

Organiserte fritidsaktiviteter og livskvalitet blant barn i Vestfold og Telemark

Lorentzen, Catherine Anne Nicole, USN

Bauger, Lars, USN

Müller De Bortoli, Marit, USN

Gulløy, Elisabeth, USN

Folkehelsekonferansen 2024



Bilder: Istockphoto

Bakgrunn

- Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter kan være positivt for barn og unges mentale helse og livskvalitet (Badura et al., 2021)
- Avhengig av opplevelser og erfaringer på disse arenaene (Leveresen et al. 2012)
- 3 typer opplevelser særlig viktige:
 - *Medvirkning*
 - *Mestring*
 - *Tilhørighet*
- ➔ grunnleggende psykologiske behov (Ryan & Deci, 2000)
- Norske barn tilbringer mye tid på organiserte fritidsaktiviteter (Enstad & Bakken, 2022)
- ➔ arena med stort potensiale for å bidra i det helsefremmende arbeidet rettet mot barn

Bakgrunn

- Begrenset kunnskap om sammenhenger mellom...
 - deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter,
 - opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet på slike arenaer og
 - livskvalitet...blant barn i Norge
- Viktig kunnskap for å styrke forståelsen av hvordan ulike folkehelseaktører, inkludert de som er involvert i barns organiserte fritidsliv, kan bidra i det helsefremmende arbeidet rettet mot barn



Forskningsspørsmål

1) Er det forskjell i livskvalitet mellom barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter og barna som ikke gjør det, og er en slik sammenheng eventuelt avhengig av hvor hyppig barna deltar i slike aktiviteter?

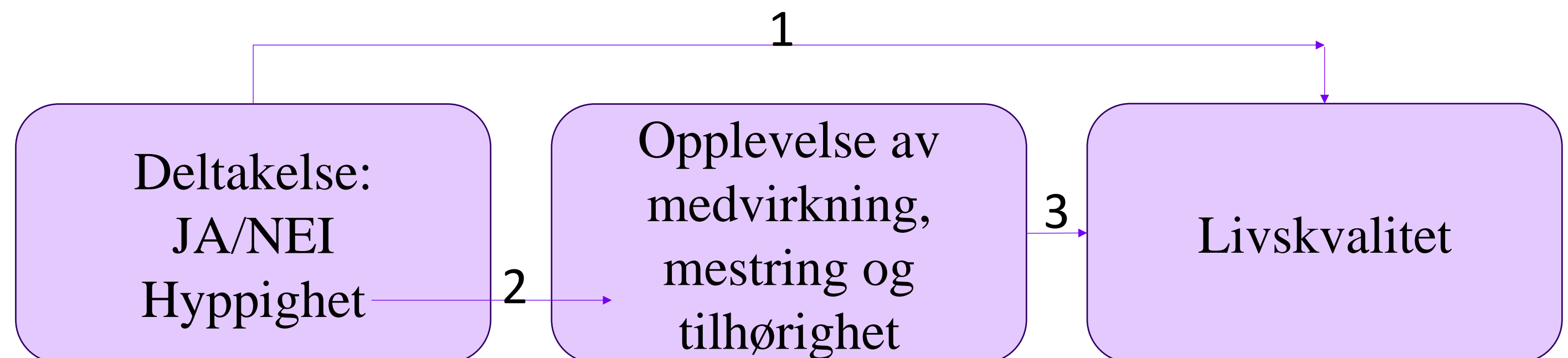
2) I hvor stor grad opplever barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter medvirkning, mestring og tilhørighet i aktivitetene sine, og er dette avhengig av hvor hyppig de deltar på slike aktiviteter?

3) Er det en sammenheng mellom barnas overordnede opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet tilknyttet de organiserte fritidsaktivitetene de deltar i, og deres livskvalitet?

- Er det forskjeller mellom jenter og gutter i disse sammenhengene?



Bilde: Pixabay



Oversikt over variabler brukt i analysene.		
Variabel	Spørsmål/påstand	Svaralternativer
Livskvalitet	Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?	0 (ikke fornøyd i det hele tatt) - 10 (svært fornøyd)
Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter	Går du på noen fritidsaktiviteter nå for tiden?	ja/nei
HVIS JA PÅ SPØRSMÅL OM DELTAKELSE:		
Frekvens, deltagelse i organiserte fritidsaktiviteter	Fra mandag til fredag, hvor mange kvelder går du på fritidsaktiviteter?	ingen/en/to/tre/fire/fem
Dekking av grunnleggende psykologiske behov i akt.		
<i>Medvirkning</i>	Jeg bestemmer selv hvilke fritidsaktiviteter jeg skal gå på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Medvirkning</i>	I fritidsaktivitetene jeg går på, får vi barna være med å bestemme hva vi skal gjøre	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Mestring</i>	Jeg lærer mye i fritidsaktivitetene jeg går på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Mestring</i>	Jeg føler meg vanligvis flink i de fritidsaktivitetene jeg går på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Tilhørighet</i>	Jeg liker de jeg er sammen med på fritidsaktivitetene mine	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Tilhørighet</i>	Jeg føler at jeg passer inn sammen med de andre på fritidsaktivitetene mine	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)

