

Tjejer i gymnastikförening

- en studie av hälsa, besvär, livskvalitet och matvanor i
åldrarna 10 – 15 år

Stig Elofsson
Ulf Blomdahl
Magnus Åkesson
Karolina Bergmark
Linda Lengheden

Abstract

In the end of 2011 and the beginning of 2012, the management culture within the Swedish national gymnastics team was criticized and questioned. This led to that the Swedish Sports Confederation decided to temporarily suspend their funding to the Swedish Gymnastics Federation. Thereafter, the Swedish Gymnastics Federation delegated to researcher Jonas Stier to scrutinize the management culture within the Swedish national gymnastics team and the elite gymnastics. In his report, Stier presented serious criticism regarding the management culture which pointed out that the leaders and trainers worked with weight control and that practices were encouraged and/or carried out despite injuries. As a result of Stier's report, the Swedish Gymnastics Federation decided upon new goals and guidelines.

Gymnastics is one of the most popular sports within the Swedish Sports Confederations among girls. A central question is if the management culture Stier scrutinized within the national gymnastics team and the elite gymnastics, also involves gymnastics among 10-15-year olds. To examine if this applies, we have analysed current studies carried out in different municipalities in Sweden in collaboration with Ung livsstil since 2011, and compared the girls who are active in a gymnastics association with girls who are active in other sports associations, and with girls that are not active in any sport associations by the following criteria:

1. Self-rated health
2. Prevalence of psychosomatic disorders and disorders associated with sports injuries
3. Perceived quality of life
4. Eating habits
5. Reasons why girls quit or leave gymnastics associations

Sports injuries and the reasons why some decide to leave gymnastic associations are compared to girls in football associations.

The data in this study is based on a defined selection framework and has been performed randomly carried out in collaboration with municipalities between the years 2011 to 2019 in Sweden in middle school (grade 4-6) and secondary school (grade 7-9). 777 girls from these studies are active in gymnastic associations.

The data in this study is based upon randomized studies conducted in the middle school age (grade 4-6), and secondary school (grade 7-9). Overall, this includes 777 girls in studies conducted in 2011 until 2019.

The results show that girls' situation in gymnastics associations in the age group 10-15 years old is not different when compared to girls who participate in other sports associations. This applies to self-rated health, prevalence of psychosomatic disorders, perceived quality of life and eating habits. There are no signs that this would have been different in 2011 or onwards. The results also show that health among girls in gymnastics associations, as well as the health among girls who participate in other sports associations, is better compared to those who do not participate in any sports associations. There are no systematic differences between girls in gymnastics associations and girls in football associations when problems related to sports injuries or reasons for leaving the sports associations are examined.

Abstrakt

Under slutet av 2011 och början av 2012 framfördes stark kritik mot ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik. Detta ledde bland annat till att RFs utbetalningar till gymnastikförbundet tillfälligt ställdes in. Gymnastikförbundet gav efter detta Jonas Stier i uppdrag att granska ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik. I sin rapport presenterade han stark kritik mot dess ledarkultur och pekar på att ledare/tränare arbetar med viktkontroll samt att träning ägde rum/uppmuntrades trots skador. Detta har lett till att gymnastikförbundet utarbetat nya mål och riktlinjer.

Gymnastik är en av de största idrotterna inom Riksidrottsförbundet (RF) bland tjejer. En central fråga är om den ledarkultur som Stier uppmärksammar inom landslags- och elitidrotten också brett ut sig inom barn- och ungdomsgymnastiken. För att få en bild av om detta gäller har vi utifrån aktuella studier som gjorts i olika kommuner i samarbete med *Ung livsstil* sedan 2011 jämfört tjejer som är med i gymnastikförening med tjejer som är med i den övriga RF-idrotten (gymnastiken är alltså borttagen) samt med tjejer som inte är med i en idrottsförening alls när det gäller:

1. Självs kattad hälsa
2. Förekomst av psykosomatiska besvär och besvär kopplade till idrottsskada
3. Upplevd livskvalitet
4. Matvanor
5. Orsaker till att tjejer slutar respektive helt lämnar en gymnastikförening

När det gäller besvär kopplade till idrottsskada, andel som slutat i en gymnastikförening men är kvar i en annan respektive lämnat gymnastikförening helt samt orsakerna till detta, görs jämförelser med tjejer som slutat i en fotbollsförening.

Det material vi arbetar med bygger på slumpmässiga studier genomförda på mellan- och högstadiet i olika kommuner. Från dessa studier har vi studerat tjejer som är med i gymnastikförening. Sammantaget innefattar dessa 777 tjejer (i studier som genomförts under 2011-19).

Sammantaget visar resultaten att situationen för tjejer inom barn- och ungdomsgymnastiken inte skiljer sig från situationen för andra tjejer som är med i idrottsförening. Detta gäller både för självs kattad hälsa, förekomst av besvär, upplevd livskvalitet och matvanor. Det finns inte heller tecken på att detta skulle sett annorlunda ut från 2011 och framåt. Resultaten visar också att hälsan bland gymnastiktjejer, liksom bland tjejer som är med i andra idrottsföreningar, är bättre än bland de som inte är medlem i någon idrottsförening. Det framträder inte heller några mer systematiska skillnader mellan gymnastik- och fotbollstjejer när det gäller förekomst av besvär kopplade till idrottsskada eller skälen man anger för att man slutat.

Författarnas förord

Forskningsprojektet Ung livsstil i Sverige har kontinuerligt tillsammans med institutionen för socialt arbete vid Stockholms universitet (Stig Elofsson) genomfört studier kring ”Resursutnyttjande och effekter av offentligt driven eller understödd verksamhet på fritidsfältet”¹. Forskningsprojektet startades 1984 av sociologiska institutionen vid Stockholms Universitet (Ulf Blomdahl) och Stockholms stad (fritidsförvaltningen), Göteborgs stad, Norrköpings kommun, Västerås kommun och Eskilstuna kommun.

Studier om barns och ungdomars fritidsvanor och fritidspreferenser har genomförts i form av forskningsprojektet Ung livsstil sedan 1984. Sedan studien 2004/2005 i Stockholm har vi vidgat perspektivet och strävat efter att mer utförligt kunna beskriva och analysera ungdomars livsvillkor. I första hand står dock ungdomars situation och preferenser på fritidsområdet i centrum för våra studier. Ung livsstil är i dag ett samarbetsprojekt mellan oss forskare/utredare och idrotts- och kulturförvaltningarna i Stockholms stad och 18 andra kommuner². Vetenskapligt ansvarig för projektet Ung livsstil är Stig Elofsson, fil.dr. i statistik och docent i socialt arbete.

Studier har också genomförts med elever i grund- och gymnasiesärskolan i Haninge kommun (2006, 2008, 2012, 2016), Huddinge kommun (2015), Jönköpings kommun (2000, 2003, 2006, 2009, 2012, 2015, 2018), Kalmar kommun (2010), Stockholms stad (2008/2009, 2014/15) och Tyresö kommun (2009).

Forskningsrapporter och övriga resultat från Ung livsstil finns publicerade på:

www.unglivsstil.org

www.facebook.com/unglivsstil1

Stockholm i november 2020.

Stig Elofsson, fil.dr. i statistik och docent i socialt arbete. Vetenskapligt ansvarig i Ung livsstil.

Ulf Blomdahl, sociolog och forskningsledare inom Ung livsstil.

Magnus Åkesson, folkhälsovetare. Strateg på idrottsförvaltningen i Stockholms stad.

Karolina Bergmark, sociolog. Planeringssekreterare på fritidsförvaltningen i Malmö stad.

Linda Lengheden, sociolog och genusvetare.

C författarna och Stockholms stads idrottsförvaltning

Framsida: Mats Lidström

ISBN: 978-91-984359-1-7

¹ Forskningsprojektet Ung livsstil drivs i dag av Stig Elofsson, Ulf Blomdahl och Linda Lengheden tillsammans med berörda kommuner. Från idrottsförvaltningen i Stockholm medverkar folkhälsostrategen Magnus Åkesson. Från Fritid Malmö deltar planeringssekreterare Karolina Bergmark.

² Många andra kommuner har deltagit i Ung livsstil sedan starten 1984. I dessa kommuner har dock inga uppföljningar gjorts under de senaste 10 åren.

Innehållsförteckning

Kapitel 1. Inledning med syfte	1
Kapitel 2. Undersökningen.....	5
2.1 Inledning.....	5
2.2 Undersökningsgruppen.....	5
2.3 Medlemskap i idrottsförening.....	6
2.4 Självskattad hälsa	7
2.5 Förekomst av besvär.....	8
2.6 Skattad livskvalitet	8
2.7 Matvanor	8
2.8 Att sluta i idrottsförening	9
2.9 Varför sluta i idrottsförening.....	9
2.10 Statistisk metod	9
Kapitel 3. Hälsa och besvär.....	11
3.1 Inledning.....	11
3.2 Hälsa.....	11
3.3 Hälsa i tidigare undersökningar.....	13
3.4 Psykosomatiska besvär.....	15
3.5 Psykosomatiska besvär i tidigare undersökningar.....	16
3.6 Livskvalitet.....	17
3.7 Livskvalitet – tidigare studier.....	18
3.8 Idrottsskador bland gymnastiktjejer respektive fotbollstjejer	19
3.9 Idrottsskador bland gymnastiktjejer respektive fotbollstjejer – tidigare studier	20
3.10 Sammanfattning.....	21
Kapitel 4. Matvanor.....	22
4.1 Inledning.....	22
4.2 Matvanor i de aktuella undersökningarna	22
4.3 Matvanor i tidigare studier	25
4.4 Sammanfattning.....	28
Kapitel 5. Hur många slutar respektive lämnar gymnastikförening?	29
5.1 Inledning.....	29
5.2 Hur många slutar och lämnar gymnastik- respektive fotbolls-förening?.....	29
Kapitel 6. Varför har man slutat i gymnastikförening?.....	30
Kapitel 7. Sammanfattning och slutdiskussion	31
Kapitel 8. Avslutning	33
Litteraturförteckning	34

Kapitel 1. Inledning med syfte

Gymnastikförbundet är ett av Riksidrottsförbundets (RF:s) största förbund. Enligt RF:s egen statistik är gymnastiken det fjärde största specialidrottsförbundet om antalet medlemmar räknas³. Sjuttiotre (73) procent av samtliga medlemmar i gymnastikförbundet är enligt deras egen redovisning tjejer/kvinnor⁴. Under senare år redovisar gymnastikförbundet allt fler medlemmar⁵. Detta beror bl.a. på att parkour har blivit en del av gymnastikförbundet.

