturer som ville gi utlendinger kuldesjokk.

For det tredje er de individualister - de gjør det mest alene. Selv de organiserte idrettsfolk driver brorparten av sin aktivitet for seg selv: Langs landeveien, i skogen. Og de som faller fra, kutter i større grad ut organisasjonene enn aktivitetene.

Men grunnen er ikke at egentrening betyr egotripping. Tvert imot finner vi - og det har almen interesse langt ut over idretten - at individualiteten er det *praktiske* svar på moderne menneskes hverdagsproblemer. Tid er det knappeste gode. Svært mange opplever en eller annen hindring for å drive organisert idrett. Og når man kan snøre på seg joggeskoene og legge i vei langs asfalten, eller spenne på seg skiene og gå lysløypa når det passer, eller sykle med 12 gir til jobben - og mange ikke bare har innlagt vann og dusj hjemme, men også på jobben - ja så er det både mest rasjonelt og bekvemt å ordne seg alene. Og det er en treningsform der du kan tilpasse tempo og varighet til form og lyst, vær og vind.

Dette har de nye på markedet tatt hensyn til. Med sine kurs, partier og klasser, eller treningssteder som er åpne når det passer for deg, har de funnet en tilpasning der ikke bare ytelseskravene er mer differensierte, men som åpner for fler. De har spist seg inn på idrettens område, men ved å erobre et nytt publikum og dels ved å kapre direkte fra den organiserte idrettens felt. Her er det vist et entreprenørskap som den tradisjonelle idretten savner.

Og selve organisasjonsformen - der man betaler seg ut av forpliktelser og tidspress - gjør at man samtidig kan kjøpe seg fri for dårlig samvittighet. I laget vil dårlig innsats og oppmøte ofte møtes med moralisme. I treningsstudioet er du ikke medlem, men kunde, og har som sådan alltid rett: Går det dårlig er det entreprenørens feil som ikke har laget et godt nok tilbud.

Kort sagt: Det moderne menneskes individualitet er en organisert individualitet - det praktiske svar på presset mellom jobb og privatliv. Og da er det feil å se på 20- og 30-åringene som selvsentrente japper. Det er ikke høystatusgrupper som benytter seg mest av markedstilbudene. Og i denne aldersgruppen finner vi også de fleste småbarnsforeldre, som nettopp må legge om egen livsstil for å tilpasse seg ungene.

Men i disse funnene om den organiserte individualiteten ligger også vanskelige dilemmaer for den organiserte idretten. For historien om den organiserte idretten er på mange måter en suksesshistorie - den er vår største folkebevegelse. Men nå beveger folk seg på nye måter og dels i andre retninger. Svaret ligger neppe i å kopiere de nye på markedet, men å finne fram til blandingsstrategier, som på den ene side bevarer de sterke sidene ved lag og organisasjoner, og på den annen side gjør det mer attraktivt og ikke minst enklere å delta.

Dette reiser en rekke dilemmaer:

1. Kutting av tidstap - eller tid for hverandre

Et lag var aldri ment å være et supermarked for trimmere - det var også ment å gi fellesskap og kameratskap ut over selve den fysiske aktiviteten. Og det utvikles i mindre grad i sammenhenger der man bare kommer og drar som kunde. Problemet er at tiden er blitt knappere for folk - reisetid er et viktig hinder mot aktivisering. Men tidstapet kan også kuttes dersom man kan trene når det passer, eller om flere familiemedlemmer kan trene på samme sted, eller om man kan få et billig måltid der etter treningen. Kinotekene har forlenget oppdaget dette.

2. Over en kam - eller skreddersøm?

Det tradisjonelle treningsopplegget gikk til fast tid og i samme form for alle. Men nær en fjerdedel sier at det er viktig for dem at tilbudene er tilpasset deres fysiske form. Og mange trenings-studioer møter dette behovet ved individuelle tester og opplegg. De som skal trekkes med, må vite at det de går inn i, passer for dem. Ganske spesielt må tilbudene tilpasses eldre og barnefamilienes medlemmer - gjerne slik at ungene kan drive med sitt mens de voksne

gjør det samme. Et skreddersydd tilbud kan forhindre at familiemedlemmene må konkurrere med hverandre om knapp tid.