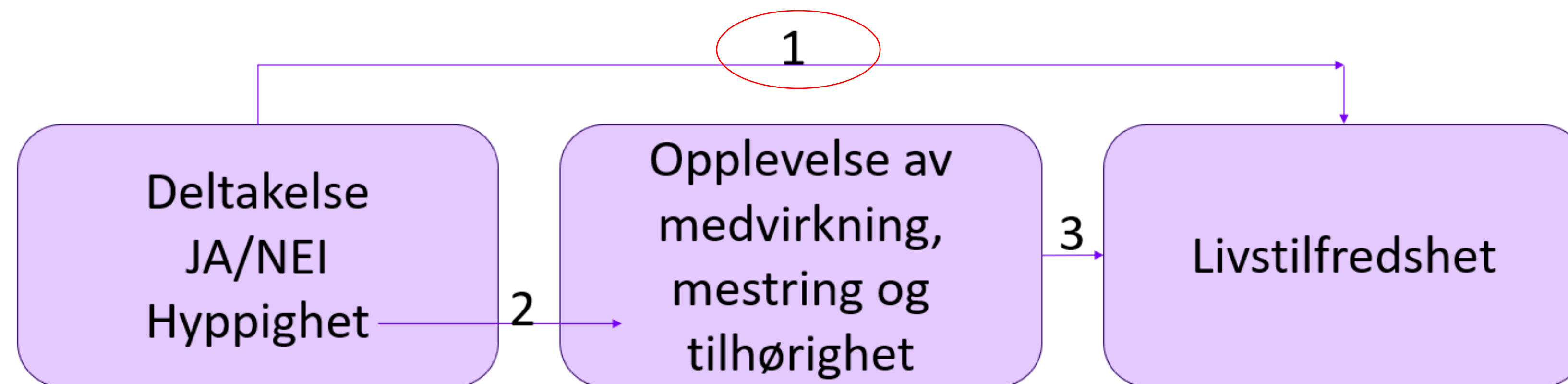
nferansen 2024

Data

- Data fra Ungdata pluss-undersøkelsen
- Barn 10-13 år fra Vestfold og Telemark
- Mellom 4765 og 5776 barn inkludert i analysene
- Benyttet spørsmålene i tabellen + kjønn, alder og sosioøkonomisk status
- Analyser: frekvens, t-test, ANOVA, multivariat lineær regresjon

Resultater Forskningsspørsmål 1:

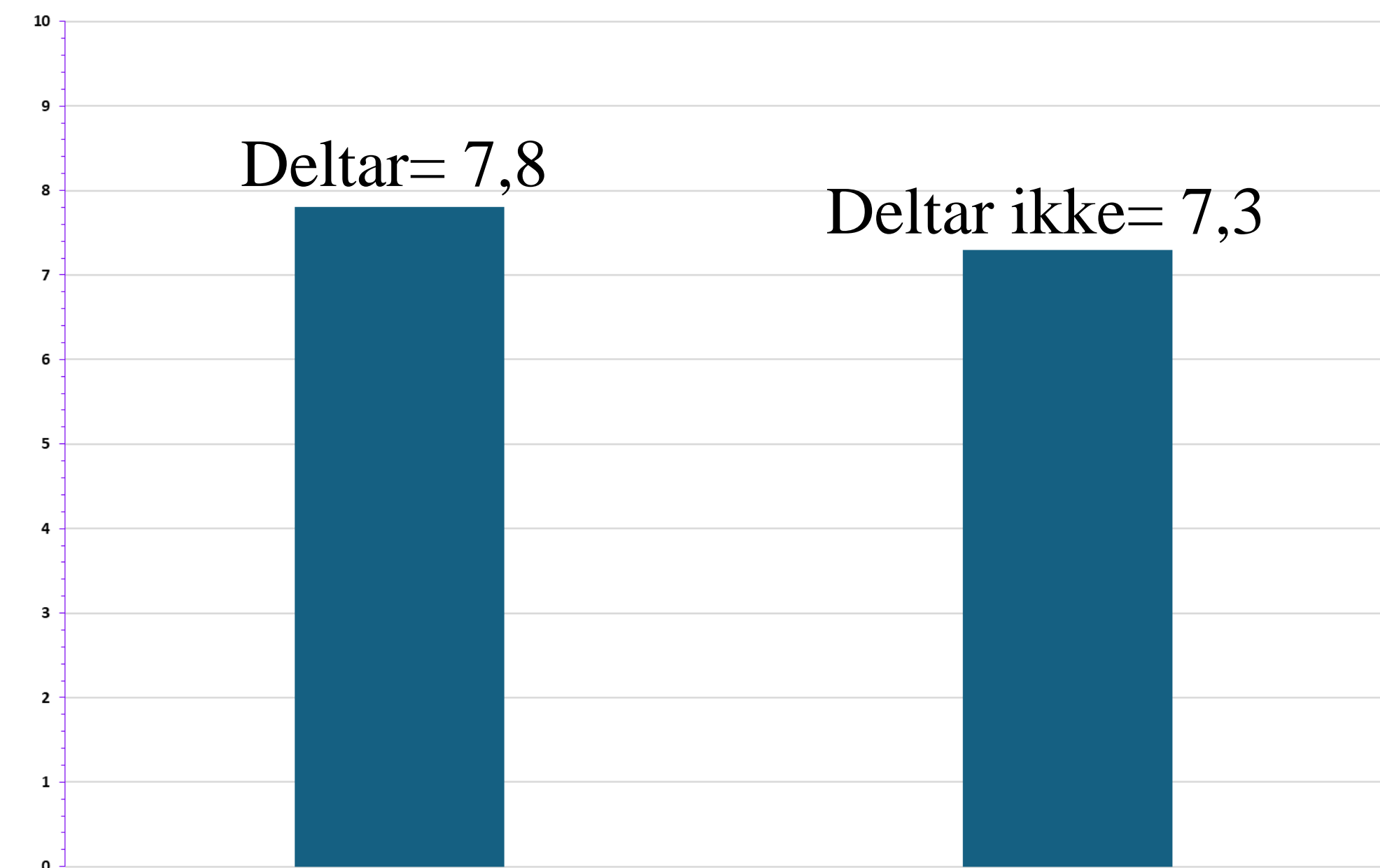
Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og livskvalitet