Hur stor är då gymnastiken i förhållande till övriga specialidrotter bland barn och ungdomar i tjejgruppen? I tabell 1 ser vi på vilken plats gymnastiken kommer på bland tjejer i Ung livsstils undersökningar. Här noteras enbart när gymnastiken kommer bland de fem största föreningsidrotterna bland tjejer. Där fälten är gråmarkerade har inte Ung livsstil genomfört några studier sedan 2015

Tabell 1. Tjejer. Gymnastikens plats i rangordningen bland RF-idrotterna.

	Mellanstadiet	Högstadiet	Gymnasiet
Huddinge 2015	3: plats	3: plats	3: plats
Jönköping 2018	3: plats	#	4: plats
Helsingborg 2018	1: plats	3: plats	4: plats
Täby 2018/19	2: plats	3: plats	5: plats
Malmö 2019/20	1: plats	1: plats	Studien ej klar
Falkenberg 2016/17			#
Nacka 2016/17		1: plats	
Haninge 2016/17		3: plats	5: plats
Sävsjö 2018	#	#	
Lidingö 2019		4: plats	3: plats
Värmdö 2019		4: plats	
Vallentuna 2019		4: plats	
Askersund 2018		3: plats	
Heby 2019		4: plats	
Knivsta 2018		4: plats	
Eskilstuna 2019/20		3: plats	

Inte bland de fem största. Gymnastiken på sjunde plats i högstadiet i Jönköping.

Vi ser att föreningsidrotten gymnastik i samtliga kommuner, med undantag av Sävsjö i mellanstadiet och högstadiet, Jönköping högstadiet och Falkenberg i gymnasiet är bland de fem största idrotterna bland tjejer⁶. Av dem som är medlemmar i en gymnastikförening i ovanstående kommuner sammantaget är 91% tjejer i mellanstadiet, 87% i högstadiet och 89% i gymnasiet⁷.

³ Centrum för idrottsforskning, **Statens stöd till idrotten. Uppföljning 2019**, sid. 39. Det ligger utanför den här rapportens syfte att granska uppgifterna från RF och specialförbunden. Någon fristående forskare eller utvärderare borde få ett sådant uppdrag.

⁴ Centrum för idrottsforskning, **Statens stöd till idrotten. Uppföljning 2019**, sid. 37.

⁵ Centrum för idrottsforskning, **Statens stöd till idrotten. Uppföljning 2019**, sid. 41.

⁶ Fotboll och ridning är i några kommuner störst bland tjejer. Innebandy är också bland de största RF-idrotterna bland tjejer liksom handboll, basket och simning.

⁷ Det är för få killar som sysslar med RF-idrotten gymnastik för att vi ska kunna undersöka även gruppen killar i de olika kommunerna.

En av de första (?) som påtalade problem inom gymnastiken var läkaren Klas Östberg⁸ ⁹. Han skriver i ett inlägg den 8 maj 2020 i Facebook i gruppen Barnidrott följande:

”2011 kom jag i kontakt med elitsatsande barn i gymnastik och konstakning. Det öppnade en helt ny värld som jag tidigare endast gläntat på dörren till. Det var en chock som skakade om mig. Att se en 12-årig flicka stå och hoppa på ett ben med en fraktur i hälbenet och utan någon som helst min i ansiktet visa att hon hade svåra smärtor var ofattbart. Hur var det möjligt att barn tvingades utstå svält och skador och finna sig i det? I Sverige! Det var inget som jag hade upplevt ens av de bästa idrottarna men däremot av dem som slogs ut på vägen, men de var vuxna.

Jag protesterade och kallade det för barnmisshandel men fick inget stöd av vare sig av RF, SOK eller förbunden. Jag ansågs okunnig och inte förstå vad som krävdes. Idrottsministern reagerade och kallade mig och RF till ett möte i Rosenbad. Senare avgick Generalsekreteraren i RF liksom flera i gymnastikförbundet och RF:s utbetalningar hölls inne till gymnastiken”.

Gymnastikförbundet gav professor Jonas Stier i uppdrag att granska ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik. Han skriver i inledningen till sin rapport:

”Under januari och februari 2012 kunde man i Dagens Nyheter läsa om gymnaster som tränade trots att de var skadade. Upprinnelsen var bland annat en idrottsläkarens vittnesmål om hur han på sin mottagning hade mött unga gymnaster (och deras föräldrar), som trots uppmaningar om att vila för att läka relativt allvarliga frakturer, fortsatt att träna. Därtill gick en före detta gymnast också ut i dagspressen och berättade om sina negativa upplevelser som ung gymnast...

Vittnesmålen och debatten föranledde Svenska Gymnastikförbundet och Riksidrottsförbundet att vidta åtgärder. En undersökning, där aktiva gymnaster intervjuades vid en landslagssamling, genomfördes i februari 2012. Undersökningen skulle tjäna som en nulägesanalys och inkluderade aktiva juniorer, seniorer och ledare. På detta följde ny kritik i medierna – även av den genomförda nulägesanalysen.

Svenska Gymnastikförbundets styrelse valde då att tillsätta en mer fristående och mer djupgående utredning som skulle belysa och problematisera den kultur som genomsyrar gymnastiken på landslagsnivå”¹⁰.

Någon utredning om tillståndet i barn och ungdomsgymnastiken tillsatte gymnastikförbundet då inte¹¹.

⁸ Klas Östberg är allmänläkare med inriktning på bl.a. ortopediska skador, infektioner, ätstörningar m.m. Han har varit med som läkare på OS, VM med flera stora internationella idrottstävlingar.

⁹ Att veta hur tidigt denna kritik formulerats vet vi inte och vi har heller inte till mål att ta reda på detta inom ramen för den här studien.

¹⁰ Stier, J, **Blod, svett och tårar. Ledarkulturen inom svensk landslagsskultur - belyst och problematiserad**, sid. 7.

¹¹ Uppgiften från Malin Eggertz Forsmark, dåvarande ordförande i svenska gymnastikförbundet.

I sin rapport framförde Stier kritik mot att ledare/tränare arbetade med viktkontroll och inte heller var tillräckligt medvetna om risken för att arbeta med viktkontroll samt att träning ägde rum/uppmuntrades trots skador. Dessutom konstaterade Stier att det fanns en auktoritär ledarstil och att en del ledare saknade kunskap om idrottens värdegrund^{12 13}.

Gymnastikförbundet utarbetade en hel del nya riktlinjer efter Stier's utredning¹⁴. I åtgärdsplanen ingick bl.a. att inrätta ett medicinskt råd, återinföra en förbundsläkare, skapa ett medicinskt nätverk samt ha ett skaderegister. I åtgärdsplanen fanns också att skapa en god ledarkultur, att ha extra elittränarutbildning och ställa nya krav för en hållbar landslagsgymnastik.

Stier undersökte landslagsgymnastiken 2012. En del kritik har också efter 2012 framförts mot elitgymnastiken såväl internationellt som i Sverige¹⁵. Det finns också offentlig kritik mot några enskilda gymnastikföreningar¹⁶.

Hur är det då med hälsan, de psykiska och fysiska besvären, livskvaliteten, matvanorna bland alla de barn och ungdomar som är med i en gymnastikförening? Och hur är det med deras hälsa m.m. i förhållande till barn och ungdomar i den övriga idrottsrörelsen och i förhållande till de barn och ungdomar om inte alls är med i en idrottsförening? Och slutar tjejer i gymnastikföreningar i sin förening av andra orsaker än tjejer i andra föreningsidrotter, t.ex. en fotbollsförening.

Så långt vi kan se finns det inte någon forskning omkring detta¹⁷.

Vilka resultat kan förväntas när det gäller gymnastiktjejjers hälsa m.m. i åldersgruppen 10-15 år i dag?

För det första kan tänkas att den träningskultur som funnits på landslagsnivå finns på alla nivåer i inom gymnastikförbundet. För det andra kan tänkas att gymnastiken (den vi undersöker) inte har haft landslagets träningskultur någon gång. För det tredje kan tänkas att de åtgärder som vidtogs efter Stiers studie gjort att träningskulturen idag inte i någon större utsträckning ser ut som den gjorde på landslagsnivån.

Syftet med den här rapporten är:

1. Att undersöka den självskattade hälsan bland tjejer som är med i en gymnastikförening.
2. Att undersöka psykiska och fysiska besvär bland tjejer som är med i en gymnastikförening.
3. Att undersöka livskvaliteten bland tjejer i gymnastikförening.
4. Att undersöka matvanorna bland tjejer i gymnastikförening.

¹² Stier, J, **Blod, svett och tårar. Ledarkulturen inom svensk landslagskultur - belyst och problematiserad**, sid. 4-7. Se också Jonas Stier, "Stora ledarproblem i svensk elitgymnastik" i **Svensk idrottsforskning nr 4/2012**.

¹³ Se också t.ex. Svt sport den 14 december 2012, **Barn plågas i svensk elitgymnastik**. Svt Nyheter 31 mars 2017, **Jag mådde jättedåligt**. Expressen den 13 oktober 2017, **Pressade till ätstörningar – nu orkar de berätta**.

¹⁴ SVT sport, **Efter indragna stödet – gymnastikförbundet presenterar åtgärdsplan**, 13 mars 2013.

¹⁵ DN, **Gymnastikforskare i åtta länder kräver förändringar. Erkänn felaktigheter**, 24 augusti 2020.

¹⁶ Se t.ex. Svt sport 9 september 2016, **Pressade barn till gråt – nu utesluts föreningen**.

¹⁷ Vid litteraturgranskning samt rådfrågan bland både idrottsforskare samt föreningsaktiva har vi inte hittat några studier som behandlar frågeställningen.

5. Att undersöka orsakerna till att tjejer slutar i en gymnastikförening.

Den självskattade hälsan, de psykiska och fysiska besvären, livskvaliteten samt matvanorna bland tjejer i gymnastikförening jämförs med tjejer som är med i den övriga RF-idrotten (gymnastiken är alltså borttagen) samt med tjejer som inte är med i en idrottsförening alls. Orsakerna till att gymnastiktjejer lämnat sin förening jämförs med de tjejer som slutat i en fotbollsförening¹⁸.

¹⁸ Vi har valt fotbollsföreningar av två skäl. Fotbollen är en av de största idrotterna bland tjejer och den utmärks liksom gymnastiken av tävlingsverksamhet. Dessutom har tjejer i fotbollsförening och gymnastikförening ungefär samma självskattade hälsa.

