



## ANALYSE: 13-ÅRIGES FRITIDSLIV

# ET AKTIVT FRITIDSLIV SKABER STØRRE TRIVSEL

**Børn med et aktivt fritidsliv er oftere i god trivsel end børn uden fritidsinteresser. Det viser en undersøgelse i Børnerådets Børne- og Ungepanel blandt 2.000 børn i 7. klasse. Undersøgelsen viser også, at børnene gerne vil bruge mere tid på sport og samvær med venner og mindre tid på tv-kiggeri og computerspil.**

I undersøgelsen er børnene blevet spurgt ind til en bred palet af fritidsinteresser og aktiviteter. Mange af dem giver udtryk for, at faste fritidsaktiviteter har en stor værdi i deres liv. De lægger bl.a. vægt på, at det er en måde at være en del af nogle andre fællesskaber, end dem der er i skolen. Fx siger Jakob, der har medvirket i undersøgelsen: "Det er en slags frirum, hvor du kommer lidt væk fra det hele."

Børnerådets formand Per Larsen siger: "Vores undersøgelse bekræfter, at et aktivt fritidsliv er et stort plus for børn. Børnene i vores undersøgelse giver udtryk for, at fritidsaktiviteter kan være et frirum og et alternativt fællesskab, som de sætter stor pris på. Jeg synes, det er en rigtig god reminder til både skolen og forældre om, at det er en rigtig god idé at prioriterer børns muligheder for et aktivt fritidsliv," siger Per Larsen.

Når børnene bliver spurgt til, hvad de bruger deres tid på, er det aktiviteter som middag med familien og at være på Facebook, der topper. Nederst på listen er bl.a. at læse bøger. Her er det overraskende, at drenge med minoritetsbaggrund er den gruppe, der læser mest.

I undersøgelsen har vi også spurgt børnene, hvad der interesserer dem mest. De største interesser er familie, musik og sport. Politik ligger nederst på listen, som det område færrest synes er interessant. Kun 4 pct. har svaret, at de interesserer sig meget for politik.

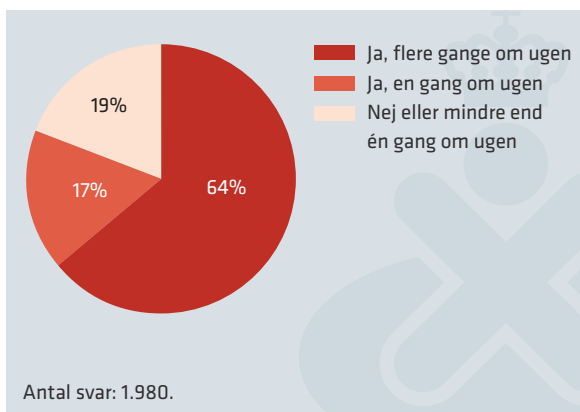
### UNDERSØGELSENS HOVEDRESULTATER

- 81 pct. går til fritidsinteresser hver uge.
- Et aktivt fritidsliv med faste fritidsinteresser giver bedre trivsel.
- Forskellen imellem piger og drenges læsevaner er blevet udlignet i forhold til tidligere.
- Drenge med etnisk minoritetsbaggrund læser oftere bøger end piger og etnisk danske børn.
- Børnene vil gerne skruer ned for tv-kiggeri og computerspil og op for sport, bøger, nyheder og samvær med venner.
- Kun 4 pct. interesserer sig meget for politik.
- 40 pct. siger, at politik slet ikke interesserer dem.
- 30 pct. ser/læser højst nyheder et par gange om måneden.

### DANSKE BØRN FRA KERNEFAMILIER HAR FLEST FRITIDSAKTIVITETER

Størstedelen – 81 pct. – af de 13-årige går til fritidsaktiviteter hver uge. 64 pct. går flere gange om ugen, og 19 pct. går mindre end hver uge eller slet ikke (figur 1).

FIGUR 1: FRITIDSAKTIVITETER  
GÅR DU TIL NOGEN FRITIDSAKTIVITETER?



Drenge, etnisk danske børn og børn, der bor i kernefamilie, går i højere grad og oftere til fritidsaktiviteter end piger, børn med etnisk minoritetsbaggrund og børn, der bor i en sammenbragt familie, hos enlige forældre eller er anbragt uden for hjemmet (figur 2).

Mange børn går til fritidsaktiviteter flere gange om ugen. 69 pct. af drengene og 59 pct. af pigerne går flere gange om ugen.

Der er også en betydelig andel, som slet ikke går til fritidsaktiviteter. 18 pct. af pigerne og 18 pct. af drengene med etnisk dansk baggrund går således ikke til faste fritidsaktiviteter. For børn med etnisk minoritetsbaggrund er andelen, der ikke går til fritidsaktiviteter, på 35 pct.



Når man dyrker sport eller går til aktiviteter, så bringer det meget ind i ens liv. Man kan møde nye venner, og man bliver meget glad af det.