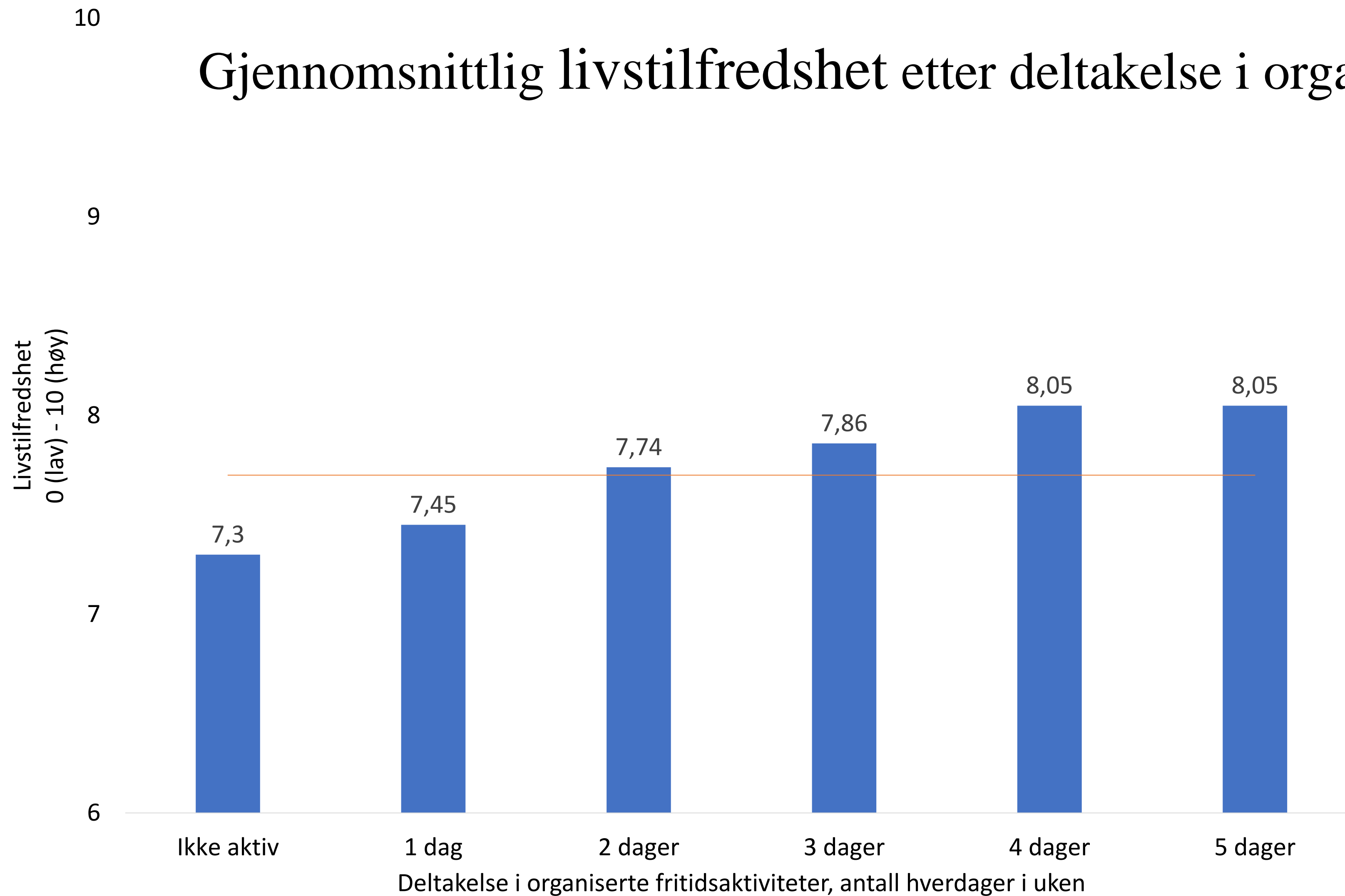
Multivariat lineær regresjon - sammenheng mellom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og tilfredshet med livet (n=5746)

