

**FIIBL**  
FORSKNINGS- OG IMPLEMENTERINGS-CENTER  
FOR IDRÆT, BEVÆGELSE OG LÆRING

**SDU**   
Center for  
Grundskoleforskning

RAPPORT | 2022

# IDRÆTSEFTERSKOLE- UNDERSØGELSEN 2022

## **IDRÆTSEFTERSKOLEUNDERSØGELSEN 2022**

Rapporten er udarbejdet af: Sofie Schulze Morley,  
Lise Maria Elkrog-Hansen & Lars Breum Christiansen

Tak til Louise Briand Thomsen & Nina Dam-Madsen  
for bidrag til rapporten.

Udgivet: Oktober 2022

Udgiver: Forsknings- og Implementeringscenter  
for Idræt, Bevægelse og Læring (FIIBL) & SDU's Center  
for Grundskoleforskning

UCL Erhvervsakademi & Professionshøjskole, UC SYD  
og Syddansk Universitet

Billeder: Tak til Vejstrup Efterskole for lån af billeder  
til rapporten.

Layout: Louise Stjerne Madsen, FIIBL  
Tryk: Grafisk Center, SDU

# **IDRÆTSEFTERSKOLEUNDERSØGELSEN 2022**

Sofie Schulze Morley, Lise Maria Elkrog-Hansen  
& Lars Breum Christiansen

# INDHOLD

<b>5</b>	<b>INDLEDNING</b>
<b>6</b>	<b>RESUMÉ</b>
<b>10</b>	<b>UNDERSØGELSESDSIGN</b>
<b>12</b>	<b>RESULTATER</b>
	<b>BAGGRUND   12</b>
	<b>LINJEFAG   18</b>
	Type linjefag   <b>18</b>
	Valgfag udover linjefag   <b>18</b>
	Linjestørrelse   <b>20</b>
	Niveauopdeling   <b>20</b>
	Elevernes oplevelse af kulturen på deres linjefag   <b>22</b>
	Elevernes oplevelse af linjefagsunderviserne   <b>24</b>
	Mestrings- eller konkurrenceklime på linjefaget   <b>26</b>
	<b>FÆLLESGYMNASTIK   28</b>
	Elevernes oplevelse af fællesgymnastik   <b>28</b>
	Fællesgymnastikkens betydning for fællesskab   <b>30</b>
	<b>FÆLLESSKAB   32</b>
	At føle sig som en del af fællesskabet   <b>32</b>
	At engagere sig i fællesskabet   <b>32</b>
	Kendetegn ved fællesskabet på efterskolen   <b>34</b>
	<b>RELATION TIL LÆRERNE   36</b>
	Betydning for relation til lærerne   <b>36</b>
	Interpersonal Behaviors Questionnaire   <b>38</b>
	<b>UDVIKLING OG LIVSKOMPETENCER   44</b>
	Personlig, idrætslig, faglig og kreativt/kunsterisk udfordring   <b>44</b>
	Livskompetencer   <b>48</b>
	<b>TRIVSEL   54</b>
	Hvor glad har du været for at gå på efterskole?   <b>54</b>
	Søvn   <b>54</b>
	Trivsel   <b>55</b>
	<b>IDRÆTSLIV EFTER EFTERSKOLEN   58</b>
	Idrætsaktivitet efter efterskolen   <b>58</b>
	Form for idrætsaktivitet   <b>58</b>
	Efterskolens betydning for idrætsaktivitet   <b>58</b>
	Træneruddannelsens betydning   <b>60</b>
	Forældres betydning for elevers idrætsdeltagelse   <b>60</b>
	Forældres betydning for frivillighed   <b>60</b>
<b>62</b>	<b>BIBLIOGRAFI</b>

# INDLEDNING

I denne rapport præsenterer vi resultater fra **Idrætsefterskoleundersøgelsen 2022**. Undersøgelsen er gennemført i marts-april 2022 med besvarelser fra 5333 idrætsefterskoleelever.

En stor tak skal lyde til deltagende efterskoler, der gjorde det muligt at gennemføre undersøgelsen med så mange deltagende elever.

En stor del af landets efterskoler har et særligt fokus på idræt, og mange tidligere elever husker tiden på en efterskole som noget helt unikt. På trods af efterskolernes fremtrædende plads i samfundet, i ungdomslivet og i idrætskulturen, er den forskningsbaserede viden om idrætsefterskoler begrænset.

Formålet med Idrætsefterskoleundersøgelsen 2022 er derfor at undersøge, hvordan hverdagen på idrætsefterskolerne ser ud, og hvilken rolle denne særlige skoleform har for unges udviklings- og dannelsesprocesser.

Idrætsefterskoleundersøgelsen er en del af Ph.d.-projektet *Idrætsefterskoler – dannelse med krop og sjæl*, som er støttet af Kulturministeriets Forskningspulje. Derudover er undersøgelsen gennemført i et samarbejde mellem SDU's Center for Grundskoleforskning og Forsknings- og Implementeringscenter for Idræt, Bevægelse og Læring (FIIBL).

God læselyst!

**LÆS MERE**

Følg med og se alle udgivelser på  
[www.fiibl.dk/idrætsefterskoler](http://www.fiibl.dk/idrætsefterskoler)

# RESUMÉ

I rapporten er der præsenteret fund fra Idrætsefterskoleundersøgelsen 2022. Nedenfor følger en kort opsummering af rapportens temaer og resultater.

## Baggrund

44 efterskoler og 5333 besvarelser indgår i undersøgelsen. Der er i gennemsnit 174 elever pr. efterskole, og eleverne dyrker i gennemsnit 13,7 timers idræt om ugen. Elever, der tager på idrætsefterskole, vurderer sig selv til både at have et solidt bogligt og idrætsligt niveau. 94% af eleverne oplever i høj grad eller nogen grad, at det er deres eget valg at tage på efterskole. Efterskolernes idrætslige profil har størst betydning for elevernes valg af idrætsefterskole.

## Linjefag

De mest populære linjefag er fodbold, gymnastik (alle former), håndbold, dans (alle former) og badminton. 69% af eleverne dyrker en holdidræt som linjefag og 31% dyrker en individuel idræt. Statistiske tests viser, at elever, der dyrker holdidræt, i højere grad er niveauopdelte til træning og særligt meget til kamp/turnering og lignende. 75% af eleverne er enige eller helt enige i, at de oplever, at der på deres linje er et stærkt fællesskab. 64% oplever ligeledes, at deres linjefagslærer arbejder på at styrke deres fællesskab. Samtidig er hhv. 41% og 32% af eleverne enige eller helt enige i, at der på deres linjefag er meget intern konkurrence og hierarki. 74% af eleverne er enige eller helt enige i, at deres lærere i linjefagsundervisningen både giver dem specifik og konstruktiv feedback, mens 59% af eleverne mener, at deres lærere giver mulighed for, at de kan komme med inputs til undervisningen. Derudover er 17% enige eller helt enige i, at underviseren indfører regler og målsætninger uden at forklare hvorfor.

## Fællesgymnastik

På 29 ud af de 44 deltagende idrætsefterskoler har eleverne fællesgymnastik og ligeledes har 69% af eleverne i undersøgelsen fællesgymnastik. Eleverne er især enige og helt enige i, at der i fællesgymnastikken er fokus på at styrke deres fællesskab (73%), at der er et relevant formål med fællesgymnastikken (71%) og at fællesgymnastik skaber en stærk følelse af fællesskab (69%). Elevernes besvarelser tegner

samlet et dobbelttydigt billede af at mange elever i høj grad kan lide at være til fællesgymnastik og kan se et relevant formål med det, men at fællesgymnastikken samtidig er noget, som 46% af eleverne er enige eller helt enige i, at de kun deltager i fordi det er obligatorisk, mens blot 34% mener, at de fleste elever på deres efterskole kan lide at deltage i fællesgymnastik.

Når eleverne bliver bedt om at vurdere, i hvor høj grad en række udsagn har betydning for, at de oplever et fællesskab i fællesgymnastikken, lægger eleverne i nogen grad og i høj grad vægt på dét, at de tager på opvisningsture (87%), at de er afhængige af hinanden (85%) og at der et fælles mål i opvisningen (84%). Derudover tillægger eleverne også særligt de kropslige elementer af fællesgymnastikken betydning: at der er fælles rytme og synkrone bevægelser (81%), at der er ritualer (eks. kampråb) (80%) og at man nærmest kan "mærke" fællesskabet i kroppen (75%). Der er ikke fundet nogen statistisk signifikant sammenhæng mellem det at have fællesgymnastik og at opleve at være en del af fællesskabet på hele skolen.

## Fællesskab

Det findes, at størstedelen af eleverne i nogen eller i høj grad føler sig som en del af fællesskabet på hele skolen (84%), i idrætsundervisningen (89%), den øvrige undervisning (86%) og i fritiden (88%). Eleverne føler sig særligt en del af fællesskabet i idrætsundervisningen og i fritiden. Ligeledes findes det, at størstedelen af eleverne føler, at de engagerer sig i fællesskabet i alle de fire domæner (84-91%). Der findes en meget stærk statistisk signifikant sammenhæng mellem dét at engagere sig i fællesskabet og dét at føle sig en del af fællesskabet i alle fire domæner. Ud fra elevernes besvarelser omkring kendetegn ved fællesskabet på efterskolen tegner der sig et billede af fællesskabet, der viser, at en del af eleverne er enige eller helt enige i, at det er nemt at føle sig udenfor fællesskabet (42%), at det er nemt at blive populær, hvis man er god til sin idrætsgren (53%), at man skal anstrenge sig for at være en del af fællesskabet (45%) og at der er et hierarki mellem eleverne (64%).

## Relation til lærerne

Eleverne svarer, at det i nogen grad eller i høj grad har betydning for deres relation til deres lærer, at de føler sig set og hørt af deres lærer (89%), at de kan snakke om personlige ting (83%), at de deler en fælles interesse (74%) og at de har deres lærer i forskellige sammenhænge på efterskolen (78%). Desuden betyder det i nogen grad og i høj grad noget for 75% af eleverne, at de altid kan komme i kontakt med deres lærer, mens kun 34% af eleverne i nogen grad og i høj grad mener, at det har en betydning for deres relation til deres lærere, at de kommunikerer med deres lærere på sociale medier.

Eleverne har også vurderet deres relationen til deres linjefaglærere/valgfaglærere gennem spørgeskemaet Interpersonal Behaviors Questionnaire (IBQ). Der er ikke fundet nogen sammenhæng mellem skolestørrelse og den samlede IBQ-score. Der er fundet en svag tendens til, at pigerne har en lille smule højere IBQ-score (3,74) end drengene (3,68), og at elever, der dyrker en individuel idræt, svarer en lille smule mere positivt (3,75) end dem, der dyrker en holdidræt (3,70).

## Udvikling

Eleverne oplever i særlig grad at blive udfordret personligt og idrætsligt. 70% oplever at blive udfordret fagligt, og færrest elever oplever at blive udfordret kreativt/kunstnerisk, hvor 41% af elever i nogen grad eller i høj grad oplever at blive udfordret. Derudover oplever næsten alle elever i en eller anden grad (97-99%), at have udviklet sig indenfor livskompetencerne: sociale kompetencer, samarbejde, lederskab, kommunikation, målsætning og følelsesmæssige kompetencer. Størstedelen af eleverne (97-99%) anvender i en eller anden grad alle kompetencerne i andre ikke-idrætslige sammenhænge (transfer).

## Trivsel

Eleverne svarer, at de generelt har været glade for at gå på efterskolen med en gennemsnitsbesvarelse på 8,11 på en skala fra 1-10. I forhold til søvn vurderer efterskoleelever oftere, at de ikke får søvn nok til at føle sig udhvilet, i forhold til unge 16-24 år. 74% af eleverne svarer, at de det meste af tiden eller hele tiden har en hverdag fyldt med ting, der interesserer dem, mens 80% svarer, at de har været glade og i godt humør det meste af tiden eller hele tiden. En stabil andel på 50-55% oplever noget af tiden, det meste af tiden eller hele tiden at have udfordringer med at acceptere deres kropps udseende, at være

utilfreds med sig selv og at have svært ved at leve op til de forventninger, som andre har til dem. Endnu flere elever (70%) oplever desuden at have udfordringer med at leve op til de forventninger, som de har til dem selv.

## Idrætsliv efter efterskole

85% af eleverne svarer "Ja" eller "Måske" til, at de har planer om at være idrætsaktive i deres fritid efter efterskolen i den samme idræt, som de dyrkede før de kom på efterskole. Derudover svarer 53% af eleverne "Ja" eller "Måske" til at have planer om at starte til en ny idræt. 59% af eleverne svarer "Ja" til, at de har planer om at være idrætsaktive i en forening eller klub og 52% svarer "Ja" til planer om at være idrætsaktive i et kommercielt center og 38% svarer "Ja" til at have planer om at være aktiv på egen hånd. Hele 75% af eleverne mener desuden, at efterskolen har haft en positiv betydning eller stor positiv betydning i forhold til, om de har lyst til at være idrætsaktive som udøver efter efterskolen.

26% af eleverne i undersøgelsen har taget en træneruddannelse som en del af deres efterskoleophold. Det findes, at 75% af de, der har taget en instruktøruddannelse, svarer "Ja" eller "Måske" til, at have lyst til at være træner/instruktør efter efterskoleopholdet, mens dette gælder for 53% for de, der ikke har taget en instruktøruddannelse. Der findes en statistisk signifikant sammenhæng, der viser, at elever med forældre, der er udøvere i forening, i højere grad også har planer om også at være idrætsaktive i forening. Ligeledes findes der en statistisk signifikant sammenhæng, der viser, at de, der har forældre der er frivillige i en forening, i højere grad har lyst til at være instruktør når efterskoleopholdet slutter.





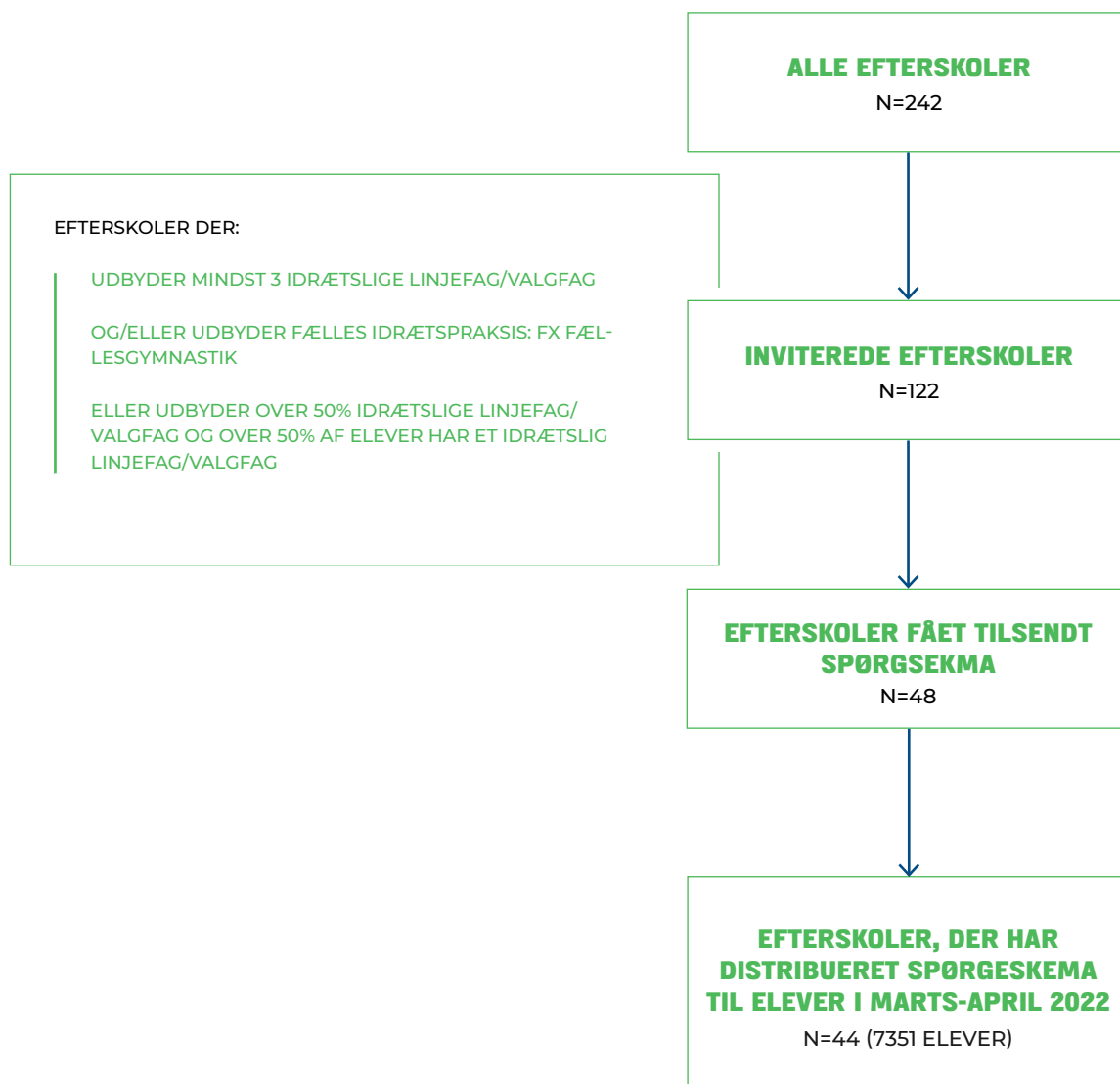


# UNDERSØGELSESDSIGN

Mange danske efterskoler har idræt som en central del af hverdagen, og selvom nogle kalder sig for en idrætsefterskole, er betegnelsen ikke egnet til udvælgelse af de efterskoler, hvor idræt, krop og bevægelse er centralt for efterskolens dagligdag og pædagogiske praksis.

For at udvælge og invitere relevante efterskoler til undersøgelsen blev der foretaget en søgning på [www.efterskolerne.dk](http://www.efterskolerne.dk) blandt de 242 efterskoler, der findes på landsplan (forår 2022). Almene efterskoler blev valgt (n=207) og derefter blev efterskolernes information om linjefag, valgfag og fællesidræt på [www.efterskolerne.dk](http://www.efterskolerne.dk) gennemgået. Ved tvivl besøgte vi skolernes hjemmeside. I alt opfyldte 122 efterskoler vores opstillede kriterier om mindst tre idrætslige linjefag og/eller fælles idrætslig praksis (Figur 1).

Figur 1: Illustration af rekruttering af efterskoler.



I slutningen af januar 2022 blev de 122 efterskoler inviteret pr. mail. Både forstander, viceforstander/ afdelingsleder blev om muligt inviteret. I invitationen var rammerne for deltagelse præsenteret for efterskolerne som:

**"Vi har inviteret efterskoler, hvor vi har vurderet, at idræt, krop og bevægelse er centralt for en stor del af eleverne og for efterskolens pædagogiske praksis".**

På denne måde blev der lagt op til, at det var op til skolerne at vurdere, om de fandt det relevant for deres skole at deltage.

I februar og marts, 2022, blev der sendt en påmindelsesmail og foretaget opkald til de fleste skoler. Der var god succes med de telefoniske henvendelser, da e-mails hurtigt forsvandt i en travl hverdag. I samtalerne blev undersøgelsen nærmere præsenteret, og der blev lagt vægt på, at efterskolen også var værdifuld for undersøgelsen på trods af ikke at være en idræftefterskole af navn. 48 skoler endte med at takke ja til at være med i undersøgelsen og fik tilsendt spørgeskemaet. 44 efterskoler fik distribueret spørgeskemaet til eleverne. Det elektroniske spørgeskema i SurveyXact blev distribueret til i alt 7351 elever. 36 skoler havde mulighed for at skemalægge tid til, at eleverne kunne besvare skemaet, mens 8 skoler lagde det i stilletimen/lektietimen/fritiden. 5775 besvarelser kom retur svarende til en samlet svarprocent på 78,6%.

Spørgeskemaet blev distribueret til eleverne i marts-april, 2022, ca. 7 måneder inde i efterskoleopholdet, hvor det vurderes, at eleverne har et tilstrækkeligt indblik i efterskolelivet, og samtidig ikke kom for tæt på eksamensperiode og afslutning på skoleåret.

I rapporten indgår besvarelser fra 5333 elever. 442 besvarelser blev sorteret fra inden analyserne blev foretaget ud fra det opstillede kriterie, at besvarelserne som minimum skulle indeholde svar på de første tre spørgsmål omkring køn, efterskole, og antal timers forskellige typer idræt om ugen. For hver tabel eller diagram er antallet af inkluderede besvarelser oplyst (n). Dette n-tal varierer fra spørgsmål til spørgsmål, da ikke alle elever grundet forskellige fagpakker har fået præcist de samme spørgsmål, og fordi en andel af eleverne ikke fuldendte spørgeskemaet.

Gennemgående i rapporten præsenteres resultaterne af statistiske tests for sammenhænge mellem *idrætstype* (holdidræt eller individuel idræt), *køn* (dreng eller pige) og *skolestørrelse*. Skolestørrelse er testet på to måder: 1) ved at opdele skolerne i hhv. *over* og *under* medianen og 2) *over* og *under* gennemsnit af elever. For at kunne udføre de statistiske analyser på spørgsmål med "ved ikke"-kategori er denne fjernet i korrelationsanalyserne (Spearman's Rho). I afsnittet omkring livskompetencer er der desuden udført regressionsanalyser.

# RESULTATER

## BAGGRUND

I dette afsnit præsenteres karakteristika for de deltagende efterskoler.

### Om deltagerne

44 efterskoler og 5333 besvarelser indgår i undersøgelsen

64% af efterskolerne er placeret i Jylland, 20% på Fyn og 16% fra Sjælland og øerne.

54% af besvarelserne er gennemført af piger, 46% af drenge, mens 1% krydsede af i kategorien "Andet".