LINE

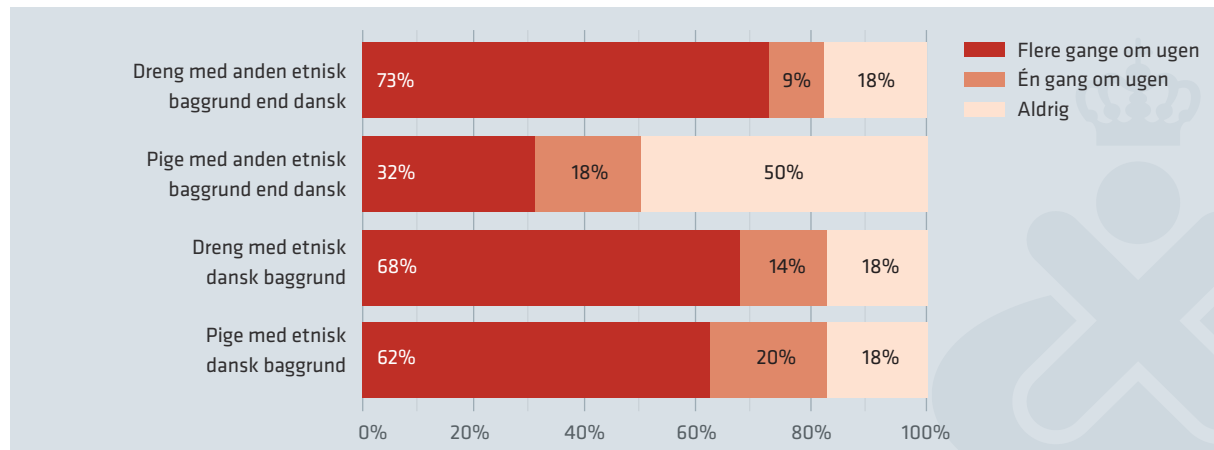
---

Analysen bygger på en spørgeskemaundersøgelse i Børnerådets Børne- og Ungepanel, som blev gennemført i maj/juni 2014, samt opfølgende gruppeinterview med 20 børn, der går i 8. klasse.

41 pct. af de unge, der har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen, var i foråret 2014 13 år, 56 pct. var 14 år og 3 pct. var 15 år. Vi betegner gruppen samlet set som 13-14-årige. Undersøgelsens metoder er beskrevet bagest i notatet.

---

**FIGUR 2: FRITIDSAKTIVITETER FORDELT PÅ KØN OG ETNISK MINORITETSBAGGRUND**  
GÅR DU TIL NOGEN FRITIDSINTERESSER?

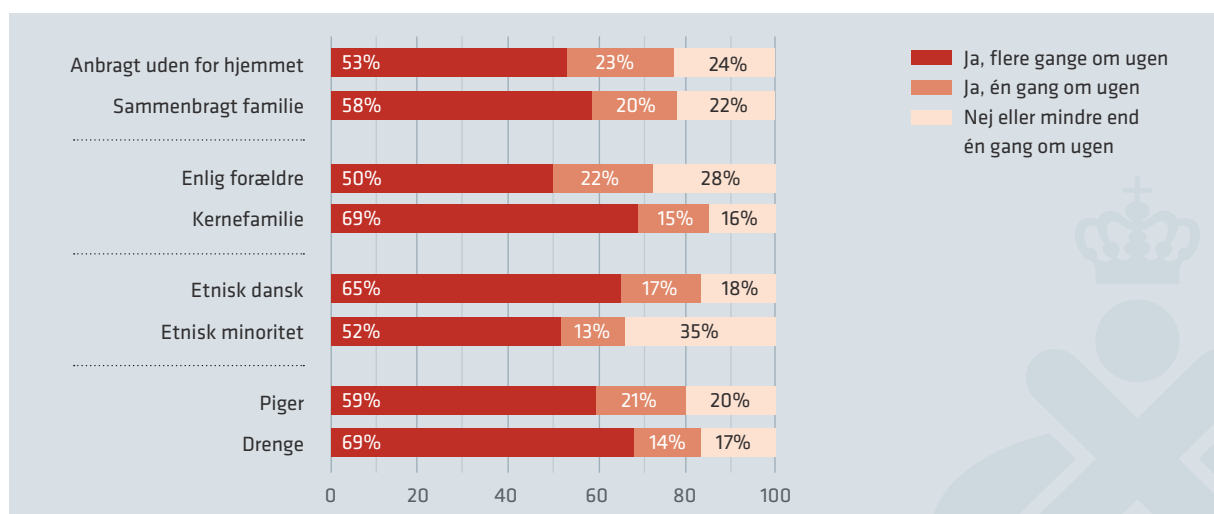


Antal svar: 1.980.

Familieformen betyder også noget for, hvor ofte børn går til fritidsaktiviteter. 69 pct. af børn, der bor i en kernefamilie, går til fritidsaktiviteter flere gange om

ugen, mens det 'kun' er 50 pct. af børn, der bor med en enlig forældre.<sup>1</sup>

**FIGUR 3: HVEM GÅR MEST TIL FRITIDSINTERESSER?**  
GÅR DU TIL NOGLE FRITIDSAKTIVITETER?



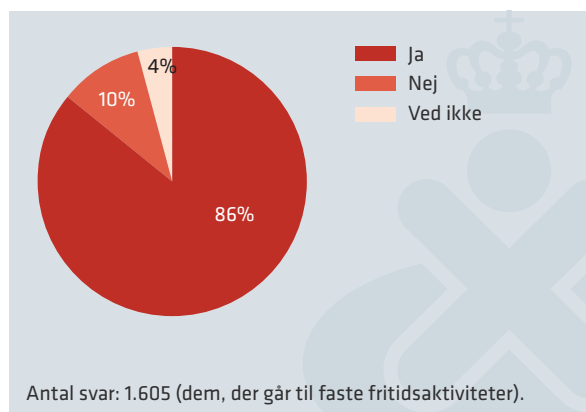
Antal svar: 1.980.

