



Nullpunktmåling: MITT VALG Idrett i Nordre Follo

Delrapport i følgeevaluering, desember 2021

Om Oslo Economics

Oslo Economics utreder økonomiske problemstillinger og gir råd til bedrifter, myndigheter og organisasjoner. Våre analyser kan være et beslutningsgrunnlag for myndighetene, et informasjonsgrunnlag i rettslige prosesser, eller et grunnlag for interesseorganisasjoner som ønsker å påvirke sine rammebetingelser. Vi forstår problemstillingene som oppstår i skjæringspunktet mellom marked og politikk.

Oslo Economics er et samfunnsøkonomisk rådgivningsmiljø med erfarne konsulenter med bakgrunn fra offentlig forvaltning og ulike forsknings- og analysemiljøer. Vi tilbyr innsikt og analyse basert på bransjeerfaring, sterk fagkompetanse og et omfattende nettverk av samarbeidspartnere.

Evalueringer

Oslo Economics tilbyr evalueringer av programmer, handlingsplaner, tiltak, aktiviteter, virkemidler og organisasjoner. Vi har bred kompetanse og erfaring fra å evaluere ulike former for effektivitet og måloppnåelse samt organisasjonsmessige forhold som ansvars-, rolle- og arbeidsdeling.

For å utføre evalueringer benytter vi et bredt spekter av metoder for informasjonsinnhenting og analyse, både kvantitative og kvalitative.

Nullpunktmåling: MITT VALG Idrett i Nordre Follo/2021-76

© Oslo Economics, 22. desember 2021

Kontaktperson:

Marit Svensgaard / Partner

msv@osloeconomics.no, Tel. +47 982 63 985

Foto/illustrasjon: iStock.com

Innhold

Sammendrag	4
1. MITT VALG Idrett og evalueringsoppdraget	5
1.1 Om MITT VALG Idrett	5
1.2 Innholdet i MITT VALG Idrett	5
1.3 Mandatet for følgeevalueringen	6
1.4 Covid-19	6
2. Følgeevalueringens metode og nullpunktmålingens informasjonsgrunnlag	7
2.1 Programmets virkningskjede	7
2.2 Leveranser i oppdraget	7
2.3 Informasjonsgrunnlag for nullpunktmålingen	8
2.4 Plan for fremtidig informasjonsinnhenting	10
3. Implementeringen av MITT VALG Idrett i Nordre Follo	12
3.1 2019 – sommeren 2021	12
3.2 Høsten 2021	12
3.3 Implementering i klubbene	13
3.4 Erfaringer fra implementeringen	16
3.5 Planlagt implementering i klubbene	16
4. Nullpunktmåling	18
4.1 Status for aktives opplevelse av treneren	18
4.2 Status for sosial og emosjonell kompetanse hos aktive	19
4.3 Status for konfliktløsning	20
4.4 Status for aktivitet og frafall	21
4.5 Status for debutalder for alkoholbruk	22
4.6 Status for bruk av rusmidler	23
4.7 Status for mobbing	25
4.8 Status for psykiske plager	26
5. Oppsummering, enkelte utfordringer og innspill til det videre arbeidet	29
6. Referanser	30

Sammendrag

MITT VALG Idrett er et undervisningsprogram som skal bidra til å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen blant idrettens ansatte, trenere, lagledere og spillere. Oslo Economics gjennomfører en følgeevaluering av programmet. Denne nullpunktmålingen er den første av tre leveranser i følgeevalueringen.

MITT VALG er et rusforebyggende Lions-program for holdningsskapende arbeid i barnehage, skole og idrettsmiljøer. Nordre Follo kommune er programkommune for tiltaket Mitt Valg – Gode Valg i Program for folkehelsearbeid i tidligere Akershus fylkeskommune. MITT VALG Idrett retter seg mot idretten, og er et undervisningsprogram som skal bidra til å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen blant idrettens ansatte, trenere, lagledere og spillere. Dette skal igjen bidra til at:

- Færre ungdommer slutter med organisert idrett i ungdomsskoletiden
- Konflikter som oppstår på idrettsarenaen løses der
- Konflikter som oppstår i skolen løses i samarbeid med skolen
- Ungdom utsetter alkoholdebuten til de er over 18 år
- Ungdom velger å ikke prøve prestasjonsfremmende midler, hasj eller andre rusmidler
- Færre opplever mobbing og krenkelser
- Færre barn og unge opplever psykiske plager

Høsten 2021 deltar fem klubber i Nordre Follo i programmet: Langhus IL Håndball, Langhus IL Alliansen, Ski IL Fotball, Oppegård IL og Siggerud IL.

Oslo Economics har fått i oppdrag av Stiftelsen Det er mitt valg å gjennomføre en følgeevaluering av MITT VALG Idrett i Nordre Follo for å undersøke effekter av programmet og om målene med programmet nås. Følgeevalueringen består av en nullpunktmåling, midtveismåling og sluttmåling som dokumenterer og vurderer aktiviteter, resultater, brukereffekter og samfunns effekter. Evalueringen skal foregå i tidsrommet fra 2021 til og med juni 2024.

For å kunne si noe om hva MITT VALG Idrett har ledet til av bruker- og samfunns effekter, er vi nødt til å først beskrive situasjonen på relevante områder i forkant av gjennomføringen av programmet. Når vi vurderer effekter av programmet, sammenligner vi svarene i senere målinger med situasjonen beskrevet i forkant av programmet, altså denne nullpunktmålingen.

I nullpunktmålingen anvender vi eksisterende statistikk som belyser bruker- og samfunns effekter, både medlemskapsstatistikk fra de klubbene som involveres og Ungdatatall for Nordre Follo. Videre analyserer vi resultater fra en gjennomført spørreundersøkelse til aktive i klubbene som deltar i MITT VALG Idrett i Nordre Follo, samt intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene.

MITT VALG Idrett skulle etter planen ha startet opp vinteren 2020, med avslutning i 2023. På grunn av Covid-19 ble alt idrettsliv satt på vent våren 2020, og oppstarten av MITT VALG Idrett ble utsatt til høsten 2021. Implementeringen i klubbene har vært preget av gjentakende utsettelse av oppstart av MITT VALG Idrett som følge av nedstengningen av samfunnet.

I nullpunktmålingen presenteres status for aktives opplevelse av treneren, sosial og emosjonell kompetanse hos aktive, konfliktløsning, frafall, debutalder for alkoholbruk, bruk av rusmidler, mobbing og psykiske plager.

Implementeringen av MITT VALG Idrett høsten 2021 viser at det er potensial for økt rekruttering og styrket forankring i klubbene i den videre prosjektgjennomføringen. Videre vurderer vi at det vil være hensiktsmessig med tilbakemeldinger om opplevelser av spørreundersøkelsen til aktive for fremtidig informasjonsinnhenting.

1. MITT VALG Idrett og evalueringsoppdraget

MITT VALG Idrett er et undervisningsprogram som skal bidra til å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen blant idrettens ansatte, trenere, lagledere og spillere i Nordre Follo. Oslo Economics har fått i oppdrag fra Stiftelsen Det er mitt valg å gjennomføre en følgeevaluering av programmet.

1.1 Om MITT VALG Idrett

MITT VALG er et rusforebyggende Lions-program for holdningsskapende arbeid i barnehage, skole og idrettsmiljøer. Nordre Follo kommune er programkommune for tiltaket Mitt Valg – Gode Valg i Program for folkehelsearbeid i tidligere Akershus fylkeskommune. MITT VALG Idrett retter seg mot idretten, og er et undervisningsprogram som skal bidra til å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen blant idrettens ansatte, trenere, lagledere og spillere.

Idretten organiserer mange barn og unge. Å delta i organiserte fritidsaktiviteter har en positiv effekt for unges liv, enten dette betyr å bli sett av voksne, få rammer, bli stilt forventninger til, å ha arenaer en kan mestre og lykkes på, eller bli en del av et sosialt fellesskap.

Fravær av vennskap og inkludering er den største risikofaktoren for mobbing, rusmisbruk, radikaliserings og dårlig psykisk helse. Det har stor innvirkning på barn og unges psykiske helse og påvirker mestring i skole og fritid. I løpet av ungdomsårene er det mange som slutter med organiserte idrettsaktiviteter.¹ Forskning peker på at det sosiale miljøet er av stor betydning for å delta i en fritidsaktivitet. Det er en hypotese at det er en sammenheng mellom sosial og emosjonell kompetanse hos trenere, ledere og andre som er med barn og unge på fritiden, og utviklingen av det sosiale miljøet og inkludering i idrettsmiljøene.

Formålet med MITT VALG Idrett oppsummeres i prosjektbeskrivelsen i søknaden om tilskudd som del av Program for folkehelsearbeid i kommunene som ble innsendt i mars 2019 til tidligere Akershus fylkeskommune. Formålet er å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen blant idrettens ansatte,

¹ Ungdata junior-undersøkelser gjennomført i 21 norske kommuner i 2017 og 2018 viser at mellom 49 og 81 prosent av alle barn i 5. – 7. klasse i disse kommunene driver med sport eller idrett som fast fritidsaktivitet (Løvgren

trenerne, lagledere og spillere, som igjen skal bidra til at:

- Færre ungdommer slutter med organisert idrett i ungdomsskoletiden
- Konflikter som oppstår på idrettsarenaen løses der
- Konflikter som oppstår i skolen løses i samarbeid med skolen
- Ungdom utsetter alkoholdebuten til de er over 18 år
- Ungdom velger å ikke prøve prestasjonsfremmende midler, hasj eller andre rusmidler
- Færre opplever mobbing og krenkelser
- Færre barn og unge opplever psykiske plager

Høsten 2021 deltar fem klubber i Nordre Follo i programmet: Langhus IL Håndball, Langhus IL Alliansen, Ski IL Fotball, Oppegård IL og Siggerud IL.

1.2 Innholdet i MITT VALG Idrett

Trenere, lagledere og ansatte får tilbud om kurs og tilgang til et digitalt program som skal øke deres sosiale og emosjonelle kompetanse for å skape et godt sosialt miljø, fremme inkludering og håndtere medmenneskelige utfordringer i en klubb (Oppegård kommune, 2019). Verktøyene trenere, lagledere og ansatte i klubbene lærer gjennom MITT VALG Idrett skal bidra til sterkere teamfølelse, mer inkludering, bedre samarbeid, økt mestring, god konsentrasjon, flere relasjoner og vennskap og bedre idrettsprestasjoner (MITT VALG Idrett, 2021).

Etter at en klubb har undertegnet en treårig samarbeidsavtale, blir styret og/eller administrasjonen i klubben kontaktet av en MITT VALG-instruktør, som er sertifisert gjennom Lions Quest. Instruktøren er klubbens veileder og kursholder. Videre får klubben og personer som deltar i programmet lisenser til det digitale pedagogiske programmet. Det digitale programmet utdyper mer av teorien rundt kurset, samtidig som det fungerer som en aktivitetsbank med forslag til øvelser.

I tillegg til det digitale pedagogiske programmet, gjennomføres fysiske kurs i klubblokalet eller annet egnet lokale. Kurset for lagledere og trenere består av to moduler, som inneholder følgende temaer:

- Hvordan lede en gruppe barn og unge

& Svagård, 2019). Nasjonale ungdataundersøkelser fra 2019 viser at 63 prosent av alle ungdomsskoleelever driver med sport eller idrett, mens andelen blant elever på videregående skole er 40 prosent (Bakken, 2019).

- Hvordan skape et inkluderende idrettsmiljø
- Hvordan forebygge, håndtere og løse konflikter når de oppstår
- Hvordan legge opp treningen slik at alle blir inkludert
- Hvordan skape et godt og forpliktende samarbeid mellom trenere, lagledere og foreldregrupper²

Startpakken består av et introduksjonskurs for styre og administrasjon, modul 1, modul 2 og frivillig veiledning. Introduksjonskurset for styret og administrasjonen foregår over 3,5 timer én kveld. Modul 1 for trenere og lagledere gjennomføres i utgangspunktet omtrent tre måneder etter introduksjonskurset, og foregår over fire timer på én kveld. Modul 2 gjennomføres to måneder etter gjennomført modul 1, og foregår over to timer på én kveld. Det legges opp til frivillig veiledning 1 time i halvåret for trenere og lagledere.

Etter gjennomført startpakke og i løpet av prosjektperioden kan hver klubb sende trenere og lagledere som ennå ikke har vært på kurs på nye modul 1 og modul 2. Kurset ledes av en sertifisert MITT VALG-instruktør, og det legges opp til at det kan delta 15-40 personer per kurskveld.

1.3 Mandatet for følgeevalueringen

Oslo Economics har fått i oppdrag av Stiftelsen Det er mitt valg å gjennomføre en følgeevaluering av

gjennomføringen av MITT VALG Idrett i Nordre Follo. Formålet med følgeevalueringen er å undersøke hvilke effekter som oppstår av programmet og om målene med programmet nås. Evalueringen skal foregå i tidsrommet fra 2021 til og med juni 2024. Metoden for og gangen i følgeevalueringen er nærmere beskrevet i kapittel 2.

1.4 Covid-19

MITT VALG Idrett skulle etter planen ha startet opp vinteren 2020, med avslutning i 2023. I mars 2020 ble imidlertid samfunnet i Norge stengt ned som følge av Covid-19-pandemien, noe som gjorde at all idrettsaktivitet ble satt på vent. Dette gjaldt også for gjennomføringen av MITT VALG Idrett.

At landet har vært nedstengt i lengre perioder, har påvirket den normale hverdagen i idretten. Dette vil ha innvirkning på resultatene og effektene av MITT VALG Idrett, som skal måles og vurderes gjennom denne følgeevalueringen. Utviklingen i indikatorer for resultater og effekter må derfor vurderes med forbehold.

Per desember 2021 er situasjonen for utviklingen av pandemien uoversiktlig. Det er en viss risiko for at den videre implementeringen av MITT VALG Idrett vil påvirkes av restriksjoner for å dempe spredningen av viruset. Dette vil i så fall kunne få betydning for både gjennomføring og resultater av følgeevalueringen.