Kapitel 2. Undersökningen

2.1 Inledning

Ung livsstil har sedan 1984 i en rad olika studier undersökt i vilken grad barn och ungdomar i olika socioekonomiska grupper har varit med i en idrottsförening, övrigt föreningsliv, gått på bibliotek, besökt fritidsgård, varit med i musikskolan/kulturskolan, varit fysiskt aktiva. Sedan 2004 har vi även frågor kring barns/ungdomars hälsa och livskvalitet¹⁹.

Studierna har i de flesta fall genomförts under lektionstid där eleverna fått besvara en enkät som främst innefattar frågor med givna svarsalternativ. En anställd från idrotts-, kultur- eller fritidsförvaltningen eller motsvarande alternativt Ung livsstil har varit närvarande i klasserna när enkäten fylldes i. Denna person har också introducerat enkäten för eleverna och samlat in enkäterna efter att de fyllts i. Har eleverna haft problem vid ifyllandet av enkäten har denne och lärarna hjälpt till att lösa utmaningarna.

2.2 Undersökningsgruppen

Målet med undersökningarna har varit att kunna studera barns och ungdomars levnadsvillkor i de olika kommunerna. Urvalet av undersökningsgrupper är slumpmässigt och utgår från uppgifter om samtliga elever - i såväl kommunala skolor som friskolor. Detta innebär att materialet ger en representativ bild av situationen för samtliga elever – dock ej de som går i grund- eller gymnasiesärskolan²⁰ - i kommunen. Svarsfrekvensen överstiger i samtliga fall 70 % och är i det samlade materialet 80 %. I de flesta fall är svarsfrekvensen högst i mellanstadiet och lägst i gymnasiet. Bortfallet innefattar elever som inte var närvarande vid den lektion då undersökningen genomfördes²¹. Genomgående gäller att antalet killar som är med i gymnastikförening är alltför få för att det skall bli meningsfullt att studera dem.

I tabell 2 presenteras antal tjejer som är med i idrottsförening inriktad mot gymnastik efter skolstadium, kommun och undersökningsår. För att få en bild av om det skett förändringar över tid ingår undersökningar som genomförts sedan 2011 och framåt. Genomgående gäller att antalet tjejer som är med i gymnastikförening är mycket begränsat i alla undersökningar från gymnasiet, varför undersökningen begränsas till mellan- och högstadiet. Även här har begränsningar gjorts till de fall där antalet tjejer som är med i gymnastikförening i de aktuellaste undersökningarna är minst 20 för att resultaten inte skall bli alltför slumpartade²².

¹⁹ Frågor kring upplevd livskvalitet finns redan med i undersökningarna från början på 1990-talet

²⁰ I projektet *Ung livsstil* har även ett flertal studier gjorts bland särskoleelever. Resultat från dessa har presenterats t ex i Trygghed S, Elofsson S. **Skolerfarenheter och självskattad hälsa bland elever i särskolan**, Elofsson S, Blomdahl U. **Hälsa och livskvalitet hos ungdomar i särskolan**.

²¹ I några enstaka fall handlar det dock om elever som vi vid kontroll av enkäten funnit att de inte besvarat denna seriöst, men det gäller här endast enstaka fall.

²² Detta har t ex inneburit att resultat från undersökningarna i Jönköping åren 2012 och 2015 inte kunnat tas med.

Tabell 2. Andel (%) av samtliga tjejer samt antal som är med i idrottsförening inriktad mot gymnastik efter skolstadium, kommun och undersökningsår.

Kommun, år	Mellanstadiet		Högstadiet	
	Antal	Andel (%) av alla tjejer	Antal	Andel (%) av alla tjejer
Eskilstuna 2019			29	4.5
Haninge 2012	19	5.7		
Helsingborg 2012	15	4.1	22	5.7
Helsingborg 2015	84	13.0	23	5.3
Helsingborg 2018	98	15.4	42	6.1
Jönköping 2018	36	8.2	15	2.4
Lidingö 2011			21	9.7
Lidingö 2015			26	9.8
Lidingö 2019			21	8.8
Malmö 2015			16	2.7
Malmö 2019	125	9.4	66	5.7
Täby 2014	30	9.5		
Täby 2019	61	18.5	28	7.8
Summa	468		309	

Sammanlagt innefattar materialet 777 tjejer som är med i en gymnastikförening.

2.3 Medlemskap i idrottsförening

Att mäta och följa upp barns och ungdomars deltagande i föreningsaktiviteter är problematiskt. Vad som är en föreningsaktivitet eller ej är inte alltid självklart för de svarande. Det är få forskare eller utredare som har diskuterat svårigheten med att i en enkät få korrekta svar på om ungdomar är med i en idrottsförening eller inte. Denna problematik är något de flesta forskare inte ens uppmärksammat eller diskuterat. Två undantag från detta har vi funnit. Per Nilsson har formulerat att han låter ungdomar själv avgöra vad som är en idrottsförening och SCB har i sina studier på 1980-talet och 1990-talet påtalat att de mäter föreningsliknande verksamhet (se nedan)²³. I bägge fallen handlar det alltså om en omdefinition av vad som menas med att vara med i en idrottsförening.

Det måste också noteras att forskare och utredare många gånger använder alternativa begrepp som organiserad idrott, idrott, idrottens, idrottsvanor, idrottande, fysiskt aktiva, utöva idrott och idrottsutövare när de presenterar resultat i samband med diskussioner kopplat till RF-idrotten. Det är ganska ofta oklart vad som menas med dessa begrepp allmänt och när de ska ses som synonyma begrepp till RF-idrotten. Även Centrum för idrottsforskning (CIF) glider mellan begreppen idrottsvanor och medlemskap i en idrottsförening.

För att komma ifrån den ovan diskuterade problematiken har *Ung livsstil* sedan 1984 använt följande metod för att följa upp föreningsdriven verksamhet och/eller aktiviteter. Frågan som ställts till barn och unga lyder:

²³ Även Britta Thedin Jakobsson diskuterar i samband med sin kvalitativa delstudie om vilka som stannar kvar i RF-idrotten hur hon har försökt skilja RF-idrotten från t.ex. deltagande i SATS, Se Thedin Jakobsson, **Vilka stannar kvar och varför?** sid. 61.

Är du medlem i någon/några idrottsföreningar/klubbar, kulturföreningar, organisationer, scouter eller något religiöst samfund?

(Om du är osäker om det är en förening du är med i när du utför din aktivitet så skriv ändå upp den här) **Nej** **Ja**

Om ja, vilken/vilka föreningar/klubbar eller kyrkor är du med i, vad sysslar ni med för aktiviteter?

Med förening avses här en demokratiskt uppbyggd organisation. Exempel på en sådan organisation är en gymnastikförening eller en bordtennisförening. Oftast är denna lokala idrottsförening ansluten till ett förbund t.ex. svenska gymnastikförbundet eller svenska bordtennisförbundet. Det är alltså de idrottsföreningar som kan få eller får ekonomiskt stöd från det offentliga som vi undersöker²⁴.

I varje enkät har barnens och ungdomarnas svar granskats av forskningsgruppen Ung livsstil och anställda medarbetare på fritidsförvaltningar eller motsvarande. En allmän tendens är att ungdomar i alla skolstadier, men framför allt i gymnasiet, i allt högre grad sedan 1984 inte vet vad som är en idrottsförening eller förening. Barn och ungdomar upplever i allt högre grad att kommersiella gym är idrottsföreningar liksom att dansinstitutens och studieförbundens danskurser m.m. är föreningar. Många barn och ungdomar tror också att kulturskolan är en förening. Forskningsgruppen och de anställda vid kultur- och fritidsförvaltningarna har granskat samtliga enkäter utifrån ovan nämnda definition av förening som kan kopplas till bidragsgivande myndigheters och kommuners definition. De svar som inte faller inom denna ram har därmed inte räknats som medlemskap i förening. Det är framför allt eleverna i storstäderna som i allt mindre grad vet vad som är en förening. Det är också rimligt att anta att även vissa föräldrar inte kan skilja på förening och t.ex. studieförbundets dansverksamhet.

Läsaren ska alltså observera att vi och flertalet andra forskare/utredare hanterar begreppet förening på skilda sätt²⁵. Övriga forskare låter barn och ungdomar själva bestämma vad som är en förening. Det innebär att de redovisar en högre andel ungdomar i förening än vad vi gör och som är relevant om vi önskar undersöka just idrottsförening. Bland gymnasieelever i Stockholmsområdet kan skillnaden vara så stor som omkring 15 procentenheter.

En fråga är om andelen medlemmar i förening kan ha underskattats därför att barn/ungdomar inte vet att de är med i en förening då de sysslar med föreningsaktiviteter. För att säkerställa att detta inte skett har samtliga enkäter granskats utifrån den öppna frågan ” Vilka är dina viktigaste intressen på fritiden?” för att se om den svarande uppgett något som kan vara förening trots att de inte angett att de är med i någon förening i föreningsfrågan. Därmed, om de i frågan om viktigaste fritidsintresse har skrivit t.ex. ”gymnastik i min klubb”, har vi ändrat deras ”nej” i föreningsfrågan till ”ja”. Detta har dock skett i mindre än 100 fall i studierna under perioden 2008-2019/20. Det problematiska är motsatsen, d.v.s. att man uppger att man är med i förening, trots att det inte är en förening.

2.4 Självs kattad hälsa

Bland vuxna har självskattad hälsa visat sig ge en god bild av hälsosituationen. Man har kunnat visa att denna förutsäger såväl framtida dödlighet som sjuklighet bättre än medicinska hälsoundersökningar. Huruvida detta gäller bland barn och ungdomar har inte påvisats i

²⁴ Övrigt föreningsliv behandlas på likartat sätt. Se Blomdahl/Elofsson/Åkesson/Lengheden, **Segrar föreningslivet?**

²⁵ För en närmare diskussion se Blomdahl/Elofsson, **Hur många motionerar för lite och vilka är dom?** sid. 125-126.

samma utsträckning, kanske främst beroende på att man inte gjort så många långsiktiga studier. I vilket fall som helst används frågan t ex i Folkhälsoinstitutets undersökningar om skolbarns hälsovanor och har även använts i andra undersökningar. Vi har också i ett flertal studier kunnat konstatera tydliga samband mellan självskattad hälsa och olika former av hälsorelaterad livsstil²⁶. Till exempel har vi funnit en tydlig koppling till fysisk aktivitet liksom till matvanor²⁷. Vi har också funnit kopplingar till upplevd rädsla när man är ute på kvällarna²⁸. Allt detta pekar mot att självskattad kan ge en god bild av barnens och ungdomarnas hälsosituation.