84% går i 10. klasse, mens 15% går i 9. klasse

Eleverne er 16,9 år i gennemsnit

63% af eleverne bor på gange, 37% i huse

60% af eleverne bor blandet piger og drenge på gangen/i huset

### Skolestørrelse

Gennem kontakten med de deltagende efterskoler er elevtallet for hver efterskole dobbelttjekket med de faktiske elevtal på efterskolen i skoleåret 21/22 i marts-april. Oversigten over antal elever på efterskolerne ses i diagram 1. I undersøgelsen deltager både meget små skoler og meget store skoler. Over halv-

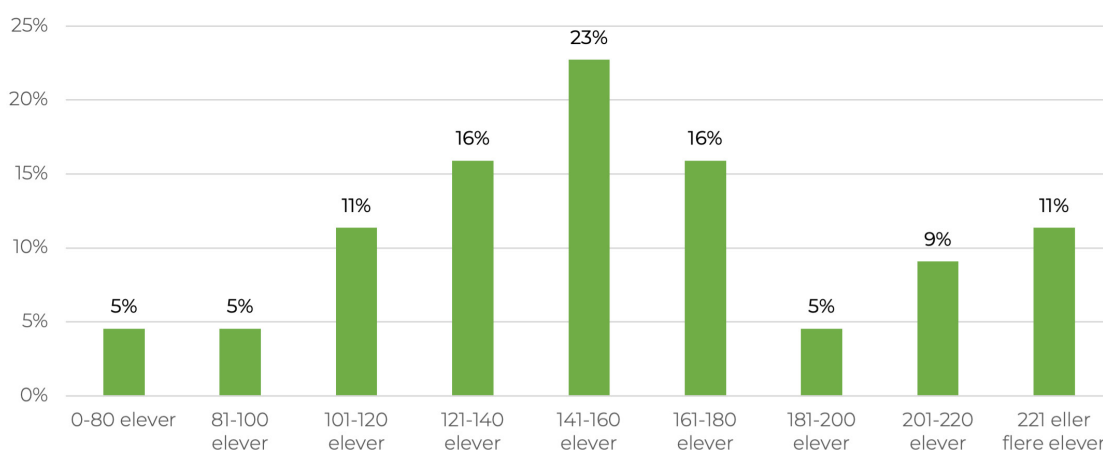
delen af de deltagende skoler har mellem 121-180 elever. Gennemsnittet for de deltagende idrætsefterskoler er 174 elever pr. skole, mens der på landsplan i skoleåret 2021/2022 var 132 elever pr. skole for alle typer efterskoler (Efterskolerne, 2021).

### Hvad betyder noget for valget af efterskole?

Eleverne er blevet spurgt om, i hvilken grad det var deres eget valg at komme på efterskole. Hertil svarer 94% af eleverne, at de i høj grad (78%) eller nogen grad (16%) oplever, at det er deres eget valg at komme på efterskole. Der findes en svag tendens til, at piger i lidt mindre grad end drenge har oplevet, at det var deres eget valg at komme på efterskole. Desuden ses en svag tendens til, at elever på mindre efterskoler i højere grad oplever, at de selv har taget valget. Der findes ingen sammenhæng med idrætstype.

I alt er det 44% af eleverne, der mener, at efterskolens fokus på fællesgymnastik i nogen grad eller i høj grad har haft betydning for deres valg. Det ses desuden, at det kun er 13% der mener, at den boglige undervisning i høj grad har haft betydning for deres valg af efterskole, men det er dog stadig sammenlagt halvdelen af eleverne, der mener, at den boglige undervisning i nogen grad eller i høj grad har haft en betydning.

Diagram 1: Skolestørrelse (n=44)

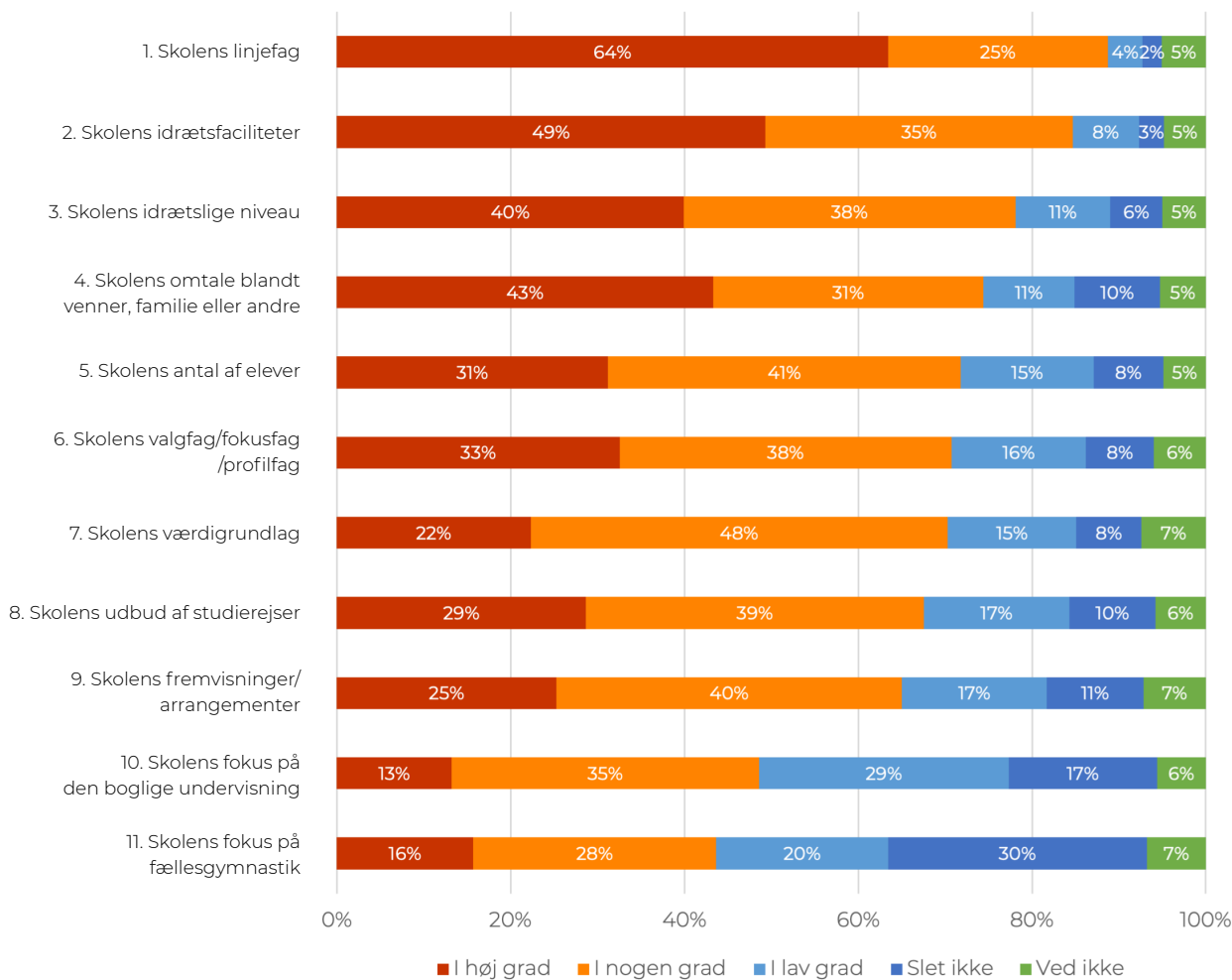


Eleverne blev i spørgeskemaet desuden bedt om at tage stilling til, hvad der havde betydning for deres valg af efterskole. Besvarelserne kan ses i diagram 2, hvor udsagnene er rangeret fra 1-11 efter den samlede andel af elever, der har svaret i nogen grad + i høj grad. Det ses tydeligt, at efterskolernes idrætslige profil har størst betydning for elevernes valg af idrætsefterskole. Det ses idet, at andelen af elever, der i nogen grad eller i høj grad vælger idrætsefterskole på baggrund af skolens linjefag, udgør 89%, skolens idrætsfaciliteter udgør 84% og skolens idrætslige niveau udgør 78%. Selvom skolernes fremvisninger, studierejser og værdigrundlag ligger i den nedre del er det stadig ca. hver fjerde elev, som tillægger det stor betydning for deres valg af efterskole.

På mange idrætsefterskoler er det idrætslige fag fællesgymnastik en fast del af skemaet, men det ser ikke ud til, at lige netop fællesgymnastik har samme betydning for valg af efterskole.

Statistiske tests viser en tendens til, at elever fra mindre skoler i højere grad prioriterer de boglige fag, valgfag, fællesgymnastik og antal elever på skolen end de større skoler. Elever på de større skoler vælger i højere grad ud fra idrætsfaciliteter end elever på mindre skoler. Der findes ingen sammenhæng med køn eller idrætstype.

**Diagram 2:** Fordeling af elevernes besvarelser på spørgsmålet: I hvilken grad har følgende haft betydning for dit valg af efterskole? Rangeret 1-11 efter højeste sammenlagte score for i nogen grad + i høj grad (n=4554)



### Værdier i hverdagen

De fleste efterskoler – herunder også idrætsefterskolerne – arbejder ofte efter et særligt sæt af værdier og konkrete værdisætninger. Det kan fx være: "Der skal være plads til alle". Men i hvilken grad har værdigrundlaget egentlig betydning for de unges valg af idrætsefterskole? Det svarer hele 71% (diagram 3), at det faktisk i høj grad eller nogen grad har.

I et andet spørgsmål er eleverne blevet spurgt, om de oplever, at deres hverdag på efterskolen også er bygget op omkring sådanne bestemte værdier og værdisætninger.

Her svarer 71% af eleverne, at de i høj grad eller nogen grad oplever, at hverdagen er bygget op omkring bestemte værdier – som fx "Efterskolen er et forpligtende fællesskab"; og "Der skal være plads til alle"; eller at man "skal tage ansvar for sig selv." Der findes ingen sammenhænge med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

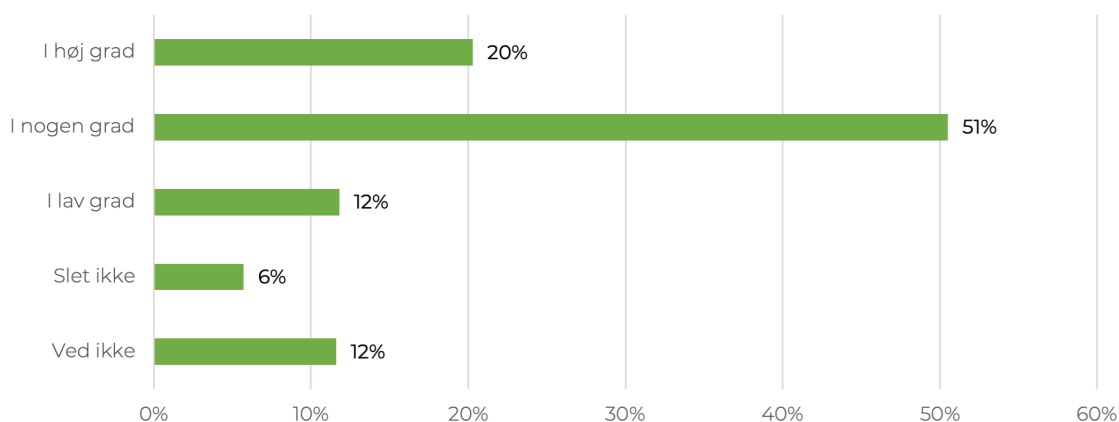
### Ugentlig mængde idræt

Eleverne blev bedt om at estimere hvor mange timer, de i gennemsnit bruger på idræt på en normal uge på efterskolen. Fordelingen af besvarelserne kan ses i tabel 1. Besvarelserne er udregnet til et timetal, der viser, at eleverne i gennemsnit dyrker 13,7 timers idræt om ugen. Disse timer er gennemsnitligt fordelt som vist i diagram 4.

Diagrammet viser, at eleverne bruger mest tid på deres linjefag med 4,9 timer om ugen. Dernæst fylder idræt i fritiden med 2,7 timer. Udregnes det ugentlige timeforbrug for idrætsundervisningen alene har eleverne 10,4 timers idræt om ugen (linjefag, valgfag, fællesgymnastik, drenge/pige-gymnastik og obligatorisk motion).

Når der testes for sammenhænge med den samlede mængde ugentlige idræt findes det, at drengene er mere aktive end pigerne. Piger er i gennemsnit aktive 12,6 timer om ugen, mens drengene er det 15,1 timer om ugen. Drengene er mere aktive i kategorien "Idræt i fritiden" end pigerne, idet drengene bruger 3,8 timer om ugen på at være aktive i fritiden, mens pigerne bruger 2 timer om ugen. Elever med holdidræt bruger flere timer på deres linjefag, end dem med individuel idræt. Undersøgelsen viser desuden, at de mindre efterskoler i højere grad har flere timers fællesgymnastik og drenge/pige-gymnastik og de store efterskoler flere timers linjefag.

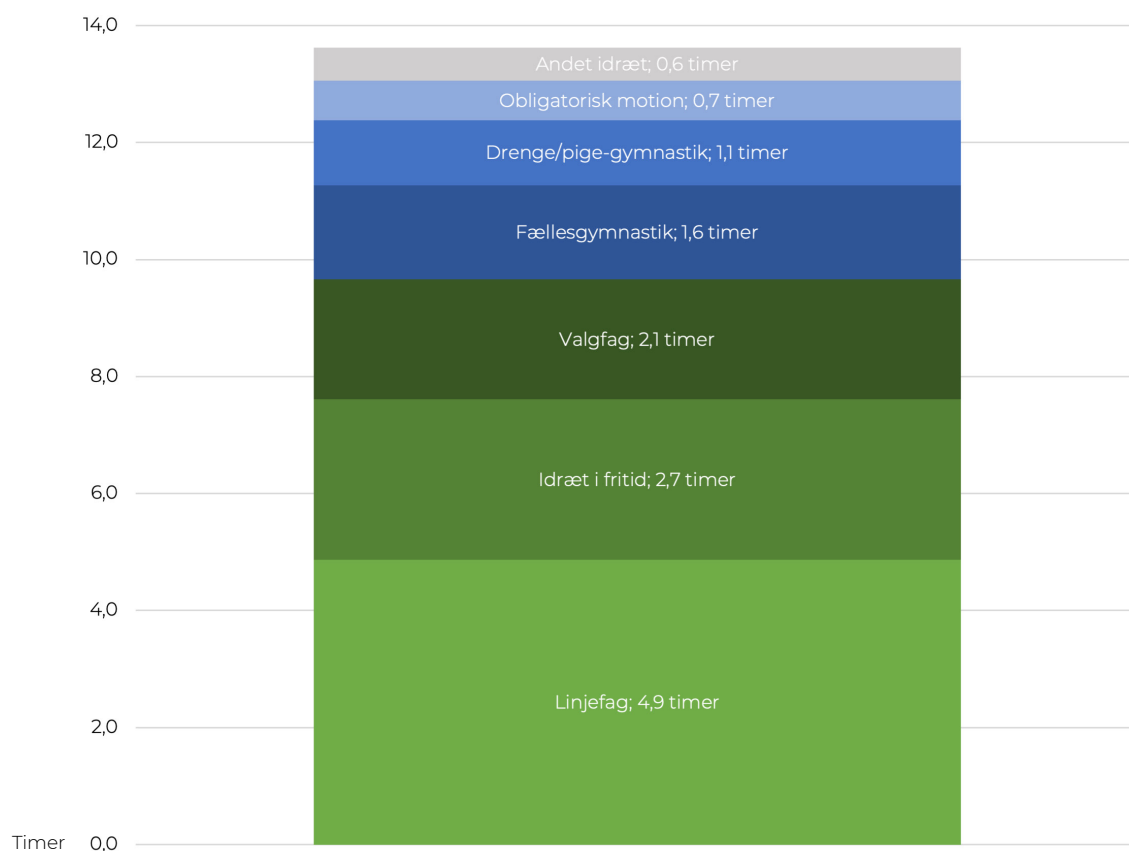
**Diagram 3:** I hvor høj grad oplever du, at din hverdag på efterskolen er bygget op omkring bestemte værdier fra skolens side? Værdier kunne eksempelvis være: "Forpligtende fællesskaber", "Plads til alle", "Tage ansvar for sig selv" (n=4609)



**Tabel 1:** Hvor meget idræt har du på efterskolen på en normal uge? (n=5333)

	LINJE- FAG MED IDRÆT	VALGFAG MED IDRÆT	FÆLLES- GYMNASTIK	DRENGE/ PIGE-GYM- NASTIK	OBLIGATORISK MOTION (MORGEN- LØB, FÆLLESTRÆ- NING MM.)	IDRÆT I FRITID (FX SELVTRÆNING, BOLDSPIL I HAL, SPRING I SPRING- CENTER MM.)	ANDET IDRÆT
0 timer	11%	28%	33%	41%	55%	8%	74%
0-1,5 timer	6%	36%	35%	42%	36%	47%	17%
2-3,5 timer	20%	21%	26%	14%	6%	22%	4%
4-5,5 timer	39%	10%	5%	3%	2%	12%	2%
6-7,5 timer	15%	3%	0%	1%	1%	6%	1%
8-9,5 timer	5%	1%	0%	0%	0%	1%	0%
10 eller flere timer	5%	1%	0%	0%	1%	4%	2%

**Diagram 4:** Hvor meget idræt har du på efterskolen på en normal uge? (gennemsnit udregnet) (n=5282)  
Gennemsnit: 13,7 timer om ugen.

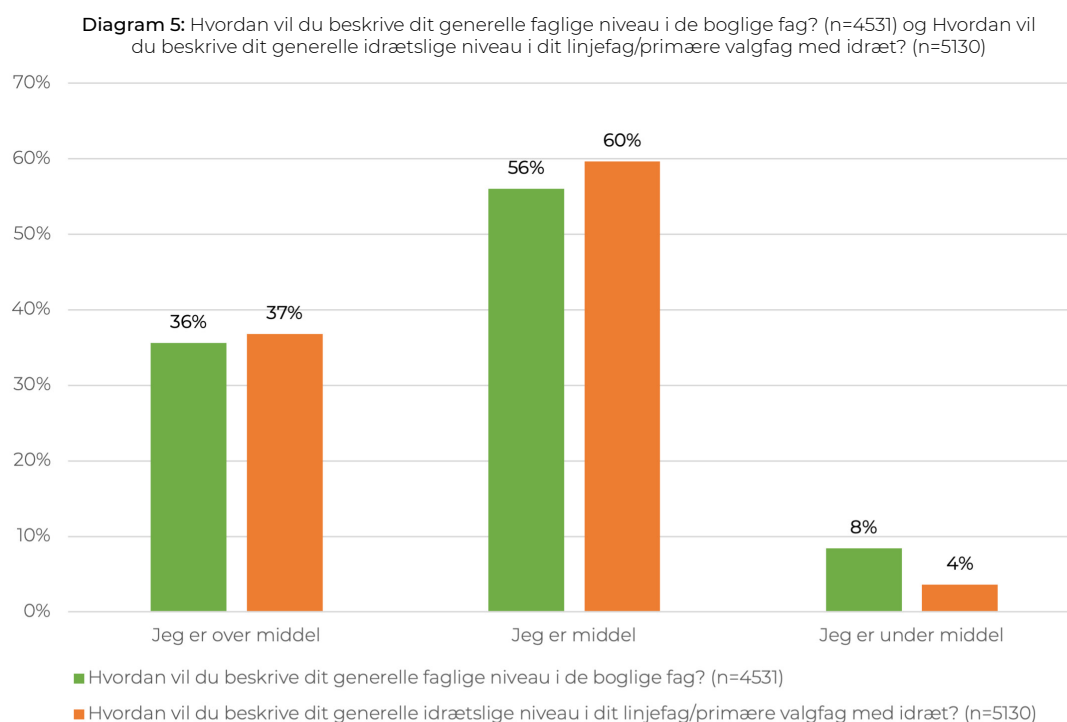


## Boglige og idrætslige niveau

Eleverne er blevet bedt om at vurdere deres eget niveau i både de boglige fag og i deres linjefag/primære valgfag med idræt. De kunne enten kategorisere sig selv som over middel, middel eller under middel.

I diagram 5 ses det, at 36% af eleverne svarer, at deres generelle niveau i de boglige fag er over middel, 56% svarer middel og 8% vurderer deres boglige niveau til under middel. Når eleverne spørges ind til deres idrætslige niveau i deres linjefag/primære valg med idræt, så svarer 37% af eleverne, at de er over middel, mens 60% svarer, at de er middel, og 4% vurderer, at de niveaumæssigt er under middel.

Det tegner et billede af, at de elever, der tager på idrætsefterskole, både har et solidt bogligt og idrætsligt niveau. Der findes ingen væsentlige sammenhænge med skolestørrelse, køn eller idrætstype.







## LINJEFAG

I det følgende afsnit præsenteres besvarelser fra de elever, der har *linjefag* på deres efterskole. Der vil blive præsenteret karakteristika for linjefagene generelt og for de fem største linjefag efterfulgt af en beskrivelse af undervisning og kulturen på linjefagene. Grundet for få besvarelser fra elever, der går på en efterskole med ren valgfagsstruktur, er der ikke sammenlignet karakteristika mellem linjefag og valgfag.

### Type linjefag

I spørgeskemaet blev eleverne spurgt ind til hvilket linjefag, de havde. I tabel 2 er alle de forskellige linjefag rangeret 1-31, hvor den kønsmæssige fordeling (andel af piger) også er oplyst. Desuden er det angivet, om linjefaget er kategoriseret som en *holdidræt* (med og uden direkte modstander), *individuel idræt* eller både *inividuel og holdidræt* (udeladt fra analyser).