3. Helsebot - eller spenningssøking

Vel har vi puritanske mål med treningen - den skal gi deg styrke og sunnhet - og det er vel særlig dét budskapet idrettsorganisasjonene har uttrykt og gjentatt. Men når sant skal sies søker du vel også skjønnhet og opplevelse - kanskje særlig en mer intens selvopplevelse, enten det er ved å strekke kroppen mot nye grenser eller det er de kollektive opplevelsene i store massemonstringer. Idrett skal gi sterke personlige erfaringer i kollektive sammenhenger. Når jentene finner musikken og rytmen i aerobicsstudio både fengende og drivende, tyder det kanskje på at den tradisjonelle linjegymnastikken er blitt for sidrompa ?

4. Spesialisering og frafall - eller allhus og overgang

Når du er ivrigst i en sportsgren vil du ha det beste opplegg for å utøve den. Men det betyr lett at om du taper interessen, så faller du fra - du har ikke mer der å gjøre. Svaret på dette kan være tilbud som åpner for øvelse i mange grener, og der det er lettere å gå over til noe annet når du blir lei av det ene. Mange uttrykker ønsket om å kunne drive ulike former for trening på samme sted, gjerne både inne og ute. Med andre ord: Hvordan kan spesialanlegg knyttes til allidrettsentre, der det er mulig å gjøre flere ting ? Problemet er å differensiere tilbudet samtidig som en skal holde fast ved de tradisjonelle særidretter med hver sine spesialiserte treningslokaler.

5. Mannsorganisering - eller kvinnetrim

Et av de sentrale funn i organisasjonssosiologien er at organisasjoner preges mer av tiden de ble dannet enn av sine aktuelle omgivelser. Idrettsorganisasjonene startet som mannsorganisasjoner, der kraftikarene bruste med fjærene og kvinnene tilviftet dem fra tribunene. De bærer ennå preg av det. Derfor er det store kjønnsforskjeller i hvordan menn og kvinner trimmer i dag - kvinnene er mer inne og gjør mer bruk av de nye tilbudene. Og da kan det bli litt stuslig å arrangere festen i det gamle klubbhuset.

6. Oldboys - eller nykommere

Et lag du hører hjemme i blir ditt. Og det kan forsterke en eierfølelse som stenger mot nye rekrutter. Kommer du til et lag der mange er innafor, kjenner opplegget og har gamle venner, kan det virke som en front mot nykommere - virke mer avskrekkende enn inviterende. Og da føler du deg ikke hjemme - særlig hvis du finner få andre som har like dårlige forutsetninger som deg.

7. Individualister - eller ildsjeler

På den ene side kan man få flere med ved å senke kravene til organisasjonsinnsats. På den annen side må også noen drive organisasjonene og organisere

tilbudene. Utfordringen er da vel så mye å beholde og aktivisere tidligere medlemmer som å rekruttere nye - særlig når livsfaseklemmen presser folk ut. Du må kunne få anledning til å trene uten å risikere å bli tillitsvalgt. De som vil betale for tjenestene bør kanskje få lov til det.

8. Alenejoggere - eller lokale nasjonale tilbud?

Nordmenn er bufaste, men reiser mer og oftere. Mange putter joggedrakten i kufferten når de er på farten - det tillater deg å gjøre det samme på et annet sted. Som oftest betyr det at du opptrer alene, fordi du bare er medlem og har adgang på hjemstedet. Og mange faller fra når de flytter. Samtidig er det ingen bevegelse som skulle ha slike muligheter for å etablere en nasjonal «treningskjede», med åpne tilbud og lokaler overalt i landet som den organiserte idretten. Og da kunne ett universalkort gi deg treningsrett uansett hvor du befinner deg. Berget kunne komme til Muhammed. Men ville det i så fall støte mot lokalpatriotismen i hvert lag?

9. Frakopling - eller tilkopling

Den organiserte idretten er delvis trukket ut av nærmiljøene. Men vi har sett at folk har behov for det som er lettere tilgjengelig, ikke bare der de bor, men også til og fra jobben og andre gjøremål. Kan man da øke tilgjengeligheten ved å utvide mulighetene for å kombinere trim og trening med annet virke? Kanskje særlig er mulighetene på arbeidsplassene store?

10. Indrestyrt - eller ytrestyrt

Vi har sett en klar «depot-effekt» når det gjelder trening: Det er lettere å trekke med en frafallen enn en som skal prøve seg for første gang. Så nøkkelen er å få folk med. Ikke bare en gang, men gang på gang. Svært mange er inaktive fordi de aktive er for passive i å trekke dem inn. De fleste rekrutteres ikke gjennom brosjyrer eller annonser, men gjennom venner og kamerater. Noen er innestøpt i kameratflokker der alle er nokså passive. Og allikevel er det de uformelle smågrupper som er lagesne, de formelle organisasjoners viktigste ververe. Og igjen er varierte tilbud viktige. For da kan du prøve noe nytt istedenfor å falle fra. Men da må det være noen der som hugger tak i deg og haler deg inn: «But we love you, Charlie Brown!»