I enkäterna har barnen och ungdomarna fått besvara frågan *Hur tycker du din hälsa är?* med svarsalternativen bra, ganska bra, varken bra eller dåligt, ganska dåligt, dåligt. I tabellerna i resultatredovisningen ser vi närmare på hur många det är som angett att de tycker hälsan inte är bra, d v s svarat att den varken är bra eller dålig, ganska dålig eller dålig. I tabellerna redovisas dels medelvärden, dels hur många det är som skattat sin livskvalitet lågt (5 eller lägre).

2.5 Förekomst av besvär

I frågan *Har du under de senaste 12 månaderna (i mellanstadiet de senaste tre månaderna) haft följande besvär?* med svarsalternativen sällan eller aldrig, en gång i veckan, flera gånger i veckan, varje dag har den svarande fått redovisa förekomst av (speciellt psykosomatiska) besvär. De besvär som tas upp i frågan är ont i huvudet, ont i magen (inte mensvärk), känt dig stressad, känt dig deppig, svårt att somna eller sova, idrottsskada, känt ångest/oro. Det finns en viss diskussion kring om barns och ungdomars egna redovisningar av förekomst av besvär ger en rättvisande bild av deras psykiska hälsa. Många anser att det i stor utsträckning kan handla om tillfälliga, ganska vanliga problem. För att ta hänsyn till sådana synpunkter studerar vi här hur många som angett att de har mer än två besvär dagligen. Utifrån svaren har måttet *Fler än två dagliga psykosomatiska besvär* beräknats med utgångspunkt från hur många som angett att de har ont i huvudet, ont i magen (inte mensvärk), känt sig stressade, känt sig deppiga, haft svårt att somna eller sova, känt ångest/oro, vilket torde peka på en mer allvarlig problematik. I resultaten har vi vid sidan av detta även speciellt studerat besvär orsakade av idrottsskada.

2.6 Skattad livskvalitet

I enkäterna har barnen och ungdomarna fått skatta hur de upplever sin livskvalitet på en skala från 1 till 10 (1=mycket dålig, 10=mycket bra).

2.7 Matvanor

I enkäterna har barnen och ungdomarna fått besvara frågan *Hur ofta händer följande?* med svarsalternativen: Sällan eller aldrig, En gång i veckan, Flera gånger i veckan, Varje dag. Frågan innefattar följande alternativ:

- Att du hoppar över frukosten
- Att du hoppar över lunchen
- Att du hoppar över middagen
- Att du äter snabbmat (t ex pizza, hamburgare, kebab)
- Att du dricker läsk/energidryck

²⁶ Se Blomdahl m fl (2017). *Ung livsstil Malmö* liksom Blomdahl & Elofsson (2017). **Jämställd och Jämlik!**

²⁷ Elofsson m fl (2018). **Matvanor och hälsa: En rapport från Ung livsstil Malmö** samt Elofsson m fl (2019). **Matvanor och deras betydelse för hälsa och livskvalitet.**

²⁸ Se Blomdahl m fl (2017). *Ung livsstil Malmö* liksom Blomdahl & Elofsson (2017). **Jämställd och Jämlik!**

- Att du äter godis/chips/sötsaker
- Att du äter grönsaker
- Att du äter frukt

2.8 Att sluta i idrottsförening

I Ung livsstils enkäter ingår en fråga som tar upp om barnen/ungdomarna slutat i någon förening samt skäl till varför man slutat. Frågan lyder *Har du slutat i någon förening under de senaste 12 månaderna?* med svarsalternativen ja/nej. Som följdfråga kommer därefter *Om ja, vilken förening och varför?* Uppgifter om föreningarna har besvarats i en öppen fråga och har därefter kodats med uppgift om typ av förening och i de fall det handlar om en idrottsförening typ av idrott. I detta sammanhang kollas också att det handlar om en förening och inte något annat.

Då man studerar hur många som slutat i idrottsförening är det viktigt att skilja mellan de som lämnat idrottsrörelsen helt och de som fortfarande är kvar i någon idrottsförening. Tidigare studier har visat att långt ifrån alla som slutat i en idrottsförening lämnat idrottsrörelsen²⁹.

Antalet som angett att de slutat (senaste året eller senaste två åren) måste på något sätt relateras till antalet medlemmar. Vid beräkningen har vi som mått valt att se till relationen (i procent) mellan antalet som slutat dividerat med antalet som är medlemmar vid undersökningstillfället plus antalet som lämnat gymnastikförening helt. Detta innebär alltså att antalet deltagare vid början av den period som används i frågan om man slutat (ett år respektive två år före) bedöms vara lika med nuvarande antal plus de som lämnat (slutat i gymnastikförening och är vid undersökningstillfället inte med). Ett argument för detta är faktumet att många börjar med idrott i mycket tidig ålder, vilket innebär att antalet nytillkomna är relativt begränsat, i varje fall på högstadiet och gymnasiet. Med tillgängliga data är det inte möjligt att presentera en bättre uppskattning, förhoppningsvis bör resultaten ge en relativt god bild av hur stor omsättningen är respektive hur många som lämnar gymnastiken och hur detta varierar med avseende på kön, ålder och andra bakgrundsvariabler. Analyserna görs separat uppdelat efter kön och skolstadium.

2.9 Varför sluta i idrottsförening

De barn/ungdomar som slutat i en förening har i en följdfråga fått markera vilka av ett antal uppräknade motiv som är skäl till att de slutat. Frågan lyder *Och varför har du slutat?* (kryssa fler alternativ vid behov). Alternativen varierar något mellan olika undersökning men de mest centrala förekommer genomgående. Alternativen presenteras i samband med resultaten. I enkäterna finns också ett öppet alternativ där de svarande kan skriva in egna uppgifter.

2.10 Statistisk metod

För att få en bild av situationen för tjejer som är med i gymnastikförening studeras hälsa, förekomst av olika besvär, livskvalitet, i vilken utsträckning man slutat i/helt lämnat gymnastiken samt skälen till att man gjort detta. I det senare fallet kan dock analyserna endast göras i ett begränsat antal av undersökningarna eftersom antalet observationer är alltför litet i övriga studier. För att få en uppfattning om just tjejer som är med i gymnastikförening är

²⁹ Elofsson m fl (2020). **Vilka slutar i en idrottsförening men är kvar i en annan och vilka lämnat helt idrottsförening?** samt Elofsson (2020). **Hur många slutar i och lämnar föreningsidrotten? En jämförelse mellan lagidrott och individuell idrott.**

speciellt utsatta jämförs dessa dels med tjejer som ägnar sig åt andra idrotter inom idrottsförening, dels med tjejer som inte är med i idrottsförening. Vid analyserna av hur många som slutat i gymnastikförening och skälen till detta görs jämförelser med tjejer från fotbollsförening.

Vi har som utgångspunkt valt att genomföra analyserna separat från de enskilda studierna. Detta ger utrymme för att upptäcka eventuella avvikelser från de mer allmänna mönstret i någon enskild kommun. Det är ju tänkbart att situationen kan vara sämre i just en enskild kommun även om den är bra rent allmänt. En nackdel med detta val är att underlaget – antalet tjejer som är med i gymnastikförening – i flera fall blir begränsat vilket leder till att resultaten påverkas av betydande slumpvariationer. Detta måste observeras vid analys och tolkning av materialet. Samtidigt torde det övergripande mönstret i resultaten ge en mer generell bild av situationen för tjejer som är med i gymnastikförening i olika delar av landet.

Kapitel 3. Hälsa och besvär

3.1 Inledning

I det här kapitlet studerar vi självskattad hälsa, förekomst av psykosomatiska besvär, upplevd livskvalitet bland tjejer som är med i gymnastikförening i jämförelse med tjejer som ägnar sig åt andra idrotter inom idrottsförening respektive de som inte är med i idrottsförening. Vid sidan av detta studeras även i vilken utsträckning de svarande uppgett att de har besvär av idrottsskador.

Huvudperspektivet är att studera situationen med utgångspunkt från de aktuella studierna som genomförts under 2018-19/20³⁰. För att få en bild av om det skett några förändringar över tid har vi även analyserat studier som i vissa av kommunerna genomförts tidigare. Som redan påpekats är dock kravet att antalet tjejer som är med i gymnastikförening inte skall vara alltför lågt för att resultaten inte skall bli för osäkra. Sådana jämförelser har i mellanstadiet kunnat göras i Helsingborg (2012 och 2015) samt Täby (2014). I högstadiet är undersökningsmaterialet tillräckligt stort i Helsingborg (2012 och 2015), Malmö (2015) samt Lidingö (2011 och 2015). Vid sidan av detta presenteras även resultat från Haninge mellanstadium (2012) där dock ingen jämförelse med senare undersökningar kan göras.

3.2 Hälsa

Vi börjar med att studera hur tjejer i gymnastikförening skattar sin hälsa. För att få ett underlag för att bedöma situationen bland tjejer som är med i gymnastikförening jämförs tre grupper – tjejer som inte är med i idrottsförening, tjejer som är med i idrottsförening men ägnar sig åt annat än gymnastik samt tjejer som är med i gymnastikförening. Resultaten presenteras separat från de olika undersökningarna. I tabel-lerna 3.a och b redovisas både de enskilda svarsalternativen och andelen som inte skattat sin hälsa som bra. Detta senare innefattar svarsalternativen varken bra eller dåligt, ganska dåligt, dåligt.

³⁰ Som redan påpekats studeras inte gymnasiet eftersom antalet tjejer som är med i gymnastikförening är för lågt i dessa studier för att kunna ge tillräckligt säkra resultat.