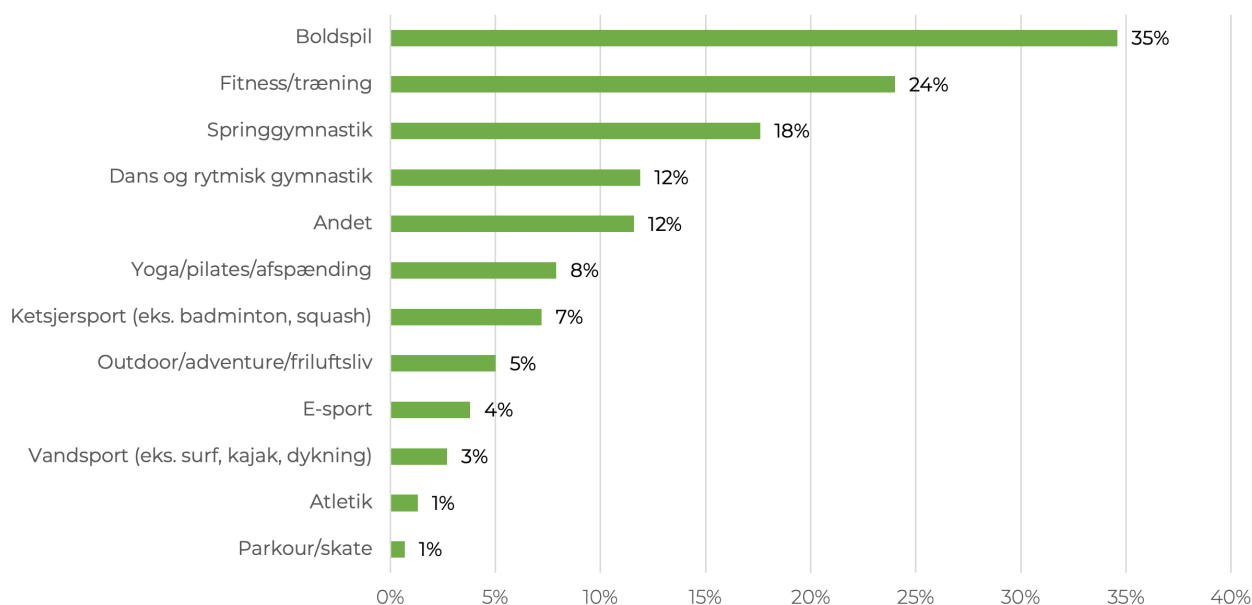
I tabel 2 ses det, at de fem største linjefag er fodbold, gymnastik (alle former), håndbold, dans (alle former) og badminton. Andelen af piger er størst på både håndbold, gymnastik og dans, mens fodbold og badminton modsat har størst andel af drenge. Kategorien "Andet" havde 5% af eleverne valgt, hvilket havde udløst en 5. plads, men denne er taget ud af følgende analyser, idet svarene i kategorien ikke repræsenterer en enkelt idrætsgren. Alle linjefag er blevet kategoriseret i enten holdidræt eller individuel idræt, hvorefter det er fundet, at 69% af eleverne dyrker en holdidræt som linjefag og 31% dyrker en individuel idræt.

### Valgfag udover linjefag

Eleverne er desuden blevet spurgt til, hvilke typer idrætslige valgfag de har udover deres linjefag.

I diagram 6 ses det, at eleverne især har boldspil, fitness/træning, springgymnastik samt dans og rytmisk gymnastik som valgfag ved siden af deres linjefag.

Diagram 6: Hvilke slags valgfag med idræt har du? (kryds gerne flere af) (n=5282)



Tabel 2: Hvilket linjefag har du? (n=4870)

LINJEFAG	PROCENT- VISE ANDEL	KØN (PIGER)	IDRÆTSTYPE <sup>4</sup>
Fodbold/pigefodbold/drengefodbold	26%	34%	Holdidræt
Gymnastik (alle former samlet) <sup>1</sup>	19%	71%	Holdidræt
Håndbold/håndbold (drenge)/håndbold (piger)	14%	55%	Holdidræt
Dans (alle former) <sup>2</sup>	11%	99%	Holdidræt
Badminton	4%	38%	-
Andet	5%	74%	-
Adventure/Outdoor/ Challenge/Next Level Adventure	3%	37%	Individuel idræt
Fitness og Adventure	3%	50%	Individuel idræt
Basketball	3%	13%	Holdidræt
E-sport	2%	5%	-
Volleyball	2%	64%	Holdidræt
Livsstil/fitness/fysisk træning/crossfit/fit living/styrketræning	2%	88%	Individuel idræt
Sejlsport	1%	43%	-
Adventuresport & ski/snowboard	0,8%	37%	Individuel idræt
Ridning	0,8%	100%	Individuel idræt
Cykling	0,7%	19%	-
Golf	0,7%	15%	Individuel idræt
Kombinationslinje/multilinje/Efterskole Classic/360 grader	0,7%	63%	-
Amerikansk fodbold	0,6%	8%	Holdidræt
Svømning	0,6%	64%	Individuel idræt
Ski	0,5%	64%	Individuel idræt
Blandet vandsport og friluftsliv <sup>3</sup>	0,5%	41%	-
Atletik	0,4%	62%	-
E-sport/fitness	0,4%	11%	-
Mountainbike/MTB+	0,4%	6%	Individuel idræt
Parkour/Skate	0,4%	0%	Individuel idræt
Løb	0,3	56%	Individuel idræt
Tennis	0,3%	57%	-
Friluftsliv	0,2%	44%	-
Triatlon	0,2%	42%	Individuel idræt
Bordtennis	0,1%	0%	-

1. Gymnastik (alle former): springgymnastik/spring (Individuel idræt), gymnastik (Holdidræt), rytmisk gymnastik (Holdidræt), TeamGym (Holdidræt), Power Tumbling (Holdidræt) og Grand Prix gymnastik (Holdidræt).

2. Dans (alle former): Dans (Holdidræt), Dans og rytme (Holdidræt).

3. Blandet vandsport og friluftsliv: Boardsport & ski/snowboard (Individuel idræt), Kajakpolo (Holdidræt), Kajak & Klatring (Både individuel og holdidræt), Sejlsport og ski/snowboard (Individuel idræt), Sejlsport/adventure (Både individuel og holdidræt) og Surf og kite (Individuel idræt)

4. Linjefag kategoriseret som 'Både individuel og holdidræt' (-) er udeladt fra analyser af idrætstype.

Under 0,1% af eleverne havde valgt linjefagene Force (brand, redder, politi), kampsport og parkour-fodbold hvorfor disse er udeladt af oversigten.

## Linjestørrelse

Eleverne blev spurgt ind til, hvor mange elever, de er på deres linje. Diagram 7 viser, at flest elever angiver, at der er mellem 21-30 elever på deres linje. Samlet er det halvdelen af eleverne (49%), der angiver, at der er mellem 11-30 elever på deres linjefag.

Ser vi på sammenhænge viser undersøgelsen, at især drenge og de elever, der dyrker en holdidræt svarer, at der er flere elever på deres linjefag. Derudover ser det ud til, at større efterskoler har flere elever på linjefaget end mindre skoler.

## Niveauopdeling

Eleverne er blevet spurgt ind til, hvor ofte de oplever, at blive niveauopdelt i deres linjefagsundervisning i hhv. linjefagsundervisning og til kamp/turnering og lignende. Fordelingen ses nedenfor i diagram 8.

Her ses det, at der er en andel på 29-35%, som aldrig er opdelt til hverken linjefagsundervisning eller til kamp/turnering og lignende. I linjefagsundervisningen er der 48% af eleverne, der svarer, at de nogle gange er opdelt i undervisningen, mens det kun er 17%, der svarer, at de altid er opdelt i linjefagsundervisningen. Omvendt svarer hele 46%, at de altid er opdelt til kamp/turnering og lignende, mens 26% kun nogle gange er opdelt til kamp/turnering og lignende. Statistiske tests viser, at elever med holdidræt i højere grad er niveauopdelte til undervisning og særligt meget til kamp/turnering og lignende. Desuden er drenge i højere grad end piger niveauopdelte både til undervisning og kamp/turnering og lignende. Derudover findes der en sammenhæng mellem skolestørrelse og niveauopdeling, der viser, at elever på de større skoler i højere grad er niveauopdelte til både træning og kamp/turnering og lignende.

Diagram 7: Hvor mange elever er I på dit linjefag? (n=4864)

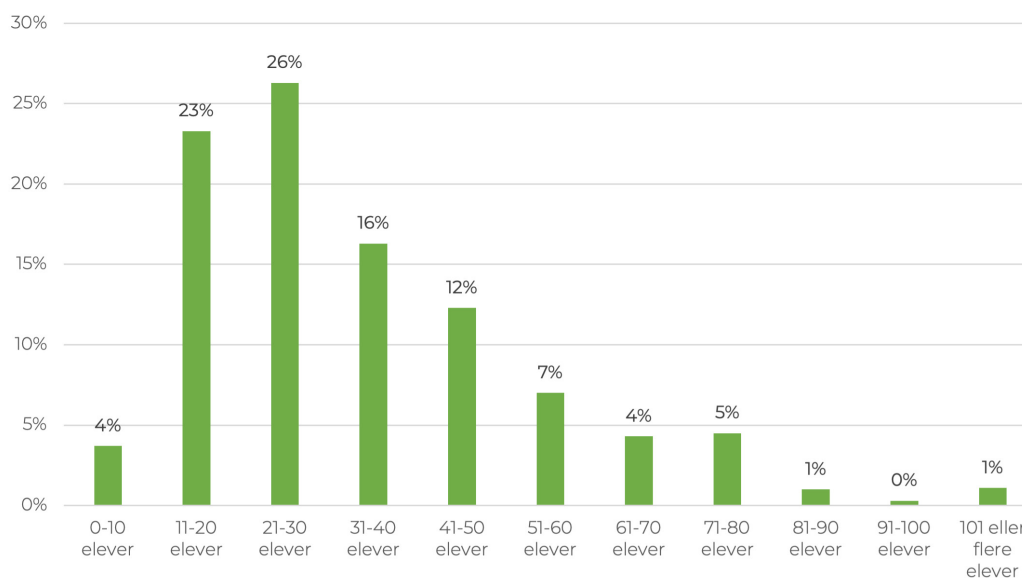
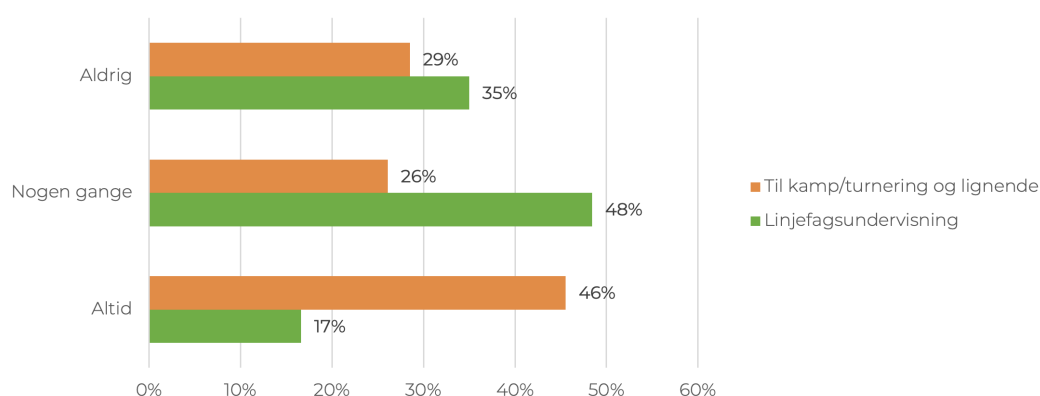


Diagram 8: Er I niveauopdelte på jeres linjefag? (n=4854)





Danmark

BOKSGYMNASTIK FORBUND

find os lokalt på

SAMMEN ER VI  
STÆRKE

Gym

Velstrup

Gym Danmark

## Elevernes oplevelse af kulturen på deres linjefag

Eleverne er blevet bedt om at vurdere, hvor enige de er i en fem udsagn om kulturen på deres linjefag. Fordelingen ses i diagram 9.

### 1. På min linje har vi et stærkt fællesskab

Det ses, at sammenlagt 75% af eleverne er enige eller helt enige i, at de oplever, at der på deres linje er et stærkt fællesskab. Der findes en statistisk signifikant sammenhæng, der viser, at drengene i højere grad end pigerne oplever, at de har et stærkt fællesskab på deres linje. 86% af drengene svarer, at de er enige eller helt enige i, at der på deres linje findes et stærkt fællesskab, mens denne andel hos pigerne er på 67%. Der er ikke fundet sammenhænge med skolestørrelse eller idrætstype.

### 2. På min linje har vi vores eget "sprog" og ritualer

Til dette spørgsmål svarer 40% af eleverne, at de er enige eller helt enige i, at de på deres linje har deres eget "sprog" og ritualer. Det ligner altså, at tilstedeværelsen af sprog og ritualer er vigtig, men ikke nødvendig for at opleve et stærkt fællesskab på linjefaget, som mange elever i det første spørgsmål svarede, at de oplevede. Hverken idrætstype eller skolestørrelse har nogen betydning for elevernes oplevelse af, at de har deres eget "sprog" og ritualer på deres linje. Der findes en statistisk signifikant sammenhæng med køn som indikerer, at drengene i højere grad end pigerne er enige i, at de har deres eget "sprog" og ritualer på deres linjefag.

### 3. På min linje er der meget intern konkurrence

Til dette spørgsmål svarer 41% af eleverne, at de er enige eller helt enige i, at der findes meget intern konkurrence på linjen og en stor andel på 31% svarer, at de hverken er enige eller uenige. Dermed ligner det, at der er en stor variation i, om eleverne oplever intern konkurrence på linjefaget eller ej. Undersøges variationen findes der en statistisk signifikant sammenhæng der viser, at 59% af drengene i undersøgelsen er enige eller helt enige i, at der er meget intern konkurrence på linjefaget, mens blot 26% af pigerne er enige eller helt enige i det samme. Drengene oplever altså i højere grad end pigerne intern konkurrence på deres linjefag. Ligeledes svarer de, der dyrker holdidræt, i højere grad at de er enige i dette spørgsmål, end de der dyrker individuel idræt. Skolestørrelse ikke ligner at have nogen betydning.

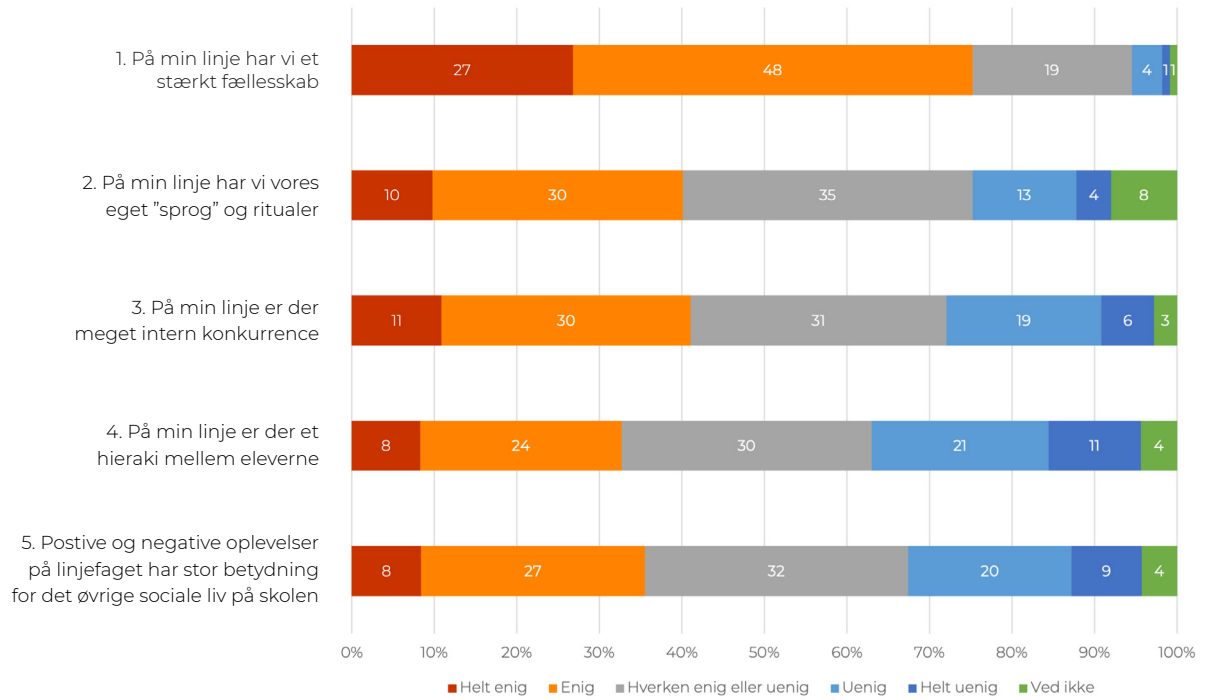
### 4. På min linje er der et hierarki mellem eleverne

På spørgsmålet om hvorvidt, der er et hierarki mellem eleverne, svarer eleverne meget varierende og deler sig i tre grupper med 30-32% af eleverne i kategorierne: helt enig eller enig, hverken enig eller uenig og uenig eller helt uenig. Drengene og de, der har holdidræt, svarer i højere grad, at de er enige i at der på deres linje findes et hierarki mellem eleverne. Der findes ingen væsentlig sammenhæng mellem dette spørgsmål og skolestørrelse.

### 5. Positive og negative oplevelser på linjefaget (fx sejre, nederlag eller konflikter) har stor betydning for det øvrige sociale liv på skolen

Eleverne blev desuden i spørgeskemaet bedt om at tage stilling til, om positive og negative oplevelser på linjefaget (fx sejre, nederlag eller konflikter) har stor betydning for det øvrige sociale liv på skolen. Dette spørgsmål blev stillet, da forskerne var nysgerrige på, om det, der sker i det idrætslige rum, har betydning for det øvrige sociale liv på efterskolen. Svarene herpå viser ikke en entydig retning. 32% af eleverne svarer, at de hverken er enige eller uenige, mens 35% svarer enig eller helt enig. Det tyder altså på, at nogle elever oplever dette, mens andre ikke gør. Der findes ligeledes her en kønsmæssig forskel i besvareelserne, der viser, at drengene i højere grad end pigerne er enige i udsagnet. De, der har holdidræt, svarer desuden også i højere grad, at de er enige i dette spørgsmål, mens skolestørrelse ikke ligner at have nogen betydning.

**Diagram 9:** Hvor enig er du i følgende udsagn om din linjefagsundervisning? (n=4808-4810) Rangeret 1-5 efter højeste sammenlagte score for enig + helt enig.



## **Elevernes oplevelse af linjefagsunderviserne**

Eleverne blev desuden bedt om at tage stilling til udsagn vedrørende deres linjefagsunderviser(e), og svarene herpå er fremstillet i diagram 10. Spørgsmålne er rangeret 1-4 efter den samlede mængde besvarelser i enig og helt enig. I spørgsmål 1, 3 og 4 undersøges tegn på, hvilken type motivationsklima eleverne oplever, og her spørges der ind til nogle af spørgsmålene i kategorierne "Motivationally Adaptive Strategies" og "Motivationally Maladaptive Strategies" (Ntoumanis et al., 2018).

### ***I linjefagsundervisningen giver mine lærere os elever specifik og konstruktiv feedback***

Størstedelen af eleverne er enige eller helt enige i, at deres lærere giver dem specifik og konstruktiv feedback, og kun 7% af eleverne er uenige eller helt uenige i dette. Særligt elever med individuel idræt er mere enige i, at deres lærere giver dem specifik og konstruktiv feedback. Der er ikke fundet sammenhænge med skolestørrelse eller køn.

### ***I linjefagsundervisningen arbejder mine lærere med at styrke vores fællesskab***

Eleverne oplever i høj grad, at deres linjefagslærere arbejder med at styrke deres fællesskab idet at 64% svarer enig eller helt enig, og kun 10% svarer uenig eller helt uenig. Eleverne oplever altså, at der er et fokus på at styrke fællesskabet i deres linjefagsundervisning. Dette gælder særligt for drenge, der i højere grad end piger, er enige i dette udsagn. Der er ikke fundet væsentlige sammenhænge med skolestørrelse eller idrætstype.

### ***I linjefagsundervisningen giver mine lærere os elever mulighed for at komme med inputs og træffe beslutninger omkring indholdet af undervisningen***

I dette spørgsmål undersøges det, hvor meget eleverne oplever at blive inddraget i undervisningen af linjefagslæreren. En stor andel på 59% af eleverne oplever at blive inddraget i beslutninger omkring indholdet af undervisningen, mens 11% er uenige eller helt uenige. Elever, der dyrker en individuel idræt, oplever i højere grad, at deres lærere giver dem mulighed for at komme med inputs og træffe beslutninger omkring indholdet af undervisningen, end elever, der dyrker holdidræt. Der er ikke fundet sammenhænge med skolestørrelse eller køn.

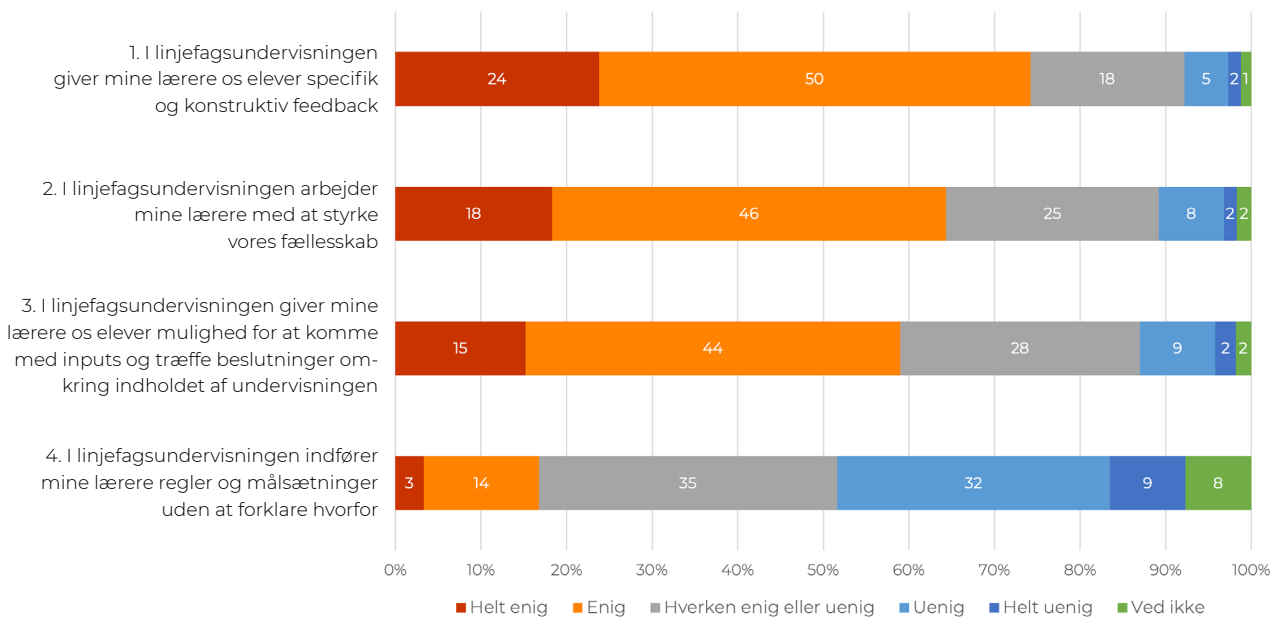
### ***I linjefagsundervisningen indfører mine lærere regler og målsætninger uden at forklare hvorfor***

Dette spørgsmål er negativt formuleret, hvilket betyder, at en besvarelse i kategorien i uenig eller helt uenig er et udtryk for en positiv sammenhæng. Besvarelserne viser, at hele 35% af eleverne svarer, at de hverken er enige eller uenige, hvilket er den højeste andel for denne kategori for de fire spørgsmål. Derudover er 17% af eleverne enige eller helt enige i, at deres lærere indfører regler og målsætninger uden at forklare hvorfor og 41% er uenige eller helt uenige. Dermed peger elevernes besvarelser ikke i en entydig retning. Uddybende findes det, at drengene er mest enige i udsagnet og dermed i højere grad end pigerne oplever, at deres linjelærere indfører regler og målsætninger uden at forklare hvorfor. Der er ikke fundet sammenhænge med skolestørrelse eller idrætstype.