Disse dilemmaene viser at det ikke finnes noen enkel løsning om man skal forene det beste i idrettsorganisasjonenes tradisjon med lærdommer man kan trekke fra bruken av nye tilbud. Idretten må både gi velorganiserte lag, fast struktur, solide programmer, koordinert samspill - og den må gi lett tilgjengelighet, få forpliktelser, varierte tilbud, tidseffektive opplegg og fortettede opplevelser.

Ja, idretten må tilby det motsigelsesfylte: Eliter som kan inspirere massene og masser som kan anspore elitene, stressfritt stress, transcenderende trivia, organisert anarki.

Litteratur

Foruten litteraturreferansene som er gitt i rapporten har vi hatt nytte og glede av følgende artikler, rapporter og bøker:

- Bourdieu: Distinction. London/New York 1986.
- Den Norske Lægeforening / Norges Idrettsforbund: Tidsskrift for Den Norske Lægeforening 4B/1983.
- Engström/Andersson: Idrottsvanor i ett utvecklingsperspektiv. Stockholm 1983.
- Fasting: Fysisk aktivitet i fritiden. Oslo 1983.
- Fasting: «Idrettspassive i den norske befolkning». Tidsskrift for Den Norske Lægeforening 4B/1983.
- Fennefoss: Lønnstaker - organisering Tre rapporter om utfordringer for fagbevegelsen. FAFO 1988.
- Fjeld: Fysisk aktivitet i Norge 1979. Bærum 1979.
- Fjeld: Fysisk aktivitet i Norge 1983. Bærum 1983.
- Fryklind/Johansson: En bok om fritiden i sociologisk perspektiv. Stockholm 1976.
- Grue: Bedre enn sitt rykte. Oslo 1985.
- Hallenstvedt/Moren: «Det organiserte samfunn». Det norske samfunn Bd.1. Oslo 1975.
- Heinemann: Grundbog i idrætssociologi. Aabybro 1983.
- Hippe/Pedersen: Velferd til salgs. FAFO 1986.
- Hompland (red.): Scenarier 2000 Tre framtidsbilder av Norge. Oslo 1987.
- Hortleder: Idrett i de vestlige samfunn. Oslo 1980.
- Høgseth/Mørk/Railo: Fysisk aktivitet og idrettsinteresse i den norske befolkning. Oslo 1973.
- Jespersen/Riiskjær: 80-årenes idræt - mod en ny breddeidræt?. Slagelse 1982.
- Mangset: Kulturaktiviteter og fritidsbruk. Stavanger 1981.
- Marx: Kapitalen. Verker i utvalg bind 5. Oslo 1970.

- Mo, Skirstad: Empiriske undersøkelser av den voksne befolknings fysiske fritidsaktivitet i Norge. Norges idrettshøyskole 1976.
- NAVFs utvalg for idrettsforskning: Idrett som sosialt fenomen. Oslo 1985.
- Norges Idrettsforbund: Idrettspolitisk forum. Bærum 1987.
- Norges Idrettsforbund: Langtidsplan og budsjett 1988. Bærum 1988.
- NOU: Arbeidstidsreformer. NOU 1987: 9 A.
- NOU: Vedlegg til arbeidstidsutvalgets utredning. NOU 1987: 9 B.
- NOU: Maktutredningen Sluttrapport. NOU 1982: 3.
- Novsett: Dagens strategi for forskning og utviklingsarbeid i Norges Idrettsforbund. Bærum 1986.
- Offe: «Arbeitsgesellschaft»: Strukturprobleme und Zukunftsperspektiven. Frankfurt/New York 1984.
- Pedersen/Rafoss (red.): Idrett og levkår - en antologi. Alta 1987.
- Piore/Sabel: Das Ende der Massenproduktion. Berlin 1985.
- Rafoss: Idrett - enhet eller mangfold. Finnmark DH 1986.
- Rodgers: Sports in its Social Context. Strasbourg 1978.
- Skauen: «Idretten står på solsiden!» Dagbladet 9.5.1985.
- Statistisk Sentralbyrå: Levekårsundersøkelsen 1983. Oslo - Kongsvinger 1985.
- Statistisk Sentralbyrå: Sosialt Utsyn. Oslo - Kongsvinger 1983.
- Statistisk Sentralbyrå: Standard for inndeling etter sosio-økonomisk status. Oslo - Kongsvinger 1984.
- Statistisk Sentralbyrå: Tidsnyttingsundersøkelsen 1980-81. Oslo - Kongsvinger 1983.
- Tangen: «Den moderne vestlige idrett: Noen samfunnsvitenskapelige betraktninger om et sosialt fenomens kulturelle forløp.» Sosiologi i dag 3/84.
- Tangen: «Defining Sport: A Pragmatic-Contextual Approach.» International Journal of Physical Education vol.12 1985.
- Teigland: Friluftslivs-, idretts- og mosjonsvanene i Norge 1970 - 1974. Lillehammer 1979.
- Tibblin: «Idrott gör ingen friskare.» Källa/26 1986.
- Tønnesson: Folkehelse, trim, stjerner 1939-1986. Norsk idretts historie. Oslo 1986.
- Aarø/Brekke: «Fysisk aktivitet i den voksne befolkningen.» Tidsskrift for Den norske lægeforening. 4B/1983.