² I kurset er det i praksis lite fokus på denne biten.

2. Følgeevalueringens metode og nullpunktmålingens informasjonsgrunnlag

Følgeevalueringen tar utgangspunkt i en virkningskjede som illustrerer sammenhengen mellom MITT VALG Idrett og ønskede resultater og effekter av programmet. Gjennom nullpunktmåling, midtveisevaluering og sluttevaluering dokumenterer vi implementering, resultater og effekter av programmet basert på ulike former for informasjonsinnhenting.

2.1 Programmets virkningskjede

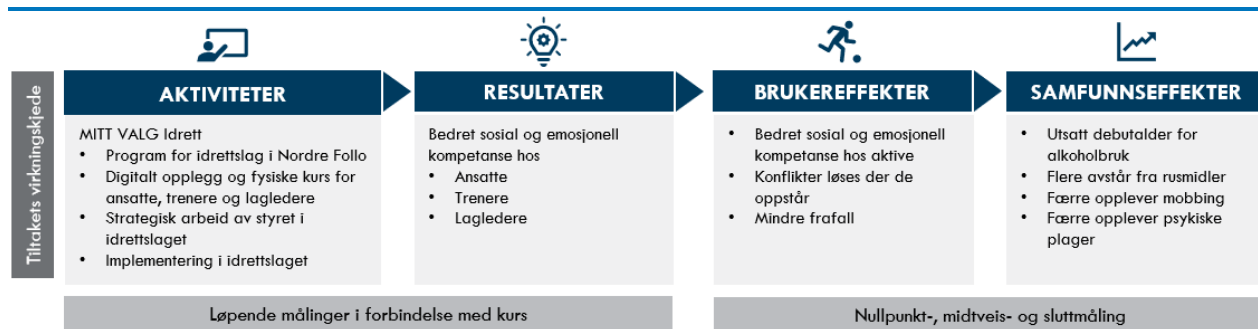
I Figur 2-1 har vi illustrert det vi kaller programmets virkningskjede. Virkningskjeden illustrerer den tenkte sammenhengen mellom tiltaket, her programmet, og de ønskede resultatene og effektene av det. Formålet og de overordnede målene med MITT VALG Idrett, som beskrevet i kapittel 0, er oppsummert som resultater, brukereffekter og samfunns effekter i figuren.

Hvert av leddene i virkningskjeden bygger på hverandre. For å til slutt oppnå samfunns effektene for programmet, forutsettes det at samtlige steg i virkningskjeden realiseres. Ved å bevege seg fra venstre til høyre, ser vi at en vellykket gjennomføring av aktivitetene i MITT VALG Idrett skal føre til

resultater i form av bedret sosial og emosjonell kompetanse hos ansatte, trenere og lagledere. Gjennom oppnåelse av disse resultatene, forventer vi at det oppnås brukereffekter i form av bedret sosial og emosjonell kompetanse hos de aktive, bedre konflikthåndtering, samt mindre frafall. Videre skisserer virkningskjeden at disse brukereffektene gir opphav til samfunns effekter som omfatter ungdom generelt.

Det er verdt å nevne at det er krevende å måle årsakssammenhenger mellom MITT VALG Idrett og samfunns effektene, da det er en rekke faktorer som påvirker elementene som inngår i bruker- og samfunns effektene. Hvorvidt aktive velger å slutte på idretten de går på eller ikke, kan for eksempel påvirkes av trender eller hva venner gjør, og ikke kun være avhengig av graden av sosial og emosjonell kompetanse hos trenere. Videre kan for eksempel nedstengningen av samfunnet som følge av Covid-19-pandemien være en faktor som påvirker ungdoms psykiske helse. Med bakgrunn i disse eksemplene forsøker vi å illustrere at det ikke lar seg gjøre å skille ut den konkrete effekten av MITT VALG Idrett på elementene som inngår i bruker- og samfunns effektene. Vi vurderer likevel at følgeevalueringen vil belyse en sammenheng mellom MITT VALG Idrett og elementene som inngår i resultater, brukereffekter og samfunns effekter.

Figur 2-1: Programmets virkningskjede



Illustrasjon: Oslo Economics

2.2 Leveranser i oppdraget

Følgeevalueringen består av en nullpunktmåling, midtveismåling og sluttmåling som dokumenterer og vurderer aktiviteter, resultater, brukereffekter og samfunns effekter. Nederst i Figur 2-1 har vi spesifisert hvordan ulike målinger underveis i evalueringen fanger opp ulike deler av virkningskjeden:

- Aktivitetene og resultatene skal dokumenteres og evalueres basert på løpende målinger i forbindelse med implementeringen av kursene i MITT VALG Idrett.
- Brukereffektene og samfunns effektene av programmet skal dokumenteres gjennom en midtveismåling og en sluttmåling. Grunnlaget for vurdering av effektene er status på relevante områder, som dokumenteres i nullpunktmålingen.

I det videre presenteres hver av de tre leveransene.

Nullpunktmåling

For å kunne si noe om hva MITT VALG Idrett har ledet til av bruker- og samfunnseffekter, er vi nødt til å først beskrive situasjonen på relevante områder i forkant av gjennomføringen av programmet. Når vi senere vurderer effekter av programmet, sammenligner vi svarene i senere målinger med situasjonen beskrevet i forkant av programmet, altså nullpunktmålingen. Nullpunktmålingen gjennomføres høsten 2021.

Det er alltid krevende å vurdere om endringer som oppstår i løpet av en evalueringssperiode skyldes det innførte tiltaket (her MITT VALG Idrett), eller andre faktorer. Ved å legge ned et grundig arbeid med nullpunkt, har vi et bedre grunnlag for den videre evalueringen.

I nullpunktmålingen anvender vi eksisterende statistikk som belyser bruker- og samfunnseffekter, både medlemskapsstatistikk fra de klubbene som involveres og Ungdata-tall for Nordre Follo. Videre analyserer vi resultater fra en gjennomført spørreundersøkelse til aktive i klubbene som deltar i MITT VALG Idrett i Nordre Follo, samt intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene. Dette danner grunnlaget for vurdering av effekter i senere målinger.

Midtveisevaluering

Om lag halvveis i perioden (i løpet av 2023) vil vi gjennomføre en midtveisevaluering. Denne vil oppsummere kursdeltakeres vurdering av nytten, basert på digitale spørreundersøkelser som distribueres i etterkant av gjennomført modul 2. I tillegg gjøres det dybdeintervjuer av et utvalg lagledere og trenere som har deltatt på kurs, for å innhente deres vurdering av nytten av kurset, anvendelse av kompetansen, samt eventuelle øvrige innspill om kursets betydning for miljøet i klubben. Positiv opplevelse av disse faktorene er forutsetninger for at det skal realiseres bruker- og samfunnseffekter i neste omgang. Midtveisevalueringen vil også inneholde oppdatering av aktivitetstall.

Sluttevaluering

Etter endt prosjektperiode gjøres en sluttevaluering (høsten 2024) som baseres både på en ny innsamling av aktivitetstall fra klubbene og oppdaterte Ungdata-tall, i tillegg til at det fra tidspunktet etter midtveisevalueringen gjennomføres ytterligere innhenting av synspunkter fra lagledere og trenere gjennom spørreundersøkelser og dybdeintervjuer. Videre vil vi gjennomføre en undersøkelse til de aktive i klubbene som deltar i MITT VALG Idrett i Nordre Follo som har

en trener eller en lagleder som har vært på kurs i MITT VALG Idrett i løpet av prosjektperioden.

2.3 Informasjonsgrunnlag for nullpunktmålingen

I nullpunktmålingen har vi brukt følgende informasjonskilder:

- Intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene
- Skriftlige innspill fra styrene i klubbene
- Spørreundersøkelse til aktive i klubbene
- Aktivitetstall³
- Ungdata-tall

2.3.1 Intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene

Vi har intervjuet representanter fra de fem klubbene som per høsten 2021 er med i MITT VALG Idrett. Prosjektleder i MITT VALG Idrett fikk innspill fra representantene for klubbene i prosjektets arbeidsgruppe om hvem det var mest hensiktsmessige for oss å intervjuer fra hver klubb. Det varierte fra klubb til klubb hvorvidt vi intervjuet representanter fra administrasjonen eller styret, eller fra begge. Intervjuene ble blant annet benyttet til å kartlegge styrenes motivasjon for å delta i MITT VALG Idrett, hvilke idretter i deres klubb som inkluderes, samt deres plan for implementering. Intervjuene foregikk i perioden 6. september til 19. oktober, og ble gjennomført som semistrukturerte intervjuer. Dette innebar at vi baserte intervjuene på en intervjuguide med overordnede tema og spørsmål for intervjuene. For å tilrettelegge for at informantene skulle kunne snakke fritt, var vi fleksible på hvilken rekkefølge spørsmålene kom i og vi hoppet også over spørsmål som eventuelt ikke var relevante for informantene vi snakket med.

2.3.2 Skriftlige innspill fra styret og/eller administrasjonen i klubbene

I forbindelse med utarbeidelsen av spørreundersøkelsen til de aktive fikk vi skriftlige tilbakemeldinger fra kontaktpersonene i klubbene på testversjonen av undersøkelsen før endelig utsendelse.

2.3.3 Spørreundersøkelse til aktive i klubbene

Spørreundersøkelsen til de aktive i klubbene ble sendt ut til de foresatte til de aktive i alderskullene 6.-10. klasse, altså aktive mellom 11 og 15 år. Avgrensningen til denne aldersgruppen ble gjort for å sikre at svarene i så stor grad som mulig kunne ses i samsvar med ungdata-tall for ungdomsskoleelever.

³ Aktivitetstall viser tall på alle betalende medlemmer som deltar regelmessig i idrettslagets ordinære treningsaktivitet, eller representerer idrettslag i konkurranser (Norges

idrettsforbund, 2021). Med regelmessig menes sammenhengende deltakelse gjennom sesongen.

Den nedre avgrensningen ble satt til 6. klasse for å inkludere dem som blir ungdomsskoleelever i løpet av prosjektperioden. Den øvre avgrensningen ble satt til 10. klasse fordi vi vet at mange slutter med organisert idrett i løpet av ungdomsskolen, og vi ønsket å fange opp trenerens betydning for en bredde av aktive ungdommer.

Innhold

Med utgangspunkt i virkningskjeden, har spørreundersøkelsen til hensikt å kartlegge de aktives sosiale og emosjonelle kompetanse. Spørreundersøkelsen inkluderte spørsmål knyttet til de aktives vurderinger av treneren, trivsel på trening, hvordan de opplever seg selv på trening, samt hvorvidt de vurderer å slutte på idretten de går på.

Vi brukte ulike kilder til inspirasjon for utarbeidelsen av undersøkelsen. Vi tok utgangspunkt i det planlagte innholdet for MITT VALG Idrett i utformingen av spørsmål som gikk på de aktives vurdering av treneren, for å forsøke å fange opp hvorvidt bedret sosial og emosjonell kompetanse hos ansatte, trenere og lagledere som følger av deltakelse i programmet fører til bedret sosial og emosjonell kompetanse hos aktive. For å fange opp temaer knyttet til sosial og emosjonell kompetanse tok vi utgangspunkt i masteroppgaven «Elevers vurdering av egen sosial kompetanse i skolen - en innholdsmessig og empirisk validering av Skoldialogens instrument for bruk i MITT VALG» av Stig Reinholdt Jensen (2015).

I spørsmålene som omhandlet de aktives vurdering av treneren, besluttet vi av metodiske årsaker å spesifisere følgende: «Med trener mener vi treneren du bruker mest tid sammen med». Vi vurderte at det er sannsynlig at ikke alle aktive har et bevisst forhold til hvem som er trener og hvem som er lagleder, og at et skille mellom disse rollene kan oppleves som komplisert for respondenten.

Både prosjektleder og instruktør i MITT VALG Idrett kvalitetssikret undersøkelsen i forkant av utsendelsen.

Distribusjon og oppslutning

Undersøkelsen ble designet i programvaren Questback, og ble distribuert til de aktives foresatte gjennom styret og/eller administrasjonen i klubbene. Styret og/eller administrasjonen distribuerte i all hovedsak undersøkelsen via e-post til de foresatte. Vi vurderte at distribusjon via klubbene var det mest hensiktsmessige med tanke på personvern, da barn og unge som er 15 år og yngre ikke kan samtykke til deltakelse og medfølgende behandling av personopplysninger på egenhånd (NSD, u.d.). De foresatte

ble bedt om å enten gjennomføre undersøkelsen sammen med sitt barn, eller videresende lenken til undersøkelsen til sitt barn.

Fire av fem klubber sendte undersøkelsen til foresatte 21. september, med endelig frist 26. oktober. Den siste klubben sendte undersøkelsen til foresatte 20. oktober, med endelig frist 10. november. Vi hadde kontakt med klubbene underveis i perioden fra utsending til endelig svarfrist. Omtrent én uke i forkant av endelig svarfrist for de fire første klubbene, spurte vi styrene og/eller administrasjonen som distribuerte undersøkelsen om deres erfaringer med distribusjonen av undersøkelsen, samt om de hadde noen forslag til hvordan svarprosenten kunne økes. Noen av styrene rapporterte tilbake om at de hadde sendt ut en påminnelse, samt motivert trenere til å motivere de aktive.

Totalt var det 218 personer fra de fem klubbene som svarte på undersøkelsen. Vi har ikke tilgang til detaljert statistikk på aktivitetstall per årskull, men egne anslag basert på tilgjengelige aktivitetstall tilsier at det er omtrent 1070 aktive barn og unge mellom 11 og 15 år i de fem klubbene.⁴ Dette anslaget tilsier at responsraten på undersøkelsen er om lag 20 prosent.

Det var hele 1045 ufullførte svar på spørreundersøkelsen. Vi er usikre på hva som er årsaken til at så mange ikke fullførte undersøkelsen. En mulig årsak kan være at mange overså at de helt til sist i undersøkelsen måtte trykke «Send inn». I kontakten med klubbene ba vi dem derfor spesifisere i påminnelsen til de foresatte at respondentene måtte huske å trykke «Send inn». Til tross for dette, fortsatte tallet på antallet ufullførte svar å øke. En annen årsak kan være at aktive opplevde undersøkelsen som for lang eller for vanskelig, eller at de ikke var interesserte i å gjennomføre den likevel. I den grad foresatte først selv åpnet undersøkelsen, før de videresendte til den aktive, kan den første åpningen ha blitt registrert som et ufullført svar.