Samlet tyder det på, at en stor del af eleverne oplever et motivationsklima, hvor lærerne giver dem konstruktiv feedback, og inddrager eleverne i beslutninger omkring undervisningen. Eleverne er dog splittede ift., om de oplever, at deres lærere indfører regler og målsætninger uden at forklare hvorfor.



Diagram 10: Hvor enig er du i følgende udsagn om din linjefagsundervisning? I linjefagsundervisningen. Rangeret 1-4 efter den samlede mængde besvarelser i enig + helt enig (n=4751).



## Mestrings- eller konkurrenceklima på linjefaget

Besvarelsen af de sidste spørgsmål omkring et linjefagsundervisningen ses i diagram 11. Inspirationen til disse spørgsmålsformuleringer kommer fra det validerede spørgebatteri Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (Fry et al., 1993). Besvarelsene anvendes blandt andet til at undersøge, om eleverne overvejende oplever, at linjefagsundervisningen er domineret af et mestrings- eller konkurrenceklima - eller om elementer af begge dele er gældende på samme tid.

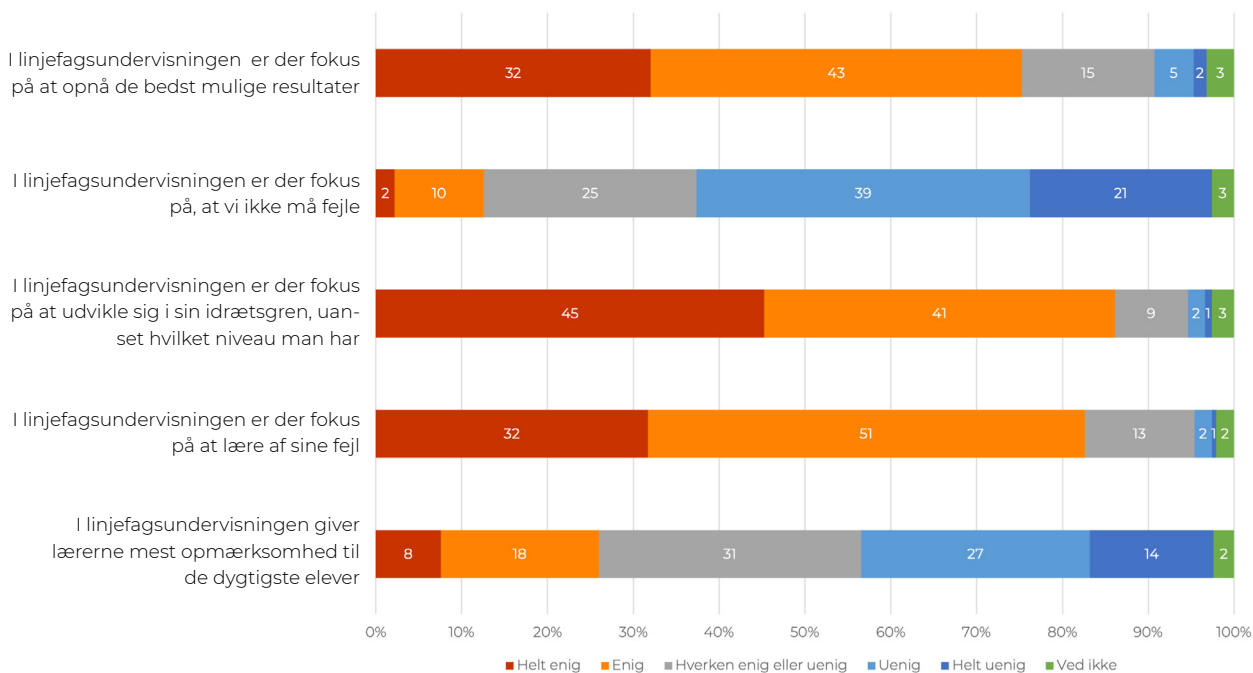
Det ses, at 75% af eleverne er enige eller helt enige i, at der på deres linjefag er fokus på at opnå de bedst mulige sportslige resultater – særligt dem med holdidræt. Samtidig er 60% uenige eller helt uenige i, at der på deres linjefag er fokus på, at man ikke må fejle, og meget få (12%) er enige eller helt enige deri. Det er særligt drenge og de der dyrker holdidræt, der oplever, at der er et fokus på ikke at fejle. Udover dette er 86% af eleverne enige eller helt enige i, at der er fokus på at udvikle sig i sin idrætsgren, uanset hvilket niveau man har.

I forlængelse af dette, er 83% af eleverne enige eller helt enige i, at der er fokus på at lære af sine fejl til linjefagsundervisning, og meget få (3%) er uenige eller helt uenige. Disse besvarelser tegner et billede af, at ambitionen om at opnå bedst mulige sportslige resultat ikke står i vejen for at have et mestringsklima med fokus på at lære af sine fejl og udvikle sig på sit eget niveau.

Eleverne er mest splittede i spørgsmålet omkring, om lærerne giver mest opmærksomhed til det dygtigste elever. Her er 26% enige eller helt enige, mens 41% er uenige eller helt uenige og stor gruppe på 31% fordeler sig på midten og er hverken enige eller uenige. De elever, der har holdidræt, er i højere grad enige i, at deres lærere giver mest opmærksomhed til de dygtigste elever, end de elever der har individuel idræt.

Skolestørrelse har ingen væsentlig betydning for nogen af spørgsmålene.

Diagram 11: Hvor enig er du i følgende udsagn om din linjefagsundervisning? (n=4702)





## FÆLLESGYMNASTIK

På 29 ud af de 44 deltagende idrætsefterskoler har eleverne fællesgymnastik. Ligeledes har 69% af eleverne i undersøgelsen fællesgymnastik. Med fællesgymnastik menes der den obligatoriske undervisning i gymnastik, hvor alle elever (både piger og drenge) er sammen.

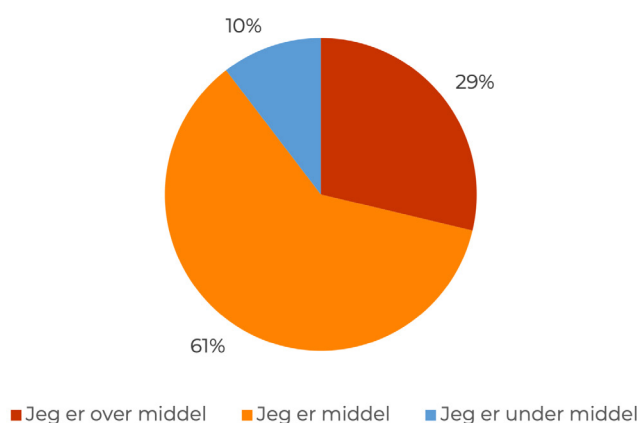
Eleverne blev stillet disse spørgsmål i marts-april 2022, hvor idrætsefterskoler med gymnastik typisk rejser rundt i landet og laver opvisninger – nogle gange en hel weekend ad gangen. Derfor fylder fællesgymnastik også meget i hverdagen for eleverne i den periode, hvor de har udfyldt spørgeskemaet.

### Selvvurderet niveau til fællesgymnastik

Eleverne er i spørgeskemaet blevet bedt om at vurdere deres eget niveau til fællesgymnastik. De kunne enten kategorisere sig selv som over middel, middel eller under middel (diagram 12).

I diagram 12 ses det, at 29% af eleverne med fællesgymnastik vurderer dem selv til at være over middel, 61% middel og 10% under middel. Pigerne vurderer i højere grad sig selv som værende over middel (30%) i forhold til drengene (27%). Derudover er det kun 6% af pigerne, der vurderer sig selv som værende under middel, mens den andel er oppe på 17% for drengene.

Diagram 12: Hvordan vil du beskrive dit generelle idrætslige niveau til fællesgymnastik? (n=3590)



### Elevernes oplevelse af fællesgymnastik

Fællesgymnastik fylder meget på mange efterskoler, og bliver ofte anvendt som et pædagogisk redskab for at fremme fællesskabet (Efterskolerne, 2021). Det gør det interessant at undersøge, hvordan eleverne faktisk oplever fællesgymnastikken. Eleverne er derfor blevet bedt om at tage stilling til forskellige udsagn omkring fællesgymnastik. Spørgsmålene er i diagram 13 rangeret fra 1-9 efter den samlede mængde besvarelser i enig + helt enig. Foruden skolestørrelse, idrætstype og køn er der i dette afsnit også testet for sammenhængen med elevernes selvvalgte niveau til fællesgymnastik.

Flest elever oplever at være enige i, at deres lærere i fællesgymnastik har fokus på at styrke deres fællesskab (73%), og dette udsagn er særligt elever fra mindre skoler, elever med individuel idræt samt elever med et højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik enige i. Dernæst oplever 71% af eleverne, at der er et relevant formål med fællesgymnastikken, hvilket særligt piger, elever fra mindre skoler og elever med et højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik er enige i. Derudover ses det, at fællesgymnastik skaber en stærk følelse af fællesskab for 69% af eleverne. Særligt piger, elever fra mindre skoler og elever med højt selvvalgt niveau til fællesgymnastik er enige i, at fællesgymnastik skaber en stærk følelse af fællesskab. Piger og de med højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik er ligeledes mere enige i, at de oplever at yde et vigtigt bidrag til gymnastikopvisningen, som samlet 64% er enige eller helt enige i. Desuden svarer 54% af eleverne, at de er enige eller helt enige i, at de glæder sig til at have undervisning i fællesgymnastik. Igen findes det, at piger, elever fra mindre skoler samt elever med et højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik særligt glæder sig til at have undervisning i fællesgymnastik. Dette gælder desuden også særligt for piger og elever med højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik.

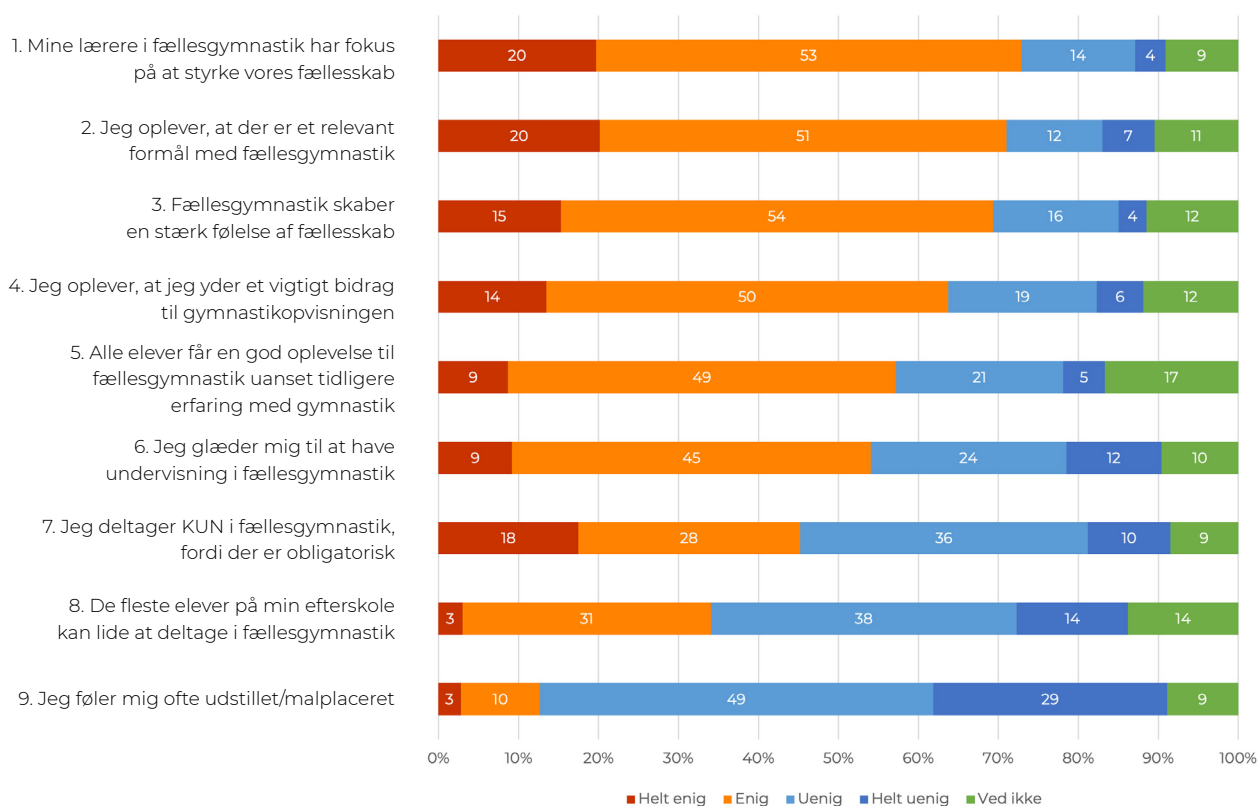
Eleverne er mere splittede omkring deres oplevelse af andre elevers oplevelse af fællesgymnastikken. 58% af eleverne er enige eller helt enige i, at alle elever får en god oplevelse til fællesgymnastik uanset tidligere erfaring med gymnastik. Dette er særligt elever på mindre skoler, elever med højere selvvalgt niveau til fællesgymnastik og piger enige i. Samtidig svarer blot 34%, at de er enige eller helt enige i, at de fleste elever på deres efterskole kan lide at deltage i fællesgymnastik.

Dette udsagn er særligt piger og elever på mindre skoler enige i. Ligeledes svarer 46%, at de kun deltager i fællesgymnastik fordi det er obligatorisk, og dette er særligt drengene, elever fra større skoler og elever med et lavere selv vurderet niveau til fællesgymnastik enige i. Derudover svarer 13%, at de ofte føler sig udstillet/malplaceret i fællesgymnastikken, mens 78% er uenige eller helt uenige i udsagnet. Til dette udsagn findes der ingen sammenhæng med hverken skolestørrelse, køn eller idrætstype, men der findes en sammenhæng, der viser, at elever med lavere selv vurderet niveau til fællesgymnastik i højere grad er enige i, at de ofte føler sig udstillet/malplaceret i fællesgymnastikken.

Elevernes besvarelser tegner et dobbelttydigt billede af, at mange elever i høj grad kan lide at være til fællesgymnastik og kan se et relevant formål med det, men at fællesgymnastikken samtidig er noget, der kan være svært at komme afsted til, og som ikke alle elever, synes er sjovt at deltage i. Der findes en gennemgående sammenhæng, der viser, at piger og elever med højere selv vurderet niveau generelt er mere enige i de positivt formulerede udsagn. Derudover findes der på 4 ud af 9 udsagn en tendens til, at elever fra mindre skoler er mere enige i de positivt formulerede udsagn.

## FÆLLESGYMNASTIK

**Diagram 13:** Hvor enig er du i følgende udsagn om fællesgymnastik? Rangeret 1-9 efter højeste sammenlagte score for enig + helt enig (n=3641-3661)



## Fællesgymnastikkens betydning for fællesskab

I et forsøg på at forstå, hvad der ligger til grund for, at elever føler et fællesskab i fællesgymnastikken, blev eleverne bedt om at svare på, hvad der har *betydning for*, om de oplever et fællesskab i fællesgymnastikken. Besvarelser på dette spørgsmål kan ses i diagram 14 rangeret fra 1-8 ud fra den sammenlagte score for i nogen grad + i høj grad.

Andelen af elever, som vurderer, at de otte udsagn slet ikke har betydning for, om de oplever et fællesskab i fællesgymnastikken, er generelt meget lille (2-6%). De fleste elever giver udtryk for, at alle udsagnene i nogen grad eller høj grad har en betydning for, at de oplever et fællesskab i fællesgymnastikken. Det ses, at eleverne især tillægger opvisningsture, fælles mål og afhængighed af hinanden stor betydning for oplevelsen af fællesskab. Derudover betyder ritualer som fx kampråb og fanehilsen i høj grad noget for 52% af eleverne og i nogen grad noget for 28% af eleverne.

Fællesgymnastikkens kropslige praksis kan have betydning for elevernes oplevelse af fællesskab. Til spørgsmålene om fælles rytme og synkrone bevægelser og at man nærmest kan "mærke" fællesskabet i kroppen, svarer henholdsvis 81% og 75%, at det i nogen grad eller i høj grad har betydning for deres oplevelse af fællesskab i fællesgymnastikken. For spørgsmålet omkring kropskontakt med andre

elever er det lidt færre (65%), der angiver, at det har stor betydning for fællesskabet. Eleverne mener, at det har en betydning for oplevelsen af fællesskabet i fællesgymnastikken, at de laver bevægelser sammen, mens de er fysisk tætte.

De elever, der har et højere selv vurderet niveau til fællesgymnastik, er konsekvent mere enige i alle otte udsagn på nær udsagnet: "At der er kropskontakt med andre elever". Derudover er pigerne særligt enige i, at det har en betydning for deres oplevelse af fællesskabet, at der er et fælles mål, ritualer, synkrone bevægelser, opvisningsture og at man nærmest kan "mærke" fællesskabet i kroppen. Elever på mindre efterskoler er mere enige i, at ritualer og opvisningsture er vigtige for deres oplevelse af fællesskab, og desuden oplever elever på mindre skoler i højere grad at man nærmest kan "mærke" fællesskabet i kroppen. Der er ikke fundet nogen sammenhæng med idrætstype.

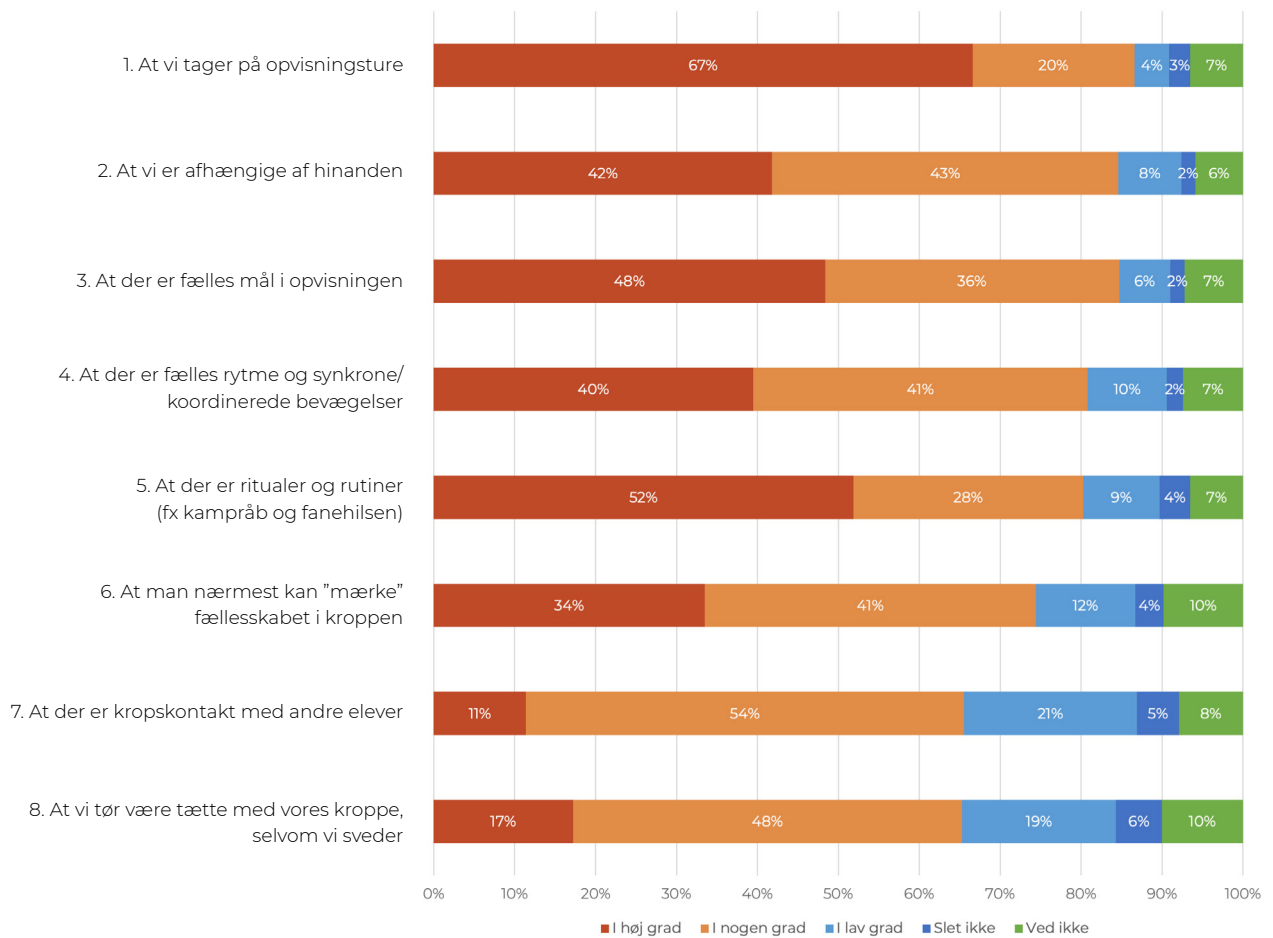
### **OBS!**

Formålet med at have fællesgymnastik på efterskoler bliver ofte præsenteret med et fokus på, at fællesgymnastik er med til at fremme fællesskabet på efterskolen.