Om undersøkelsen

Tallmaterialet som presenteres i denne rapporten er hentet fra en landsomfattende spørreundersøkelse foretatt i tidsrommet august - september 1987. Spørreskjemaet er i sin helhet utformet for å skaffe tilveie relevant empiri til prosjektet «Idrett, fritid og levekår» i samarbeid med oppdragsgiverne. Scan Fact A/S sto for den tekniske gjennomføringen og intervjuet et landsrepresentativt utvalg på 2400 personer i alderen 16-69 år.

Spørreskjemaet omfatter om lag 125 spørsmål på følgende områder:

- A) Fritidsaktiviteter:
 - Kultur
 - Underholdning
 - Organisasjonsliv
- B) Idrett, mosjon og friluftsliv
- C) Ønsker og behov mht. fritidsaktiviteter
- D) Hverdagsorganisering
- E) Arbeidssituasjon/-miljø
- F) Holdninger til idretts-/fritidspolitiske spørsmål.

Utvalget av personer er trukket etter Scan Facts standardrutiner, som tar utgangspunkt i et utvalg regionale områder som er representative for landet som helhet mht. næringsstruktur, grad av tettbebyggelse og visse sosiale karakteristika. Innenfor disse områdene er det trukket et tilfeldig utvalg personer ved hjelp av startadresser utarbeidet av Statistisk Sentralbyrå.

I mange surveys blir personer i utvalget som ikke er tilstede ikke erstattet. I denne undersøkelsen er frafallet erstattet med andre personer i samme alders- og kjønnskategori. Erstatterne utgjør 42 prosent av totalutvalget. I dette tilfelle kan det være et problem at man får underrepresentasjon av personer som er lite hjemme pga. hyppig fysisk aktivitet. Også andre grupper er imidlertid lite hjemme på grunn av arbeid, organisasjonsliv, kino og annet uteliv. For å kontrollere omfanget av dette utvalgsproblemet hadde vi med et spørsmål i Scan Facts månedlige undersøkelse for å sjekke hvorvidt personer som driver

regelmessig fysisk aktivitet er sjeldnere hjemme enn andre. Dette viste seg ikke å være tilfelle. Utvalget av erstatte for de som ikke ble intervjuet i primærutvalget er kontrollert langs en rekke dimensjoner for å se hvorvidt disse to delene av totalutvalget er forskjellige. Dette viste seg heller ikke å være tilfelle og andelen regelmessig fysisk aktive er tilnærmet likt i begge utvalgsdelene. Disse kontrolloperasjonene gir oss grunnlag for å fastslå at utvalget på 2400 personer er representativt for befolkningen i alderen 16-69 år langs de sentrale dimensjonene i undersøkelsen. Utvalget har en viss underrepresentasjon av de yngste aldersgrupper, og en viss overrepresentasjon av de eldste, men disse skjevhetene er så minimale at de ikke påvirker resultatene. Forøvrig gjøres oppmerksom på at prosedyrene som er fulgt tilsvarer de som brukes ved de vanlige politiske meningsmålinger og holdningsundersøkelser, men utvalget er dobbelt så stort.