Vi vurderer at det bør innhentes innspill fra trenere, foresatte og/eller aktive i klubbene i løpet av de første månedene av 2022 om hvordan de aktive opplevde undersøkelsen. Dette vil forhåpentligvis gi oss viktige innspill til hva som kan gjøres enten i utforming av undersøkelsen eller distribusjonen av den for å sikre langt flere fullførte svar i sluttmålingen.

Bakgrunnsinformasjon

I det videre presenterer vi noe bakgrunnsinformasjon om respondentene på spørreundersøkelsen. For å ivareta personvernet til respondentene, har vi unnlatt

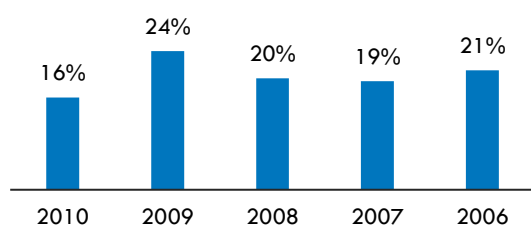
den konkrete aldersgruppen, deler vi antallet i den første gruppen på 3,5 og den andre på 2,33, og får et omtrentlig tall på 1070.

⁴ Vi har ikke tall for antall medlemmer i aldersgruppen 11 til 16 år, men for aldersgruppene 6-12 og 13-19 i 2020. For å få et anslag på aktivitetstallene i hver av klubbene i

å presentere hvor mange fra hver av de fem klubbene som har svart.

Som vist i Figur 2-2, er respondentene noe ujevnt fordelt over årskullene 2006 til 2010. Nesten én av fire er født i 2009, og er eller fyller 12 år i inneværende år. Videre er det en jevn fordeling mellom årskullene 2006, 2007 og 2008: det er om lag like mange respondenter (om lag en av fem) som er eller fyller 13, 14 og 15 år i inneværende år. En av seks respondenter er født i 2010, og er eller fyller 11 år i inneværende år.

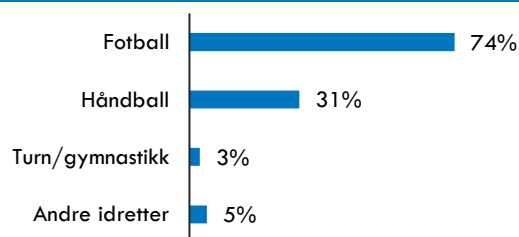
Figur 2-2: Andel respondenter for ulike fødselsår



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=210

Nesten tre av fire respondentene går på fotball, mens nesten én av tre går på håndball, som vist i Figur 2-3.

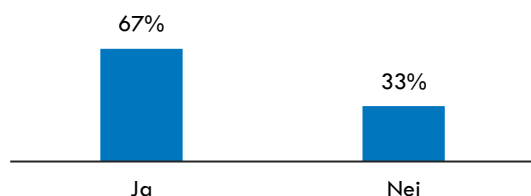
Figur 2-3: Andel respondenter innenfor ulike idretter



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=206

To av tre respondenter svarte på spørreundersøkelsen sammen med en av sine foresatte, som vist i Figur 2-4.

Figur 2-4: Hvorvidt respondentene svarte sammen med en av sine foresatte



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=206

⁵ For 2018 og 2019 var tallene fra klubbene sortert etter om de tidligere lå i henholdsvis Ski eller Oppegård kommune.

2.3.4 Aktivitetstall

Vi har brukt aktivitetstall per klubb og idrettsgren fra rådgiver Idrett og friluftsliv i Nordre Follo kommune for årene 2018, 2019 og 2020.⁵ Merk at aktivitetstall viser aktive medlemmer, og derfor er noe annet enn totale medlemstall.

2.3.5 Ungdatatall

For å belyse status for områder hvor man ønsker bruker- og samfunnseffekter, har vi benyttet de siste tilgjengelige Ungdata-tallene for Nordre Follo kommune. Ungdata er lokale barn- og ungdomsundersøkelser der skoleelever over hele landet svarer på spørsmål om hvordan de har det, og hva de driver med på fritiden (Ungdata, u.d.). Undersøkelsene er tilpasset ungdom på ungdomstrinnet og i videregående opplæring. I tillegg finnes det tilpassede undersøkelser for elever på mellomtrinnet, som ikke gjennomføres i alle kommuner, men som flere kommuner har testet ut.

Vi har benyttet tall fra Ungdata for å dokumentere status for elementene som inngår i samfunnseffektene som presenteres i virkningskjeden: debutalder for alkoholbruk, bruk av rusmidler, mobbing og psykiske plager. Vi har basert oss på en beskrivelse av variablene i spørreskjemaet for å vurdere hvilke spørsmål som har vært mest relevante å bruke for å dokumentere utgangspunktet for elementene (Frøyland, 2017).

Vi har benyttet ungdatatall for ungdomsskolen og videregående skole. De siste tilgjengelige tallene for ungdomstrinnet er fra 2018, og for videregående opplæring fra 2019. I utgangspunktet hadde det vært ønskelig å ha tall fra 2021. I lys av unntakstilstanden i organisert idrett under pandemien i 2020 og 2021 vurderer vi imidlertid at det er hensiktsmessig at tallene fra 2018 og 2019 i større grad representerer en normaltilstand enn hva eventuelle tall fra 2020 eller 2021 ville gjort.

Ungdomsskolene som omfattes av undersøkelsen i 2018 er Fløisbonn, Flåtestad, Haugjordet, Hellerasten, Ingieråsen, Kråkstad, Siggerud og Ski. De videregående skolene som omfattes av undersøkelsen i 2019 er Ski og Oppegård.

2.4 Plan for fremtidig informasjonsinnhenting

Planen for fremtidig informasjonsinnhenting i forbindelse med de videre aktivitetene i følge-evalueringen er presentert i Tabell 2-1.

Etter nullpunktmålingen går følgeevalueringen over i en ny fase. Informasjonsinnhenting frem mot midtveiseevalueringen vil bestå av spørreundersøkelser til kursdeltakere etter gjennomført modul 2, dybdeintervjuer med representanter fra kursdeltakere og oppdatering av aktivitetstall ved tilgjengelighet.

Etter midtveiseevalueringen vil vi fortsette gjennomføring av spørreundersøkelser blant kursdeltakere, dybdeintervjuer og oppdatering av aktivitetstall. I tillegg vil vi oppdatere Ungdatatall. Vi vil også

gjennomføre en ny spørreundersøkelse blant aktive i involverte klubber som har en trener eller lagleder som har vært på kurs i MITT VALG Idrett i løpet av prosjektperioden.

En sammenligning av Ungdatatallene i slutt-evalueringen og Ungdatatallene i nullpunktmålingen må ta hensyn til at sistnevnte reflekterer ungdommens situasjon før utbruddet av Covid-19-pandemien og den påfølgende nedstengningen av samfunnet.

Tabell 2-1: Planlagt informasjonsinnhenting og metode for å belyse effektene av MITT VALG Idrett

	2022	2023	2024
Løpende spørreundersøkelse til kursdeltakere	■		
Dybdeintervjuer av representanter for kursdeltakere	■	■	■
Årlig oppdatering av aktivitetstall	■		
Oppdatering av Ungdata-tall	■		■
Spørreundersøkelse til aktive			■
Midtveiseevaluering		★	
Sluttevaluering			★

3. Implementeringen av MITT VALG Idrett i Nordre Follo

MITT VALG Idrett fikk en etterlengtet oppstart i Nordre Follo høsten 2021, etter å ha vært utsatt i to omganger som følge av Covid-19-pandemien. Så langt er fem klubber rekruttert til å delta på kurset, og disse har arbeidet bevisst for å implementere kurset i sine klubber.

3.1 2019 – sommeren 2021

MITT VALG Idrett skulle etter planen ha startet opp vinteren 2020, med avslutning i 2023. I mars 2020 ble imidlertid samfunnet i Norge stengt ned som følge av Covid-19-pandemien, noe som gjorde at alt idrettsaktivitet ble satt på vent. Dette gjaldt også for gjennomføringen av MITT VALG Idrett.

Høsten 2019 ble det nedsatt en felles styringsgruppe for arbeidet med MITT VALG Idrett, bestående av Stiftelsen Det er mitt valg, de tre Lions-klubbene Lions Oppegård, Lions Ski og Lions Langhus Siggerud, representanter fra tre klubber som hadde meldt sin interesse for MITT VALG Idrett, folkehelsekoordinator, SLT-koordinator og idrettskontakten. Det ble også gjennomført en konferanse for nøkkelpersoner i klubbene.

Starten av 2020 ble benyttet til arbeid med avtaler mellom programmet og de aktuelle klubbene, og forberedelser av programmet.

Kursrekka for trenere og lagledere i klubbene skulle ha startet vinteren 2020, men dette ble utsatt som følge av nedstengningen. Prosjektadministrasjonen i Stiftelsen Det er mitt valg håpet i første omgang å få til oppstart høsten 2020, men det lot seg ikke gjennomføre på grunn av den forlengede nedstengningen. Deretter ble det planlagt oppstart i februar/mars 2021, men dette ble også stanset av samme årsak. Perioden med nedstengning ble brukt til å forbedre programmet for kurset og rekruttere flere klubber til å bli med på MITT VALG Idrett. Det ble vurdert at det ikke ville være hensiktsmessig å gjennomføre kursrekka digitalt, da prosjektadministrasjonen anså at en vellykket gjennomføring og senere nytte av kurset fordret fysisk deltakelse.

Høsten 2020 ble det etablert en arbeidsgruppe med representanter fra Oppegård IL, Langhus IL Håndball, Langhus AIL gymnastikk og turn, Ski IL Fotball og Siggerud IL, som alle hadde signert kontrakter med Stiftelsen Det er mitt valg. Prosjektadministrasjonen fikk innspill fra klubbene underveis om at kursene var for omfattende slik de opprinnelig var tenkt, og at det

ville kreve for mye av trenere og lagledere som i all hovedsak arbeider frivillig. Et konkret innspill fra klubbene var at de ønsket praktiske og konkrete tips de kunne bruke på trening, og at de heller kunne lese seg opp på tema knyttet til for eksempel psykisk helse og emosjonell læring på egenhånd enten i forkant eller etterkant av kurset. Med bakgrunn i innspillene ble kurset kortet ned, samtidig som det faglige nivået ble bevart. Kurset ble dermed redusert til å omfatte to moduler, istedenfor tre, som opprinnelig var tenkt.

Omsider, i takt med at man så en ende på nedstengningen, ble det før sommeren 2021 besluttet å komme i gang med MITT VALG Idrett etter sommerferien, med en endelig avslutning av prosjektperioden i forkant av sommeren 2024. Det ble i den anledning gjennomført en kick-off med over 100 deltakere fra klubbene.

3.2 Høsten 2021

Det har vært aktivitet i MITT VALG Idrett gjennom hele høsten 2021.

August

I slutten av august ble det gjennomført et kveldskurs på 3,5 timer for styrene og administrasjon i klubbene. Kurset bestod av orientering om kurset og planlegging av gjennomføringen. Blant annet daglige ledere og sportslige koordinatører deltok på kurset.

September

Modul 1 ble gjennomført i midten av september, som et fire timers kveldskurs for trenere og lagledere. For Oppegård IL, Ski IL Fotball og Langhus IL Håndball ble modul 1 gjennomført to ganger, med en maksimumsgrense på 40 personer hver kveld. Langhus IL Alliansen deltok på kurset sammen med Langhus IL Håndball.

November

Modul 2 ble gjennomført i midten av november, også dette som et fire timers kveldskurs. Modul 2 ble slått sammen for alle fem klubbene ettersom det var lav deltakelse på modul 1.

3.2.1 Antall deltakere på kurs fra hver klubb

Høsten 2021 ble det gjennomført én runde med modul 1 og én med modul 2. Styret og administrasjonen i klubbene deltok på et introduksjonskurs som var nesten identisk med modul 1. Det var plass til opptil 40 personer per kurskveld. Antall deltakere for hver klubb samlet på henholdsvis modul 1 og modul 2 presenteres i Tabell 3-1.

Tabell 3-1: Antall deltakere på modul 1 og modul 2 høsten 2021

Klubber	Roller	Modul 1	Modul 2
Siggerud IL og Oppegård IL	Styret og administrasjon	21	-
Langhus IL Håndball, Langhus AIL og Ski IL Fotball	Styret og administrasjon	23	-
Langhus IL Håndball og Langhus AIL	Trenere og lagledere	40	13
Ski IL Fotball	Trenere og lagledere	23	16
Siggerud IL	Trenere og lagledere	15	10
Oppegård IL	Trenere og lagledere	27	16
Totalt		149	55

Kilde: Prosjektleder for MITT VALG Idrett. Note: Modul 2 ble slått sammen for alle klubbene ettersom det var lav deltakelse på modul 1,

3.2.2 Endringer i programinnholdet

I den opprinnelige søknaden om tilskudd fra Program for folkehelsearbeid i kommunene (2019) var det definert at undervisningsprogrammet også skulle bidra til å øke foreldres sosiale og emosjonelle kompetanse. Videre skulle økt sosial og emosjonell kompetanse blant idrettens ansatte, trenere, lagledere, foreldre og spillere blant annet føre til økt skole-, idrett- og foreldresamarbeid.

For å involvere foreldrene i implementeringen av MITT VALG Idrett ble det i løpet av høsten 2021 gjennomført foreldremøter. Det var lav deltakelse på møtene. Prosjektadministrasjonen i MITT VALG Idrett presiserer at de ikke har definert økt samarbeid mellom skoler og klubber som et mål for prosjektet, og forteller at temaet «Hvordan skape et godt og forpliktende samarbeid mellom trenere, lagledere og foreldregrupper» har vært viet lite oppmerksomhet på kurskveldene i høst. Det er imidlertid planlagt en digital foreldreportal og flere foreldremøter som et eget prosjekt. Med bakgrunn i dette har vi besluttet å ta ut biten om foreldres sosiale og emosjonelle kompetanse, samt brukereffekten økt skole-, idrett- og foreldresamarbeid, i virkningskjeden og i evalueringen av programmet MITT VALG Idrett.