For at teste dette er det undersøgt, om de elever, der har fællesgymnastik, i højere grad er enige i, at de føler sig en del af fællesskabet på hele skolen.

Det er der dog ikke fundet nogen statistisk signifikant sammenhæng mellem.

Diagram 14: I hvilken grad har nedenstående dele betydning for, om du oplever et fællesskab i fællesgymnastikken? Rangeret 1-8 efter højeste sammenlagte score for i nogen grad + i høj grad (n=3618)



## FÆLLESSKAB

Dette afsnit handler om elevernes oplevelse af fællesskab, om de føler sig som en del af fællesskabet, om de engagerer sig i fællesskabet samt kendetegn ved fællesskabet på deres efterskole.

### At føle sig som en del af fællesskabet

I diagram 15 vises svarfordelingen for eleverne i forhold til i hvor høj grad, de føler sig som en del af fællesskabet i forskellige domæner på efterskolen.

Gennemgående ses det, at størstedelen af eleverne i nogen eller i høj grad føler sig som en del af fællesskabet på hele skolen, i idrætsundervisningen, i den øvrige undervisning og i fritiden. I idrætsundervisningen føler 89% af eleverne sig i nogen og høj grad som en del af fællesskabet, og i fritiden gør det sig gældende for 88% af eleverne. 86% af eleverne føler sig som en del af fællesskabet i den øvrige undervisning, og 84% føler det på hele skolen. Rettes blikket mod de elever, som svarer, at de i lav grad eller slet ikke føler sig, som en del af fællesskabet, svinger det på tværs af domænerne mellem 9-14%. Der er særligt mange elever, der har svaret at de i høj grad føler sig en del af fællesskabet i idrætsundervisningen (46%) og i fritiden (48%).

Særligt drengene føler sig som en del af fællesskabet på hele skolen, i idrætsundervisningen og i den øvrige undervisning. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype

### At engagere sig i fællesskabet

I diagram 16 vises elevernes besvarelser på, i hvor høj grad, at de engagerer sig i fællesskabet på hele skolen, i idrætsundervisningen, i den øvrige undervisning og i fritiden. 89% af eleverne svarer, at de i nogen eller i høj grad engagerer sig i fællesskabet i idrætsundervisningen, mens tallet er 87% for hele skolen og 84% den øvrige undervisning. Højest finder vi, at hele 92% i nogen grad eller i høj grad engagerer sig i fællesskabet i fritiden. Her er andelen af elever, der svarer i høj grad, ligeledes størst med over halvdelen af besvarelserne i denne kategori.

En mindre gruppe på mellem 6-12% svarer, at de i lav grad eller slet ikke føler, at de engagerer sig i de forskellige fællesskaber på efterskolen. Ovenstående tegner et billede af, at størstedelen af eleverne føler, at de engagerer sig i fællesskabet i alle de fire domæner. Der er ikke fundet nogen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

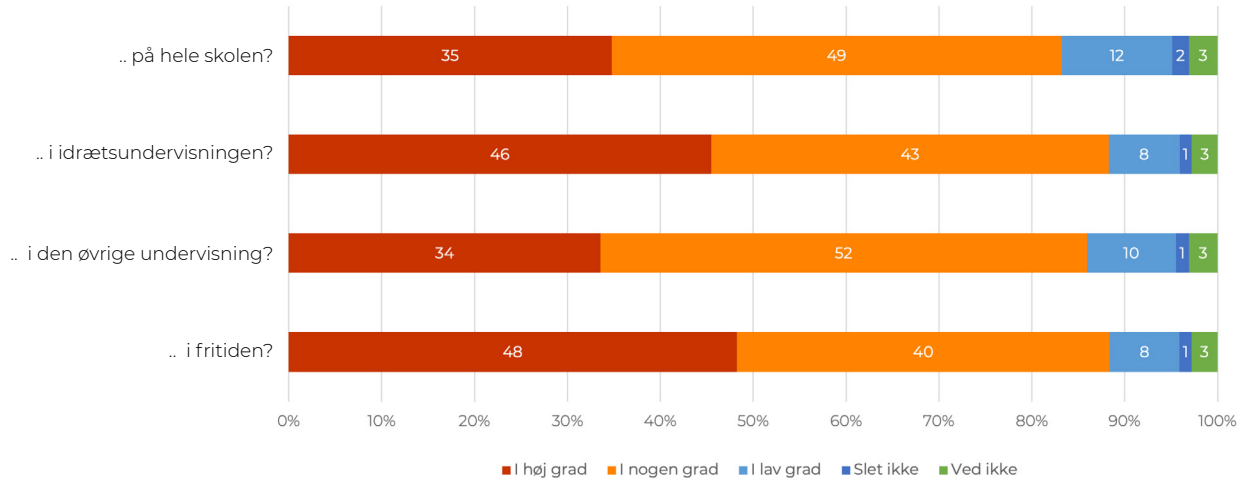
### Engagere sig i fællesskabet og at føle sig som en del af fællesskabet

Det er undersøgt, om der findes en sammenhæng mellem dét at engagere sig i fællesskabet og dét at føle sig en del af fællesskabet. Der findes en meget stærk statistisk signifikant sammenhæng mellem dét at engagere sig i fællesskabet og dét at føle sig som en del af det. Denne sammenhæng findes for alle fællesskaberne: på hele skolen, i idrætsundervisning, i den øvrige undervisning og i fritiden. Det er værd at holde for øje, at denne type sammenhængsmål ikke kan sige noget om retningen for sammenhængen. Det vil sige, at dette lige så vel kan være et udtryk for, at de elever, der oplever at være en del af fællesskabet, i højere grad også engagerer sig i det.



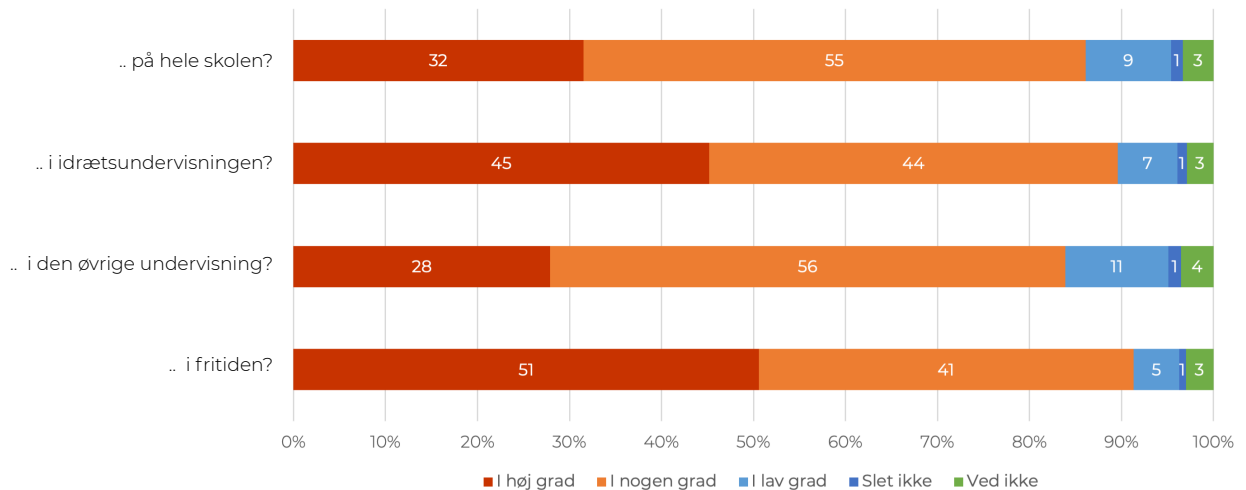
## EN DEL AF FÆLLESSKABET

Diagram 15: I hvor høj grad føler du, at du er en del af fællesskabet... (n=4602)



## ENGAGERE SIG I FÆLLESSKABET

Diagram 16: I hvor høj grad føler du, at du engagerer dig i fællesskabet? (n=4596)



## Kendetegn ved fællesskabet på efterskolen

Eleverne er desuden blevet bedt om at tage stilling til udsagn omkring fællesskabet på deres efterskole. I diagram 17 vises elevernes svar på fire udsagn om deres efterskole.

På landets efterskoler er der ofte et stort fokus på fællesskab, og at eleverne skal føle sig som en del af fællesskabet. I udsagnet om, hvorvidt det er nemt at føle sig udenfor fællesskabet, svarer 42% af eleverne, at de er enige eller helt enige, mens halvdelen af eleverne svarer uenig eller helt uenig. Det er særligt udtalt for pigerne, der i højere grad end drengene svarer, at de er enige i, at det er nemt at føle sig udenfor fællesskabet. Der er ikke fundet forskel i forhold til skolestørrelse eller idrætstype.

### **Det er nemt at blive populær, hvis man er god til sin idrætsgren**

Når eleverne spørges ind til, om det er nemt at blive populær, hvis man er god til sin idrætsgren, svarer lidt over halvdelen af eleverne, at de er enige eller helt enige i dette. 37% svarer derimod, at de er uenige eller helt uenige i, at det at være god til sin idræt, gør det nemt at blive populær. Dette er særlig udtalt for drengene og elever fra større skoler, der i højere grad er enige i, at det er nemt at blive populær, hvis man er god til sin idrætsgren. Der er ikke fundet en væsentlig forskel i forhold til idrætstype.

### **Man skal anstrenge sig for at være en del af fællesskabet**

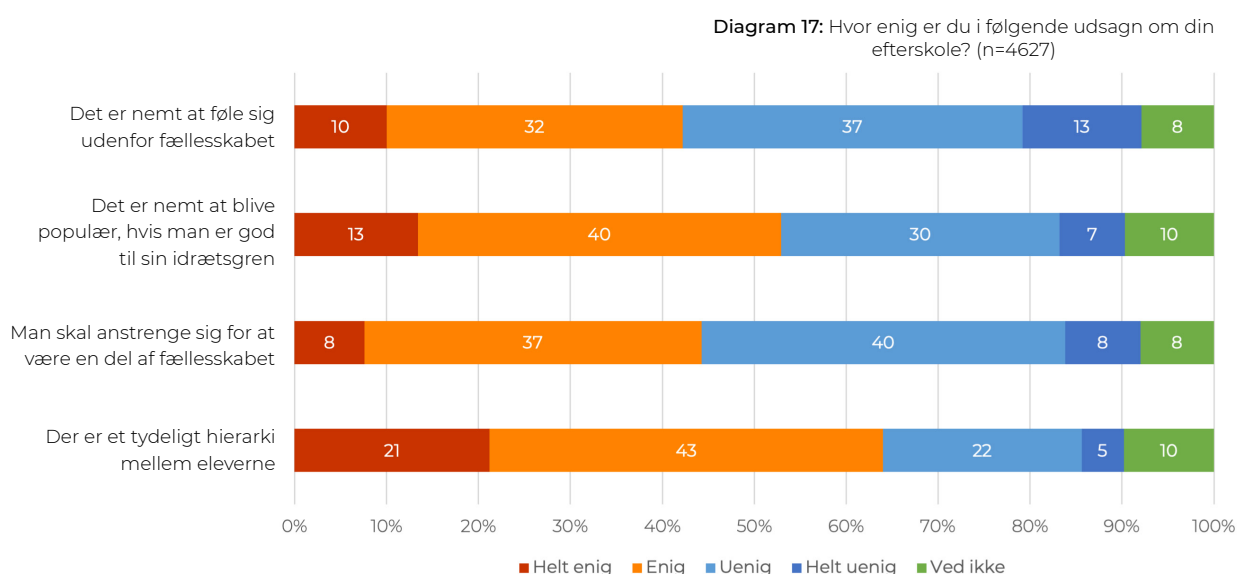
I forhold til udsagnet om, at skulle anstrenge sig for at være en del af fællesskabet, tegner der sig et ligeligt fordelt billede. 48% af eleverne svarer, at de er uenige eller helt uenige, og 45% svarer, at de er enige eller helt enige i, at man som elev skal anstrenge sig for at være en del af fællesskabet på efterskolen. Der er ikke fundet forskel i forhold til skolestørrelse, køn eller idrætstype.

### **Der er et tydeligt hierarki mellem eleverne**

Samlet er der 64% af eleverne, der er enige eller helt enige i, at der er et tydeligt hierarki mellem eleverne, mens 27% er uenige eller helt uenige. Dette udsagn er særligt pigerne enige i, hvilket betyder, at pigerne i højere grad end drengene oplever, at der er et tydeligt hierarki mellem eleverne. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### **Opsamling**

Samlet tegner afsnittet om fællesskab et billede af, at en stor del af eleverne føler sig som en del af fællesskabet på de nævnte fire domæner på skolen, og at der findes en stærk sammenhæng mellem at engagere sig i fællesskabet og at føle sig som en del af det. Der tegnes dog også et billede af, at en del elever oplever, at det er nemt at føle sig udenfor fællesskabet, at det er nemt at blive populær, hvis man er god til sin idrætsgren. Ligeledes udtrykker de, at man skal anstrenge sig for at være en del af fællesskabet, og at der er et hierarki mellem eleverne.





## RELATION TIL LÆRERNE

I det følgende afsnit undersøges det, hvordan eleverne oplever deres relation til deres lærere. Eleverne har svaret på, i hvor høj grad forskellige dele har betydning for relationen til den lærer, som de har mest kontakt med. Derudover har eleverne også besvaret spørgsmål omkring deres relation til deres linjefaglærer/valgfaglærer gennem det validerede spørgebatteri "Interpersonal Behaviors Questionnaire" (Rocchi et al., 2016).

### Betydning for relation til lærer

I diagram 18 ses fordelingen af elevernes besvarelser på spørgsmålet *I hvilken grad har nedenstående betydning for din relation til de lærere, som du har mest kontakt med?*

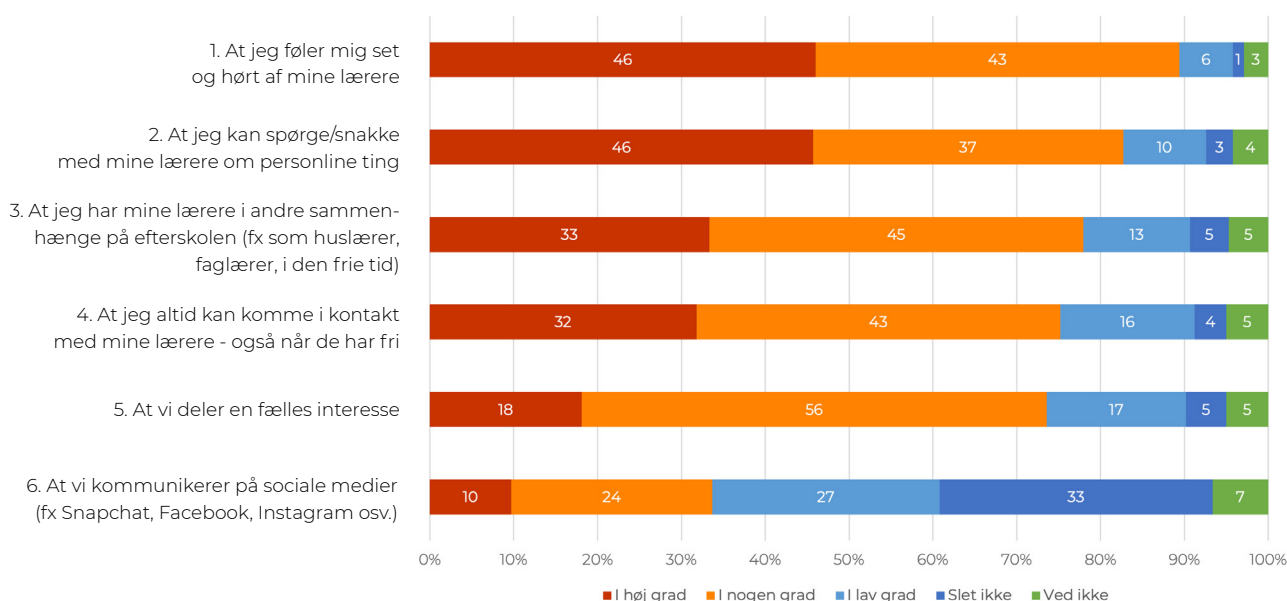
74% af eleverne svarer, at det i nogen grad eller i høj grad har en betydning for deres relationen til læreren, at de deler en fælles interesse. Dette er særligt vigtigt for drengene. Ligeledes svarer hele 89% af eleverne, at det i nogen grad eller i høj grad har betydning, at de føler sig set og hørt af deres lærer og 83%, at det har betydning for deres relation til læreren, at eleverne kan spørge/snakke med deres lærer om personlige ting, hvilket er særligt vigtigt for drengene.

Samlet tyder det på, at rollen som efterskolelærer indebærer en særlig opgave med at kunne snakke med eleverne om personlige ting, og give eleven en oplevelse af at blive set og hørt. Desuden betyder det noget at kunne dele en fælles interesse.

Eleverne giver også den særlige boform betydning for deres relation til læreren idet, at 78% af eleverne nævner, at de i nogen grad eller i høj grad mener, at det har en betydning, at de har deres lærere i andre sammenhænge på efterskolen (eks. som huslærer, faglærer, i den frie tid). Derudover mener 75%, at det i nogen grad og i høj grad har en betydning, at de at de kan komme i kontakt med deres lærere – også når de har fri. Dog nævner 60% af eleverne, at det slet ikke eller i lav grad har betydning for relationen til læreren, at de kommunikerer med deres lærere på sociale medier. Det tyder på, at der for en stor del af eleverne og lærerne findes en grænse for, hvor meget og hvordan man har kontakt til sin lærer.

Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype ved nogen af spørgsmålene.

**Diagram 18:** I hvilken grad har nedenstående betydning for din relation til de lærere, som du har mest kontakt med? Rangeret 1-6 efter højeste sammenlagte score for i nogen grad + i høj grad (n=4949)





## Interpersonal Behaviors Questionnaire

I det følgende anvendes spørgeskemaet Interpersonal Behaviors Questionnaire (IBQ) til at undersøge elevernes vurdering af deres relation til deres linjefaglærer/valgfaglærer. Spørgsmålene tager udgangspunkt i selvbestemmelsesteorien og de tre psykologiske behov: medbestemmelse, kompetence og samhørighed. Selvbestemmelsesteorien bygger på, at de tre psykologiske behov er påvirket af andre individers interpersonelle adfærd (Rocchi et al., 2016). Er disse psykologiske behov opfyldt, er det fundet flere positive udfald for atleter som: *"En større interesse i sport, bedre koncentration, mere glæde, øget tilfredshed i idrætten og forbedrede konkurrencemæssige resultater"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 15). I undersøgelsen er IBQ både anvendt som et udtryk for, hvordan linjefaglærerne/valgfaglærerne støtter efterskoleeleverne i deres idræt på idrætsefterskoler, og desuden for at give et indblik i elevernes oplevelse af relationen til linjefaglæreren/valgfaglæreren.

Spørgeskemaet består af 24 spørgsmål og er valideret i en sportskontekst (ibid). Formulering *"My coach.."* er oversat til en dansk efterskolekontekst og lyder nu: *"Mine linjefaglærere/valgfaglærere.."*. Spørgsmålene består af tre temaer (medbestemmelse, kompetence og samhørighed) med fire støttende udsagn som fx *"Mine linjefaglærere/valgfaglærere giver mig frihed til at træffe mine egne valg"* og fire modarbejdende udsagn som fx: *"Mine linjefaglærere/valgfaglærere presser mig til at gøre tingene på deres måde"*.

I det følgende bliver de enkelte spørgsmålsbatterier udfoldet, for at undersøge, hvor eleverne oplever, at lærerne støtter dem, og hvor eleverne oplever, at lærerne modarbejder dem.

### Støttende

I diagram 19 ses fordelingen af elevernes besvarelser på de i alt 12 spørgsmål omkring lærernes støttende adfærd indenfor områderne medbestemmelse, kompetence og samhørighed.