Fordelen med et såvidt stort utvalg som 2400 personer er at de statistiske feilmarginerne er mindre enn feks. for utvalg på 1200 personer som er vanlig i de politiske meningsmålingene. Det betyr at man kan splitte utvalget i flere underutvalg. Feks. kan man undersøke ikke bare i hvilken grad kvinners aktivitetsmønster innen et område er forskjellig fra menn, men også registrere variasjoner mellom kvinner i forskjellige aldersgrupper.

For å holde oppmerksomheten hos intervjupersonene oppe gjennom et langt intervju og på den måten trygge seriøsiteten i svarene, ble det innarbeidet spesielle «loseprosedyrer» i intervjuene, slik at personer kunne hoppe over spørsmål som ikke var relevante for dem. På alle spørsmål med mange svaralternativ fikk intervjuobjektene presentert et kort der alternativene var uthevet. I gjennomsnitt tok et enkelt intervju ca. 45 minutter, for en del betydelig mindre, for de mest aktive en drøy time. Vi har tiltro til at svarene harmoniserer med intervjupersonenes aktivitetsmønster og holdninger, ikke minst på bakgrunn av at spørsmålene har en indre sammenheng og ett felles tema brorparten har et direkte forhold til.

Likevel vil vi understreke at spørreundersøkelser av den typen har feilkilder og begrensninger. Både Scan Fact og vi som har arbeidet videre med datamaterialet har gjennomført en rekke kontrollprosedyrer og foretatt korrigeringer av feil. Selv om intervjuer kan krysse av i feil rute, de som legger spørreskjemaene inn på data kan gjøre punchefeil osv., viser våre kontroller at materialet holder høy kvalitet.

Vi vil også gjøre oppmerksom på at spørreundersøkelser av denne typen ikke er egnet til å registrere all slags informasjon. Intervjuene er foretatt ut fra faste spørsmålsformuleringer og i de fleste tilfeller må intervjupersonene velge mellom faste svaralternativer. Det innebærer at man ikke kan registrere forskjeller mellom intervjupersoners tolkninger av spørsmåls- og svarformuleringene. Når det gjelder svarformuleringene er vi rimelig sikre på å ha truffet de fleste hjemme. Det er gjennomgående i hele spørreundersøkelsen at svært få har benyttet muligheten til å oppgi «andre grunner», «andre motiver», «andre aktiviteter».

I undersøkelser som rettes til hele den voksne befolkning er det selvsagt umulig å fange alle detaljer i bildet. Slike undersøkelser fanger godt opp det generelle aktivitetsbildet, men gir mindre informasjon om spesielle gruppers holdninger, vurderinger og motiver.

I alle utvalgsundersøkelser er det en viss statistisk usikkerhet som øker jo mindre underutvalg som analyseres. Resultatene bør først og fremst tolkes som uttrykk for tendenser og mønstre som gjør seg gjeldende snarere enn eksakte og detaljerte tall for hvor mange som gjør og mener hva. Det mest interessante er vanligvis heller ikke nøyaktig hvor mange som gjør og mener hva, men forskjeller i karakteristika mellom de ulike gruppene. I tolkninger og framstilling har vi lagt vekt på å få fram slike hovedmønstre.

Øvrige publikasjoner fra prosjektet:

Dølvik: Idrett, fritid og levekår. Arbeidsnotat. FAFO 1987.

Danielsen/ Dølvik: Den organiserte idrett på terskel til 90-års samfunn. Arbeidsnotat. FAFO 1987.

Dølvik: «Den organiserte idrett på terskel til 90-års samfunn.» Idrettspolitisk forum. Idrettstinget 7. -10. mai 1987.

Danielsen/ Dølvik: «Idrettslagene: Fra å aktivisere til å betjene, eller.....?». Leder i idrettslaget: Kurshefte NIF/U- forlaget.

Kluss i vekslinga og arbeidsnotatene kan bestilles fra FAFO:

Fossveien 19
0551 OSLO 5
TLF: 39 00 00

Tabellvedlegg

Tabellvedlegg 3.1 Andel av befolkningen som er medlem i idrettslag i hvert fylke.

Østfold	30
Akershus	27
Oslo	18
Hedmark	30
Oppland	49
Buskerud	33
Vestfold	37
Telemark	(41)
Aust-Agder	(19)
Vest-Agder	(33)
Rogaland	26
Hordaland	22
Sogn & Fjordane	-
Møre & Romsdal	33
Sør-Trøndelag	37
Nord-Trøndelag	(44)
Nordland	23
Troms	(47)
Finnmark	(33)

(Parentesen er satt rundt tallene der antallet spurte personer er såvidt lavt at tallene har betydelig usikkerhet knyttet til seg.)