3.3 Implementering i klubbene

Per høsten 2021 er det fem klubber som har inngått forpliktende kontrakter om deltakelse i MITT VALG Idrett: Langhus IL Håndball, Langhus IL Alliansen (AIL), Ski IL Fotball, Oppegård IL og Siggerud IL. Både Langhus IL og Ski IL har begrenset sin deltakelse til å gjelde henholdsvis håndball og fotball i første omgang, og klubbene vil legge til rette for at flere idretter skal kunne innlemmes i kursene i 2022 og 2023.

For at MITT VALG Idrett skal fungere etter hensikten, er det sentralt at styrene i klubbene implementerer kurset på en hensiktsmessig måte i deres klubber. I det videre presenterer vi hvordan implementeringen har

foregått og foregår i hver av de fem klubbene, basert på intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene. Representantene vi har intervjuet har uttalt seg på vegne av klubben. Vi referer derfor til «representantene fra klubben» i vår bruk av innspill fra intervjuene og skriftlige innspill.

Det er viktig å understreke at det varierer fra klubb til klubb i hvor stor grad driften av klubbene foregår på grunnlag av frivillig arbeid. En fellesnevner er at alle klubbene er avhengige av frivillige, men graden av avhengighet varierer mellom klubbene. Det er vår forståelse at man i implementeringen av MITT VALG Idrett har vært opptatt av å ivareta de frivilliges engasjement, og sikre at man ikke pålegger dem et uforholdsmessig stort ansvar. Alle klubbene implementerer MITT VALG Idrett i sine klubber ut fra de forutsetningene de er underlagt.

3.3.1 Langhus IL Håndball

Langhus IL Håndball hadde i 2020 660 aktive medlemmer fordelt på aldersgruppene 6 til 26 år og eldre. Støtteapparatet rundt lages miljøene utgjorde 142 personer hvorav rundt 70 av disse utgjorde trenerteam. Før mars 2020 hadde klubben vekst i antall aktive medlemmer, men de mistet en del aktive i løpet av nedstengningen som følge av Covid-19-pandemien. Klubben har 23 lagsmiljøer, og har høsten 2021 totalt om lag 70 hovedtrenere og hjelpetrenerer. De aller fleste trenerne er foreldre som følger sitt barn og deres lagkamerater gjennom flere år. Det innebærer at trenere sier opp sitt engasjement hvis deres barn slutter.

Representanter fra klubben forteller at deres motivasjon for å delta i MITT VALG Idrett er at de opplever at innholdet i kurset bygget opp under klubbens verdier og målsetninger, som er (Langhus IL Håndball, u.d.):

- Langhus IL Håndball skal være ett viktig aktivitets-tilbud i lokalmiljøet både sportslig og sosialt.
- Være en attraktiv klubb å spille i – for alle.

- Alle spillere skal gis lik mulighet til å utvikle seg.
- Langhus IL Håndball står for et positivt og humanistisk menneskesyn der alle mennesker er likeverdige. Voksne er rollemodeller med stor betydning for barn og ungdoms holdninger og oppførsel.

Representantene fra klubben formidler et ønske om å bygge trygge barn og ungdommer og øke samholdet i klubben, som i sin tur vil redusere frafall. Det trekkes frem at en målsetning er å styrke klubben og engasjementet for hele klubben hos klubbens frivillige. Trenerne og lagledere i Langhus IL Håndball er positive og engasjerte, og deltar på trenerutdanning i regi av Håndballforbundet. Representantene har imidlertid merket seg at trenerne og lagledere mangler noen verktøy for å for eksempel kunne håndtere eventuell mobbing på en god måte. Representantene har et håp og en forventning om at deltakelse på kurs i regi av MITT VALG Idrett vil kunne gi trenerne og laglederne slike verktøy, og de ønsker å bruke kurset som del av sin bygging av klubben.

Representantene forteller at de i implementeringen har hatt fokus på å involvere trenerne og lagledere for aktive som er 14 år og yngre, for å kunne legge et grunnlag for at denne gruppen aktive blir værende lengre i klubben. Helt konkret har følgende blitt gjort i implementeringen av MITT VALG Idrett i klubben:

- Orienteringsmøte om MITT VALG Idrett til trenerne og lagledere
- Trenerne og lagledere har i sine kontrakter fått spesifisert at det er et kriterium å delta på MITT VALG Idrett

Klubben fikk i startfasen en del positive tilbakemeldinger, men det hersker noe usikkerhet om hvor stort engasjementet egentlig er. Det trekkes frem to mulige årsaker til at engasjementet for kurset kan være begrenset. Den ene er at trenerne og laglederne er frivillige, som kan begrense tiden og overskuddet de opplever at de har til å delta på kurset. Den andre er at noen av trenerne og laglederne har høye sportslige ambisjoner for sine grupper, som kan begrense deres ønske om å delta på et kurs som går på å utvikle emosjonell og sosial kompetanse, heller enn trenerfaglighet.

Representantene for klubben vurderer at motivasjonen for å delta er personavhengig, og at en suksessfaktor er at noen enkeltpersoner med positiv erfaring fra deltakelse på kurset motiverer de andre trenerne og laglederne til å delta gjennom å omtale kurset på en positiv måte.

I Langhus IL Håndball har prinsippet vært «førstemann til mølla» for påmelding av trenerne og lagledere.

3.3.2 Langhus IL Alliansen

Langhus IL Alliansen (Langhus ALL) er et flerklubber, og omfatter idrettsgrenene basketball, allidrett, bordtennis og gymnastikk og turn. I 2020 hadde klubben totalt 399 aktive medlemmer. Den største grenen er gymnastikk og turn, som i 2020 hadde 285 aktive medlemmer fordelt på aldersgruppene 0 til 26 år og over. Det er i all hovedsak kun denne grenen som er med i MITT VALG Idrett i første omgang.

Representanten for klubben forteller at styrets motivasjon for å delta i MITT VALG Idrett er en forventning om at kurset vil styrke klubben arbeid med å tilby aktivitet for så mange som mulig så lenge som mulig, integrere alle deler av befolkningen i Langhus, samt være en klubb som har et trygt tilbud til barn og unge, hvor man kan få sunne og gode relasjoner til voksenpersoner. Trenerne og hjelpetrenerne deltar på trenerkurs, og man håper og tror at MITT VALG Idrett vil kurse dem på et vis som kan gjøre at Langhus IL Alliansen kan holde lenger på de aktive.

Implementeringen i Langhus IL Alliansen har foregått på følgende måte:

- Klubben har en kontaktperson mot MITT VALG Idrett som representerer gymnastikk og turn, som også sitter i arbeidsgruppa
- Klubben har hatt prøvekurs for trenerne og hjelpetrenerne
- Styret i Langhus ALL involverer hovedstyret
- Klubben er motivert trenerne og hjelpetrenerne på treningene direkte

Også i Langhus ALL opplever representanten for klubben at motivasjonen for deltakelse blant trenerne og hjelpetrenerne forutsetter at man har noen nøkkelpersoner som har hatt positive erfaringer med å delta på kurset kan motivere de andre til å bli med også.

Alle trenerne og hjelpetrenerne i Langhus ALL er invitert til å delta i MITT VALG Idrett.

3.3.3 Ski IL Fotball

Ski IL Fotball er en del av allianseklubben Ski IL Alliansen. I 2020 hadde Ski IL Fotball 1056 aktive medlemmer fordelt på alle aldersgrupper fra 6 år og oppover. De aller fleste trenerne og laglederne er foreldre som følger sitt barn og dere lagkamerater gjennom flere år. Det innebærer at trenerne sier opp sitt engasjement hvis deres barn slutter. Når aktive går over fra barnefotball til ungdomsfotball, er det noen foreldre som faller fra fordi de føler de mangler kompetanse. Da får klubben eksterne trenerne inn. Disse kan det imidlertid være utfordrende å få tak i, og klubben jobber derfor aktivt for å utdanne foreldretrenerne slik at de kan få bedre kompetanse og føle seg tryggere i trenerrollen.

Representantene for klubben forteller at deres motivasjon for å delta i MITT VALG Idrett er at de opplever at innholdet i kurset er nært knyttet opp mot problemstillinger klubben står overfor. Representantene for klubben forteller at de er opptatt av å favne både dem som har høye sportslige ambisjoner, og dem som ikke har det, og de opplever at MITT VALG Idrett opererer midt i dette nedslagsfeltet. Videre forteller de at de har behov for å bygge opp et felles tanke sett blant trenere og lagledere. I dag opplever de at trenere og laglederes forhold til de aktive kan variere både fra årgang til årgang, og fra person til person. Den enkelte treneren er avgjørende for hvordan kulturen i klubben utvikler seg, og representantene for klubben vurderer at det vil være hensiktsmessig å etablere en felles kultur. De håper og forventer at MITT VALG Idrett vil bidra til dette gjennom at trenere og lagledere lærer seg noen felles verktøy, og at dette igjen vil bidra til at alle som ønsker å delta i klubben, både trenere og aktive, føler seg inkludert og ivaretatt i Ski IL Fotball.

Implementeringen i Ski IL Fotball har foregått på følgende måte:

- Alle trenere og lagledere som trener aldersgruppen 6-15 år er invitert til kurset
- Administrasjonen bruker sosiale medier aktivt for å promotere kurset og til å motivere trenere og lagledere
- Alle trenere og lagledere har fått en direkte invitasjon i Spond
- Lions i Ski har promotert kurset på en cup
- Representanter fra administrasjonen har ringt trenere og lagledere direkte

Også i Ski IL Fotball opplever representantene for klubben at det er sentralt at noen som har deltatt på kurset motiverer de andre trenerne og laglederne til å delta, da innholdet i kurset kan være vanskelig å formidle skriftlig. Motivasjonen for å delta er ofte betinget av at trenerne og laglederne er frivillige, og derfor er det viktig at nøkkelpersoner som eksempelvis hovedtreneren formidler nytten de vil ha av å bruke tiden sin på å delta på kurs.

Representantene for klubben ønsker at alle trenerne for aldersgruppen 6-15 år skal delta på kurs, og håper å fylle opp kurset høsten 2021 og våren 2022 med 40 personer, som er maksimumsgrensen.

3.3.4 Oppegård IL

Oppegård IL hadde i 2020 2130 aktive medlemmer, fordelt på idrettene badminton, innbandy, bordtennis, fotball, friidrett, gymnastikk og turn, håndball, ski, skøyter og tilrettelagt trening, hvor fotball og håndball er de største idrettene. Det er mellom 200 og 250 trenere og lagledere i klubben, som også inkluderer hjelpetrenerne. Trenerne

planlegger og gjennomfører treningene, mens laglederne holder i det administrative. Trenerne, lagledere og hjelpetrenerne er frivillige foreldre som følger sine barn og deres lagkamerater gjennom flere år. I noen av idrettene har man klart å rekruttere ungdommer som hjelpetrenerne.

Representantene for klubben i Oppegård IL forteller at deres motivasjon for å delta i MITT VALG Idrett er at kurset harmonerer med slagordet i klubben, som er «der alle har gleden av å være». Trenerne og lagledere deltar på trenerutdanning i regi av særforbundene. Representantene for klubben oppgir imidlertid at de håper og forventer at MITT VALG Idrett vil gi gode verktøy som trenerne og laglederne ikke får gjennom trenerutdanningen. De håper at verktøyene vil gi dem større kompetanse i å se hver enkelt, som igjen vil bidra til økt trivsel og at klubben opplever mindre frafall. Trenerne fra gymnastikk og turn deltok på et introduksjonskurs i regi av MITT VALG Idrett i 2019, som var nyttig for å få større kjennskap til innholdet i kurset. Administrasjonen og styret motiverer i all hovedsak trenerne for de yngre aldersgruppene for å sikre at verktøyene de tilegner seg blir nyttige i løpet av så mange år som mulig. Representantene for klubben forteller også at prioritering av trenere for de yngre aldersgruppene er mest hensiktsmessig med tanke på forebygging av frafall.

Implementeringen i Oppegård IL har foregått på følgende måte:

- Administrasjonen og styret har invitert trenere og lagledere fra alle idrettene
- Administrasjonen og styret har bedt MITT VALG Idrett om markedsføringsmaterie ll
- Administrasjonen og styret ønsker å møte opp på trenermøter for å motivere
- Administrasjonen og styret purrer på lagledere og hovedtrenerne om påmelding

Representantene for klubben har erfart at det har vært enklest å få med seg trenere og lagledere for aldersgruppen 6 til 11 år. De håper at 25-30 trenere deltar på kurs høsten 2021, og at interessen vil øke fremover når tidligere deltakere kan formidle hvordan kurset var til trenere som ikke ennå har deltatt. Gjenåpningen etter nedstengingen som følge av covid-19 har ført til at klubben gjennomfører dobbelt så mange kamper for å ta igjen det tapte fra vårsesongen. Dette presset gjør at representantene for klubben forventer at trenere og laglederes motivasjon og kapasitet for å delta er begrenset høsten 2021.

3.3.5 Siggerud IL

Siggerud IL hadde i 2020 365 aktive medlemmer, fordelt på idrettene fotball, håndball, ski og sykkel. Håndballen er den største idretten. I tillegg tilbyr

klubben allidrett og idrettsskole for barn fra 3 år og oppover til omtrent 6-7 årsalderen.⁶ Trenere, lagledere og hjelpetrenere får trenerkurs innenfor sine idretter. Klubben teller nærmere 100 trenere for alle idrettene til sammen, og for hvert lag i hver idrett har man en trener, oppmann og hjelpetrener. Alle trenere jobber frivillig, og de fleste er foreldre som følger sine barn og deres lagkamerater. I tillegg har klubben en del ungdomstrenere.