	Modell 1			Modell 2		
	B	95% CI	β	B	95% CI	β
		R ² =0.01			R ² =0.05	
Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter (JA/NEI)	0.48	0.33;0.63	0.08	0.45	0.31;0.60	0.08
Kjønn				-0.78	-0.88;-0.68	-0.19
Alder				-0.25	-0.31;-0.18	-0.10
Sosioøkonomisk status				0.08	-0.04;0.21	0.02

- Kontrollert for kjønn, alder og sosioøkonomisk status:
 - Barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter ligger i snitt 0.45 høyere i livstilfredshet enn de som ikke deltar (skala fra 0-10).
- Ingen forskjell mellom jenter og gutter



Gjennomsnittlig livstilfredshet etter deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter

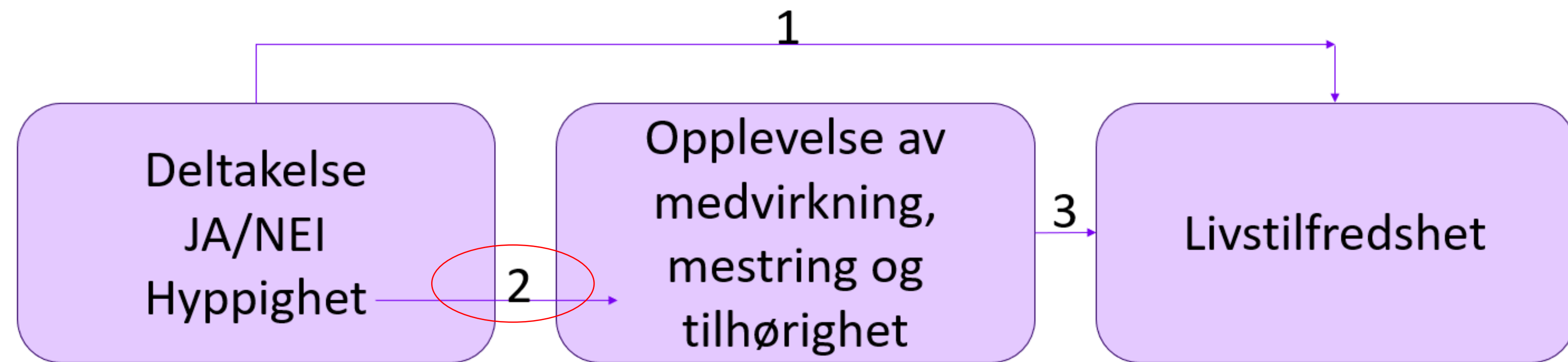


- For barna som deltar: Generell økning i livskvalitet pr. ekstra hverdag med organisert aktivitet ($p < .001$)
- Ikke signifikante forskjeller mellom 3-5 dager i uken.
- Ingen forskjell mellom jenter og gutter