Tabellvedlegg 3.2 «Hva er etter din oppfatning de to viktigste målene idrettslaget ditt bør satse på de nærmeste årene?» (Andel medlemmer som har krysset av de enkelte svaralternativ. Prosent)

Bedre tilbudet for barn/ungdom	40
Utvikle breddeorienterte/mindre prestasjonsorienterte tilbud	36
Utvikle det sosiale miljøet	24
Skape tilbud hele familien kan delta i	23
Aktiverere/rekruttere «utsatte» grupper	20
Gi bedre muligheter for folk med ambisjoner/satse mer på de beste	18
Mer allsidige aktivitetstilbud/bryte ned skillet mellom greinene	10
Få flere kvinner med	9
Bedre tilbudet for eldre	7
Omstille lagets aktivitet etter nye behov	4

Tabellvedlegg 3.3 «Hva er etter din oppfatning de to viktigste hindringene for at idrettslaget kan gjennomføre disse oppgavene?». Prosent.

Vansker med å skaffe ledere/ trenere	77
Må bruke for mye tid/ressurser på å skaffe penger	33
Utilstrekkelige anlegg/lokaler	28
Gal prioritering/bruk av midler	11
Stor gjennomtrekk av ledere/trenere	10
Dårlig skoleing av trenere og ledere	9
Mangler klare målsettinger	9
Konflikt mellom ulike grupper	8
Foreldregruppa for lite benyttet	7
Styres av liten «klikk»/ mangel på demokrati	5
Ledelsen deler ikke mine målsettinger	3

Kapittel 5

Tabellvedlegg 5.1 Andel regelmessig fysisk aktive innen ulike yrkesstatusgrupper som har deltatt i forskjellige organisatoriske sammenhenger. (Statistisk Sentralbyrås sosioøkonomiske yrkesstatusindeks.)

	Ufagl. arb.	Funk. 4	Fagl. arb.	Funk. 3	Funk. 2	Funk. 1	Alle
Uorganisert	78	75	89	83	82	82	82
Idrettslag	25	30	24	23	22	25	24
Private tilbud	29	26	17	20	20	25	23
Bedriftsidrettslag	15	89	10	11	13	11	

(Funk-4 omfatter lavkvalifisert servicearbeid, Funk-1 høyt kvalifisert servicearbeid)

Tabellvedlegg 5.2 Yrkesaktive deltakere i tre organisatoriske sammenhenger fordelt på sosioøkonomisk status. Prosent.

	Idrettslag	Private tilbud	Bedrifts IL
Primær	2	2	-
Ufaglært arbeider	16	21	23
Funk-4	23	22	13
Faglært arbeider	9	6	8
Funk-3	14	12	13
Funk-2	26	25	30
Funk-1	10	11	13
Sum	100	100	100

Tabellvedlegg 5.3 De som oftest trener i ulike sammenhenger («kjernetroppene») fordelt på yrkesstatus. (Skoleelever og studenter ikke medregnet.)

	Uorg.	Idr.lag	Privat	Bedr. IL
Primær	4	1	3	(-)
Ufagl.	15	16	24	(25)
Funk-4	16	20	24	(25)
Fagl.arb.	10	8	8	(-)
Funk-3	14	13	15	(11)
Funk-2	31	30	23	(29)
Funk-1	11	12	3	(11)
Sum	101	100	100	100

Mht. Bedr. IL er antall personer så lavt at det hefter betydelig usikkerhet ved disse tallene.

Tabellvedlegg 5.4 Fordelingen av regelmessig fysisk aktive i ulike yrkesstatusgrupper etter hvor de oftest mosjonerer/trener («kjernegrupper»).

	Uorg.	Idr.lag	Privat	Bedr.IL	Annet	Sum	N
Ufagl	58	17	16	8	2	101	91
Funk-4	58	18	14	7	3	100	99
Fagl.arb.	73	14	10	-	4	101	52
Funk-3	64	15	11	4	7	101	81
Funk-2	68	17	7	5	3	100	167
Funk-1	68	19	4	5	5	101	59

Tabellvedlegg 5.6 Utdanningsbakgrunn til deltakere i ulike organisatoriske sammenhenger. Studenter og skoleelever holdt utenfor. Prosent.