Klubben står overfor utfordringer knyttet til å forebygge frafall på et lite sted der de opplever at det er spesielt viktig å sikre et godt oppvekstmiljø. Representantene for klubben forteller at de håper og tror at MITT VALG Idrett vil bidra til bevisstgjøring og kursing av trenere og lagledere i sosial og emosjonell læring. Klubben opplever høy grad av frafall på ungdomsskole- og videregående skolenivå, som følge av at unge går til andre klubber dersom de ønsker å «satse», samtidig som at oppsplitting av lag gjør at flere av dem som ikke vil satse også faller fra. For å forebygge frafall blant ungdommer opplever representanter for administrasjonen og styret at det er viktig å ha et godt trenerskap. Et godt trenerskap innebærer at man samarbeider og kommuniserer godt sammen, samtidig som at trenere og lagledere følger med på, og tilpasser seg, ambisjonsnivået blant egne aktive.

Implementeringen i Siggerud IL har foregått ved at hovedstyret har det overordnede ansvaret, mens gruppelederne for hver idrett har det praktiske ansvaret for å motivere og skaffe til veie deltakere. Gruppeledernes arbeid er derfor sentralt for å lykkes med å motivere trenere og lagledere til å delta. Videre har administrasjon og styret hatt planer om å drøfte deltakelse og motivasjon i styremøtene og på hvert styrekurs.

Styret og administrasjonen har et ønske og en ambisjon om at alle trenere, lagledere og hjelpetrenere innenfor alle idrettene skal delta, også ungdomstrenere. Representantene for klubben vurderer det som særlig hensiktsmessig at ikke bare foreldretrenere, men også ungdomstrenere deltar på kurset, for å kunne legge et godt grunnlag for klubben.

3.4 Erfaringer fra implementeringen

Antallet mulige deltakere på kurs ble ikke fylt opp på noen av kurskveldene, og det var en betydelig reduksjon av antallet deltakere fra modul 1 til modul 2, jf. Tabell 3-1. Sammenslåing av modul 2 for alle klubbene kan ha medført at noen påmeldte deltakere ikke hadde mulighet til å stille på ny dato. Basert på

innspill fra prosjektleder for MITT VALG Idrett har implementeringen i klubbene vært preget av de gjentakende forsinkelsene av oppstart av MITT VALG Idrett som følge av nedstengningen av samfunnet, samt høy grad av sykdom blant trenere og lagledere.

Forankringen har for noen av klubbene blitt noe svak, da det gikk lang tid fra man inngikk kontrakt med Stiftelsen Det er mitt valg og den faktiske oppstarten. Noen av klubbene har for eksempel hatt utskiftninger i styret i løpet av tiden mellom kontraktsignering og høsten 2021. Dette kan ha fått konsekvenser for motivasjonen i styret og administrasjonen i klubbene for å motivere trenere og lagledere til å delta. Videre er det nærliggende å tenke seg at den langvarige nedstengningen og fraværet av trening og aktivitet kan ha gitt trenere og lagledere mer lyst til å gjennomføre treninger og kamper, enn å delta på kompetanseutviklende kurs.

Det gikk bare et par uker fra man hadde kurs for styret og administrasjonen i klubbene til man skulle gjennomføre den første kurskvelden av modul 1. Det er nærliggende å tenke seg at det ville vært rekruttert flere trenere og lagledere til kurskveldene dersom det hadde gått lenger tid. Den korte tidsrammen skyldtes ifølge prosjektleder for MITT VALG Idrett stor iver etter å komme i gang. Styrene og administrasjonen burde optimalt sett blitt gitt noe lenger tid til å rekruttere deltakere.

Alt i alt synes implementeringen og rekrutteringen så langt å være preget av at oppstarten av MITT VALG Idrett og i idrettslagene har vært påvirket av nedstengningen av samfunnet som følge av Covid-19-pandemien. Videre fokus på implementering og rekruttering er viktig for å sikre resultater og effekter over tid av MITT VALG Idrett.

3.5 Planlagt implementering i klubbene

I 2022 og 2023 skal det gjennomføres kurs for trenere og lagledere som ikke deltok på kurs høsten 2021. De som kun deltok på modul 1 høsten 2021 skal etter planen delta på modul 2 i løpet av våren 2022. Grunnet mange ungdomstrenere i Langhus ALL, er det satt opp et eget kurs i modul 1 for disse.

Basert på intervjuer med styret og/eller administrasjonen i klubbene vil alle jobbe mot å innlemme så mange idrettsgrener som mulig fra sine klubber. Videre vil Stiftelsen Det er mitt valg jobbe for å rekruttere flere klubber, utover de som allerede er rekruttert. Det er planlagt at det skal gjennomføres frivillige oppfølgingskurs våren 2022 for trenerne og

⁶ Vi har ikke tilgang på aktivitetstall for allidretten i Siggerud IL.

laglederne som har vært på kurs høsten 2021. Dette for å sikre at kunnskapen man har tilegnet seg på kurset følges opp etter at det har gått noe tid.

Prosjektadministrasjonen er i gang med å etablere en foreldreportal for foresatte, som er en digital løsning der foreldrene får deler av programmet og instruksjoner til hvordan man kan følge opp MITT VALG Idrett hjemme. Dette er imidlertid definert av prosjektadministrasjonen å være et eget prosjekt ved siden av MITT VALG Idrett.

Det er planlagt et møte med alle klubbene i starten av 2022 for å oppsummere høsten 2021, samt å diskutere forankringen i klubbene. Prosjektadministrasjonen i MITT VALG Idrett har foreslått for daglig leder i klubbene at prosjektleder er påkoblet administrasjonen heller enn styret i klubbene for å sikre større grad av forankring. Dette med bakgrunn i at styrene i klubbene består av frivillige, mens de administrasjonen er ansatte.

4. Nullpunktmåling

Nullpunktmålingen belyser situasjonen i klubbene i forkant av utrulling av MITT VALG Idrett i Nordre Follo. Basert på sammenstilt informasjon fra ulike datakilder dokumenterer vi status på områder som i virkningskjeden knyttes til brukereffekter og samfunnseffekter.

Undervisningsprogrammet MITT VALG Idrett skal bidra til å styrke den sosiale og emosjonelle kompetansen hos ansatte, trenere og lagledere. Gjennom kurset skal de opparbeide seg kunnskap om og verktøy eller metoder for å bygge inkluderende idrettsmiljøer. Dette handler blant annet om kunnskap om og metoder for å oppdage og løse konflikter og problemområder (MITT VALG Idrett, 2021).

Sosial og emosjonell kompetanse hos ansatte, trenere og lagledere og ansatte er definert som et resultat av aktivitetene i MITT VALG Idrett i virkningskjeden beskrevet i Figur 2-1. Bedre sosial og emosjonell kompetanse hos ansatte, trenere og lagledere forventes i sin tur å bidra til brukereffekter som videre forventes å lede til samfunnseffekter. Brukereffektene består av bedret sosial og emosjonell kompetanse hos aktive, at konflikter løses der de oppstår, samt mindre frafall. Samfunnseffektene består av utsatt debutalder for alkoholbruk, at flere avstår fra rusmidler og at færre opplever mobbing og psykiske plager.

Å stadfeste status for sosial og emosjonell kompetanse hos ansatte, trenere og lagledere er et viktig utgangspunkt for å senere kunne vurdere effekter av kompetansen. Videre danner sosial og emosjonell kompetanse blant disse premisset for sosial og emosjonell kompetanse hos de aktive. Dette er basert på at kompetansen overføres fra ansatte, ledere og trenere til de aktive via at de observerer og tar til seg

for eksempel måter de voksen opptrer på eller måter de håndterer situasjoner på. Vi inkluderer derfor status for kompetansen hos trenere sett fra de aktives ståsted. Effektene for kompetansen hos trenere vil måtte ses i sammenheng med kursdeltakernes egne vurderinger av sin kompetanse og de aktives opplevelse av trenere i sluttmålingen.

I det videre presenterer vi status for aktives opplevelse av trenere, samt elementene som inngår i bruker- og samfunnseffektene.

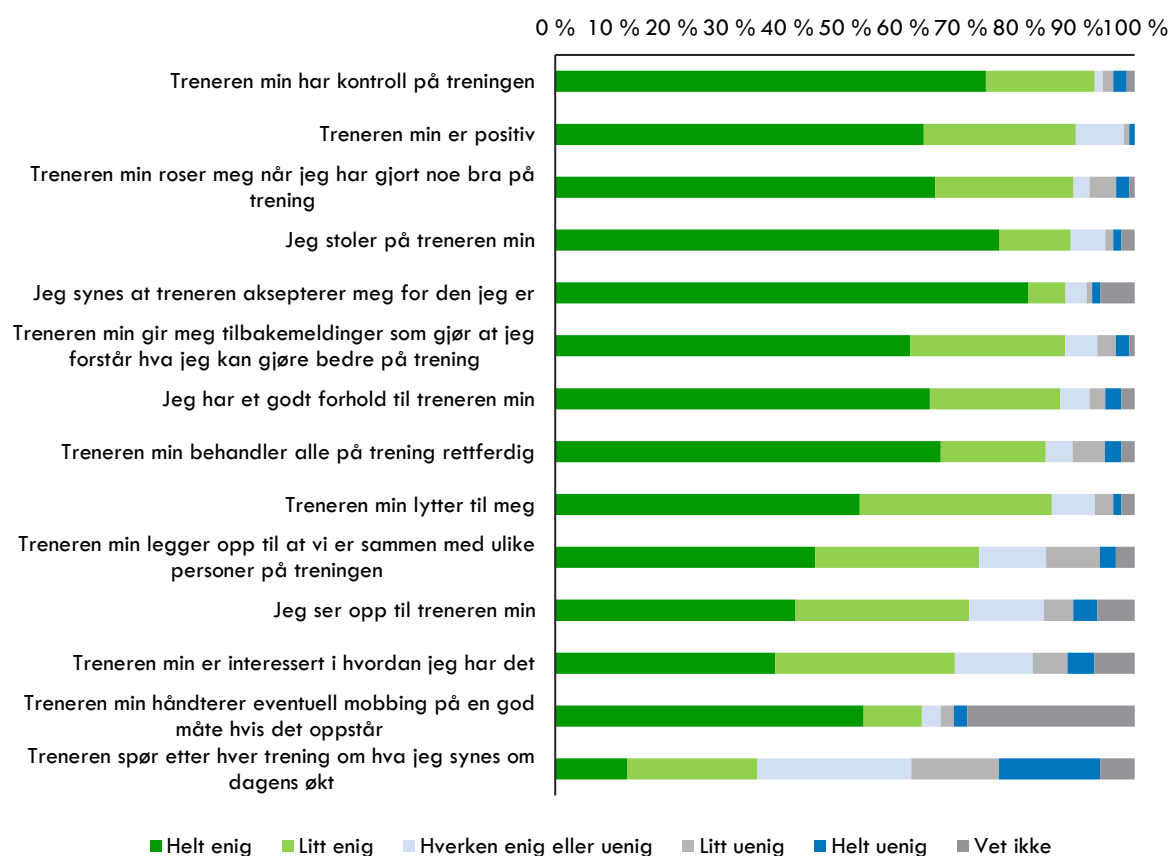
4.1 Status for aktives opplevelse av treneren

I spørreundersøkelsen ble de aktive bedt om å vurdere påstander om deres trenere. Vi definerte at trener er den treneren man er mest sammen med. Resultatene er presentert i Figur 4-1.

Det er en overvekt av respondenter som oppgir at de er helt eller litt enige i samtlige påstander, som alle beskriver høy sosial og emosjonell kompetanse hos treneren. Hele 93 prosent er helt eller litt enige i at treneren deres har kontroll på treningen, og om lag 90 prosent er helt eller litt enige i at treneren deres er positiv, at hen roser dem når de har gjort noe bra på trening, samt at de stoler på treneren sin. Andelen som oppgir å være helt eller litt enig i øvrige påstander varierer i hovedsak mellom 70 og 90 prosent.

På den siste påstanden, om hvorvidt treneren spør etter trening om hva den aktive synes om dagens økt, er det stor variasjon i svarene. Det er om lag like mange som oppgir at de er helt eller litt enige og som oppgir at de er helt eller litt uenige i dette. I tillegg er det en betydelig andel som verken er enige eller uenige. På spørsmål om hvorvidt treneren deres håndterer eventuell mobbing på en god måte hvis det oppstår, er det nesten tre av ti som oppgir «(vet ikke)».

Figur 4-1: Aktives opplevelse av trenere



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=215-218

4.2 Status for sosial og emosjonell kompetanse hos aktive

For å avdekke utgangspunktet for den sosiale og emosjonelle kompetansen hos aktive bruker vi i nullpunktmålingen funn fra spørreundersøkelsen rettet mot de aktive i klubbene.

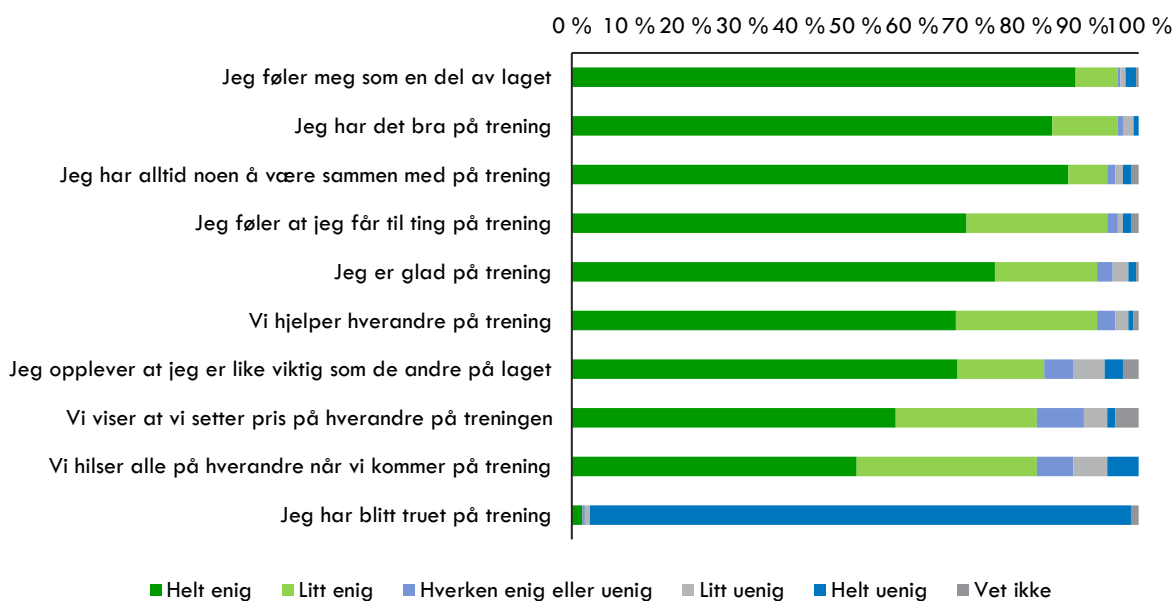
Trivsel på trening

De aktive ble spurt om påstander som omhandlet trivsel på trening. Resultatene vises i Figur 4-2.