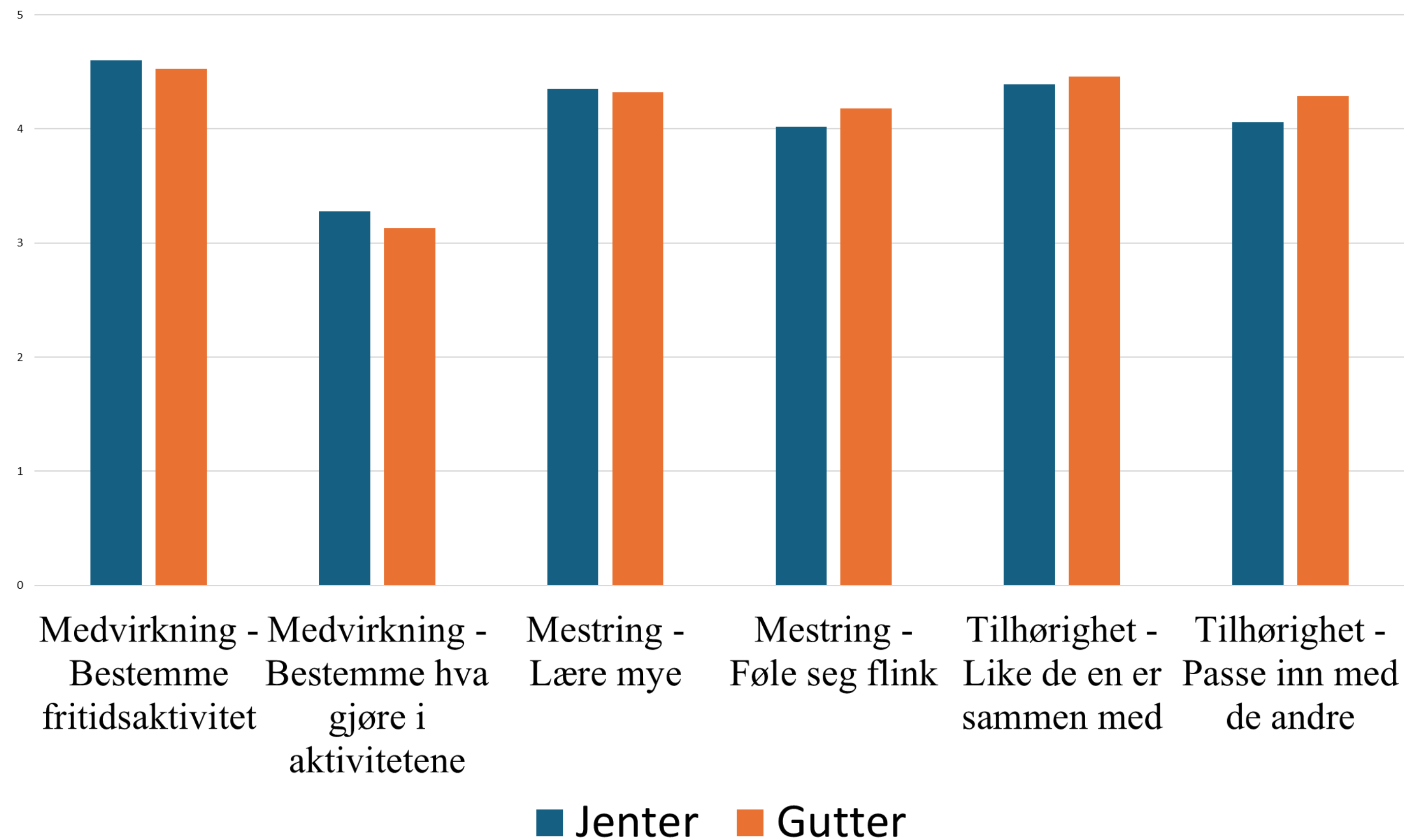
Oransje linje = gjennomsnittlig livstilfredshet (7,7) for hele utvalget.

Resultater Forskningsspørsmål 2:

Opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet blant barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter og betydningen av hyppighet på deltakelse