	Uformelt	Idretts- lag	Privat	Bedrift IL	Alle
Ingen yrkesutdanning	27	21	22	26	27
Yrkesutdanning 1-3 årig	46	53	44	46	48
Høyskole/universitetsutdanning	23	24	33	28	22
Uoppgitt	4	2	1	-	2
Sum	100	100	100	100	99

Tabellvedlegg 5.7 «Trimmere» med ulik utdanningsbakgrunn etter hvor de oftest trener eller mosjonerer. Skoleelever og studenter holdt utenfor. Prosent.

	Uformelt lag	Idretts- lag	Privat	Bedrifts IL	Annet	
Ingen yrkesutdanning	75	10	7	4	4	100
Yrkesutdanning 1-3 år	65	14	11	5	5	100
Høyskole/universitet	72	10	11	5	2	100
Alle	70	12	10	5	3	100

Tabellvedlegg 5.8 De som trener oftest («kjernetroppene») i hver treningsssammenheng fordelt etter inntekt. Prosent.

	Uformelt lag	Idretts- lag	Privat	Bedrifts IL	Alle
0-99 000	43	36	46	35	41
100-199 000	40	39	32	47	40
200 000 og mer	18	25	22	19	19
Sum	101	100	100	101	100

Tabellvedlegg 5.9 Andel «trimmere» i ulike landsdeler etter hvilken organisatorisk sammenheng de oftest trener eller mosjonerer i. Prosent.

	Oslo/ Akersh.	Østl. ellers	Sør/Vest- landet	Trønd. Nord-N.
Uorganisert	67	65	57	64
Idrettslag	9	16	20	19
Private tilbud	14	6	10	9
Bedrifts IL.	4	5	4	1
Annet	5	8	9	8
Sum	99	100	100	101

Tabellvedlegg 5. 10 Idrettslig bakgrunn blant de «trimmerne» som har deltatt i ulike sammenhenger.

a) Regelmessig fysisk aktivitet tidligere i livet. Prosent.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Alle
Alltid drevet	68	83	68	66	(60)	68
Begynt som voksen	18	8	19	9	(20)	17
Lengre avbrekk	15	10	14	25	(20)	15
Sum	101	101	101	100	(100)	100

b) Andel innen grupper med ulik bakgrunn som har deltatt i ulike sammenhenger. Prosent.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Sum
Alltid drevet	82	31	22	10	5	150%
Begynt som voksen	85	12	23	6	6	132%
Lengre avbrekk	84	16	21	17	6	144%

c) Medlemskap i idrettslag blant deltakere i ulike sammenhenger for fysisk aktivitet. Vertikal og horisontal prosentuering.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Sum
Aldri medlem	20	1	18	4	(12)	19
Tidligere medlem	38	-	35	38	(40)	34
Medlem i dag	42	96	43	58	(40)	45
Uoppgitt		3	4	-	(8)	2
Sum	100	100	100	100	(100)	100
Aldri medlem	86	2	20	2	(3)	113%
Tidligere medlem	87	2	24	11	(6)	130%
Medlem i dag	75	52	20	13	(6)	166%

d) Andel blant deltakerne i ulike sammenhenger som har deltatt i aktiv konkurranseidrett tidligere, og andelen med og uten konkurransebakgrunn som har deltatt i ulike sammenhenger. Vertikal og horisontal prosentuering.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Sum
Ja	49	74	49	74	-	49
Nei	51	26	51	26	-	51
Sum	100	100	100	100	-	100
Ja	80	37	21	15	4	157%
Nei	83	13	22	5	7	130%

Kapittel 6

Tabellvedlegg 6.1 Viktigste grunn til å drive fysisk aktivitet blant «trimmere» i ulike organisatoriske sammenhenger. Prosent..

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL
Fysisk og mentalt velvære/overskudd	53	47	54	(33)
Forebygge helseplager/oppbygging etter sykdom, skade	15	5	14	(6)
Avkopling/avstressing	12	5	4	-
Holde vekta/bedre arbeids- evne/utseende/selvtillitt	9	2	7	(8)
Spenning/gøy, moro/ måle krefter	7	27	11	(25)
Sosialt fellesskap	3	11	6	(19)
Annet	1	3	4	-
Sum	100	100	100	(100)

Tabellvedlegg 6.2 Treningshyppighet blant «trimmere» i ulike sammenhenger. («oftest») Sommerhalvåret. Prosent.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Alle
1 gang pr. 14. dag	8	5	7	13	8
1 gang i uka	24	17	29	51	25
2 ganger i uka	25	30	40	23	27
3-4 ganger i uka	23	32	14	9	23
5-6 ganger i uka	7	13	5	2	8
7 ganger i uka/mer	14	4	4	2	11
Sum	101	101	99	100	100