Tabell 3.a. Mellanstadiet. Självskattad hälsa – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Självskattad hälsa	Helsingborg mellanstadium 2018			Jönköping mellanstadium 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>N=</i>	230	309	98	146	257	36
Bra	41	60	76	33	57	71
Ganska bra	43	33	21	51	38	27
Varken bra el dålig	13	6	3	13	4	3
Ganska dålig	2	1	2	3	1	0
Dålig	1	0	1	0	0	0
Ej bra hälsa	16	7	6	16	5	3
Självskattad hälsa	Malmö mellanstadium 2019			Täby mellanstadium 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>N=</i>	692	514	125	101	191	61
Bra	57	65	66	41	63	60
Ganska bra	33	30	28	37	32	40
Varken bra el dålig	7	5	5	16	5	0
Ganska dålig	1	1	0	4	0	0
Dålig	0	0	1	2	0	0
Ej bra hälsa	8	6	6	21	6	0

Tabell 3.b. Högstadiet. Självskattad hälsa – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Självskattad hälsa	Eskilstuna högstadium 2019			Helsingborg högstadium 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
N=	378	232	29	372	280	42
Bra	36	53	62	32	50	57
Ganska bra	39	36	28	40	39	33
Varken bra el dålig	16	9	10	20	9	5
Ganska dålig	4	0	0	2	1	5
Dålig	5	1	0	3	1	0
Ej bra hälsa	25	11	10	28	12	10
Självskattad hälsa	Lidingö högstadium 2018			Malmö högstadium 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
N=	110	107	21	777	316	66
Bra	30	51	57	28	45	47
Ganska bra	45	38	19	43	36	41
Varken bra el dålig	22	10	24	23	16	11
Ganska dålig	1	1	0	5	2	2
Dålig	2	0	0	2	1	0
Ej bra hälsa	25	12	24	30	19	12
Självskattad hälsa	Täby högstadium 2019					
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
N=	144	186	28			
Bra	31	48	46			
Ganska bra	38	43	43			
Varken bra el dålig	18	5	4			
Ganska dålig	9	3	7			
Dålig	4	1	0			
Ej bra hälsa	30	10	11			

Resultaten visar entydigt att tjejer som är med i idrottsförening – oberoende av om de ägnar sig åt gymnastik eller någon annan form av idrott – skattar sin hälsa högre än de tjejer som inte är med i idrottsförening. Jämför vi de som sysslar med gymnastik med övriga medlemmar i idrottsförening framträder inga signifikant skillnader. Det finns inte heller några tecken på – om vi ser till de enskilda resultaten – att det skulle finnas några systematiska skillnader mellan dessa båda grupper.

3.3 Hälsa i tidigare undersökningar

Den omfattande kritiken mot elitgymnastiken ledde till att gymnastikförbundet ändrade sina mål och riktlinjer till ledare och tränare. Frågan är om de ändrade direktiven från gymnastikförbundet har ändrat situationen. Var hälsan hos gymnastiktjejer i åldern 10-15 år tidigare sämre? I tabellerna 4.a och b studeras hur det ser ut i tidigare undersökningar från 2011 till 2015.

Tabell 4.a. Mellanstadiet. Självs kattad hälsa – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Självs kattad hälsa	Helsingborg mellanstadium 2012			Helsingborg mellanstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>N=</i>	162	181	15	301	287	89
Bra	57	67	80	53	68	75
Ganska bra	34	31	20	35	27	20
Varken bra el dålig	8	2	0	10	5	5
Ganska dålig	0	1	0	9	1	0
Dålig	1	0	0	1	0	0
Ej bra hälsa	9	2	0	12	6	5
Självs kattad hälsa	Täby mellanstadium 2013			Haninge mellanstadium 2012		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>N=</i>	102	184	30	193	124	19
Bra	47	70	70	49	61	58
Ganska bra	41	25	30	39	33	32
Varken bra el dålig	11	5	0	10	5	11
Ganska dålig	0	0	0	2	1	0
Dålig	1	1	0	0	0	0
Ej bra hälsa	12	5	0	12	6	11

Tabell 4.b. Högstadiet. Självs kattad hälsa – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Självs kattad hälsa	Helsingborg högstadium 2012			Helsingborg högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
N=	229	134	22	251	171	23
Bra	35	67	77	29	54	35
Ganska bra	48	29	14	51	37	61
Varken bra el dålig	14	3	9	16	5	4
Ganska dålig	2	1	0	4	4	0
Dålig	2	1	0	1	0	0
Ej bra hälsa	17	4	9	20	9	4
Självs kattad hälsa	Lidingö högstadium 2011			Lidingö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
N=	95	101	21	110	129	26
Bra	34	55	58	34	59	54
Ganska bra	41	33	24	36	30	39
Varken bra el dålig	20	9	14	21	9	8
Ganska dålig	5	3	5	8	2	0
Dålig	0	1	0	1	0	0
Ej bra hälsa	25	13	19	30	12	8
Självs kattad hälsa	Malmö högstadium 2015					
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
N=	427	139	16			
Bra	32	44	63			
Ganska bra	36	40	19			
Varken bra el dålig	25	15	19			
Ganska dålig	6	1	0			
Dålig	2	0	0			
Ej bra hälsa	32	16	19			

Resultaten ger samma bild som för de aktuella undersökningarna. Det finns alltså inga indikationer på att gymnastiktjejnars hälsa skulle varit sämre tidigare.

3.4 Psykosomatiska besvär

En intressant fråga är om tjejer som är med i gymnastikförening redovisar högre förekomst av besvär. I tabell 5 studerar vi dels andelen som uppger att de har fler än två dagliga (eller nästan dagliga) psykosomatiska besvär. Liksom när det gäller självskattad hälsa jämförs de tre grupperna – ej med i idrottsförening, med i idrottsförening men sysslar ej med gymnastik samt med i gymnastikförening – separat för de olika studierna i mellan- och högstadiet.

Tabell 5. Mer än två dagliga psykosomatiska besvär – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%) som anger att de har mer än två dagliga psykosomatiska besvär.

Besvär	Helsingborg mellanstadium, 2018			Jönköping mellanstadium, 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	11	8	2	22	13	6
Besvär	Malmö mellanstadium, 2019			Täby mellanstadium, 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	27	31	30	#	#	#
Besvär	Eskilstuna högstadium, 2019/20			Helsingborg högstadium, 2018 ##		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	39	29	14	50	42	48
Besvär	Lidingö högstadium, 2019			Malmö högstadium, 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	38	24	25	18	13	12
Besvär	Täby högstadium, 2019					
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
Mer än 2 dagliga besvär	47	31	37			

Frågan ingår inte i enkäten.

Frågan är formulerad annorlunda jämfört med övriga undersökningar.

Om vi ser till förekomsten av psykosomatiska besvär finns inga indikationer på att sådana skulle vara vanligare bland tjejer som sysslar med gymnastik än bland tjejer som sysslar med andra idrotter inom idrottsförening. De skillnader som finns – långt ifrån signifikanta – pekar snarare mot att de som ägnar sig åt gymnastik ibland redovisar lägre förekomst. Det vanligaste är dock att skillnaden mellan de två grupperna är liten.

3.5 Psykosomatiska besvär i tidigare undersökningar

Har det då skett några förändringar för gymnastiktjejer när det gäller förekomsten av psykosomatiska besvär? I tabell 6 redovisas andelen som uppger att de haft mer än 2 dagliga besvär i de tidigare genomförda undersökningarna³¹.

³¹ I Helsingborg har frågan i undersökningarna i mellanstadiet år 2015 och högstadiet år 2012 utformats på annat sätt med andra svarsalternativ, varför siffrorna inte direkt kan jämföras med övriga resultat.

Tabell 6. Mer än två dagliga psykosomatiska besvär – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%) som anger att de har mer än två dagliga psykosomatiska besvär.

Besvär	Helsingborg mellanstadium 2015			Täby mellanstadium 2014		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	14	7	6	14	9	7
Besvär	Haninge mellanstadium 2012			Malmö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	8	6	0	24	21	38
Besvär	Lidingö högstadium 2011			Lidingö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Mer än 2 dagliga besvär	17	10	10	32	17	16

Även i detta fall framträder en likartad bild som från de aktuella studierna. Tjejer i gymnastikförening redovisar inte högre förekomst av psykosomatiska besvär än vare sig andra tjejer som är med i idrottsförening eller tjejer som inte är med i idrottsförening. När det gäller det höga värdet bland gymnastiktjejeerna i Malmö högstadium 2015 skall observeras att det endast är 16 stycken som är med i gymnastikförening, varför resultaten måste tolkas med försiktighet.

3.6 Livskvalitet

Frågan kring hur barn och ungdomar upplever sin livskvalitet ger ytterligare ett perspektiv på deras livssituation, som ofta är starkt korrelerad med skattningen av hälsa. Kan det vara så att gymnastiktjejeernas situation skiljer sig när det gäller denna fråga? I tabell 7 presenteras dels den genomsnittliga skattningen (medelvärdet) och dels andelen som anger låg livskvalitet (fem eller lägre på den 10-gradiga skalan). Resultat från Helsingborgs mellanstadium ingår inte eftersom frågan inte ingick i enkäten.

Tabell 7. Livskvalitet – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Medelvärde samt andel (%) som uppger låg livskvalitet (5 eller lägre på den 10-gradiga skalan).

Livskvalitet	Helsingborg mellanstadium, 2018 (#)			Jönköping mellanstadium, 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	#	#	#	8.1	8.5	8.6
Låg livskvalitet (%)	#	#	#	10	4	0
Livskvalitet	Malmö mellanstadium, 2019			Täby mellanstadium, 2014		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	8.1	8.2	8.1	7.9	8.2	8.7
Låg livskvalitet (%)	15	8	9	9	10	10
Livskvalitet	Eskilstuna högstadium, 2019/20			Helsingborg högstadium, 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	7.0	7.6	7.5	6.9	7.6	7.7
Låg livskvalitet (%)	26	16	21	26	16	19
Livskvalitet	Lidingö högstadium, 2019			Malmö högstadium, 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	7.3	7.9	7.4	6.8	7.3	7.5
Låg livskvalitet (%)	15	8	24	28	21	16
Livskvalitet	Täby högstadium, 2019					
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
Medelvärde	6.9	7.6	7.6			
Låg livskvalitet (%)	25	14	11			

Frågan ingår inte i enkäten.

Nästan genomgående gäller att tjejer som inte är med i idrottsförening skattar sin livskvalitet i genomsnitt lägre och att det är fler som anger låg livskvalitet. Jämför vi tjejerna som ägnar sig åt gymnastik med de som ägnar sig åt andra idrotter inom idrottsförening finns inga indikationer på att dessa skulle ha lägre livskvalitet utom i Lidingö högstadium. Här skattar gymnastiktjejerna i genomsnitt sin livskvalitet lägre och fler uppger att denna är låg, Nu skall vi dock komma ihåg att gruppen endast omfattar 21 tjejer och ser vi till resultaten från högstadiet åren 2011 och 2015 (se avsnitt 3.7) finns inga tecken på en liknande skillnad. Därför bör man vara försiktig med att dra alltför långt gående slutsatser, kanske handlar det om mer slumpmässiga variationer.

3.7 Livskvalitet – tidigare studier

Hur ser det då ut i tidigare studier som genomförts i olika kommuner. Analyserna begränsas här av att frågan kring livskvalitet inte ingår i studierna från Haninge (2012) och Täby (2014)

i mellanstadiet och inte heller i studierna från mellan- och högstadiet i Helsingborg åren 2012 och 2015.