### Medbestemmelse

At støtte det psykologiske behov for medbestemmelse er karakteriseret ved at give eleven et *"rationale, et valg og anerkende deres perspektiver"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16). På alle fire spørgsmål om medbestemmelse ses en overvægt af besvarelser i kategorierne enig og helt enig på

mellem 65-71%. Samtidig er der meget få besvarelser i uenig eller helt uenig, som kun ligger på mellem 3-5%. En stabil andel på mellem 26-30% svarer hverken eller. En stor andel af eleverne oplever, at deres linjefaglærere/valgfaglærere giver dem frihed til at træffe egne valg, opmuntrer dem til at træffe egne beslutninger samt støtter deres beslutninger og i de valg de træffer for dem selv. Drengene oplever en lille smule mere end pigerne, at deres lærere giver dem frihed til at træffe egne valg. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### Kompetence

At støtte det psykologiske behov for kompetence er karakteriseret ved at *"anerkende elevens udvikling, tro på at de kan nå deres mål og succes, og at give positiv feedback"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16). Som ved afsnittet omkring medbestemmelse (støttende) ses samme tendens; at størstedelen af eleverne har svaret enig eller helt enig på de positive formulerede spørgsmål (71-85%), og samtidig har meget få elever (3-6%) svaret uenig og helt uenig. Dette anses som et udtryk for, at en stor del af eleverne oplever, at deres linjefaglærere/valgfaglærere opmuntrer dem til at forbedre deres evner, giver dem værdifuld feedback, anerkender at de er i stand til at nå deres mål og fortæller dem, at de kan opnå noget. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

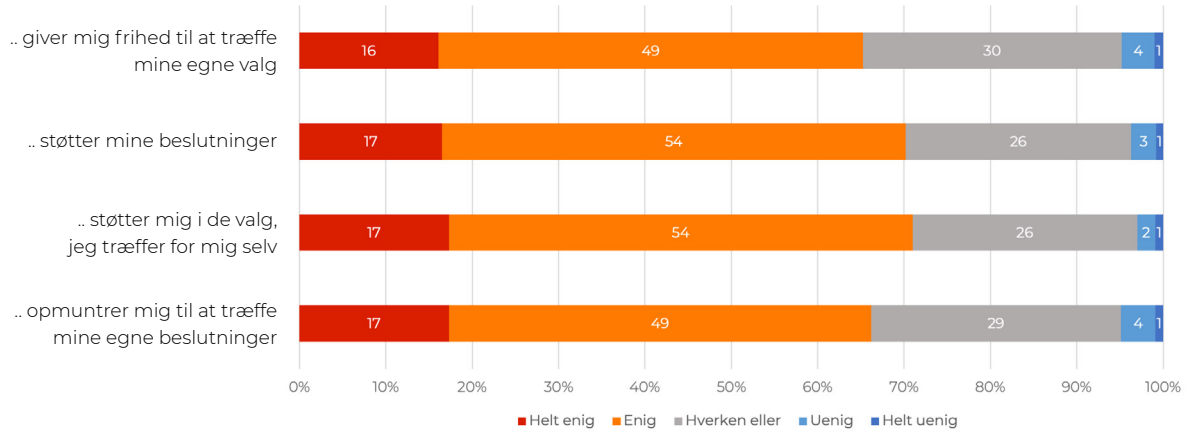
### Samhørighed

At støtte det psykologiske behov for samhørighed er karakteriseret ved at *"have interesse for elevernes aktiviteter, oprigtig kunne lide eleverne, og give dem støtte og omsorg"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16). Der ses, at der er en væsentlig forskel i måden eleverne har besvaret disse fire spørgsmål på. Det ses ved, at der i spørgsmålet "nyder oprigtig at bruge tid med mig" i højere grad en de andre spørgsmål er flere elever, der svarer hverken eller og i lavere grad enig og helt enig. Der er således her en andel på 54% af eleverne, der er enige eller helt enige i, at deres linjefaglærere/valgfaglærere oprigtigt nyder at bruge tid sammen med dem. Samtidig er der hele 39%, der svarer hverken eller, hvilket er højere end de andre tre spørgsmål (24-29%). Eleverne er i højere grad enige i (63-71%), at deres linjefaglærere/valgfaglærere er i interesseret i, hvad de gør, tager sig tid til at lære dem at kende og sætter sig ind i deres situation. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

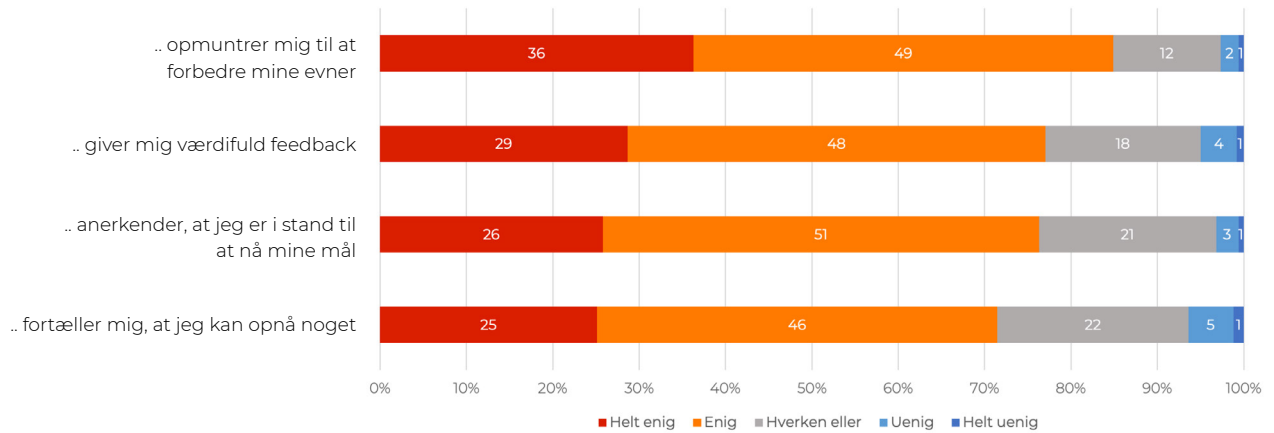
## STØTTENDE

Diagram 19: Hvor enig er du i følgende udsagn om dine linjefaglærere/valgfaglærere på efterskolen? **Mine linjefaglærere/valgfaglærere ...** (n=4844-4927)

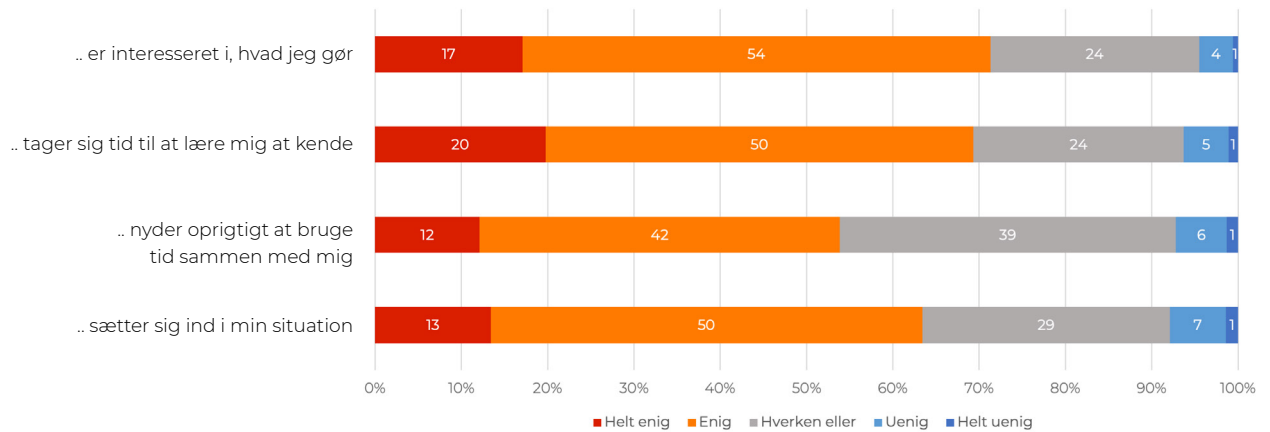
### MEDBESTEMMELSE



### KOMPETENCE



### SAMHØRIGHED



### Modarbejdende

I diagram 20 ses fordelingen af elevernes besvarelser på de i alt 12 spørgsmål omkring lærernes *modarbejde* adfærd indenfor områderne medbestemmelse, kompetence og samhørighed. Da spørgsmålene er negativt formuleret, vil en besvarelse i fx helt uenig være udtryk for en positiv sammenhæng.

### Medbestemmelse

At modarbejde det psykologiske behov for medbestemmelse er karakteriseret ved at *"anvende intimiderende sprog med elever, stille krav og indføre belønninger"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16).

Mellem 33-53% af eleverne svarer, at de er uenige eller helt uenige i de fire spørgsmål omkring medbestemmelse. Den laveste procentandel ses ved spørgsmålet *"... presser mig til at gøre tingene på deres måde"*, hvor blot en tredjedel af eleverne har angivet, at de er uenige eller helt uenige, og 28% af eleverne har angivet, at de er enige eller helt enige.

Ved disse fire spørgsmål svarer 16-28% af eleverne, at de er enige eller helt enige, hvilket er et udtryk for, at mellem 1-3 ud af 10 elever mener, at lærerne presser dem til at gøre tingene på deres måde, påtvinger dem deres meninger, presser dem til at handle på bestemte måde og begrænser deres valg. For alle fire spørgsmål er der en stor andel på mellem 32-39%, der svarer hverken eller. Drengene oplever en lille smule mere end pigerne, at deres lærere påtvinger dem deres meninger og presser dem til at handle på bestemte måder. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### Kompetence

At modarbejde det psykologiske behov for kompetence er karakteriseret ved at *"afskrække elever fra at prøve svære udfordringer, sende dem det budskab at de er inkompetente, tvivle på deres evne til at udvikle sig i deres sport og fokusere på deres fejl"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16).

Modsat medbestemmelse (modarbejdende) ses her en tendens til, at eleverne er mere uenige i de negativt formulerede spørgsmål. Mellem 49-74% af eleverne svarer, at de er uenige eller helt uenige i de fire spørgsmål. Derudover er der lidt færre elever, der er enige eller helt enige i de fire spørgsmål, nemlig mellem 9-24%. Samlet set er størstedelen af eleverne uenige i, at deres linjefaglærere/valgfaglærere påpeger, at de sandsynligvis vil fejle, giver dem indtryk af, at de er dårlige, tvivler på deres potentiale for at

forbedre sig og sætter spørgsmålstejn ved, om de er i stand til at klare udfordringer. Lidt flere drenge end piger er enige i, at deres lærere påpeger, at de sandsynligvis vil fejle og at lærerne tvivler på deres potentiale for at forbedre sig. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### Samhørighed

At modarbejde det psykologiske behov for samhørighed er karakteriseret ved *"at være fjern, ikke lytte til eleven, ikke være tilgængelig og ekskludere eleven fra aktiviteter eller muligheder"* (oversat) (Rocchi et al., 2016, p. 16).

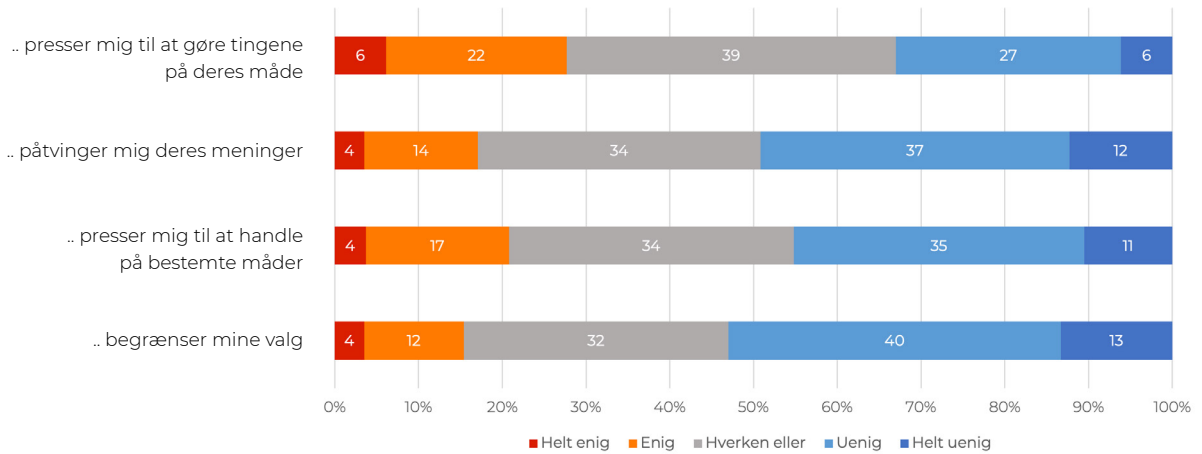
I tre ud af fire spørgsmål omkring samhørighed ses en meget lille andel (7-11%), som svarer enig eller helt enig og en stor andel (62-77%), der uenig eller helt uenig. Dette er et udtryk for, at meget få af eleverne er enige i, at lærerne er fraværende, når de har tid sammen, ikke forstår dem og er ligeglade med dem. I udsagnet *"trøster mig ikke når jeg føler mig nedtrykt"* er der en større andel på 22%, der er enig eller helt enig. Dog er der stadig 50%, der er uenig eller helt uenig i samme udsagn. Svarene fra eleverne er således mere varierende for dette spørgsmål end for de andre spørgsmål. Lidt flere drenge end piger er enige i, at deres lærere ikke trøster dem, når de føler sig nedtrykt og er fraværende når de har tid sammen. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.



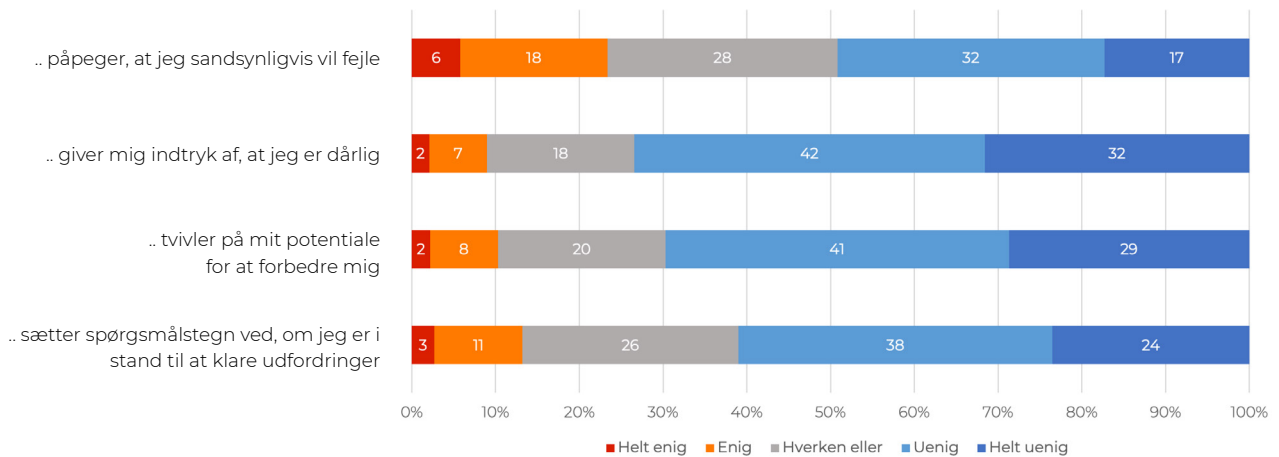
## MODARBEJDENDE

Diagram 20: Hvor enig er du i følgende udsagn om dine linjefaglærere/valgfaglærere på efterskolen? **Mine linjefaglærere/valgfaglærere ...** (n=4844-4927)

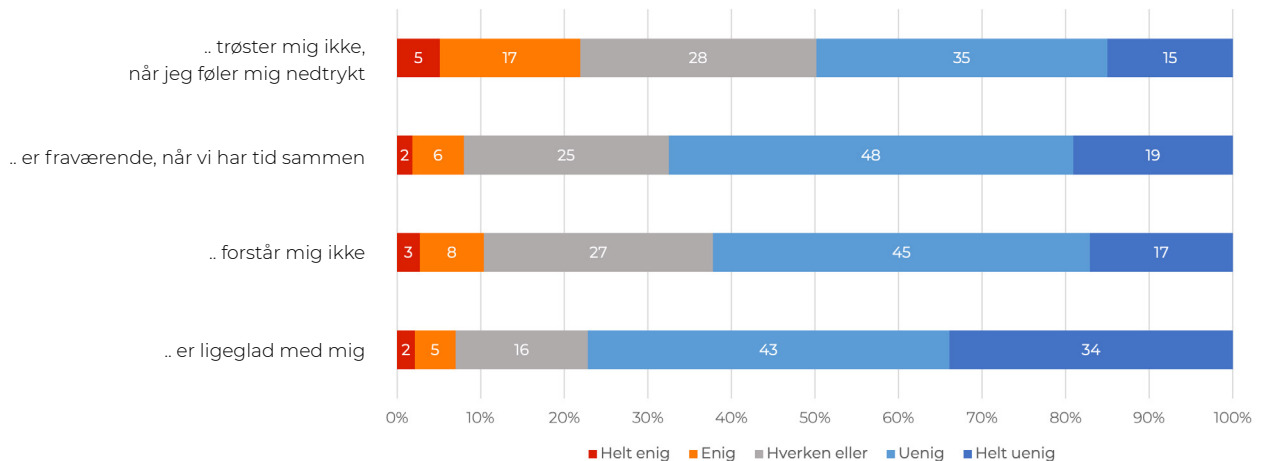
### MEDBESTEMMELSE



### KOMPETENCE



### SAMHØRIGHED



### Samlet score (IBQ)

Eleverne har svaret på en score fra 1 (helt uenig) til 5 (helt enig). Det betyder, at den endelige gennemsnitsscore ligeledes vurderes på en skala fra 1-5, hvor en perfekt score på 5 repræsenterer, at man har svaret helt enig på de 12 støttende udsagn, og samtidig helt uenig på de 12 modarbejdende udsagn.

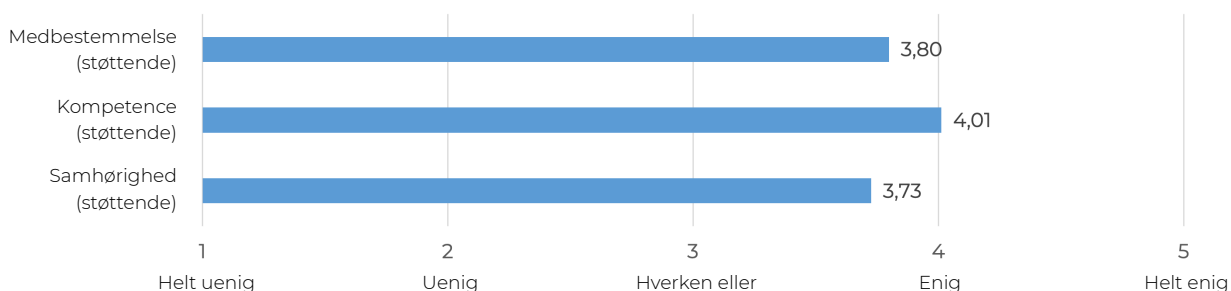
Det ses, at eleverne på de tre støttende temaer havde en gennemsnitsscore på 3,73-4,01 og på de tre modarbejdende temaer havde en lidt lavere gennemsnitsscore på 3,31-3,71. Det giver en samlet score på 3,71 på en skala fra 1-5. Dette er et udtryk for, at eleverne er enige i, at lærerne støtter deres behov for medbestemmelse, kompetence og samhørighed.

hed. Samtidig er de dog ikke fuldstændig uenig i, at lærerne samtidig modarbejder deres behov for medbestemmelse, kompetence og samhørighed. Særligt er de mindst uenige i, at lærerne modarbejder deres behov for medbestemmelse.

Der er fundet en svag tendens til, at pigerne har en lille smule højere score (3,74) end drengene (3,68), og at elever med individuel idræt ligeledes svarer en lille smule mere positivt (3,75) end dem med holdidræt (3,70). Der er ikke fundet nogen væsentlig sammenhæng med skolestørrelse.

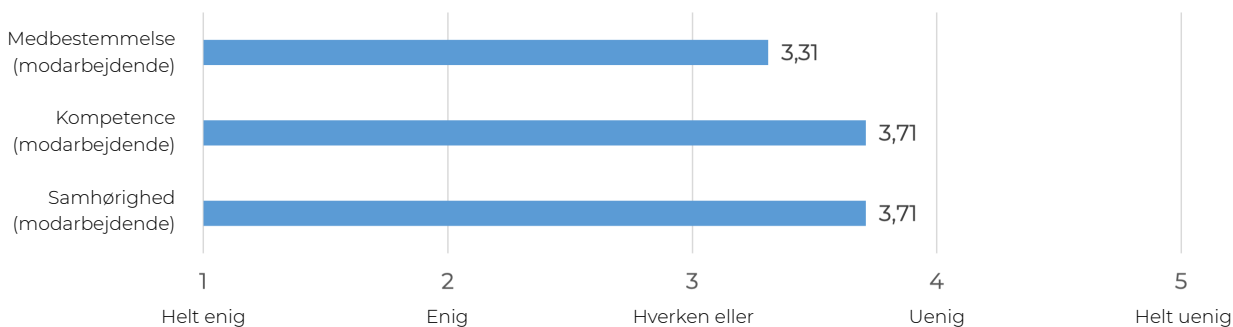
### IBQ-SCORE (STØTTENDE)

Diagram 21: IBQ-score fordelt på de tre temaer medbestemmelse (n=4927), kompetence (n=4877) og samhørighed (n=4844) (støttende)



### IBQ-SCORE (MODARBEJDENDE)

Diagram 22: IBQ-score fordelt på de tre temaer medbestemmelse (n=4927), kompetence (n=4877) og samhørighed (n=4843) (modarbejdende)





## UDFORDRING, UDVIKLING OG LIVSKOMPETENCER

I dette afsnit vil elevernes besvarelser på spørgsmål omkring deres oplevede udfordringer og udvikling blive præsenteret. Afsnittet omhandler elevernes generelle udvikling under efterskoleopholdet og deres udvikling af livskompetencer gennem undervisning i idræt.

Afsnittet omkring den generelle udvikling beskriver, hvordan eleverne oplever at have udviklet sig af at være på efterskolen i forskellige domæner med særligt fokus på den idrætslige/kropslige og personlige udvikling. Livskompetencer handler om de kompetencer, som eleverne oplever at have forbedret gennem idræt på efterskolen, og som også kan anvendes i andre arenaer end idrætten.

### Personlig, idrætslig, faglig og kreativ/kunsterisk udfordring

Eleverne er i undersøgelsen blevet spurgt ind til, i hvor høj grad de oplever, at efterskolen udfordrer dem fagligt, personligt, idrætsligt og kreativt/kunsterisk.