Kernefamilie: Bor sammen med mor og far. Sammenbragt familie: Bor sammen med mor eller far og dennes kæreste/ægtefælle. Enlig forældre: Bor sammen med mor, far eller skiftevis hos mor og far. Begge bor alene. Anbragt udenfor hjemmet: Plejefamilie, institution eller opholdssted. Etnicitet måles ved spørgsmålet: Hvilke sprog taler I mest derhjemme?

**FRITID ER LIG MED VENNER, SAMVÆR OG GLÆDE**

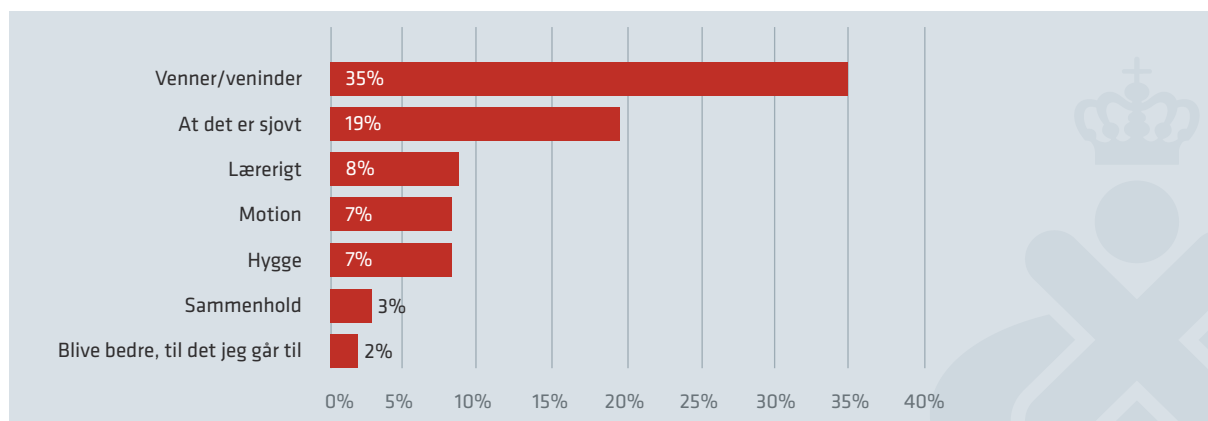
Størstedelen af dem, der går til fritidsaktiviteter, har fået nye venner i forbindelse med deres fritidsaktivitet (figur 4).

**FIGUR 4: FRITIDSAKTIVITETER OG VENSKABER**  
HAR DU FÅET NYE VENNER TIL DIN FRITIDSAKTIVITET?



Venner og veninder er også det, som flest børn nævner som det bedste ved deres fritidsaktivitet. Derefter kommer sjov, læring, motion og hygge (figur 5).

**FIGUR 5: DET BEDSTE VED AT GÅ TIL FRITIDSAKTIVITETER**  
HVAD ER DET BEDSTE VED AT GÅ TIL NOGET I FRITIDEN?



Antal svar: 1.569. Talene angiver andel, der har nævnt det pågældende ord i deres svar mindst én gang. Spørgsmålet var åbent, og børnene har svaret med egne ord.

Som Andreas siger: "Det bedste er nok, at man møder andre mennesker, som man ikke går i skole med."

Liv siger, at det bedste ved fritidsaktiviteter er: "...at jeg ikke er sammen med dem, jeg går i klasse med. Så jeg også er sammen med nogen, jeg ikke ser til hverdag."

Og Clara siger: "Jeg kan godt lide alle de gode venner og det helt fantastiske sammenhold. Og så er det bonus at gå til noget, man virkelig elsker, sammen med nogen som man virkelig elsker."

Flere fortæller, at fritidsaktiviteter er et frirum eller et sted, hvor man kan være sig selv, og hvor man kan lave det, man selv har lyst til: "Jeg kan være sammen med nogen, jeg godt kan lide, og som respekterer mig som den, jeg er. Det er ikke fordi, at jeg skal se dem hver dag."

En del unge kan godt lide, at fritidsaktiviteter er løsrevet fra skolen. Udover at give nye venskaber giver det mulighed for at 'slippe væk' fra hverdagen i skolen, som Emil siger: "Det gør mig glad og hjælper mig med at glemme, hvor åndsvagt mine klassekammerater opfører sig overfor mig."

### FRITID SKABER BEDRE TRIVSEL

Børnene siger altså, at de oplever rigtig mange positive ting ved at gå til fritidsaktiviteter. Derfor er det heller ikke overraskende, at børn, der går til fritidsaktiviteter, er i generelt bedre trivsel end dem, der ikke går til noget. Fx svarer 83 pct. af dem, der går til fritidsaktiviteter flere gange om ugen, at de har det godt eller rigtig godt for tiden. Det er 71 pct. af dem, der slet ikke går til fritidsaktiviteter eller går mindre end hver uge (figur 6).