Som for påstandene om aktives opplevelse av treneren, er det også her en overvekt av respondenter som oppgir god trivsel på trening. Hele 96 prosent er helt eller litt enige i at de føler seg som en del av laget og i at de har de bra på trening, og 93 til 94 prosent er helt eller litt enige i at de alltid har noen å være sammen med på trening, at de føler at de får til ting på trening, at de er glade på trening, og at man hjelper hverandre på trening.

Tilsvarende er det 95 prosent som oppgir at de er helt uenige i påstanden om at de har blitt truet på trening

Figur 4-2: Trivsel på trening



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=216-218

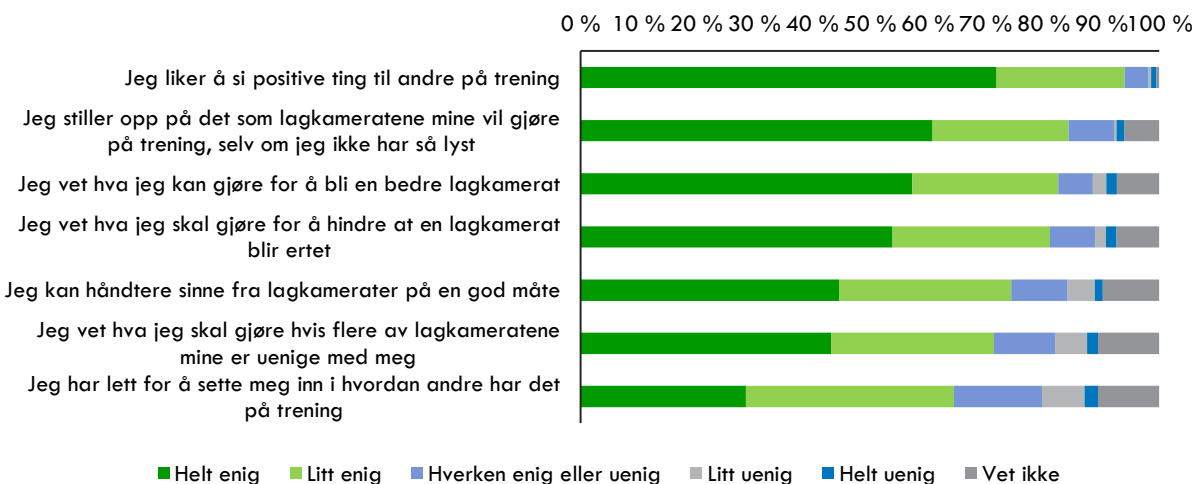
Hvordan de aktive er på trening

De aktive ble også bedt om å vurdere påstander knyttet til hvordan de selv er på trening. Resultatene vises i Figur 4-3.

94 prosent er helt eller litt enige i at de liker å si positive ting til andre på trening, og 84 prosent er helt

Figur 4-3: Hvordan de aktive er på trening

eller litt enige i at de stiller opp på det som lagkameratene deres vil gjøre, selv om de ikke har så lyst. 83 prosent er helt eller litt enige i at de vet hva de kan gjøre for å bli en bedre lagkamerat. Det er i hovedsak mellom 65 og 80 prosent som sier seg helt eller litt enig i de øvrige påstandene.



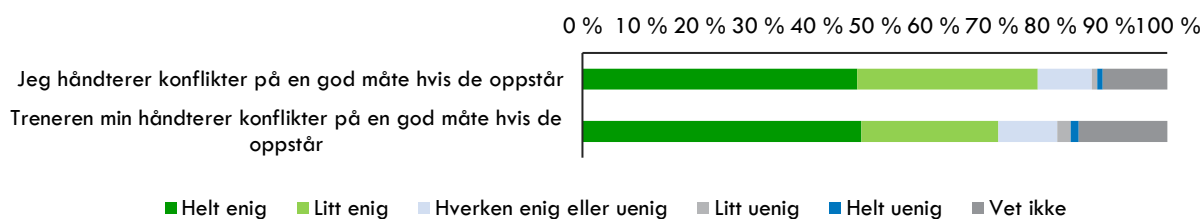
Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=215-218

4.3 Status for konfliktløsning

For å avdekke utgangspunktet for hvorvidt konflikter løses der de oppstår bruker vi i nullpunktmålingen funn

fra spørreundersøkelsen rettet mot de aktive i klubbene. Resultatene vises i Figur 4-4. Litt flere er helt eller litt enige i at de selv håndterer konflikter på en god måte hvis de oppstår enn de er i at treneren deres gjør det.

Figur 4-4: Respondentenes vurderinger av påstander knyttet til konfliktløsning



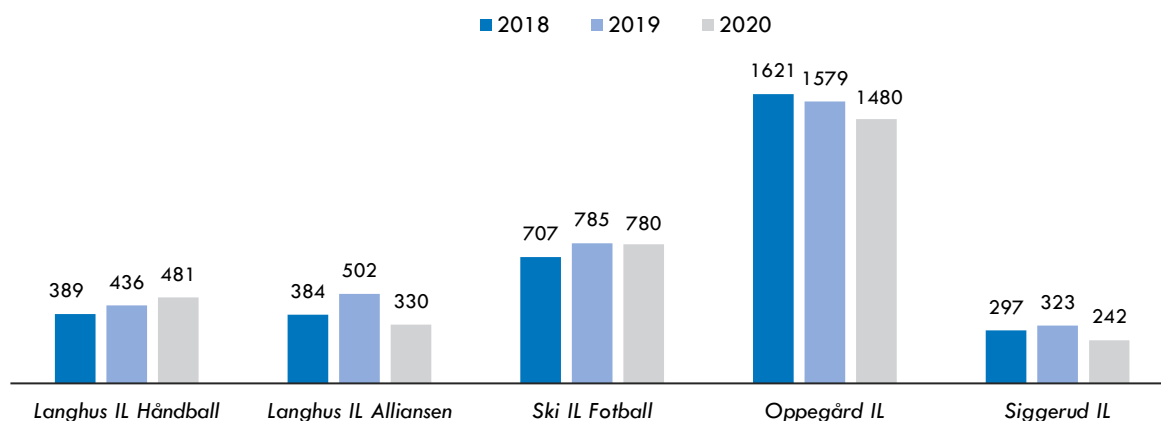
Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=217-218

4.4 Status for aktivitet og frafall

For å avdekke status for frafall, bruker vi aktivitetstall og funn fra spørreundersøkelsen rettet mot de aktive i klubbene.

Av Figur 4-5 ser vi at klubbene har hatt ulik utvikling i sine aktivitetstall for aldersgruppen 0 til og med 19 år

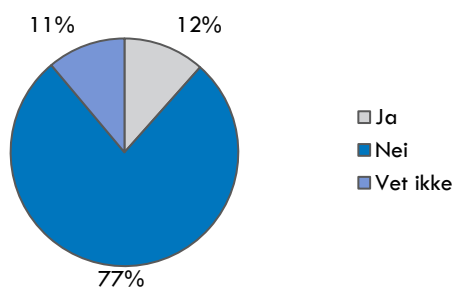
Figur 4-5: Aktivitetstall årene 2018-2021 for aldersgruppen 0 til og med 19 år



Kilde: Tall fra Norsk Idrettsforbund fra 2020 og 2021, og tall fra tidligere Oppegård idrettsråd og Ski idrettsråd fra 2018 og 2019, oversendt av Rådgiver Idrett og friluftsliv i Nordre Follo kommune. Note: Vi har ikke fått tilgang til aktivitetstall for 2021.

12 prosent av de aktive som svarte på spørreundersøkelsen oppga at de vurderer å slutte på idretten de går på, som vist i Figur 4-6. I tillegg var det 11 prosent som oppga «vet ikke».

Figur 4-6: Hvorvidt de aktive vurderer å slutte på idretten de går på

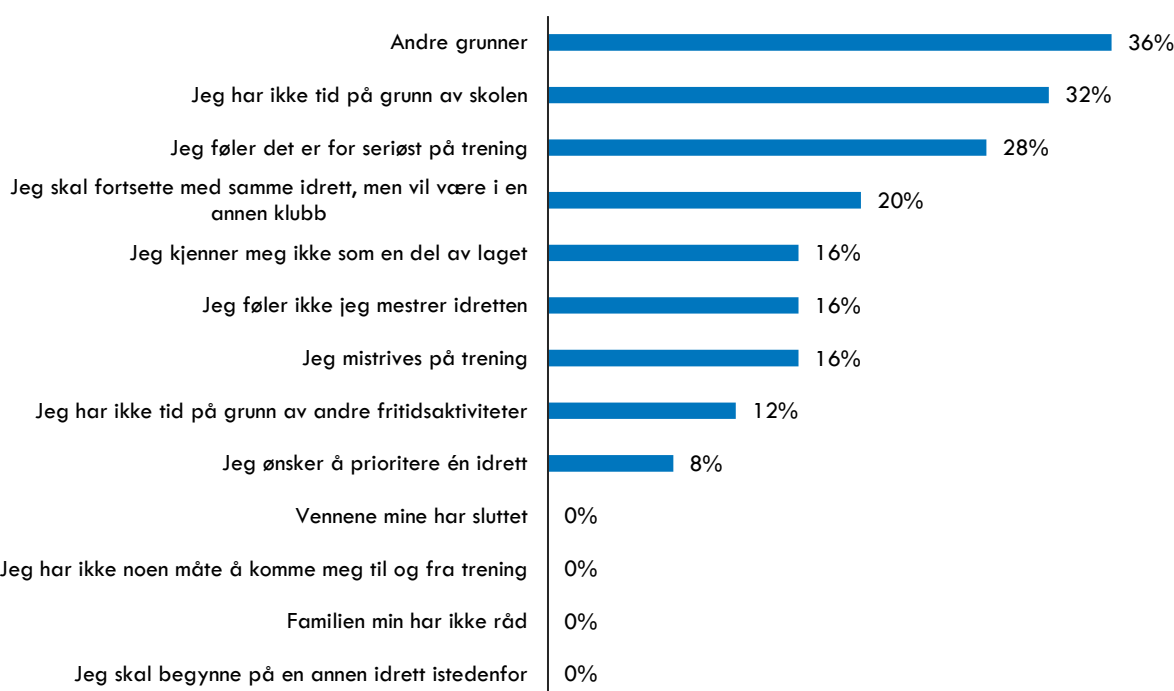


Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=216

de siste årene. Langhus IL Håndball skiller seg ut med en jevn økning i aktive medlemmer fra 2018 til 2020. Langhus IL Alliansen, Oppegård IL og Siggerud IL hadde en kraftig reduksjon i aktive medlemmer fra 2019 til 2020. Ski IL Fotball har hatt nokså stabile aktivitetstall i 2019 og 2020.

Disse 12 prosentene ble bedt om å oppgi årsaker til at de vurderer å slutte. Som vist i Figur 4-7, oppga de fleste at det var andre grunner enn svaralternativene i spørsmålet, etterfulgt av at de ikke hadde tid på grunn av skolen og at de følte det er for seriøst på trening. Andelen som oppga at det var av andre grunner fikk et oppfølgingsspørsmål om hva grunnene var. Én av respondentene oppga at hen føler seg utestengt, en annen at hen ikke liker sporten lenger og det ikke er like gøy, en tredje at det er vanskelig å kombinere skole og reisevei og en fjerde oppga lite motivasjon som årsak.

Figur 4-7: Årsaker til at de aktive vurderer å slutte



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=25. Note: Det var mulig å huke av for flere alternativer.

4.5 Status for debutalder for alkoholbruk

For å avdekke utgangspunktet for debutalder for alkoholbruk, bruker vi ungdatatall fra undersøkelsene til elever på ungdomsskoler og videregående skoler fra svar på spørsmålet:

- Hvor mange ganger har du vært med på, eller gjort noe av dette det siste året – de siste 12 månedene? Drukket alkohol

Vi har sortert svarene etter om ungdommene a) har drukket alkohol eller b) ikke har drukket alkohol. Alle som oppgir at de har drukket alkohol én gang eller flere regnes under a).

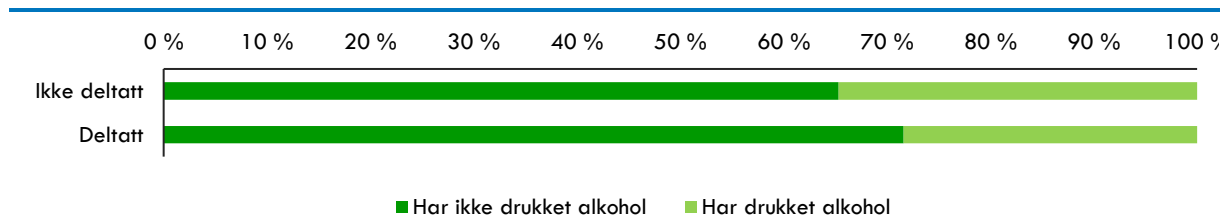
Av Figur 4-8 ser vi at det blant ungdommer som deltar i organisert idrett er færre som har drukket alkohol, enn blant elever som ikke deltar i organisert idrett.