Tabell 8. Livskvalitet – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Medelvärde samt andel (%) som uppger låg livskvalitet (5 eller lägre på den 10-gradiga skalan).

Livskvalitet	Helsingborg mellanstadium 2015			Täby mellanstadium 2014		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	7.9	8.5	8.4	8.0	8.5	8.5
Låg livskvalitet (%)	12	6	0	13	8	0
Livskvalitet	Haninge mellanstadium 2012 (#)			Malmö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	#	#	#	6.9	7.5	7.2
Låg livskvalitet (%)	#	#	#	27	16	25
Livskvalitet	Lidingö högstadium 2011			Lidingö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
Medelvärde	7.5	7.8	7.8	7.0	7.7	8.3
Låg livskvalitet (%)	23	11	5	22	14	4

Frågan ingår inte i enkäten.

Bilden blir densamma som för de aktuella studierna från 2018-19. Gymnastiktjejerna skattar sin livskvalitet högre än tjejer som inte är med i idrottsförening och på ungefär samma nivå som tjejer som ägnar sig åt andra idrotter inom idrottsförening.

3.8 Idrottsskador bland gymnastiktjejer respektive fotbollstjejer

I kritiken mot landslagsverksamheten inom gymnastik framfördes att tjejerna ”tvingades” att träna trots att man var skadad och att tränare/ledare nonchalerade smärta. I de flesta – dock ej alla – enkäter har eleverna fått ange i vilken utsträckning de har besvär kopplade till idrottsskador. För att få en bild av om gymnastiktjejerna i högre utsträckning har sådana besvär jämförs de med tjejer som ägnar sig åt fotboll inom idrottsförening.

I vissa av enkäterna – i Malmö och Täby mellanstadier – finns detta alternativ inte med. I undersökningarna från Helsingborgs mellan- och högstadium har frågan utformats på ett annat sätt, nämligen som *Har du haft något/några besvär under de senaste 12 månaderna?* med följande svarsalternativ: Nej, Ja 1 gång, Ja, 2-3 gånger, Ja, 4-10 gånger, Ja, 11-20 gånger; Ja mer än 20 gånger. I övriga enkäter är frågan *Har du under de senaste 12 månaderna haft följande besvär* med svarsalternativen I stort sett varje dag, Ungefär en gång i veckan, ungefär en gång/månad, Sällan eller aldrig. Detta gör att resultaten från Helsingborg presenteras separat. I tabell 9 presenteras resultaten från de aktuella undersökningarna.

Tabell 9. Besvär av idrottsskada under det senaste året bland tjejer som är med i gymnastik- respektive fotbollsförening. Andel (%).

	Helsingborg mellanstadium, 2019		Helsingborg högstadium, 2019	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	98	92	42	65
Nej	32	37	15	26
Ja, 1 gång	30	25	21	26
Ja, 2-3 ggr	30	19	36	28
Ja, 4-10 ggr	4	13	8	12
Ja, 11-20 ggr	3	3	5	55
Ja, mer än 20 ggr	2	3	15	3
	Eskilstuna högstadium, 2019		Lidingö högstadium, 2019	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	29	84	21	25
I stort sett varje dag	3	8	11	13
Ung. 1 g/vecka	28	8	5	13
Ung. 1 g/månad	44	30	42	39
Sällan, aldrig	24	54	42	35
	Malmö högstadium, 2019		Täby högstadium, 2019	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	66	50	28	49
I stort sett varje dag	49	34	8	11
Ung. 1 g/vecka	26	30	19	13
Ung. 1 g/månad	12	26	27	38
Sällan, aldrig	12	10	46	38

I de flesta fall är skillnaderna mellan gymnastik- och fotbollstjejer liten men det finns ett par fall där de är något större. I Eskilstuna högstadium är det vanligare att gymnastiktjejer uppger att de har besvär av idrottsskada en gång per vecka eller oftare (31 %) än vad fotbollstjejer gör (17 %). Motsatsen tycks dock gälla i Lidingö. Här anger 16 % av gymnastiktjejeerna mot 26 % av fotbollstjejeerna att de har besvär så ofta. Ser vi till tidigare studier från Lidingö (se avsnitt 3.9) tycks motsatsen gälla åren 2011 och 2015. Här skall vi dock notera att antalet tjejer som är med i gymnastikförening är relativt begränsat varför man bör akta sig för att dra alltför långtgående slutsatser.

Generellt tycks det dock knappast vara så att gymnastiktjejer redovisar högre förekomst av besvär från idrottsskador än vad fotbollstjejer gör.

3.9 Idrottsskador bland gymnastiktjejer respektive fotbollstjejer – tidigare studier

Skiljer sig bilden när det gäller förekomst av besvär kopplade till idrottsskador i de tidigare undersökningarna. I ett par av enkäterna – i Malmö och Täby mellanstadier – finns detta alternativ inte med. I undersökningarna från Helsingborgs mellan- och högstadium har frågan utformats på ett annat sätt, nämligen som *Har du haft något/några besvär under de senaste 12 månaderna?* med följande svarsalternativ: Nej, Ja 1 gång, Ja, 2-3 gånger, Ja, 4-10 gånger, Ja, 11-20 gånger; Ja mer än 20 gånger. I tabell 10 presenteras resultaten från de aktuella undersökningarna.

Tabell 10. Besvär av idrottsskada under det senaste året bland tjejer som är med i gymnastik- respektive fotbollsförening. Andel (%).

	Helsingborg mellanstadium, 2015		Malmö högstadium, 2015	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	89	118	16	35
I stort sett varje dag	6	3	13	31
Ung. 1 g/vecka	19	10	6	34
Ung. 1 g/månad	19	28	19	26
Sällan, aldrig	56	59	63	39
	Helsingborg högstadium, 2012		Helsingborg högstadium 2015	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	22	43	24	36
Nej	14	16	29	27
Ja, 1 gång	29	16	33	22
Ja, 2 eller fler ggr	62	67	38	51
	Lidingö högstadium 2011		Lidingö högstadium 2015	
Besvär av idrottsskada	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening	Med i gymnastikförening	Med i fotbollsförening
N=	21	24	26	37
I stort sett varje dag	5	8	13	5
Ung. 1 g/vecka	37	23	21	16
Ung. 1 g/månad	26	29	17	43
Sällan, aldrig	32	33	52	35

Bilden blir densamma som för de aktuella studierna från 2018-19/20. Förekomsten av besvär från idrottsskada hos gymnastiktjejer är inte högre än bland fotbollstjejerna

3.10 Sammanfattning

De ovan presenterade resultaten ger en ganska entydig bild. Gymnastiktjejnarnas skattar sin hälsa och livskvalitet på samma nivå som tjejer som ägnar sig åt andra idrotter inom idrottsrörelsen. Det finns inte heller tecken på att de skulle ha högre förekomst av psykosomatiska besvär eller besvär kopplade till idrottsskador. Allmänt gäller att tjejer som inte är med i idrottsförening skattar sin hälsa och livskvalitet lägre och redovisar högre förekomst av psykosomatiska besvär. Analyser av tidigare undersökningar som genomförts i vissa kommuner under perioden 2011 till 2015 visar att situationen varit densamma från 2011, d v s även innan kritiken mot landslagsverksamheten ledde till att gymnastikförbundet ändrade sina direktiv till ledare och tränare.

Kapitel 4. Matvanor

4.1 Inledning

Ett problem som ofta tas upp när det gäller gymnastiktjejer är att dessa ofta drabbas av olika ätstörningar. Vi kan självklart inte från vårt material uttala oss om i vilken utsträckning detta förekommer, men vi kan presentera en bild av hur matvanorna ser ut. I enkäterna har barnen och ungdomarna nämligen fått besvara följande fråga ”Hur ofta händer det att du...” med följande alternativ: Hoppas över frukosten, Hoppas över lunch, Hoppas över middag, Äter grönsaker, Äter frukt, Äter snabbmat, Äter godis, glass eller liknande, Dricker läsk/sportdryck. Svartalternativen är: I stort sett varje dag, Flera gånger i veckan, En gång i veckan, Sällan eller aldrig.

För att få en uppfattning om matvanorna bland tjejer som ägnar sig åt gymnastik studeras i tabellerna 11 och 12

- Andelen som nästan alltid äter frukost, lunch respektive middag
- Andelen som äter grönsaker respektive frukt mer än flera gånger i veckan
- Andelen som aldrig respektive oftare än flera gånger i veckan äter snabbmat, godis respektive dricker läsk.

Höga värden på allt utom snabbmat, läsk och godis står alltså för bättre matvanor medan höga värden när det gäller de senare innebär sämre matvanor.

4.2 Matvanor i de aktuella undersökningarna

I tabellerna 11.a-c nedan jämförs matvanorna i följande tre grupper: Ej med i idrottsförening, Med i idrottsförening men sysslar med annan idrott än gymnastik, Med i gymnastikförening.

Tabell 11.a Matvanor – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Matvanor	Helsingborg mellanstadium, 2018			Jönköping mellanstadium, 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	59	76	73	84	87	87
Lunch	75	74	71	#	#	#
Middag	84	90	95	#	#	#
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	81	88	86	92	91	94
Frukt	75	84	88	83	84	83
<i>Snabbmat</i>						
Aldrig	51	61	53	57	60	52
Ofta	10	5	6	7	2	0
<i>Godis</i>						
Aldrig	6	8	5	8	12	9
Ofta	23	20	18	25	23	14
<i>Läsk</i>						
Aldrig	35	46	35	38	39	29
Ofta	17	11	8	15	11	16
	Malmö mellanstadium, 2019			Täby mellanstadium, 2019		
Matvanor	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	66	75	80	77	76	81
Lunch	75	75	76	#	#	#
Middag	83	89	86	#	#	#
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	84	88	90	79	82	81
Frukt	84	85	89	65	65	68
<i>Snabbmat</i>						
Aldrig	35	53	56	39	45	44
Ofta	19	11	10	8	4	2
<i>Godis</i>						
Aldrig	7	8	11	11	6	7
Ofta	35	26	16	42	26	28
<i>Läsk</i>						
Aldrig	34	44	42	37	38	39
Ofta	25	16	12	24	17	11

Alternativet inte med i frågan.