Nogle af de unge forklarer, at man har det bedre, når man går til fritidsaktiviteter, fordi det er dejligt at røre sig og sjovt at være sammen med venner. Lea siger: "Jeg tror måske, at det har noget at gøre med, at du er sammen med dine venner, og at du dyrker sport. Det er en god kombination, at du kan hygge dig lidt med dine venner og samtidig få lavet noget, så du ikke bare sidder derhjemme med din telefon."

Line synes, at fritidsaktiviteter giver én noget at gå op i: "Når man dyrker sport eller går til aktiviteter, så bringer det meget ind i ens liv. Man kan møde nye venner, og man bliver meget glad af det."

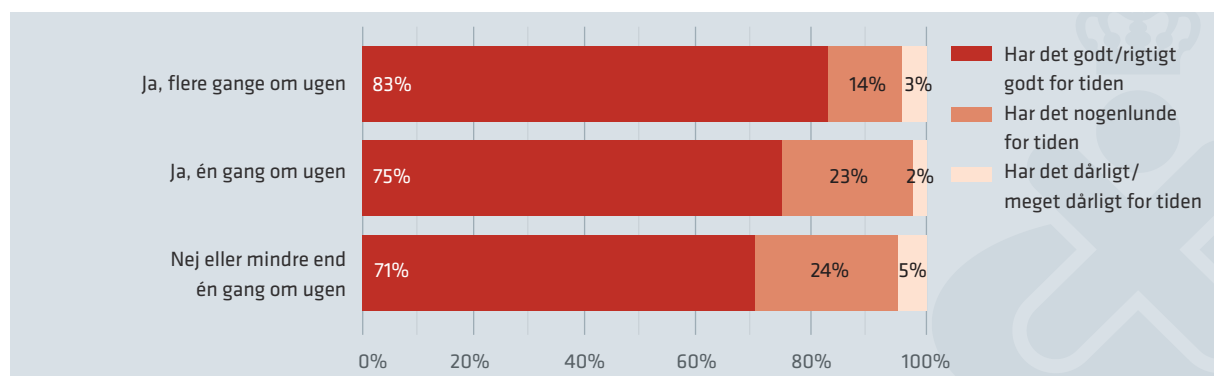
### NÅR FRITIDSAKTIVITETER STRESSER OG BLIVER KRÆVENDE

Nogle unge fortæller dog også at det er tidskrævende, at gå til en fritidsaktivitet. Og nogle, blandt andre Clara, synes, at det nogle gange er for stressende: "Nogle gange bliver man lidt for stresset, fordi man fx skal pakke hurtigt sammen og komme afsted lige efter skole."

Habib fortæller, at fritidsaktiviteterne fylder så meget, at han ikke har tid til at lave andre ting: "Jeg kan kun lave en aftale én ud af de fem hverdage, fordi jeg skal noget hele tiden."

” Det bedste er nok, at man møder andre mennesker, som man ikke går i skole med. / ANDREAS

FIGUR 6: TRIVSEL OG FRITIDSAKTIVITETER  
GÅR DU TIL NOGEN FRITIDSAKTIVITETER?



Antal svar: 1.958 ('ved ikke' er udeladt).

Nogle unge oplever også, at der stilles store krav til dem til deres fritidsaktivitet. Andreas fortæller fx, at de andre fra fodbold stillede høje krav til medspillernes evne. Og det ødelagde samværet, hvis man lavede fejl: "Da jeg gik til fodbold, var det sådan, at hvis man lavede en fejl eller kom til at sparke bolden til en modstander, så blev man skældt ud af sine venner."

Nogle unge synes dog også, at det er ødelæggende, hvis der er nogle, som ikke er dygtige nok, som Liv fx siger: "Det kan være, at der er nogen som ødelægger det for andre, som godt kan finde ud af det!"

#### FACEBOOK OG MIDDAG MED FAMILIEN

Middag med familien, Facebook, tv-kiggeri, computerspil og sms med venner er en del af de fleste 13-åriges hverdag. 82 pct. spiser middag med familien hver dag, og 69 pct. er på Facebook hver dag.

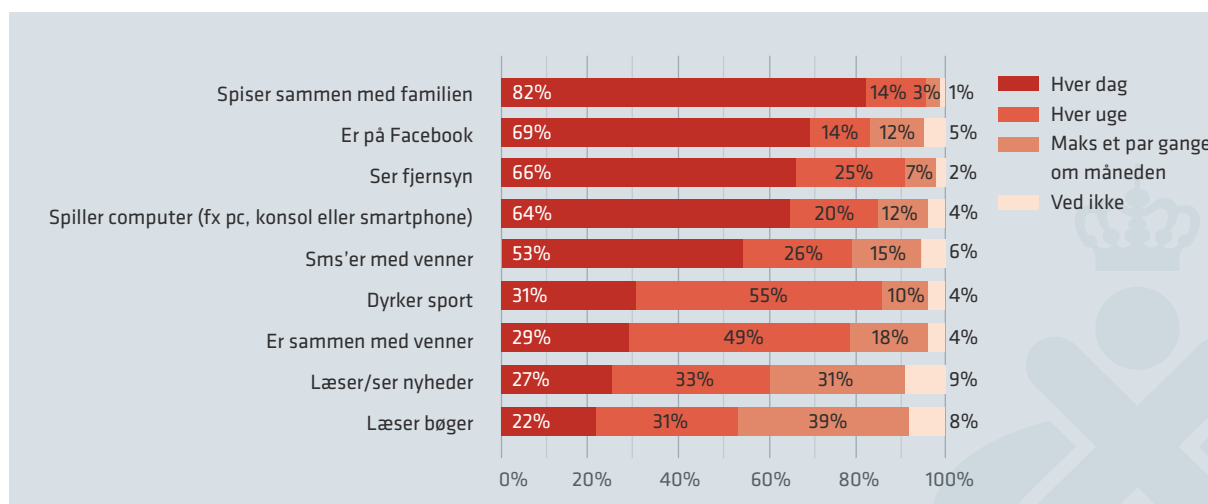
Sport og samvær med venner sker for mange på ugentligt basis. 86 pct. dyrker sport hver uge, og 78 pct. er sammen med venner hver uge.