I diagram 23 ses det, at eleverne i særlig grad oplever at blive udfordret personligt og idrætsligt. 85% af elever oplever i nogen eller høj grad at blive udfordret personligt på efterskolen, og 12% oplever det i lav grad eller slet ikke. Derudover oplever 84% af eleverne ligeledes i nogen eller høj grad at blive udfordret idrætsligt, og 13% oplever det i lav grad eller slet ikke. 70% af eleverne oplever i nogen eller høj grad, at efterskolen udfordrer dem fagligt. Dog er det værd at notere, at blot 14% af eleverne svarer i høj grad, og en stor andel på 56% svarer i nogen grad. I forlængelse af det svarer 27% af eleverne, at de i lav grad eller slet ikke oplever at blive udfordret fagligt på efterskolen. Færrest elever oplever at blive udfordret kreativt/kunsterisk, hvor 53% af elever i lav grad eller slet ikke udfordres. 41% af elever svarer, at de i nogen eller høj grad oplever, at blive udfordret kreativt/kunsterisk på efterskolen med den laveste andel af de fire spørgsmål af elever, der har svaret i høj grad (9%). Pigerne oplever en lille smule mere end drengene at blive udfordret personligt og elever på mindre efterskoler oplever i lidt højere grad at blive udfordret fagligt. Udover dette findes der på de andre spørgsmål ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

### Kropslig/idrætslig udvikling

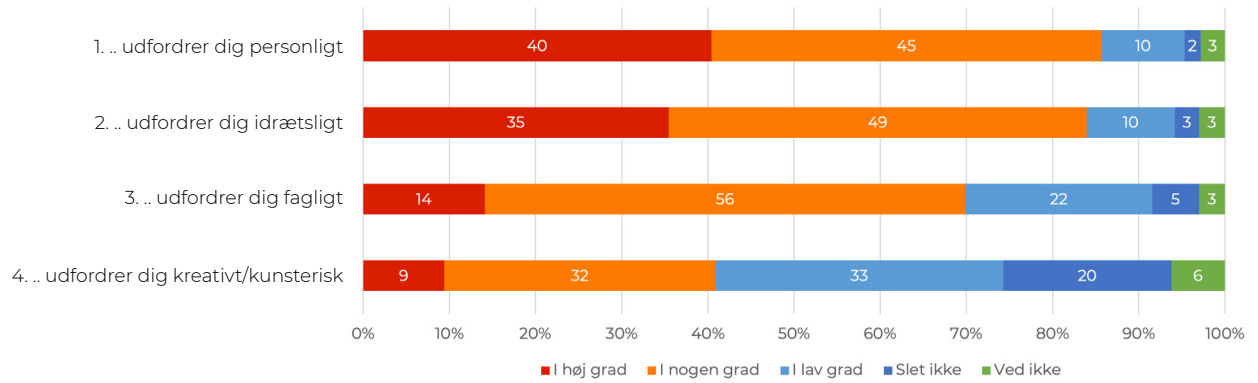
Undersøgelsen har fundet sted på efterskoler, hvor idrætten spiller en central rolle i elevernes hverdag. I afsnittet omkring linjefag blev det præsenteret, at eleverne i gennemsnit har 13,7 timers idræt om ugen. Derfor er det interessant at undersøge, hvordan eleverne oplever at have udviklet sig indenfor det idrætslige/kropslige område, som de bruger mange timer på om ugen. Eleverne er blevet spurgt om, hvor enige de er i at have udviklet sig på forskellige kropslige/idrætslige områder. Besvarelserne kan ses i diagram 24.

Eleverne er mest enige i, at efterskolen har udviklet dem i forhold til at blive bedre til deres linjefagsidræt eller valgfag. Desuden findes der her den største andel af elever, der svarer, at de er helt enige (39%) Eleverne oplever altså i høj grad at udvikle sig i deres primære idræt på efterskolen.

På de resterende tre spørgsmål svarer 80-81% af eleverne, at de er enige eller helt enige, og blot mellem 7-13% at de er uenige eller helt uenige. Det tegner et billede af, at eleverne i høj grad oplever at udvikle sig kropsligt/idrætsligt på deres tid på idrætefterskole. Det gælder specifikt at blive bedre til sin idræt, men også på det bredere idræts- og kropslige område ift. at lære sin krop bedre at kende, at lære andre sportsgrene og idrætter at kende og blive mere opmærksom på, hvordan man kan lide at bevæge sig. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

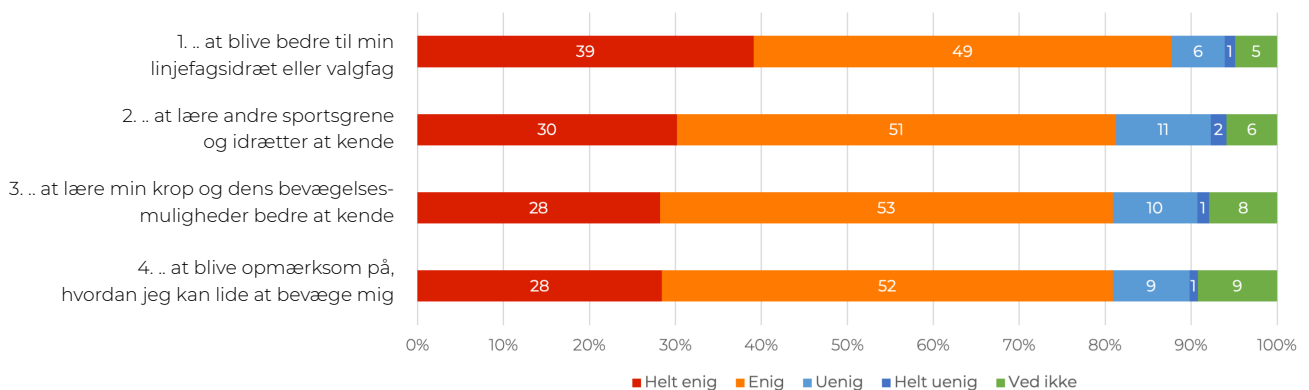
## UDFORDRING

**Diagram 23:** "I hvilken grad oplever du, at efterskolen.." Rangeret 1-4 efter højeste sammenlagte score for i nogen grad + i høj grad. (n=4615)



## KROPSLIG/IDRÆTSLIG UDVIKLING

**Diagram 24:** "Hvor enig er du i, at efterskolen har udviklet dig i forhold til.." Rangeret 1-4 efter højeste sammenlagte score for enig + helt enig (n=4760)



## Personlig udvikling

For nærmere at undersøge, hvordan eleverne oplever at have udviklet sig personligt af at gå på efterskole, er de blevet bedt om at tage stilling til, hvor enige de er i en række udsagn omkring deres personlige udvikling på efterskole. Størstedelen af spørgsmålene stammer fra et spørgeskema udviklet af et Nordplus-samarbejde, som oprindeligt er udviklet med det formål at kunne vurdere "kvalitet og udbytte af den ikke-formelle og uformelle læring" primært i folkeoplysende aktiviteter (Interfolk, 2009; Vodsgaard, 2011). Nordplus-samarbejdet har arbejdet med at operationalisere dannelsesbegrebet til konkrete spørgsmål, og disse spørgsmål anvendes til at forsøge at spørge ind til og forstå elevernes dannelse og personlige udvikling af at gå på efterskole. Udvalgte spørgsmål blev pilottestet på tidligere efterskoleelever i februar 2022, hvorefter nogle spørgsmål blev sorteret fra og andre omformuleret til en efterskolekontekst således, at de passede til og var forståelige for eleverne. Endelig blev spørgsmålene suppleret med fire spørgsmål, som er udviklet specifikt til denne undersøgelse. I diagram 25 ses fordelingen af elevernes besvarelser af de 11 spørgsmål.

Der er en stor andel af efterskoleeleverne, som er enige i, at efterskolen har udviklet dem personligt. Gennemgående er eleverne i høj grad enige i, at efterskolen har udviklet dem på alle 11 måder. Det er dog værd at notere, at der samtidig findes en gruppe på mellem 6-30%, som er uenige eller helt uenige i, at efterskolen har udviklet dem på de 10 måder.

På førstepladsen ses det, 89% af eleverne er enige eller helt enige i, at de har udviklet venskaber med mennesker, som de ikke troede de skulle blive venner med, og at 88% af eleverne er enige eller helt enige i, at efterskolen har udviklet dem i forhold at føle et medansvar overfor de fællesskaber, som de er en del af. 86% af eleverne svarer, at de er enige eller helt enige i, at efterskolen har udviklet dem i forhold til at bruge både deres fornuft og deres følelser. Næsten samme svarfordeling gør sig gældende for udsagnet om, at efterskolen har udviklet dem i forhold til at indleve sig i andres situationer, hvor 84% af eleverne er enige eller helt enige. På de fem spørgsmål omkring at være sig selv, at stole på egen dømmekraft, at følge egne værdier, at turde sige fra og at løse konflikter på en hensigtsmæssig måde svarer mellem 76-83% af eleverne, at de er enige eller helt enige.

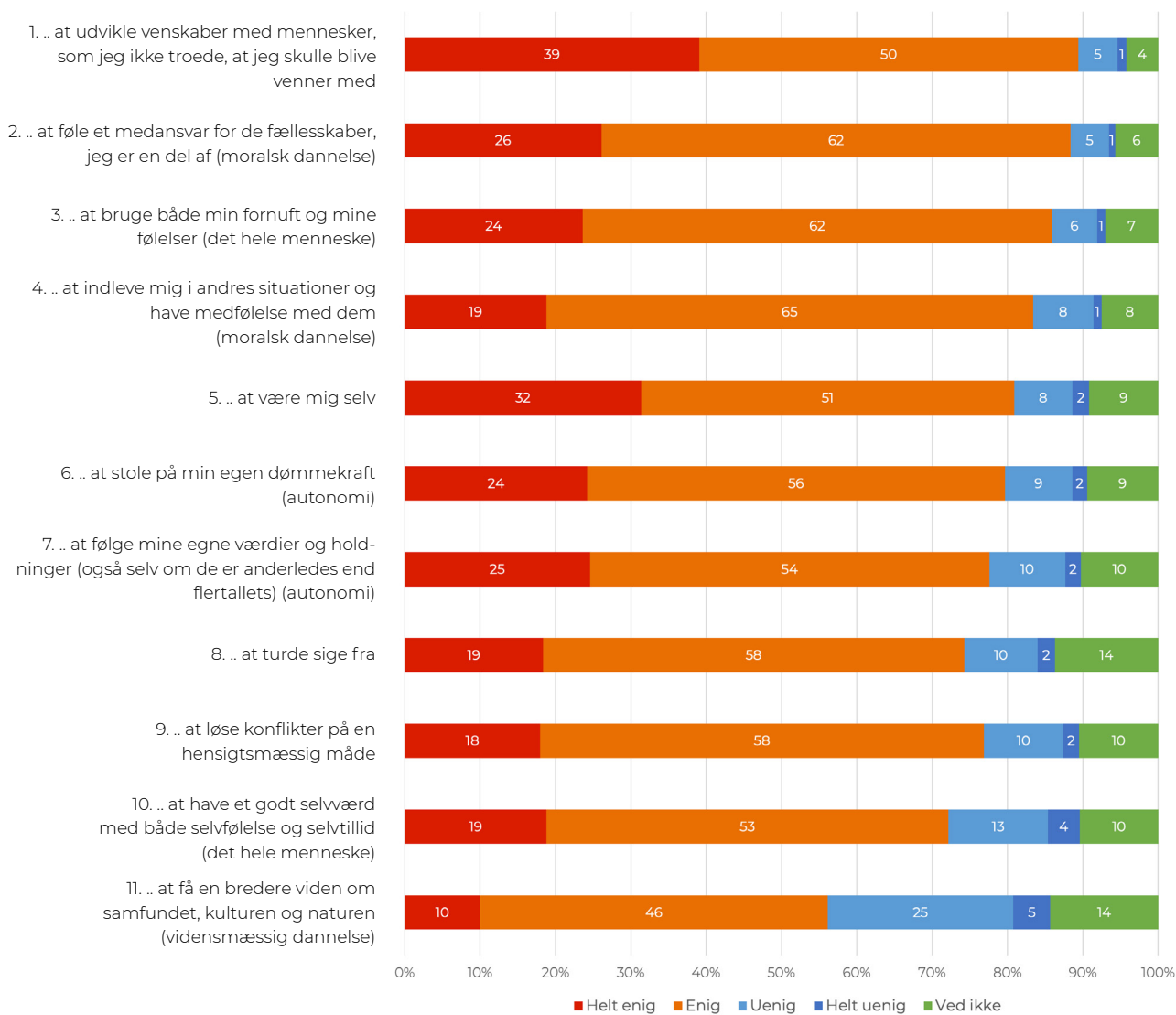
På den næstsidste plads findes spørgsmålet om, hvorvidt efterskolen har udviklet eleverne i forhold til at have et godt selvværd med både selvfølelse og selvtillid. Her svarer 72% af eleverne, at de er enige eller helt enige mens 17% svarer, at de er uenige eller meget uenige. Det er dog stadig værd at bemærke, at det er en stor andel af eleverne, som er enige eller helt enige.

Eleverne svarer væsentlig anderledes på spørgsmålet om elevernes oplevelse af, om efterskolen har udviklet dem i forhold til at få en bredere viden om samfundet, kulturen og naturen. Her svarer blot 56% af eleverne, at de er enige eller helt enige. Det udgør dermed det område, hvor eleverne i lavest grad oplever at have udviklet sig personligt.

For alle spørgsmålene gælder det, at der ikke findes sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

## PERSONLING UDVIKLING

**Diagram 25:** Efterskolen har udviklet mig i forhold til ...  
Rangeret 1-11 efter højeste sammenlagte score for enig + helt enig (n=4783-4811)



## Livskompetencer

I forrige afsnit blev der fokuseret på, hvordan efterskolen som helhed påvirker elevernes udvikling som en helhed. I det følgende fokuseres der specifikt på idrætten på efterskole og dens rolle i forhold til elevernes udvikling. I den forbindelse anvendes begrebet livskompetencer (life skills).

Livskompetencer er en overordnet betegnelse for kompetencer, der kan hjælpe individer til at klare sig godt i forskellige hverdagssituationer - fx i skolen, i hjemmet eller i andre sociale sammenhænge.

En forudsætning er, at kompetencerne skal kunne overføres (*transfer*) mellem de forskellige livsdomæner, hvilket i en idrætssammenhæng betyder, at sportslige kompetencer anvendes i andre ikke-idrætssammenhænge (Mossman et al., 2021).

Med spørgeskemaundersøgelsen blev elevernes livskompetenceudvikling undersøgt gennem det validerede spørgeskema *Life Skills Scale for Sport-Transfer Scale* (Mossman et al., 2021). Spørgeskemaet er bl.a. valideret i en sportskontekst. Til *Idræts-efterskoleundersøgelsen* blev de mest relevante spørgsmål udvalgt, oversat til dansk og pilottestet af tidligere efterskoleelever. Eleverne har i undersøgelsen svaret på, hvordan idræt på efterskolen har gjort dem bedre indenfor områderne: sociale kompetencer, samarbejde, lederskab, kommunikation, målsætning og følelsesmæssige kompetencer.

Livskompetencespørgsmålene blev indledt med "*Idræt på efterskolen har gjort mig bedre til at...*" efterfulgt af 3-4 udsagn i hvert område, samt et efterfølgende spørgsmål om, hvorvidt de kan bruge hver kompetence i andre ikke-idrætssammenhænge (transfer). Alle spørgsmål skulle besvares på en skala fra slet ikke (1) til i meget høj grad (5).

På de følgende sider præsenterer vi elevernes besvarelse af spørgsmålene til de seks områder om livskompetencer.

## Sociale kompetencer

Mellem 65-73% af eleverne mener, at idræt på efterskolen i høj grad eller i meget høj grad har udviklet dem i forhold til deres *sociale kompetencer* (diagram 26). Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

## Samarbejde

Det ses i diagram 26, at meget få elever (4%) har svaret slet ikke eller i mindre grad til, at idræt på efterskolen har gjort dem bedre ift. deres samarbejds-kompetencer, mens 66-70% af eleverne har svaret i høj og i meget høj grad. Det tegner et billede af, at eleverne i høj grad oplever at have udviklet kompetencer indenfor området *samarbejde*.

Den eneste sammenhæng, der findes, er, at drengene er en lille smule mere enige i, at de har udviklet sig i forhold til at fungere godt på et hold/i en gruppe end pigerne. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

## Lederskab

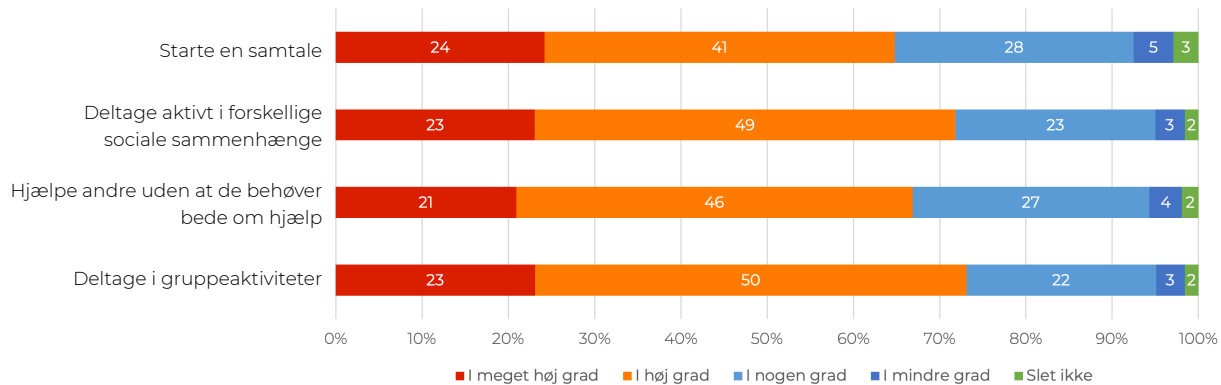
I diagram 26 ses det, at eleverne i dette område svarer mere broget end i de andre områder. Eleverne mener i højest grad, at de har udviklet sig i forhold til at udvise anerkendelse for folks succeser med 74% af eleverne, der har svaret i høj grad og i meget høj grad. Derudover har de udviklet sig i forhold til at være opmærksom på folks forskellige holdninger, hvor 72% har svaret i høj grad og i meget høj grad. Modsat ser vi, at "blot" 49-55% af eleverne svarer, at de i høj grad eller meget høj grad har udviklet sig i forhold til at forsøge at være en god rollemodel for andre og at sætte høje forventninger til holdet/gruppen. Sidstnævnte mener drengene at have udviklet sig en smule mere indenfor end pigerne. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.



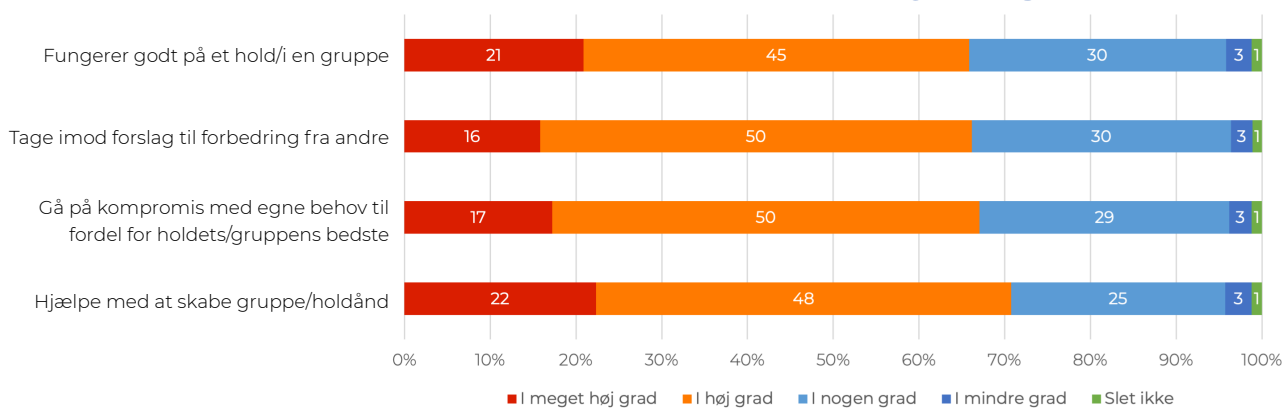
## LIVSKOMPETENCER I

Diagram 26: "Idræt på efterskolen har gjort mig bedre til at.." (n=4682-4729)

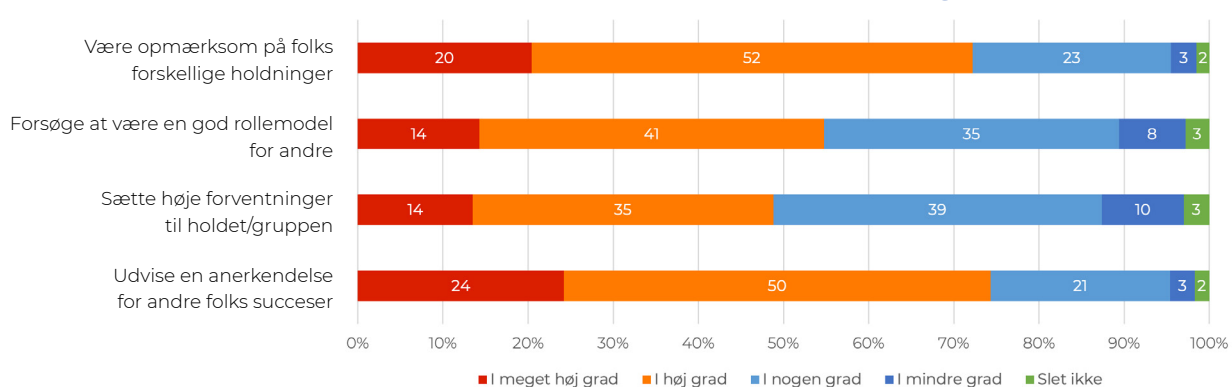
### SOCIALE KOMPETENCER



### SAMARBEJDE



### LEDERSKAB



### **Kommunikation**

På spørgsmålene omkring kommunikation (diagram 27) svarer 63-75% af eleverne, at de i høj grad og i meget høj grad har udviklet deres kompetencer indenfor *kommunikation* i forhold til at være opmærksom på, hvad andre siger, på folks kropssprog og udtrykke sig så andre forstår, hvad de mener. Der findes inden sammenhænge med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

### **Målsætning**

En stor del af eleverne oplever i høj grad og i meget høj grad at have udviklet kompetencer inden for området *målsætning* (50-63%) (diagram 27). Det findes, at drengene i højere grad end pigerne er enige i alle udsagnene vedrørende: at sætte udfordrende mål, forblive dedikeret til deres mål, sætte kortsigtede mål for at kunne nå langsigtede mål og sætte mål så de kan fokusere på at forbedre sig. Der er ikke fundet nogen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### **Følelsesmæssige kompetencer**

Det ses, at 44-66% af eleverne svarer, at idræt på efterskolen i høj grad og i meget høj grad har udviklet dem i forhold til deres *følelsesmæssige kompetencer* (diagram 27). Flest mener, at de har udviklet sig i forhold til at blive opmærksom på, hvilket humør de er i, og færrest i forhold til "*at anvende mine følelser til at forblive fokuseret*".