Vi finner det relevant å sortere svarene på spørsmålene presentert i kapitlene 4.5, 4.6, 4.7 og 4.8 etter svar på spørsmål om hvorvidt man har vært med på aktiviteter i idrettslag den siste måneden eller ikke:

- Hvor mange ganger siste måned har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag? Idrettslag

Vi har sortert svarene etter om ungdommene a) har, eller b) ikke har, deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden. Alle som oppgir at de har deltatt på aktiviteter i idrettslag én gang eller flere den siste måneden regnes under a).

Figur 4-8: Ungdomsskole - Om man har drukket alkohol det siste året sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

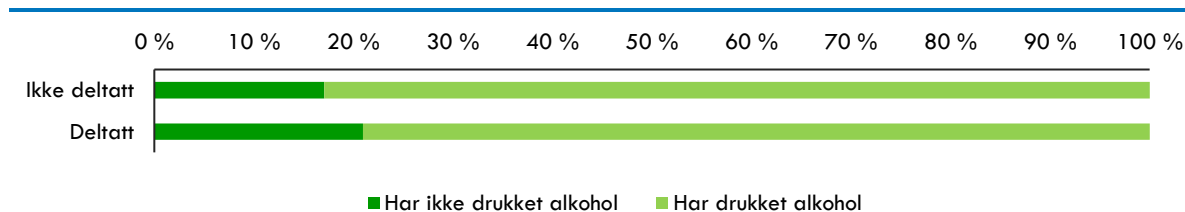


Kilde: Ungdata-tall fra 2018 for ungdomsskolene i Nordre Follo. N=1973

Den samme forskjellen observeres blant ungdommer på videregående skole. Av Figur 4-9 ser vi at andelen elever i videregående skole som ikke har drukket alkohol det siste året er større blant dem som har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

enn dem som ikke har deltatt. Ikke overraskende er andelen som har drukket alkohol, blant både ungdommer som har deltatt og ungdommer som ikke har deltatt på aktiviteter i idrettslag, langt større for videregåendeskolerelevener enn ungdomsskolerelevener.

Figur 4-9: Videregående - Om man har drukket alkohol det siste året sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden



Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=982

4.6 Status for bruk av rusmidler

For å avdekke status for bruk av rusmidler, bruker vi Ungdatatall. Vi finner det også her relevant å sortere svarene etter hvorvidt man har vært med på aktiviteter i idrettslag den siste måneden eller ikke, som i kapittel 4.5.

Hasj eller marihuana

Blant både ungdomsskolerelevener og videregående-elevener finnes tall på hvorvidt man har brukt hasj eller marihuana, basert på følgende spørsmål:

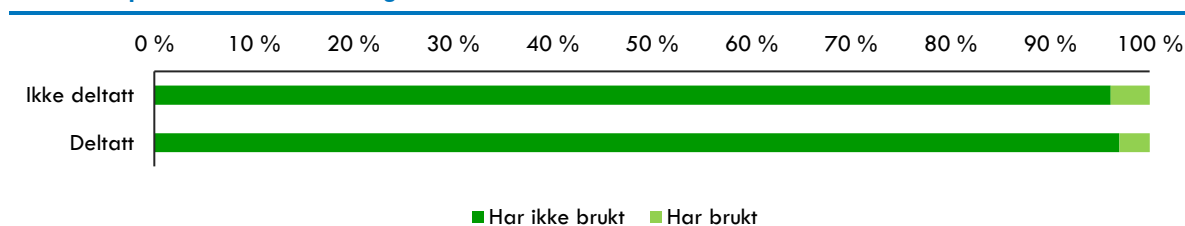
- Hvor mange ganger har du vært med på, eller gjort noe av dette det siste året – de siste 12 månedene? Brukt hasj eller marihuana

Vi har delt svarene på spørsmålet inn i om man har eller ikke har brukt hasj eller marihuana, hvor én gang eller flere tilsvarer at man har brukt hasj eller marihuana.

Ungdomsskole

Av Figur 4-10 ser vi at andelen ungdomsskolerelevener som ikke har brukt hasj eller marihuana det siste året er tilnærmet lik blant dem som har og ikke har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden.

Figur 4-10: Ungdomsskole - Om man har brukt hasj eller marihuana det siste året sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

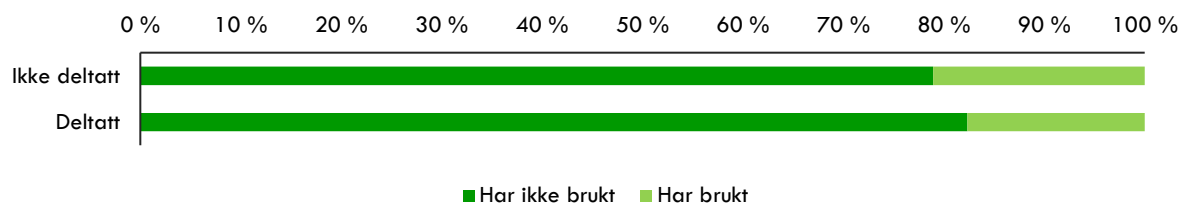


Kilde: Ungdata-tall fra 2018 for ungdomsskolene i Nordre Follo. N=1966

Videregående skole

Av Figur 4-11 ser vi at andelen elever i videregående skole som har brukt hasj eller marihuana den siste

Figur 4-11: Videregående - Om man har brukt hasj eller marihuana det siste året sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden



Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=975

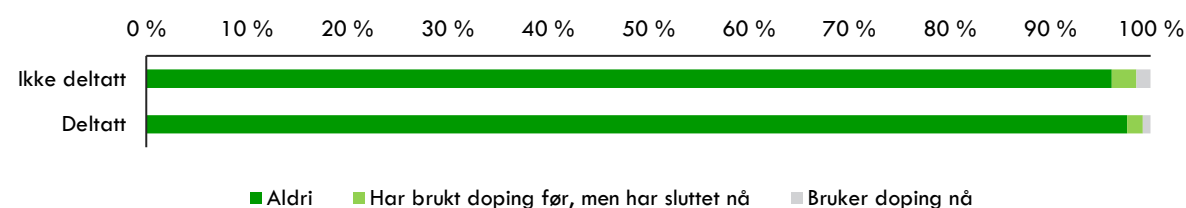
Prestasjonsfremmende midler

I spørsmålsbatteriet til videregåendeskolerelever er det inkludert spørsmål om bruk av prestasjonsfremmende midler:

- Har du noen gang brukt dopingmidler (f.eks. anabole steroider, veksthormoner, insulin og testosteron)?

I Figur 4-12 ser vi at fordelingen stort sett er lik uavhengig av om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden eller ikke.

Figur 4-12: Videregående - Om man noen gang har brukt dopingmidler sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden



Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=937.

Andre rusmidler

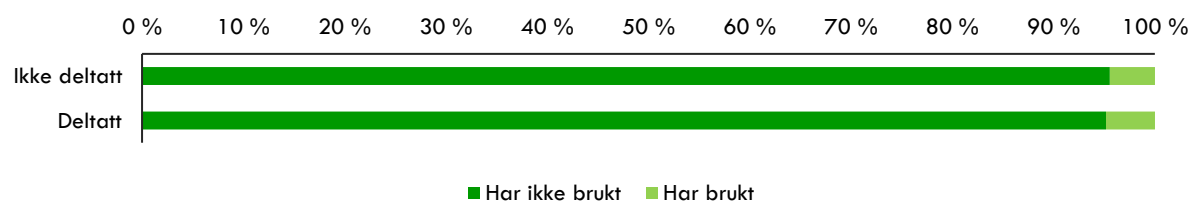
I spørsmålsbatteriet ble det spurt om man har brukt andre narkotiske stoffer enn alkohol, hasj eller marihuana:

- Hvor mange ganger har du vært med på, eller gjort noe av dette det siste året – de siste 12 månedene? Andre narkotiske stoffer

Vi har delt svarene på spørsmålet inn i om man har eller ikke har brukt andre narkotiske stoffer, hvor én gang eller flere tilsvarende at man har brukt andre narkotiske stoffer.

Av Figur 4-13 ser vi at andelen som har brukt og ikke har brukt andre narkotiske stoffer enn alkohol, hasj eller marihuana er tilnærmet lik for dem som har og ikke har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden.

Figur 4-13: Videregående - Om man noen gang har brukt andre narkotiske stoffer enn alkohol, hasj eller marihuana sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

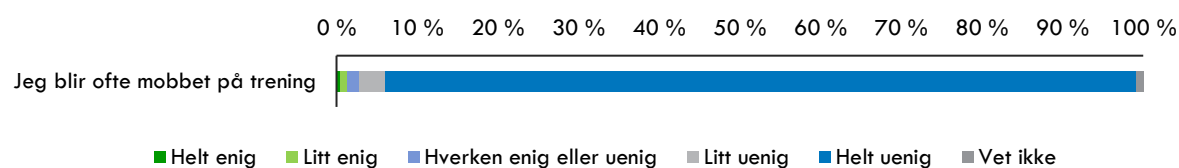


Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=980

4.7 Status for mobbing

I spørreundersøkelsen til de aktive spurte vi om man ofte blir mobbet på trening. Av Figur 4-14

Figur 4-14: Trivsel på trening



Kilde: Spørreundersøkelse til aktive i Nordre Follo gjennomført av Oslo Economics. N=217

4.7.1 Plaging, trusler eller utfrysing

I Ungdataundersøkelsene til elever i både ungdomsskole og videregående skole, ble det stilt spørsmål knyttet til hvorvidt man er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre på skolen eller i fritida, eller om man selv blir utsatt for dette:

- Hender det at du er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritida?
- Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritida?

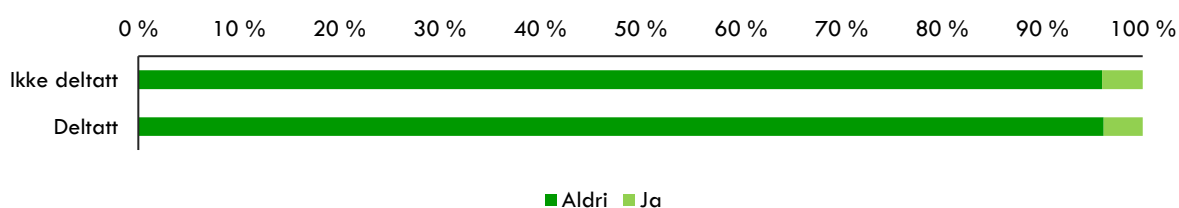
ser vi at 96 prosent er helt eller litt uenige i denne påstanden.

Også for disse tallene finner vi det relevant å sortere svarene etter hvorvidt man har vært med på aktiviteter i idrettslag den siste måneden eller ikke, som i kapittel 4.5 og 4.6.

Ungdomsskole

Av Figur 4-15 ser vi at 4 prosent av ungdommene er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller fritida, uavhengig av om man har deltatt eller ikke på aktiviteter i idrettslag den siste måneden.

Figur 4-15: Ungdomsskole – Om det hender man er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritida sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

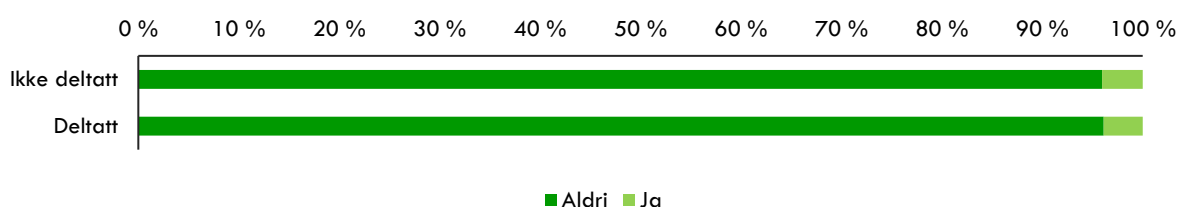


Kilde: Ungdata-tall fra 2018 for ungdomsskolene i Nordre Follo. N=1975

Av Figur 4-16 ser vi at 4 prosent av ungdommene selv blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysing på skolen

eller fritida, uavhengig av om man har deltatt eller ikke på aktiviteter i idrettslag den siste måneden.

Figur 4-16: Ungdomsskole – Om det hender man selv blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysing på skolen eller i fritida sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden



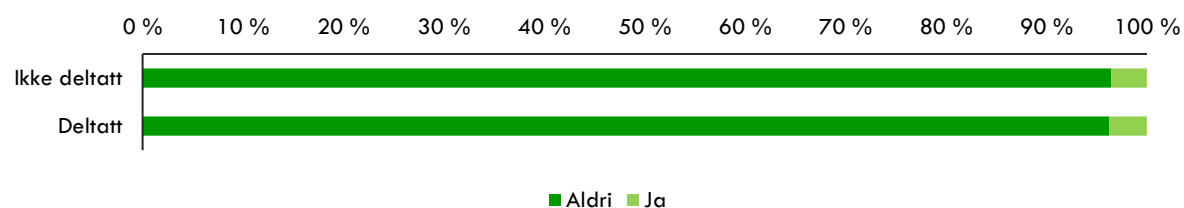
Kilde: Ungdata-tall fra 2018 for ungdomsskolene i Nordre Follo. N=1972

Videregående skole

Av Figur 4-17 ser vi at 4 prosent av ungdommene er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller fritida, uavhengig av om man har

deltatt eller ikke på aktiviteter i idrettslag den siste måneden.