Tabell 11.b. Matvanor – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Matvanor	Eskilstuna högstadium, 2019			Helsingborg högstadium, 2018		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	34	56	76	39	60	60
Lunch	55	61	68	48	63	55
Middag	73	87	86	75	83	93
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	74	89	76	81	89	100
Frukt	66	82	79	70	82	93
<i>Snabbmat</i>						
Aldrig	4	1	0	38	53	64
Ofta	23	11	4	17	7	5
<i>Godis</i>						
Aldrig	7	2	0	10	9	5
Ofta	46	48	31	38	33	29
<i>Läsk</i>						
Aldrig	6	3	0	25	31	38
Ofta	37	33	11	33	18	24
Matvanor	Lidingö högstadium, 2019			Malmö högstadium, 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	46	58	80	34	49	45
Lunch	37	59	55	46	55	53
Middag	78	85	85	73	80	85
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	84	90	85	79	87	92
Frukt	89	79	75	70	80	80
<i>Snabbmat</i>						
Aldrig	38	39	35	27	41	40
Ofta	19	11	15	25	14	8
<i>Godis</i>						
Aldrig	13	6	0	10	9	9
Ofta	41	35	47	49	40	43
<i>Läsk</i>						
Aldrig	37	46	40	29	39	33
Ofta	21	17	20	38	25	31

Tabell 11.c. Matvanor – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Matvanor	Täby högstadium, 2019		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>			
Frukost	44	60	57
Lunch	47	53	52
Middag	86	89	79
<i>Äter ofta</i>			
Grönsaker	83	92	88
Frukt	73	79	79
<i>Snabbmat</i>			
Aldrig	33	52	39
Ofta	16	7	0
<i>Godis</i>			
Aldrig	8	9	18
Ofta	50	39	38
<i>Läsk</i>			
Aldrig	35	43	54
Ofta	27	16	13

Den samlade bilden pekar ganska entydigt på att tjejer som inte är med i idrottsförening har de sämsta matvanorna. Det är oftast mindre vanligt att dessa regelbundet äter frukost, lunch och middag liksom att de regelbundet äter grönsaker och frukt. Ofta är det också vanligare att de äter snabbmat och godis eller dricker läsk.

Ser vi till skillnaden mellan de som ägnar sig åt gymnastik och de som ägnar sig åt andra idrotter i idrottsförening framträder inga systematiska skillnader. Sammantaget finns alltså inget stöd för att dessa båda grupper skulle skilja sig och därmed inga tecken på att gymnastiktjejer skulle ha sämre matvanor.

4.3 Matvanor i tidigare studier

Frågan är hur det ser ut i de tidigare studierna. För att reducera redovisningen presenteras här det gäller snabbmat, godis samt läsk endast andelen som uppger att de äter/dricker detta ofta.

Tabell 12.a Matvanor – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Matvanor	Helsingborg mellanstadium 2012			Helsingborg mellanstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	68	77	93	64	80	87
Lunch	77	74	80	80	83	82
Middag						
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	79	86	96	90	89	87
Frukt	79	90	94	84	89	91
Snabbmat	16	9	7	13	5	4
Godis	33	22	27	27	19	14
Dricker läsk	30	14	7	24	11	7
	Haninge mellanstadium 2012					
Matvanor	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	59	71	80			
Lunch	68	64	68			
Middag	87	93	100			
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	86	92	95			
Frukt	87	91	90			
Snabbmat	45	44	37			
Godis	75	63	65			
Dricker läsk	59	66	58			

Tabell 12.b. Matvanor – jämförelse mellan de som inte är med i idrottsförening, de som är med i idrottsförening men ej sysslar med gymnastik samt de som är med i gymnastikförening. Andel (%).

Matvanor	Helsingborg högstadium 2012			Helsingborg högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	49	58	62	44	62	50
Lunch				49	57	33
Middag						
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	84	87	82	89	91	91
Frukt	78	87	91	82	86	75
Snabbmat	20	9	15	24	13	18
Godis	50	38	32	46	42	32
Dricker läsk	40	25	19	30	25	26
Matvanor	Lidingö högstadium 2011			Lidingö högstadium 2015		
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening
<i>Äter alltid</i>						
Frukost				23	52	50
Lunch				24	42	31
Middag						
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	72	69	68	93	97	85
Frukt	56	52	58	92	90	92
Snabbmat				42	29	35
Godis	22	16	11	71	76	85
Dricker läsk	15	6	12	63	39	46
Matvanor	Malmö högstadium 2015					
	Ej med i idrottsförening	Med i idrottsförening, ej gymnastik	Med i gymnastikförening			
<i>Äter alltid</i>						
Frukost	36	47	69			
Lunch	52	67	63			
Middag	76	88	81			
<i>Äter ofta</i>						
Grönsaker	83	88	100			
Frukt						
Snabbmat	30	11	13			
Godis	45	41	31			
Dricker läsk	36	22	25			

Även resultaten från de tidigare studierna ger samma bild som våra aktuella studier. De som inte är med i idrottsförening har de sämsta matvanorna. Ser vi till skillnaden mellan de som ägnar sig åt gymnastik och de som ägnar sig åt andra idrotter i idrottsförening framträder inga systematiska skillnader. Sammantaget finns alltså inget stöd för att dessa båda grupper skulle skilja sig och därmed inga tecken på att gymnastiktjejer skulle ha mer restriktiva matvanor.

4.4 Sammanfattning

Resultaten ovan visar ganska entydigt att matvanorna för gymnastiktjejerna i åldersgruppen 10-15 år inte skiljer sig markant från vad som gäller bland andra tjejer som är med i idrottsförening. För bägge dessa grupper gäller att de genomgående har bättre matvanor än tjejer som inte är med i idrottsförening. Analys av studier som genomförts i vissa av kommunerna under perioden 2011-2015 ger samma bild, det tycks alltså inte ha skett några större förändringar som kan kopplas till gymnastikförbundets ändrade mål och direktiv. Inte heller finns det stöd för att gymnastietjejer i åldersgruppen 10-15 år tidigare skulle ha haft mer speciella matvanor.

Kapitel 5. Hur många slutar respektive lämnar gymnastikförening?

5.1 Inledning

En annan aspekt kring villkoren för tjejer som sysslar med gymnastik är hur många som slutar med deltagande i en gymnastikförening men är kvar i en annan och hur många som helt lämnar gymnastikförening³². Tyvärr är underlaget i de flesta fall alltför begränsat - för få är med i gymnastikförening – för att vi skall kunna få tillförlitliga resultat. I tre fall är dock underlaget tillräckligt stort, nämligen i mellanstadierna i Malmö och Helsingborg samt i högstadiet i Malmö. För att få en bild av om gymnastikföreningar skiljer ut sig jämför vi med situation bland tjejer som är med i fotbollsförening.

5.2 Hur många slutar och lämnar gymnastik- respektive fotbollsförening?

I tabell 13 redovisas andel som slutat i respektive helt lämnat gymnastiken inom idrottsförening. Som jämförelse presenteras även andelen tjejer som slutat i respektive helt lämnat fotbollsförening. Observera att de som slutat i gymnastik- respektive fotbollsförening men ej lämnat fortfarande är med i någon sådan. För de som lämnat kan gälla att de fortfarande är med i idrottsförening men ägnar sig åt någon annan idrott.

Tabell 13. Andel tjejer som slutat i respektive helt lämnat gymnastik- eller fotbollsförening.

Slutat/lämnat	Fotbollsförening		Gymnastikförening	
	Slutat	Lämnat	Slutat	Lämnat
Malmö mellan	24	23	32	27
Helsingborg mellan	26	19	24	20
Malmö hög	48	38	24	24

Om vi ser till gymnastik har ungefär en tredjedel av tjejerna som i Malmö mellanstadium ägnat sig åt gymnastik inom idrottsförening slutat under det senaste året och ungefär en fjärdedel i Helsingborgs mellanstadium och Malmö högstadium. Andelen som slutat är alltså något högre i Malmö i mellan- än i högstadiet. Generellt gäller att en mycket stor majoritet av de som slutat i gymnastikförening har upphört helt med gymnastik inom idrottsföreningens ram.

Även för fotbollen gäller att en majoritet av de tjejer som slutat i en fotbollsförening lämnat fotbollen inom idrottsförening helt – endast i ett fåtal fall handlar det om att man bytt till någon annan fotbollsförening. I Malmö mellanstadium är det något färre tjejer – ungefär en fjärdedel - som slutat i fotbollsförening, i Helsingborgs mellanstadium ungefär lika många. Däremot är det i Malmö högstadium betydligt fler – ungefär dubbelt så många – som slutat i fotbollsförening än i gymnastikförening.

³² Nyligen har en rapport Elofsson m fl **Vilka slutar i en idrottsförening men är kvar i en annan och vilka lämnar helt idrottsförening?** publicerats.

Kapitel 6. Varför har man slutat i gymnastikförening?

En intressant fråga är självklart vilka skälen är till att man slutat i – och i de flesta fall helt lämnat – gymnastikförening. I tabell 14 redovisas andelen som uppger olika skäl till att de slutat. Som en jämförelse redovisas också de skäl som anges av tjejer som slutat i fotbollsförening.

Tabell 14. Orsaken till att tjejer slutat i gymnastik- respektive fotbollsförening. Andel (%) efter skolstadium, kommun och undersökningsår.

Kommun, undersökningsår	Mellanstadiet Malmö		Mellanstadiet Helsingborg		Högstadiet Malmö	
	Slutat gymnastik	Slutat fotboll	Slutat gymnastik	Slutat fotboll	Slutat gymnastik	Slutat fotboll
N=	45	38	36	30	30	40
Tröttnade	56	46	52	27	50	45
Andra intressen	36	32	21	27	39	28
För dyrt	9	3	0	0	5	3
Föräldrar vill ej	7	0			0	3
Dåliga kommunikationer			0	0		
Svårt komma till träning	9	14			5	8
Träningsstider passar dåligt			3	10	10	5
Idrottsskada	11	8	10	0	33	30
För mycket tävling	16	5	7	10	5	8
Kände att jag ej platsade	16	14	3	7	24	10
Tränare sa att jag ej platsade	0	0	0	0	10	3
Ledare toppade laget	7	5			10	10
Dålig ledare	27	14	7	10	24	20
Bytte till bättre klubb	4	8			0	15
Bara tid för en förening	4	14			5	3
Kompisar slutade	16	11	10	3	5	5
Tog för mycket tid			14	3		
Prova något nytt			21	13	25	13
Ej möjlighet påverka					5	5

Allmänt gäller att de vanligaste skälen till att man slutat och i de flesta fall helt lämnat gymnastik- eller fotbollsförening är att man tröttnat eller att man har andra intressen. Några få – tre gymnaster och två fotbollsspelare i Malmö högstadium, inga i mellanstadierna - tar upp att tränare/ledare har sagt att de inte platsar, något fler dock att man själv upplever att man inte platsar. Det är också få som säger att skälet är att det är för mycket tävling eller att ledarna toppar laget.