Forbrug af bøger og nyheder er de aktiviteter, som er længst nede på aktivitetslisten. 60 pct. ser/læser nyheder hver uge, og 27 pct. gør det hver dag. 53 pct. læser bøger hver uge, og 22 pct. gør det hver dag (figur 6).

Børn med etnisk minoritetsbaggrund læser oftere bøger end børn med etnisk dansk baggrund (figur 8).<sup>2</sup>

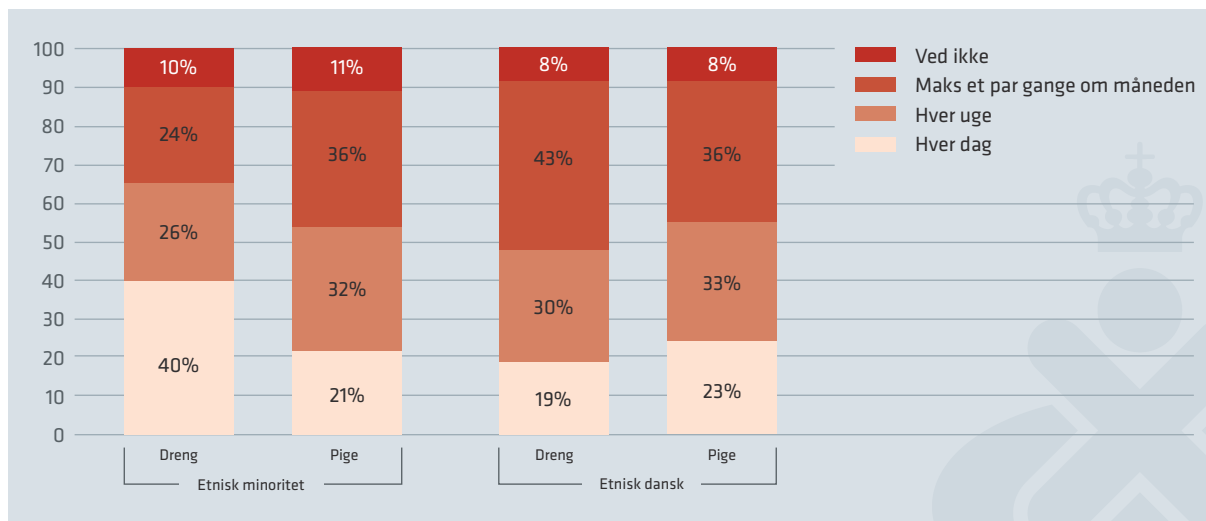
Undersøgelsen viser også, at der ikke er den store forskel på, hvor meget piger og drenge læser. Det er overraskende, da tidligere undersøgelser har vist, at piger læser markant flere bøger end drenge.<sup>3</sup> Endnu mere overraskende er det, at drenge med etnisk minoritetsbaggrund er den gruppe, der oftest læser, da en tidligere undersøgelser har vist, at piger med etnisk minoritetsbaggrund er den gruppe, der læser mest.<sup>4</sup>

FIGUR 7: AKTIVITETER I FRITIDEN  
HVOR OFTE LAVER DU FØLGENDE I DIN FRITID?



Antal svar: 1.976.

**FIGUR 8: LÆSNING I FRITIDEN**  
**HVOR OFTE LÆSER DU BØGER I FRITIDEN?**



Antal svar: 1.976.

At piger ikke længere læser mange flere bøger end drenge kan skyldes nye læsemuligheder og læsevæner på forskellige elektroniske medier. Vi ved – også fra tidligere undersøgelser i panelet – at det særligt er pigerne, der bruger tid på de sociale medier. Det kan være, at pigerne i højere grad har skiftet bøgerne ud med sociale medier.<sup>5</sup>

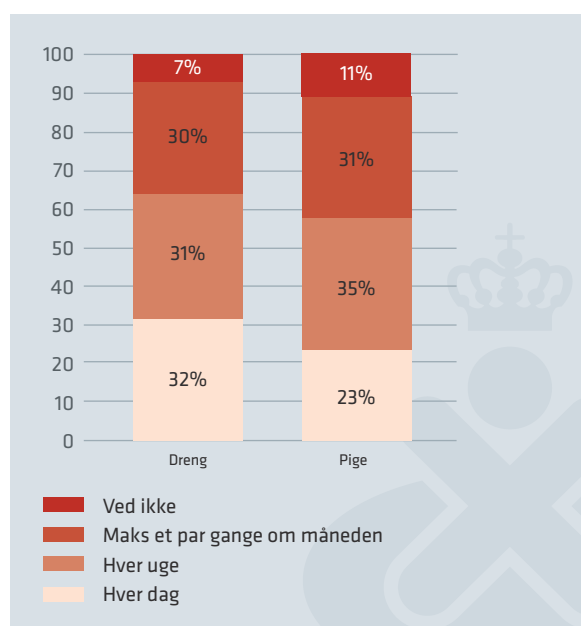
Katrine synes selv, at hun læser nok, og Liv mener, at Snapchat har overtaget:

Katrine: Jeg gider ikke læse bøger, jeg læser nok. Og jeg har bare aldrig læst en bog, som, jeg syntes, var rigtig spændende.