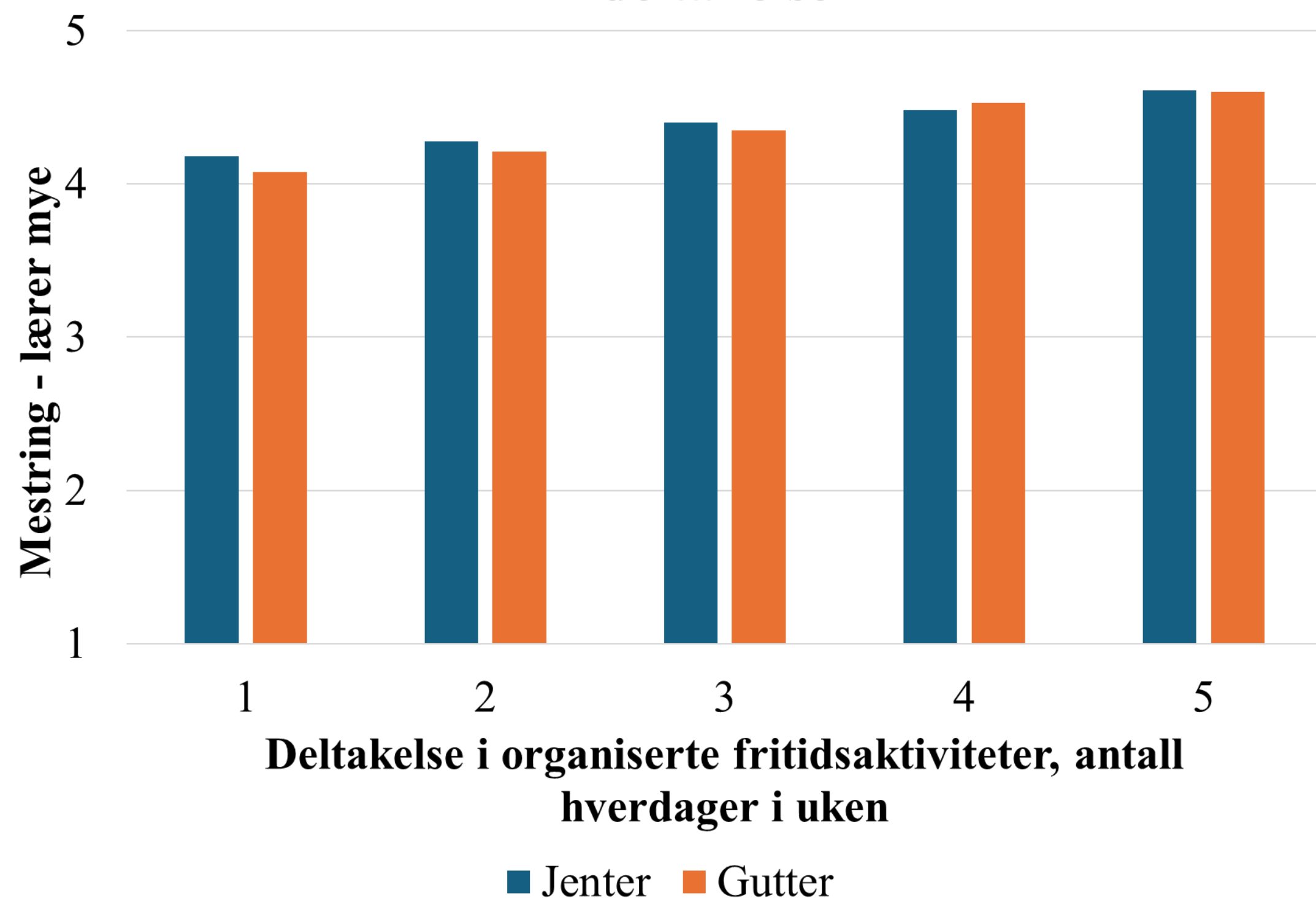


Gjennomsnittlig opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter (n= 4765-4884)

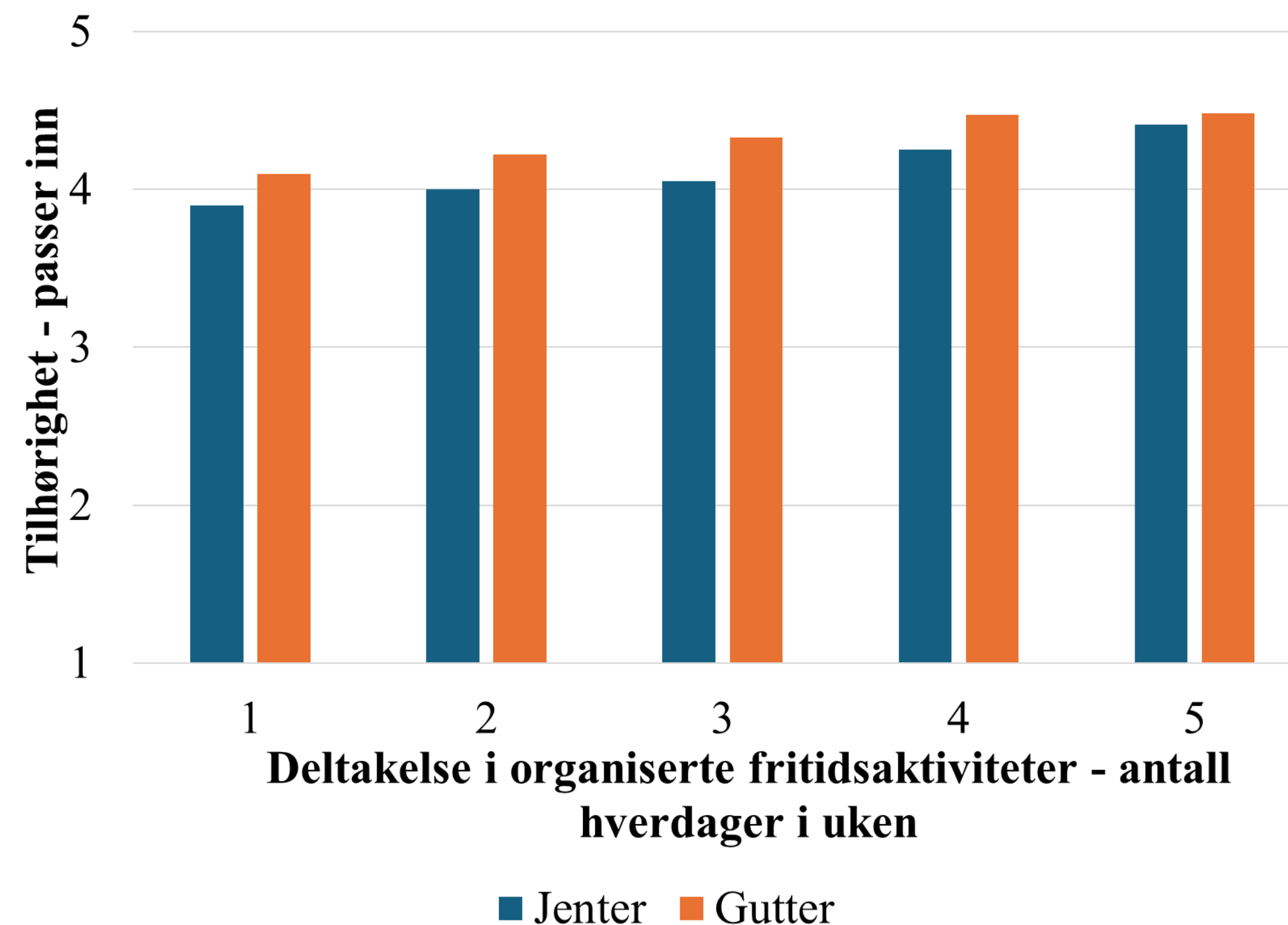


Gjennomsnittlig opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter etter hyppighet på deltakelsen (n= 4680-4793)