Jämför vi gymnastik- och fotbollsförening tyder resultaten knappast på att det finns några mer systematiska skillnader, i många fall är de ganska små. I de två mellanstadiestudierna tycks det också vara vanligare att de som slutat i gymnastikförening oftare tar upp att de tröttnat. I mellanstadiet i Malmö är det också vanligare att man anger dåliga ledare som skäl. Ser vi till Helsingborgs mellanstadium anger tjejerna som slutat i gymnastikförening oftare att det tog för mycket tid samt att de vill prova något nytt som skäl. I högstadiet i Malmö anger gymnastiktjejerna i något högre utsträckning att de handlar om att det är svårt att komma till träningen, att de känner att de inte platsar, samt att det är roligare med andra typer av träning, däremot mindre ofta att man bytt till en bättre klubb.

Kapitel 7. Sammanfattning och slutdiskussion

Under slutet av 2011 och början av 2012 framfördes stark kritik - initierad av Klas Östberg – mot ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik. Detta ledde bland annat till att general-sekreteraren för RF liksom flera ledamöter inom gymnastikförbundet avgick och att RFs utbetalningar till gymnastikförbundet tillfälligt ställdes in. Gymnastikförbundet gav efter detta Jonas Stier i uppdrag att granska ledarkulturen inom svensk landslagsgymnastik. I den rapporten presenterade han stark kritik mot dess ledarkultur och pekar på att ledare/tränare arbetar med viktkontroll samt att träning ägde rum/uppmuntrades trots skador. Detta har lett till att gymnastikförbundet utarbetat helt nya mål och riktlinjer.

Gymnastik är en av de dominerade grenarna bland tjej- och kvinnoidrott. Ser man till könsfördelningen dominerar tjejer/kvinnor starkt inom gymnastikföreningar. En central fråga är om den ledarkultur som Stier uppmärksammar inom landslags- och elitidrotten också brett ut sig inom gymnastikklubbar för barn och ungdomar. För att få en bild av om detta gäller har vi utifrån aktuella studier i olika kommuner, som gjorts i samarbete med *Ung livsstil* sedan 2011, jämfört tjejer i gymnastikförening med tjejer som är med i den övriga RF-idrotten (gymnastiken är alltså borttagen) samt med tjejer som inte är med i en idrottsförening alls, när det gäller:

- Självskattade hälsa
- Förekomst av psykosomatiska och fysiska besvär
- Upplevd livskvalitet
- Matvanor
- Hur många som slutat respektive helt lämnat gymnastikförening och skälen till att de slutat

När det gäller hur många som slutat och orsakerna till att gymnastiktjejer lämnat gymnastikförening görs jämförelser med tjejer som slutat i fotbollsförening.

Det material vi arbetar med bygger på studier genomförda på mellan- och högstadierna i Helsingborg, Jönköping, Täby och Malmö samt högstadierna i Lidingö och Eskilstuna. Sammantaget innefattar de aktuella studierna 777 tjejer som är med i gymnastikförening. De flesta av dessa är i mellanstadieåldrarna (468).

Ser vi till hälsa, förekomst av psykosomatiska besvär och livskvalitet visar resultaten att situationen för tjejer i gymnastikförening inte skiljer sig från den för andra tjejer som är med i idrottsförening. Genomgående gäller att dessa båda grupper har en bättre situation än tjejer som inte är med i idrottsförening. En analys av studier som genomförts i vissa av kommunerna från 2011 och framåt visar också att detta inte förändrats sedan 2011.

Tjejer som inte är med i idrottsförening skattar sin hälsa lägre och redovisar oftare högre förekomst av psykosomatiska besvär än alla som är med i idrottsförening. Allmänt sett har de också sämre matvanor än tjejer som är med i idrottsförening.

Även om vi ser till matvanor är skillnaden liten mellan tjejer som är med i gymnastikförening och tjejer som sysslar med andra idrotter inom idrottsförening. Bägge dessa grupper har bättre matvanor än tjejer som inte är med i idrottsförening.

Analyserna av hur många som slutar i respektive helt lämnar gymnastikförening kan – beroende på antalet som är med i de olika enkäterna – endast göras för mellan- och

högstadierna i Malmö (år 2019) samt mellanstadiet i Helsingborg. Som jämförelse används här fotbollsförening. De övergripande resultaten pekar inte mot att det skulle vara mer vanligt att gymnastiktjejer oftare skulle sluta eller helt lämna gymnastiken. I bägge grupperna gäller att en stor del av de som slutat i en idrottsförening också har lämnat idrotten helt. Inte heller framträder det några mer framträdande skillnader om vi ser till vilka skäl man anger för att man skall lämna idrotten. I bägge fallen är de vanligaste skälen att man tröttnat eller att man har andra intressen. Endast enstaka barn och ungdomar tar upp att tränare/ledare har sagt att de inte platsar, något fler dock att man själv upplever att man inte platsar.

Sammantaget visar alltså resultaten att tjejernas situation inom gymnastikförening inte skiljer från vad som gäller bland andra tjejer som är med i idrottsförening. Det finns heller inga tecken på att detta skulle ha förändrats sedan 2011.

Kapitel 8. Avslutning

2011/2012 riktades alltså stark kritik mot den ledarkultur som fanns inom landslagsgymnastiken. En av konsekvenserna av kritiken blev att Riksidrottsförbundet höll inne utbetalningar till gymnastiken. Svenska Gymnastikförbundets styrelse valde då att tillsätta en fristående och djupgående utredning som skulle belysa och problematisera den kultur som genomsyrade gymnastiken på landslagsnivå. Professor Jonas Stier fick uppdraget att undersöka ledarkulturen i landslagsgymnastiken. Någon utredning om tillståndet i barn och ungdomsgymnastiken tillsatte gymnastikförbundet dock inte.

Hur var då tillståndet i gymnastikföreningarna för åldersgruppen 10-15 år när Stier 2011/2012 formulerade sin kritik mot landslagskulturen och hur är det i dag? Vi formulerade följande tre hypoteser när vi beslöt att skriva den här rapporten:

För det första kan tänkas att den träningskultur som fanns på landslagsnivå 2011/2012 finns kvar på alla nivåer i inom gymnastikförbundet. **För det andra** kan tänkas att den verksamhet som gymnastikföreningar bedriver för 10-15-åringar (det vi undersöker) inte har haft landslagets träningskultur någon gång. **För det tredje** kan tänkas att de åtgärder som vidtogs efter Stiers studie gjort att träningskulturen idag inte i någon större utsträckning finns kvar vare sig på landslagsnivå eller i gymnastikföreningarna för åldersgruppen 10-15 år.

Vår studie ger stöd för den andra hypotesen. Gymnastiken har enligt barnen och ungdomarna själva inte haft landslagets ledarkultur vare sig 2011/2012 eller under de senaste åren³³.

Ung livsstils studier visar alltså att den kritiserade träningsmiljön som rådde i landslaget inte finns och har inte funnits under de senaste åren i någon mätbar utsträckning inom gymnastikföreningar för åldersgruppen 10-15 år.

³³ I någon gymnastikförening och eller i någon träningsgrupp för åldersgruppen 10-15 år kan det självklart både 2011/2012 och i dag finnas en träningskultur som liknar den som Stier kritiserade när det gäller landslaget. I vilken utsträckning träningskulturen i landslaget finns kvar ligger helt utanför vårt syfte att undersöka. Det ligger också helt utanför syftet med vår rapport att granska varje enskild gymnastikförening som driver verksamhet för åldersgruppen 10-15 år.

Litteraturförteckning

Blomdahl U, Elofsson S (2007). **Hur många motionerar för lite och vilka är dom?** Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete, Stockholms stad: Idrottsförvaltningen, forskningsenheten.

Blomdahl U, Elofsson S, Åkesson M, Lengheden L (2014). **Segrar föreningslivet? En studie av svenskt föreningsliv under 30 år bland barn och ungdom.** Ung livsstil rapport 15. Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete, Stockholms stad: Idrottsförvaltningen.

Blomdahl U, Elofsson S, Bergmark K, Lengheden L (2017). **Ung livsstil Malmö. En studie av ungdomar i högstadiet.** Malmö stad, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete. <https://www.unglivsstil.org/>

Blomdahl U, Elofsson S (2017). **Jämställd och jämlik! – en studie av hälsa och offentligt resursutnyttjande på fritidsområdet bland barn och ungdomar i Stockholm stad i jämförelse med andra kommuner.** Stockholms stad: Idrottsförvaltningen, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Centrum för idrottsforskning (2019). **Statens stöd till idrotten. Uppföljning 2019.** <https://centrumforidrottsforskning.se/sv/regeringsuppdrag-uppfoljning-av-statens-idrottsstod/rapporter/statens-stod-till-idrotten-2019/>

Elofsson S, Blomdahl U (2011). **Hälsa och livskvalitet hos ungdomar i särskolan.** Ung livsstil, rapport nr 12. Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete, Stockholms stad: Idrottsförvaltningen, forskningsenheten.

Elofsson S, Bergmark K, Blomdahl U (2018). **Matvanor och hälsa. En rapport från Ung livsstil Malmö.** Malmö stad, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Elofsson S, Åkesson M, Blomdahl U (2018). **Matvanor och deras betydelse för hälsa och livskvalitet. En studie av mellan- och högstadieelever samt gymnasieelever i Stockholm.** Ung livsstil Rapport 28, Stockholms stad, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Elofsson S, Åkesson M, Blomdahl U, Bergmark K. (2020). **Vilka slutar i en idrottsförening men är kvar i en annan och vilka lämnar helt idrottsförening?** Ung livsstil: Rapport 31, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete.

Stier J. (2012). **Blod, svett och tårar. Ledarkulturen inom svensk landslagskultur - belyst och problematiserad.** Västerås: Mälardalens högskola. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:608633/FULLTEXT01.pdf>

Stier J (2012). **Stora ledarproblem i svensk elitgymnastik.** Svensk idrottsforskning nr 4/2012.

Theдин Jakobsson B (2015). **Vilka stannar kvar och varför? En studie om ungas föreningsidrottande under uppväxtåren.** Gymnastik- och idrottshögskolan 2015. <http://gih.diva-portal.org/smash/get/diva2:775450/FULLTEXT01.pdf>

Trygghed S, Elofsson S (2018). **Skolerfarenheter och självskattad hälsa bland elever i särskolan.** Högskolan i Gävle. FoU-rapport nr 48.