Liv: Nu er det bare Snapchat.

Drenge ser/læser flere nyheder i fritiden end piger. Det er fx 32 pct. af drengene mod 23 pct. af pigerne, der ser eller læser nyheder hver dag (figur 9).

**FIGUR 9: HVEM SER/LÆSER NYHEDER?**  
**HVOR OFTE SER/LÆSER DU NYHEDER I FRITIDEN?**



Antal svar: 1.976.



Jeg gider ikke læse bøger, jeg læser nok. Og jeg har bare aldrig læst en bog, som, jeg syntes, var rigtig spændende.

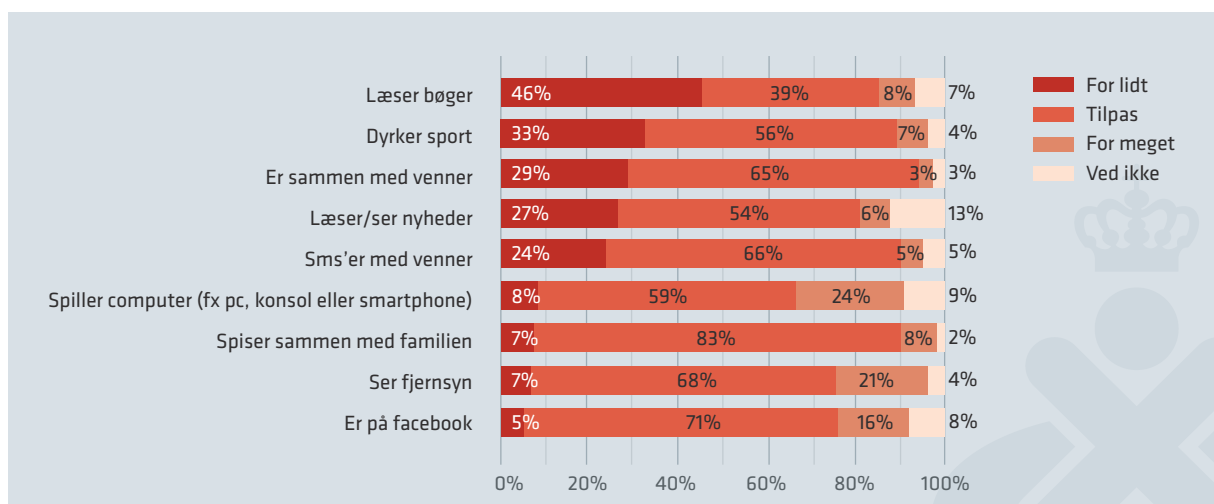
KATRINE

### 13-ÅRIGE VIL GERNE LÆSE MERE OG DYRKE MERE SPORT

Bredt set vil de unge gerne skrue ned for tv-kiggeri og computerspil og op for sport, bøger, nyheder og samvær med venner. Næsten halvdelen af børnene – 46 pct. – svarer nemlig, at de synes, de læser for lidt. En tredjedel synes, at de dyrker for lidt sport og 27 pct. synes, at de læser/ser for lidt nyheder (figur 9).

FIGUR 10: UFORMELLE FRITIDS AKTIVITETER

HVOR MEGET SYNES DU SELV, AT DU LAVER FØLGENDE TING I DIN FRITID?