Mestring - Opplevelse av å lære mye i fritidsaktivitetene avhengig av hyppighet på deltakelse



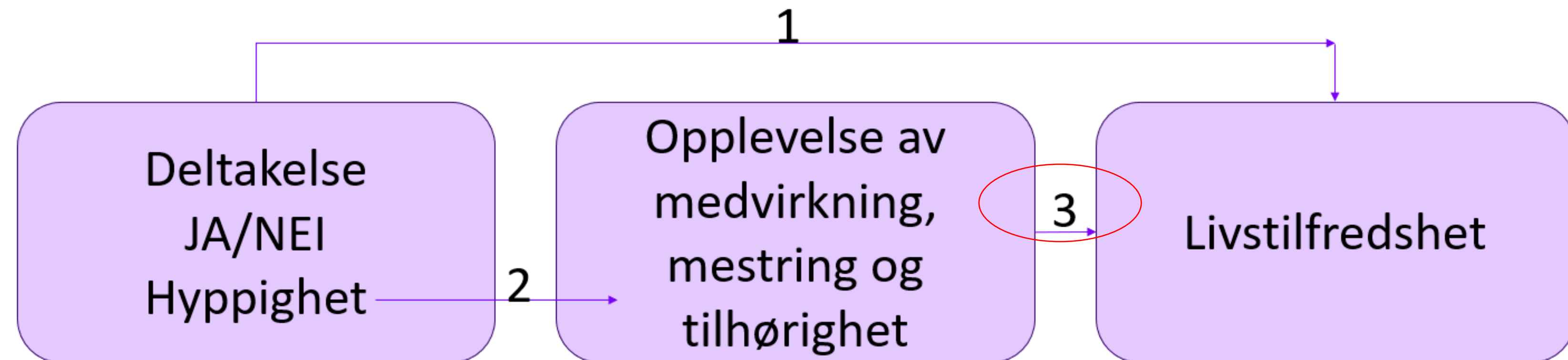
Tilhørighet - Opplevelse av å passe inn med de andre på fritidsaktivitetene avhengig av hyppighet på deltakelse



- Liten sign. økning (0.08 på skala 1-5) i *overordnet* opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet for hver ekstra dag
- Ingen sign. forskjeller mellom jenter og gutter

Resultater Forskningsspørsmål 3:

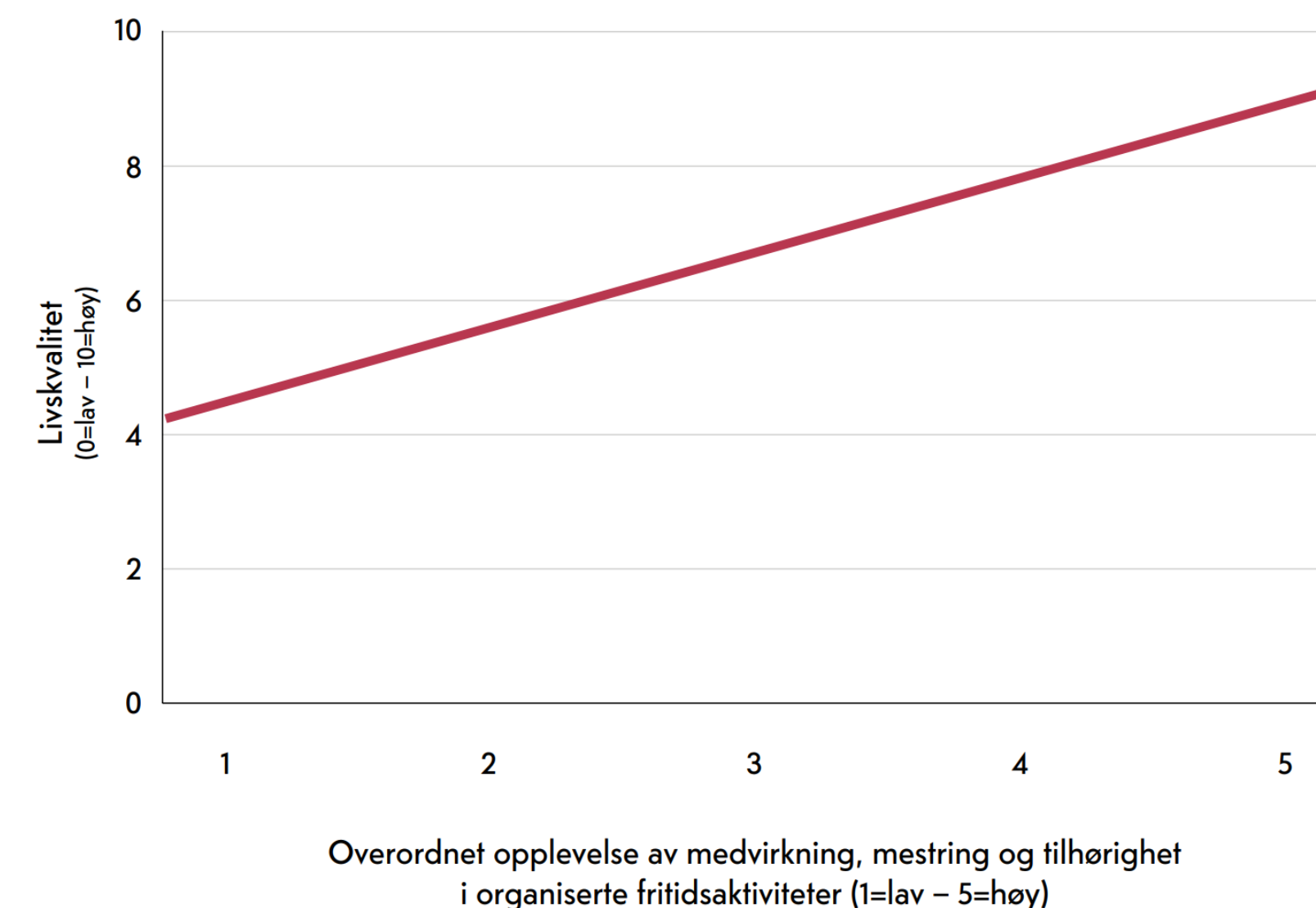
Sammenheng mellom overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter og livskvalitet