Tabellvedlegg 6.3 Tilfredshet med egen form. Prosent.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Alle
Meget god	8	26	11	10	12
Ganske god	32	46	42	19	34
Brukbar	53	26	42	56	48
Ganske dårlig	5	2	3	13	4
Dårlig	2	-	1	2	2
Sum	100	100	99	100	100

Tabellvedlegg 6.4 Tilfredshet med egne treningsvaner. Prosent.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Alle
Meget fornøyd	14	25	19	8	16
Godt fornøyd	32	45	35	40	35
Passe fornøyd	39	26	38	35	36
Mindre fornøyd/misfornøyd	12	4	6	17	11
Sum	97	100	98	100	98

Tabellvedlegg 6.5 Omtrent hvor langt tror du at du kan jogge i flatt lende uten å hvile ?

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL
Ikke i det hele tatt	8	-	5	-
Inntil 500 m	9	3	5	6
1/2-1 km	16	11	14	17
2-3km	20	15	23	29
4-5km	14	20	17	10
6-10km	11	17	16	23
Over 10 km	17	31	13	6
Vet ikke	6	3	7	8
Sum	100	100	100	100

Tabellvedlegg 6.6 Hvem trener du oftest sammen med - blant de som oftest driver uorganisert aktivitet. Prosent.

	Uorg.
Aleine	48
Ektefelle/kjæreste	14
Familie/barn	9
Kolleger	5
Naboer	9
Andre venner	11
Annet	3
Sum	99

Tabellvedlegg 6.7 Interesse for å trene eller mosjonere mer eller på en annen måte blant de som driver regelmessig fysisk aktivitet i ulike sammenhenger.

	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Alle
NEI	51	56	48	48	40	48
JA	49	44	52	52	60	52
Sum	100	100	100	100	100	100
NEI	63	18	9	5	6	101
JA	63	15	10	5	6	99

*Tabellvedlegg 6.8 Foretrukket organisatorisk sammenheng blant de som aktive som ønsker å drive mer/annerledes fysisk aktivitet ? Prosent.
Foretrukket sammenheng.*

Driver oftest idag	Uorg.	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL	Annet	Alle
Uorganisert	62	11	14	3	10	100
Idrettslag	11	75	10	-	5	101
Private tilbud	36	5	59	-	-	100
Bedrift IL	(33)	(11)	(6)	(50)	-	(100)

Tabellvedlegg 6.9 Hvordan deltakere i ulike sammenhenger for fysisk aktivitet først fikk kjennskap til tilbudet. Prosent.

	Idr. lag	Privat tilbud	Bedr. IL
Venner/kjente	44	47	47
Gjennom en som er med fra før	7	11	17
Direkte kontakt	7	3	6
Skole	10	-	-
Avisomtale	1	12	-
Avisannonse	1	13	-
Plakat/postreklame	3	4	6
Familie	9	1	-
TV/Radio	1	1	-
Gjennom idrettslag	13	-	14
Annet	4	8	11
Sum	100	100	101

Fritidsbruken i dagens moderne samfunn er omgitt av en rekke myter og vrangforestillinger. Hva vet vi egentlig om hva nordmenn bruker fritiden til? I denne FAFO-rapporten presenterer forfatterne tendenser og variasjoner i nordmenns fritidsbruk. Hovedvekten er lagt på friluftsliv, trening og mosjon. Hvem gjør hva, når, med hvem, hvor og i hvilken sammenheng? Hvilke drivkrefter og hvilke barrierer gjør seg gjeldende? I et samfunn med stadig mer varierte tids- og aktivitetsmønstre, får «vekslingene» økt betydning. Det dreier seg ikke bare om alle hverdagslige overganger mellom arbeid, omsorg og fritid, men også om tilpasning mellom organisasjonsliv og aktivitetsmønstre gjennom hele livsløpet. Det viser seg at «kluss i vekslingsene» er hovedgrunnen til at så mange faller fra innen idretten eller slutter med trening eller mosjon. «Kluss i vekslingsene» er første delrapport fra prosjektet «Idrett, fritid og levekår» som FAFO utfører i samarbeid med oppdragsgiverne: Kultur- og Vitenskapsdepartementet, Ungdoms- og idrettsavdeling Norges Idrettsforbund Norges Bedriftsidrettsforbund Norsk Kommuneforbund