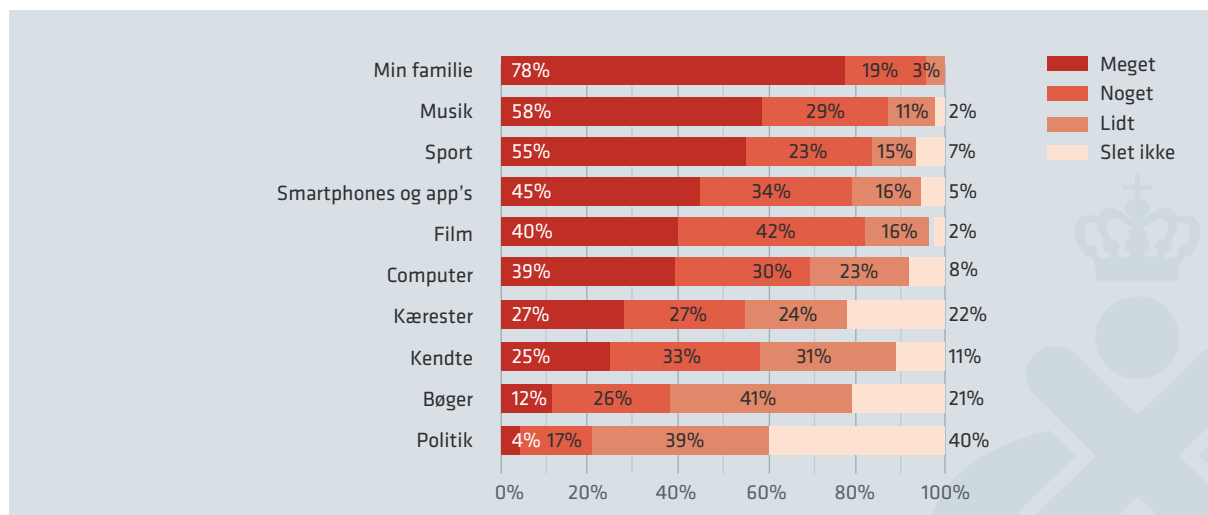


Antal svar: 1.973.



FIGUR 11: 13-ÅRIGES INTERESSER

HVOR MEGET INTERESSERER DU DIG FOR FØLGENDE?



Antal svar: 1.964.

**POLITIK ER IKKE INTERESSANT**

De 13-årige har mange interesser. Men politik er ikke en af dem. Der er ganske få, der interesserer sig for politik, og 40 pct. siger, at politik slet ikke interesserer dem. De mest populære interesser er familie, musik og sport. Men mange interesserer sig også for smartphones, app's, film, computer og kendte.

Sally og Emma siger, at mange unge ikke interesserer sig for politik, fordi de ikke synes, at det har noget med dem at gøre. Og fordi man ikke forstår, hvad der bliver sagt:

Interviewer: Hvorfor interesserer mange unge på jeres alder sig ikke for politik?

Sally: Fordi det ikke rigtig har noget at gøre med os.

Interviewer: Hvordan har det ikke noget med jer at gøre?

Sally: Vi skal ikke stemme.

Emma: Vi får heller ikke særlig meget at vide om det, så det kan være svært at følge med i det hele. Og når nogle taler om det, så forstår man måske halvdelen af ordene, der bliver sagt.

Nogle børn vil egentlig gerne vide mere, men det kræver, at forældrene kan hjælpe med at forstå de komplicerede politiske problemstillinger, siger blandt andre Lea:

Lea: Hvis jeg skal sige min egen mening, så interesserer jeg mig for politik. Men man skal sætte sig ind i det. Du kan ikke bare sætte dig foran fjernsynet og se, hvad du vil, du er nødt til at være inde i det.

Interviewer: Hvem skal sætte jer ind i det?

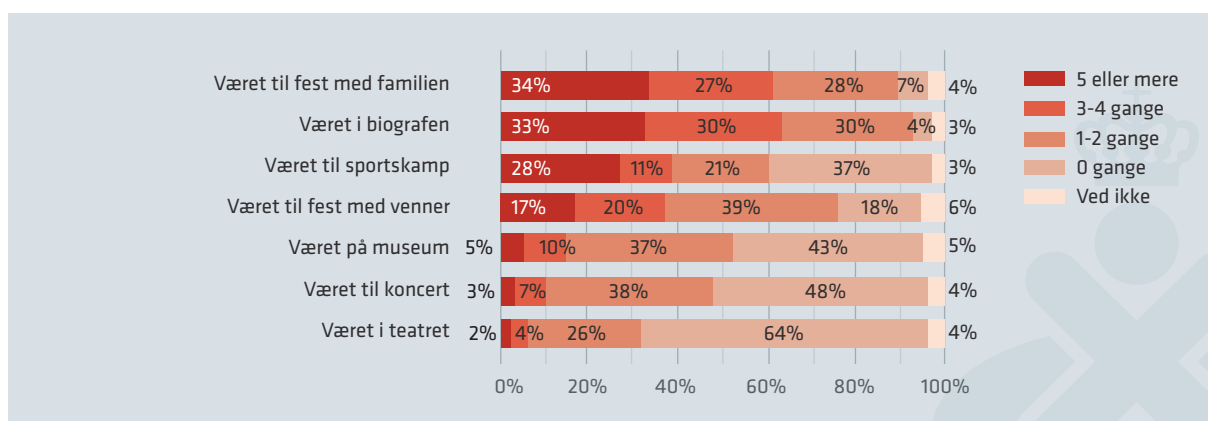
Ayse: Man bør se nyheder med sine forældre, hvis man gerne vil se flere nyheder.

Interviewer: Hvorfor skal man det?

Ayse: Fordi de kan sætte én ind i det. Det gjorde de med mig.