Figur 4-17: Videregående – Om det hender man er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritida sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden

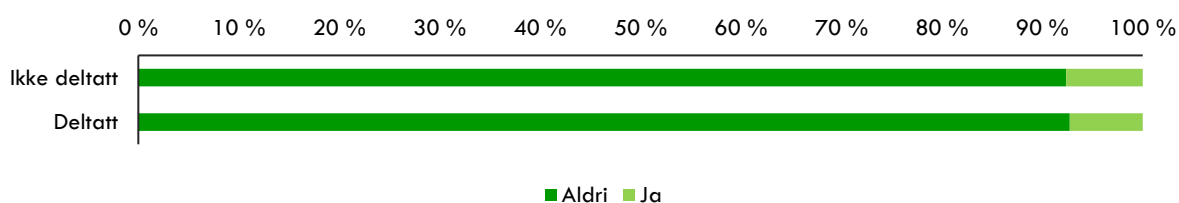


Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=991

Av Figur 4-18 ser vi at henholdsvis 8 og 7 prosent blant dem som ikke har og dem som har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden, selv blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysing på skolen eller i fritida. Det er verdt å merke seg at andelen som oppgir at det hender at de selv blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysing er større enn for ungdommer i ungdomsskolealder, og også større enn andelen som

oppgir at det hender at man selv er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge blant elever i videregående skole. Sistnevnte kan si noe om at noen få kan stå for plaging, trusler og utfrysing av mange andre, slik at andelen som opplever å selv bli utsatt for det er større enn andelen som oppgir at de selv er med på å være med på det mot andre.

Figur 4-18: Videregående – Om det hender man selv blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysing på skolen eller i fritida sett sammen med om man har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden



Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo. N=991

4.8 Status for psykiske plager

I Ungdataundersøkelsene til elever i både ungdomsskole og videregående skole, ble det stilt spørsmål knyttet til psykiske plager:

- Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette:
 - Følt at alt er et slit
 - Hatt søvnproblemer
 - Følt deg ulykkelig, tris eller deprimert
 - Følt håpløshet med tanke på framtida
 - Følt deg stiv eller anspent
 - Bekymret deg for mye om ting
 - Følt deg ensom
 - Plutselig redd uten grunn
 - Stadig redd eller engstelig

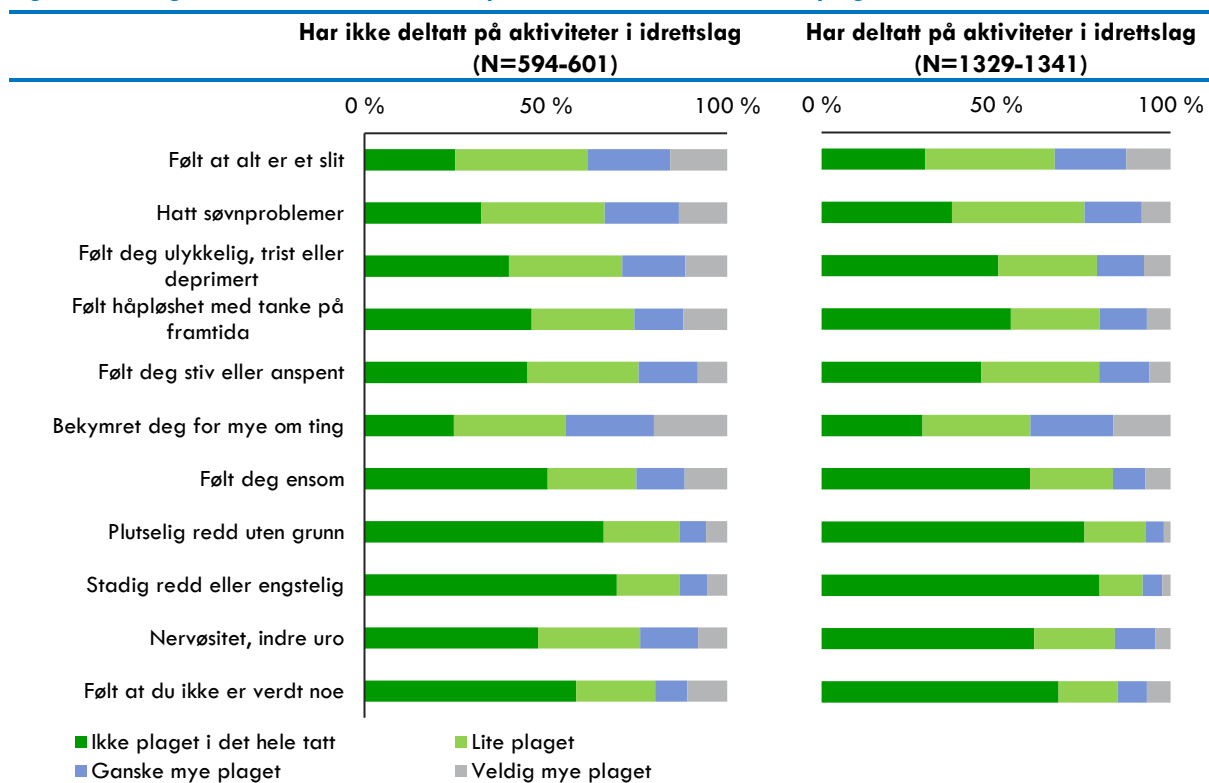
- Nervøsitet, indre uro
- Følt at du ikke er verdt noe

Også for disse tallene finner vi det relevant å sortere svarene etter hvorvidt man har vært med på aktiviteter i idrettslag den siste måneden eller ikke, som i kapittel 4.5, 4.6 og 4.7.1.

Ungdomsskole

Av Figur 4-19 ser vi at andelene som enten er ganske eller veldig mye plaget av de ulike følelsene, er større blant elever som ikke har deltatt på aktiviteter i idrettslag den siste måneden enn blant dem som har deltatt. De relative andelene for hvor mye plaget respondentene har vært, er imidlertid lignende fordelt på de to gruppene.

Figur 4-19: Ungdomsskole – Om elever i løpet av den siste uka har vært plaget av noe av dette



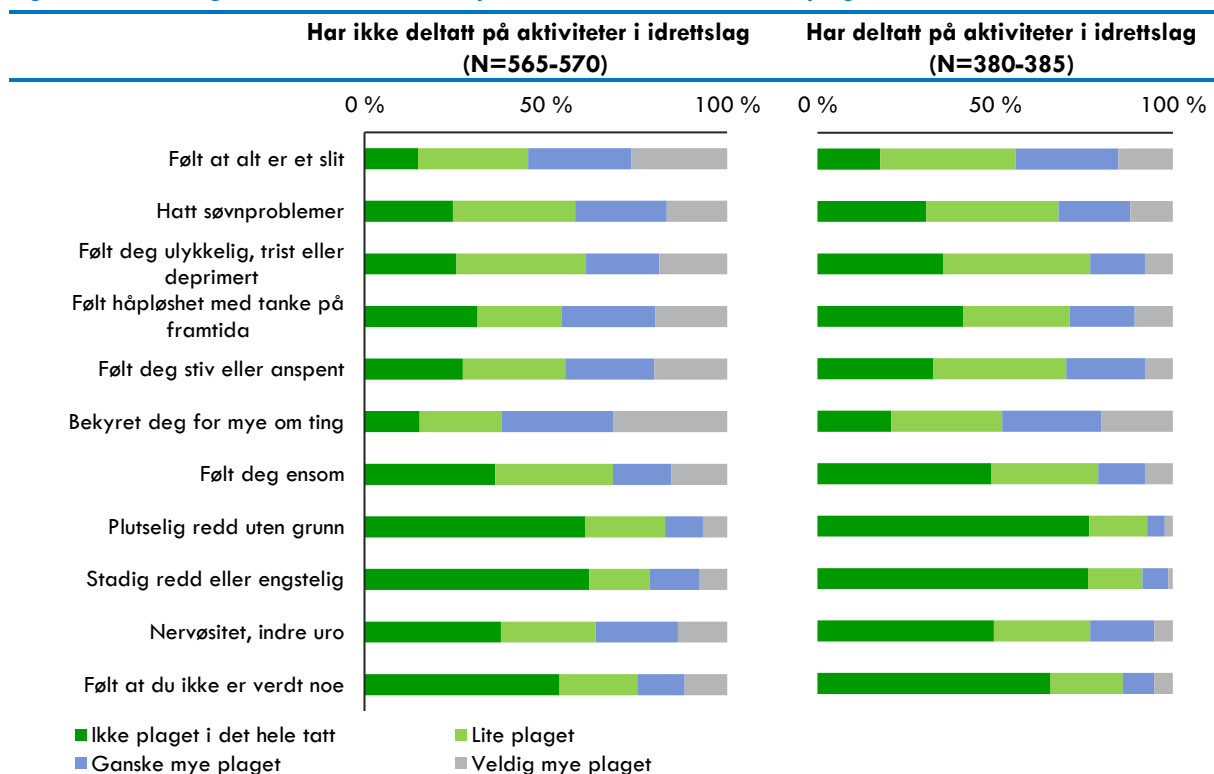
Kilde: Ungdata-tall fra 2018 for ungdomsskolene i Nordre Follo.

Videregående

Av Figur 4-20 ser vi at det er samme tendens for elever i videregående skole som for elevene i ungdomsskolealder. De som ikke har deltatt på

aktiviteter i idrettslag den siste måneden, oppgir i større grad å være plaget.

Figur 4-20: Videregående – Om elever i løpet av den siste uka har vært plaget av noe av dette



Kilde: Ungdata-tall fra 2019 for de videregående skolene i Nordre Follo

5. Oppsummering, enkelte utfordringer og innspill til det videre arbeidet

Gjennomføringen av MITT VALG Idrett i Nordre Follo ble utsatt som følge av Covid-19-pandemien og nedstengningen av samfunnet. I den videre prosjektgjennomføringen vurderer vi at det er potensial for styrket implementering i klubbene og rekruttering blant trenere og lagledere. For fremtidig informasjonsinnhenting som del av følgeevalueringen vil det være hensiktsmessig å få tilbakemeldinger om spørreundersøkelsen til aktive.

Oppslutningen om kurskvelder har vært lavere enn forventet

Antallet deltakere på kurs var lavere enn maksimumsgrensen på samtlige kurskvelder høsten 2021, og det var en betydelig reduksjon av antallet deltakere fra modul 1 til modul 2.

Prosjektleder for MITT VALG Idrett forteller at implementeringen i klubbene har vært preget av de gjentakende forsinkelsene av programmet som følge av nedstengningen av samfunnet. Svekket forankring på grunn av langt opphold mellom kontraktsignering og oppstart av MITT VALG Idrett, samt kort tid fra det ble avholdt kurs for styret og administrasjonen i klubbene frem til første kurskveld av modul 1, kan ha vært faktorer som har påvirket rekrutteringen blant trenere og lagledere negativt. Videre er det nærliggende å tro at motivasjonen blant trenere og lagledere for å delta på kurs i MITT VALG Idrett har vært svekket som følge av fokus på å komme tilbake igjen etter nedstengningen av samfunnet.

Det er potensial for økt rekruttering og styrket implementering fremover

Til tross for en noe svak rekruttering til kurs, rapporteres det om at de som har deltatt på kurs høsten 2021 gir positive tilbakemeldinger. Frem til gjennomføring av de neste kurskveldene vil de fornøyde deltakerne kunne fortelle andre om kurset, og slik bidra til økt rekruttering. Videre vil styrene og administrasjonene ha fått ytterligere tid på seg til å jobbe med implementering av MITT VALG Idrett i sin klubb.

Det er planlagt et møte mellom prosjektleder og representanter for klubbene i starten av 2022 for å oppsummere høsten 2021, samt å diskutere forankringen i klubbene. Prosjektadministrasjonen i MITT VALG Idrett har foreslått for daglig leder i klubbene at prosjektleder er påkoblet administrasjonen i klubbene, heller enn styrene, for å sikre større grad av forankring. Administrasjonen i klubbene består av ansatte, mens styrene består av frivillige.

Vi vurderer at en forankring med administrasjonen vil være hensiktsmessig med tanke på videre implementering av programmet og forpliktelsene de enkelte klubbene har til å rekruttere deltakere til kurs.

Tilbakemeldinger om opplevelser av spørreundersøkelsen til aktive

For å sikre økt responsrate på spørreundersøkelsen til aktive ved sluttmålingen, vurderer vi at det bør innhentes innspill fra trenere, foresatte og/eller aktive i klubbene i løpet av de første månedene av 2022 om hvordan de aktive opplevde undersøkelsen. Dette vil forhåpentligvis gi oss viktige innspill til hva som kan gjøres enten i utforming av undersøkelsen eller distribusjonen av den for å sikre langt flere fullførte svar i sluttmålingen.

6. Referanser

Bakken, A., 2019. *Ungdata 2019 Nasjonale resultater*, s.l.: NOVA.

Frøyland, L. R., 2017. *Ungdata- Lokale ungdomsundersøkelser - Dokumentasjon av variablene i spørreskjemaet*, s.l.: s.n.

Jensen, S. R., 2015. *Elevers vurdering av egen sosial kompetanse i skolen*, s.l.: s.n.

Langhus IL Håndball, u.d. *Klubben*. [Internett]

Available at: <https://www.langhushandball.no/portal/arego/club/463/contentcategory/948503853>

Løvgren, M. & Svagård, V., 2019. *Ungdata junior 2017–2018 Resultater fra en spørreundersøkelse blant elever i alderen 10 til 12 år*, s.l.: NOVA.

MITT VALG Idrett, 2021. *MITT VALG Idrett - presentasjon*, s.l.: s.n.

MITT VALG Idrett, 2021. *Presentasjon for styrer og administrasjon*. s.l.:s.n.

Norges idrettsforbund, 2021. *Samordnet rapportering for 2021 er åpnet*. [Internett]

Available at: <https://www.idrettsforbundet.no/digital/nyheter/samordnet-rapportering/>

NSD, u.d. *Samtykke og andre behandlingsgrunnlag*. [Internett]

Available at: <https://www.nsd.no/personverntjenester/oppslagsverk-for-personvern-i-forskning/samtykke-og-andre-behandlingsgrunnlag/>

Oppegård kommune, 2019. *Søknad om tilskudd - Program for folkehelsearbeid i kommunene*. s.l.:s.n.

Ungdata, u.d. *Hva er Ungdata?*. [Internett]

Available at: <https://www.ungdata.no/hva-er-ungdata/>

oslo**economics**

www.osloeconomics.no

post@osloeconomics.no
Tel: +47 21 99 28 00
Fax: +47 96 63 00 90

Besøksadresse:
Kronprinsesse Märthas plass 1
0160 Oslo

Postadresse:
Postboks 1562 Vika
0118 Oslo