Multivariat lineær regresjon - sammenheng mellom overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene og livstilfredshet (n= 4836)

	Modell 1			Modell 2		
	B	95% CI R ² =0.11	β	B	95% CI R ² =0.15	β
Overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de org. fritidsakt.	1.09	1.00;1.18	0.32	1.06	0.98;1.15	0.32
Kjønn				-0.73	-0.83;-0.63	-0.19
Alder				-0.25	-0.32;-0.19	-0.10
Sosioøkonomisk status				-0.001	-0.13;0.13	0.00

- Kontrollert for kjønn, alder og sosioøkonomisk status:
 - En enhets økning i overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene (skala 1-5) er forbundet med 1.06 økning på livstilfredshetskalaen (1-10).
- Noe større effekt for jenter (B=1.19) enn for gutter (B=0.93).



Hvordan forstå og bruke resultatene?

- Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter viktig for barns livskvalitet, og aller best med flere dager i uken
 - Nødvendig å gjøre deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter mulig for ALLE barn!
- Det handler ikke bare om å delta – barna trenger å oppleve medvirkning, mestring og tilhørighet i aktivitetene for optimal mental helsegevinst
- Høye skårer på 5 av 6 spørsmål om medvirkning, mestring og tilhørighet, og jevnt over økning med økt hyppighet på deltakelse → kan tolkes slik at miljøene barna er en del av i disse aktivitetene allerede i stor grad legger til rette for slike opplevelser



Hvordan forstå og bruke resultatene?

- Potensiale for å ytterligere styrking av disse aspektene - særlig ift medvirkning *i* aktivitetene
 - Kan forventes å styrke livskvalitet ytterligere
- Både ledere/trenere, foresatte og de andre deltakende barna kan ha en rolle i dette arbeidet (Chu & Zhang, 2019; Felber Charbonneau & Camire, 2020; Ryan & Deci, 2000)
- Men, et lite forbehold: tverrsnittsdata begrenser muligheten til å si noe om årsak-virkning
 - Senere datainnsamlinger i Ungdata pluss vil muliggjøre mer sikre konklusjoner på retningene på sammenhengene



Referanser

- Badura, P., Hamrik, Z., Dierckens, M., Gobiņa, I., Malinowska-Cieślik, M., Furstova, J., Kopcakova, J., & Pickett, W. (2021). After the bell: adolescents' organised leisure-time activities and well-being in the context of social and socioeconomic inequalities. *J epidemiol community health*, 75(7), 628-636.
- Chu, T. L., & Zhang, T. (2019). The roles of coaches, peers, and parents in athletes' basic psychological needs: A mixed-studies review. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(4), 569-588.
- Enstad, F., & Bakken, A. (2022). Ungdata junior 2022. Nasjonale resultater (8278948100). NOVA.
- Felber Charbonneau, E., & Camiré, M. (2020). Parental involvement in sport and the satisfaction of basic psychological needs: Perspectives from parent–child dyads. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 655-671.
- Leversen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., & Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of youth and adolescence*, 41, 1588-1599.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68



Takk for oppmerksomheten!

catherine.lorentzen@usn.no