FIGUR 12: KULTUREL FRITID

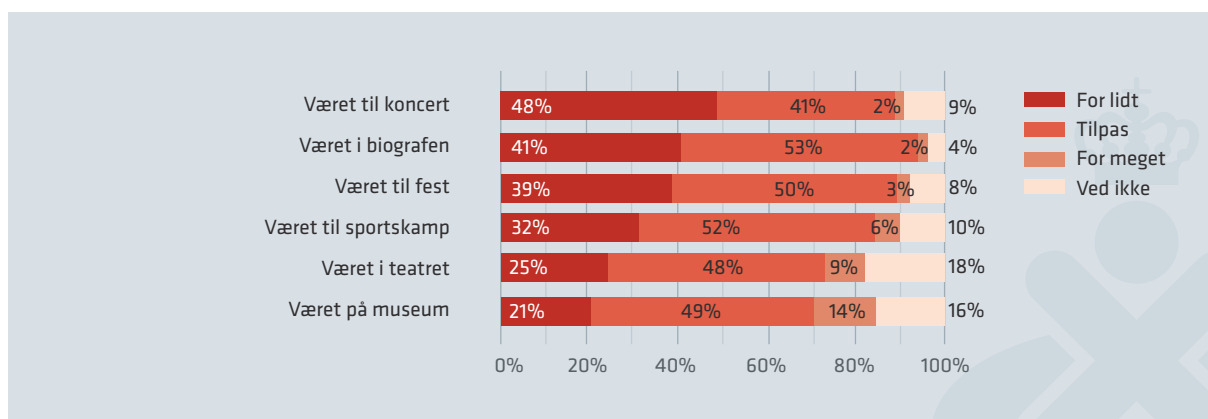
HVOR MANGE GANGE HAR DU LAVET FØLGENDE I DIN FRITID DET SIDSTE ÅR?  
(DET TÆLLER IKKE MED, HVIS DET HAR VÆRET I SKOLETIDEN)



Antal svar: 1.970.

FIGUR 13: KULTUREL FRITID

HVOR MEGET SYNES DU SELV, AT DU LAVER FØLGENDE TING I DIN FRITID?  
(HVIS DU ALDRIG GØR DET OG ER GLAD FOR DET, SKAL DU SÆTTE KRYDS I 'TILPAS')



Antal svar: 1.967.

### MERE KULTUR, TAK!

Næsten halvdelen af børnene synes, at de er for lidt til koncert, og 41 pct. synes, at de er for lidt i biografen. Og så synes hver fjerde, at de har været for lidt i teatret, og hver femte synes, at de har været for lidt på museum (figur 13).

Næsten halvdelen af de 13-årige har ikke været til koncert det seneste år. 43 pct. har ikke været på museum, og 64 pct. har ikke været i teatret. Biograf og sportskamp er de kulturelle aktiviteter, som flest børn har deltaget i det seneste år. Der er stadig flere, der går til familiefester end til fest med venner.

## METODE: HVORDAN HAR VI LAVET UNDERSØGELSEN?

### KVANTITATIV DEL

De kvantitative data er resultatet af første spørgeskemaundersøgelse i Børnerådets nye Børne- og Ungepanel. Panelet består af 2.713 elever fra 7. klasse fra 110 klasser fra almenområdet og 11 klasser fra specialområdet<sup>6</sup> fordelt over hele landet. 2.055 børn har svaret på det første spørgeskema. Det giver en svarprocent på 76 pct..

De deltagende klasser er en del af et tilfældigt udtræk foretaget af Danmarks Pædagogiske Universitet.

Der er lidt flere piger, der har svaret på spørgeskemaet (51,6 pct.), end der er blandt børn i 7. klasse på landsplan (49,1). Forskellen er statistisk signifikant, hvilket betyder, at man i læsningen af resultaterne bør holde sig for øje, at pigerne er en anelse overrepræsenterede.

Spørgeskemaundersøgelsen kalder vi 'Portræt af 7. klasse'. Med portrættet undersøges en række temaer, som er en vigtig del af 7.-klasseelevernes liv: skole, familie, sociale medier, fritid og krop, kærester og følelser.

Alle sammenhænge i analysen er statistisk signifikante. De er testet med chi-test og har en p-værdi under 0,05.

### KVALITATIV DEL

Vi har gennemført fire uddybende gruppeinterview med i alt 20 elever fra 8. klasse på to forskellige skoler.

Derudover har vi analyseret godt 3.200 svar på to åbne spørgsmål om, hvad børnene godt kan lide at lave med deres forældre, og hvordan de oplever forældrenes skældud.

Alle navne er ændrede i rapporten af hensyn til anonymitet. Citater kan være tilpasset af hensyn til læsbarhed. Interviewene varede 30-50 min. og var semistrukturerede med en interviewguide, som tog udgangspunkt i resultaterne fra den del af spørgeskemaundersøgelsen, der handlede om livet derhjemme og de voksne, som børnene bor sammen med. Interviewene handlede om at få de unges forklaringer på resultaterne samt at komme med eksempler fra deres eget liv.

- 1 Samme tendens har SFI vist i *Børn og unge i Danmark - velfærd og trivsel* (2010).
- 2 Samme tendens ser vi blandt andet i en PISA-undersøgelse om elever i 9. klasse i København, som viser, at børn med etnisk minoritets baggrund læser mere end etnisk danske børn og flere siger, at læsning er én af deres yndlingsinteresser. *PISA-København 2004*.
- 3 *Børn og unge i Danmark - Velfærd og trivsel* (SFI: 2010) og *Portræt af 4. klasse* (Børnerådet 2010)
- 4 *PISA-København 2004*.
- 5 Børneindblik 3. 13-Åriges liv på sociale medier
- 6 Det er ikke alle specialskoler, der er organiseret omkring klassetrin. I de tilfælde, hvor en udvalgt skole ikke har 7. klassetrin, har lærerne på skolen udvalgt en gruppe børn, der er vurderet alderssvarende. Alle specialklasser har haft spørgeskemaet til gennemlæsning og vurderet det egnet til netop deres børn og deres særlige behov.