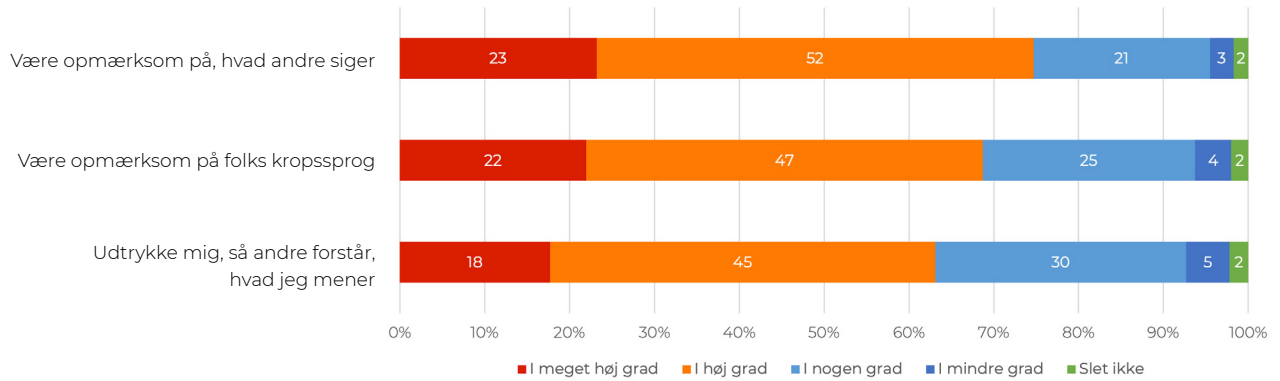
Der findes kun en enkelt sammenhæng, der viser, at drenge svarer en lille smule mere positivt på udsagnet omkring at "*anvende mine følelser til at forblive fokuseret*". Der findes derudover ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.



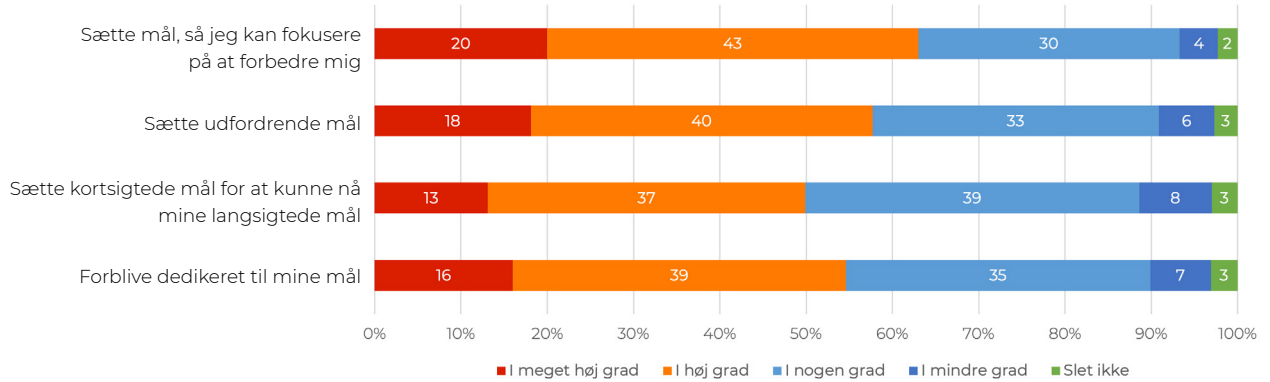
## LIVSKOMPETENCER II

Diagram 27: "Idræt på efterskolen har gjort mig bedre til at.." (n=4635-4656)

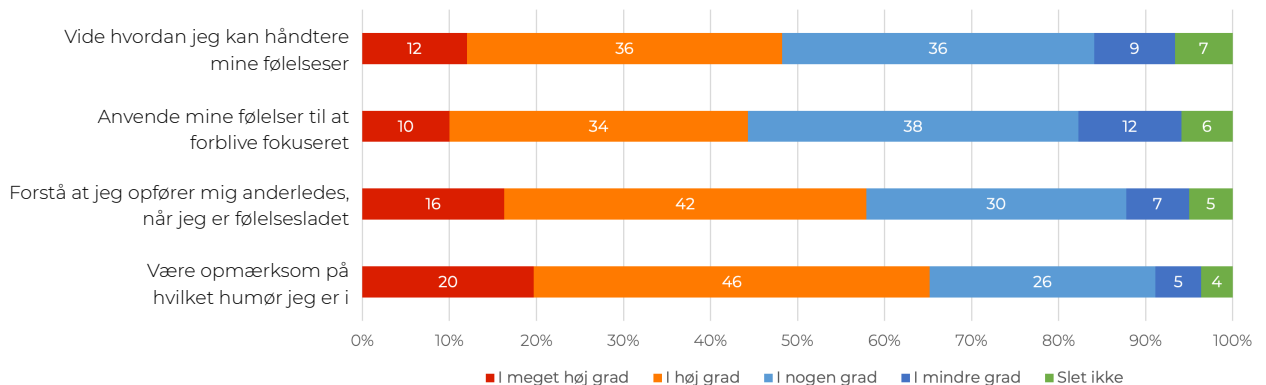
### KOMMUNIKATION



### MÅLSÆTNING



### FØLELSERMÆSSIGE KOMPETENCER



### Samlet fordeling

Diagram 28 viser elevernes gennemsnitlige fordeling af besvarelser for hver af de seks livskompetencer rangeret 1-6 efter højeste sammenlagte andel for i høj grad + i meget høj grad.

Fordelingen viser, at eleverne har udviklet sig mest indenfor de sociale kompetencer, samarbejde, lederskab og kommunikation, mens en lidt mindre andel af elever svarer, at de i høj grad og i meget høj grad har udviklet sig indenfor målsætning og de følelsesmæssige kompetencer. Selvom andelen er mindre er det dog værd at bemærke, at det stadig er over halvdelen (60-62%) af eleverne, der svarer i høj grad og i meget høj grad. Desuden er det stadig meget få (0-3%), der oplever, at de slet ikke har udviklet kompetencer indenfor nogen af kompetenceområderne. Samlet tegner det et billede af, at en meget stor andel af eleverne oplever at have udviklet sig inden for alle seks livskompetenceområder.

### Transfer

Foruden livskompetencespørgsmålene blev eleverne spurgt om i hvilket omfang, de kan bruge hver kompetence i andre ikke-idrætslige sammenhænge. Fordelingen af elevernes besvarelser om, hvorvidt de mener, at de kan bruge kompetencerne i andre ikke-idrætslige sammenhænge præsenteres i diagram 29.

Fordelingen i diagrammet viser, at størstedelen af eleverne i høj grad eller i meget høj grad (50-67%) anvender alle kompetencerne i andre ikke-idrætslige sammenhænge. Andelen af elever, som slet ikke anvender kompetencerne i andre ikke-idrætslige sammenhænge, er meget lille (1-3%).

### Sammenhænge

I det følgende fokuseres der på om der findes sammenhænge mellem elevernes besvarelser af livskompetencespørgsmålene og skolestørrelse, køn og idrætstype.

#### Skolestørrelse

Der ses ingen signifikante sammenhænge i elevernes livskompetenceudvikling af de seks kompetencer og skolestørrelse.

#### Køn

Analyserne viser, at drenge i højere grad end piger vurderer, at de har udviklet livskompetencer gennem idræt på efterskolen. Drengenes livskompetenceudvikling af samarbejde, målsætning, følelsesmæssige kompetencer og lederskab er signifikant større end pigernes.

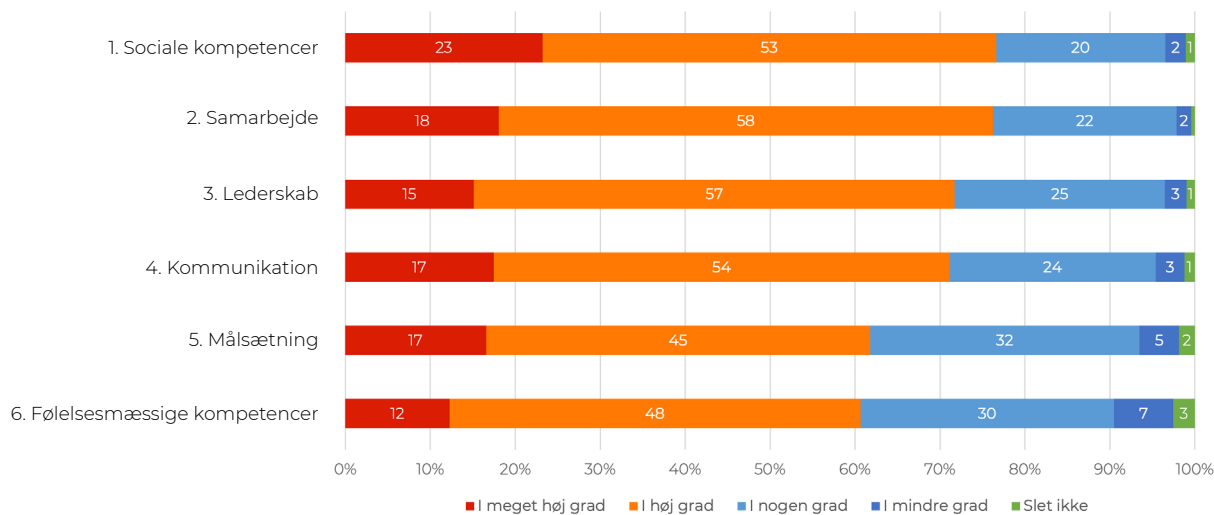
#### Idrætstype

Der ses flere steder signifikante sammenhæng mellem elevernes udvikling af livskompetencer gennem idræt på efterskolen og idrætstype. I alle tilfælde gælder det, at elever, som dyrker individuel idræt, i mindre grad end de, der dyrker holdidræt, vurderer at de gennem idræt på efterskolen har udviklet livskompetencer. Dette tegner et billede af, at de elever, der dyrker en holdidræt som linjefag, i højere grad udvikler livskompetencer.

Samlet ses det, at eleverne både oplever at blive udfordret og at udvikle sig i den "generelle" efterskolehverdag – særligt idrætsligt og personligt. Derudover giver eleverne også udtryk for, at de gennem idræt på efterskolen har udviklet sig inden for alle seks livskompetencer og desuden også oplever, at de kan overføre dem fra en idrætslig kontekst og over til en ikke-idrætslig kontekst.

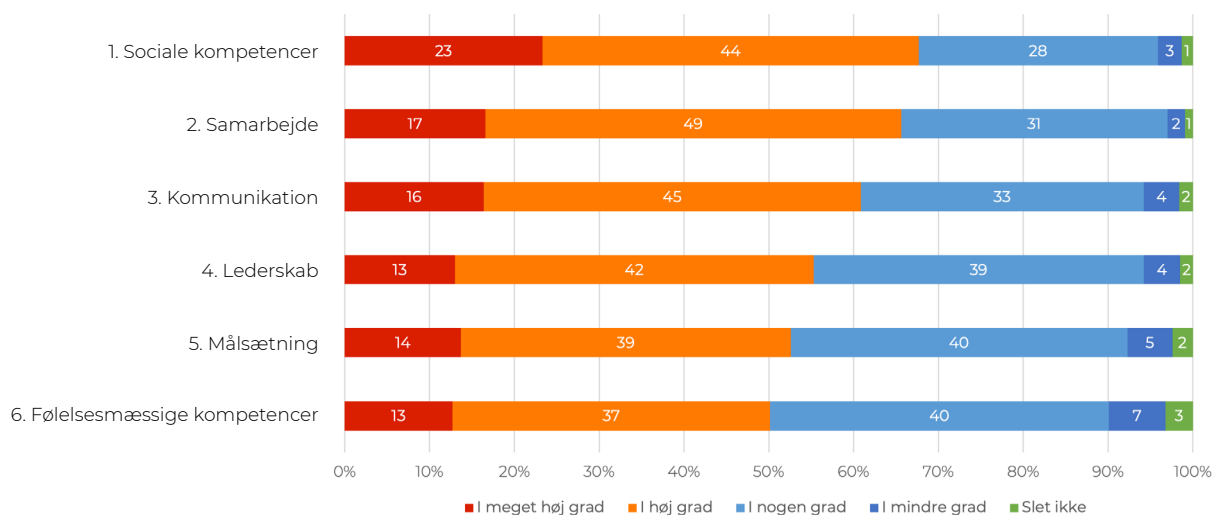
## LIVSKOMPETENCER - SAMLET FORDELING

**Diagram 28:** Idræt på efterskolen har gjort mig bedre til at.. " (n=4635-4729). Rangeret 1-6 efter højeste sammenlagte score for i høj grad + i meget høj grad



## TRANSFER

**Diagram 29:** "I hvor høj grad kan du bruge de kompetencer, som du har krydset af i skemaet ovenfor, i sammenhænge, der IKKE har noget med idræt at gøre (fx undervisning, hjemme, på arbejde, sammen med andre)? (n=4635-4729). Rangeret 1-6 efter højeste sammenlagte score for i høj grad + i meget høj grad



## TRIVSEL

I dette afsnit præsenteres elevernes besvarelser omkring deres trivsel på efterskolen. I spørgeskemaet skulle eleverne svare på spørgsmål om: 1) hvor glade de har været for deres efterskoleophold, 2) deres søvn og 3) deres generelle trivsel.

### Hvor glad har du været for at gå på efterskole?

Eleverne blev spurgt om, hvor glade de har været for at gå på efterskole. I diagram 30 ses det, at størstedelen af eleverne har krydset af på skalaen i kategorierne 6-10, som kan vurderes som værende i den positive ende af skalaen. Det er et udtryk for, at eleverne har været glade for at have gået på efterskole. I gennemsnit svarer eleverne 8,11. En lille andel på 10% har krydset af på skalaen i kategorierne 1-5, og dermed som værende mindre glad for at have gået på efterskole.

Det er fortsat vigtigt for efterskoler at have denne gruppe for øje, selvom det generelle billede er meget positivt. Drengene svarer en lille smule mere positivt (8,29) end pigerne (7,97). Der er ikke fundet sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

### Søvn

I en aktiv hverdag med undervisning, idræt og aktiviteter fra morgen til aften er det interessant at undersøge, om eleverne får sovet nok til at føle sig udhvilet til en aktiv dag. I diagram 31 præsenteres efterskoleelevernes svar på spørgsmål om søvn, som er anvendt i undersøgelsen "Hvordan har du det?" (Region Syddanmark, 2022). Næsten halvdelen af eleverne svarer i denne undersøgelse "Ja, men ikke tit nok" til, at de føler sig udhvilet nok, og 23% svarer "Nej, næsten aldrig". Sammenlagt er det 70% af eleverne, som ikke føler, de får nok søvn til at føle sig udhvilet.

Der findes ingen forskel ift. skolestørrelse, køn eller idrætstype. Sammenlignes der med resultater fra undersøgelsen "Hvordan har du det?" fra 2022 findes det, at 39% af de 16-24-årige svarer "Ja, men ikke tit nok" og 18% svarer, at "Nej, aldrig (næsten aldrig)" til spørgsmålet, om de får søvn nok til at føle sig udhvilet. Således tyder det på, at flere efterskoleelever sover for lidt til at føle sig udhvilet sammenlignet med unge mellem 16-24 år.

Diagram 30: "På en skala fra 1-10 hvor glad har du været for at gå på efterskole i skoleåret 21/22?" (n=4589). Gennemsnit: 8,11. Median: 8.

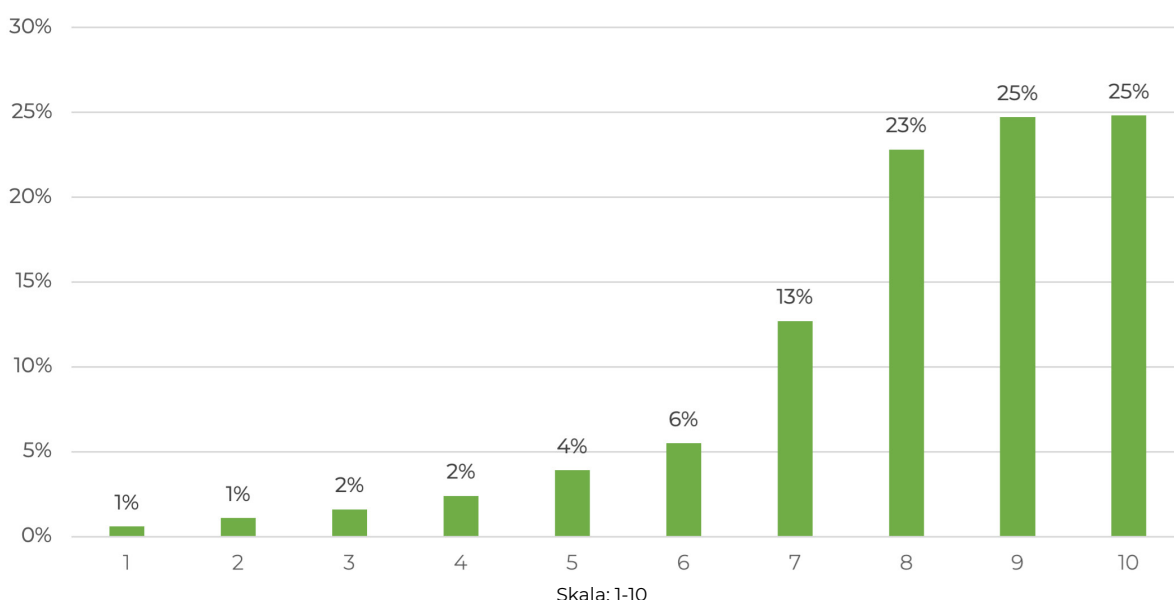
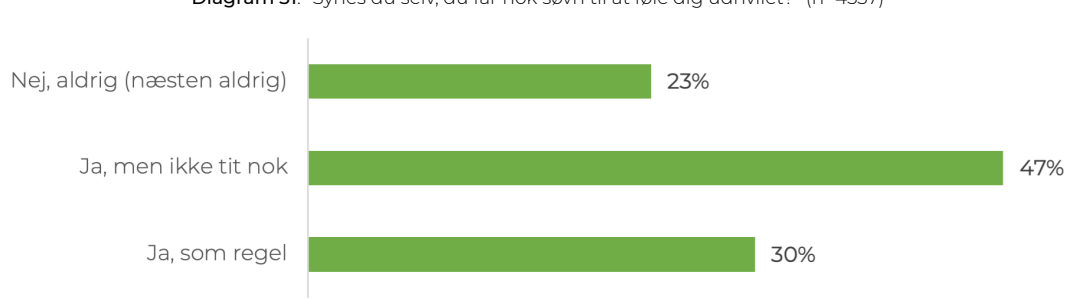


Diagram 31: "Synes du selv, du får nok søvn til at føle dig udhvilet?" (n=4537)

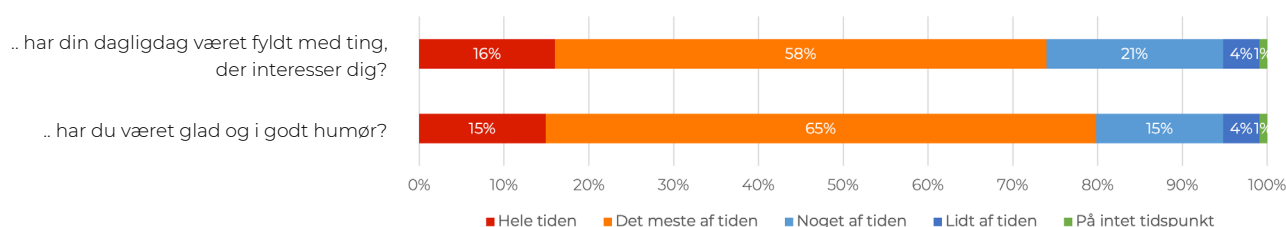


### Trivsel

For at undersøge elevernes trivsel er eleverne blevet bedt om at besvare en række spørgsmål herom. De første to spørgsmålsformuleringer er en del af et spørgebatteri (WHO5), der anvendes til at vurdere trivsel (Sundhedsstyrelsen). De næste fire udsagn stammer fra spørgebatteriet til "Hvordan har du det?" (Region Sydanmark, 2022).

Da de sidste fire spørgsmål er negativt formuleret vil en besvarelse i "lidt af tiden" eller "på intet tidspunkt" være et udtryk for en positiv sammenhæng. Resultaterne ses i diagram 32.

Diagram 32: "Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger.." (n=4501-4538)



#### *Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har din dagligdag været fyldt med ting, der interesserer dig?*

Til dette spørgsmål, svarer størstedelen af eleverne, at de det meste af tiden eller noget af tiden oplever, at deres hverdag har været fyldt med ting, der interesserer dem, mens kun en lille andel på 5% svarer, at de kun lidt af tiden eller på intet tidspunkt har deres hverdag fyldt op med ting, der interesserer dem. Igen svarer pigerne mere negativt end drengene. Der findes ingen statistisk signifikant sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

#### *Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har du været glad og i godt humør?*

Til dette spørgsmål svarer størstedelen af eleverne, at de har været glade og i godt humør det meste af tiden eller hele tiden. Det er værd at notere, at kun 5% af eleverne oplever, at de kun lidt af tiden eller på intet tidspunkt er glade og i godt humør. Der findes en sammenhæng mellem elevernes køn, som viser, at pigerne generelt svarer mere negativt på dette spørgsmål end drengene og dermed i mindre grad har været glade og i godt humør. Der er ikke fundet sammenhænge mellem skolestørrelse eller idrætstype.

***Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har du haft problemer med at acceptere din krops udseende?***

Til dette spørgsmål spørges eleverne om, hvor stor en del af tiden de inden for de seneste 4 uger har haft problemer med at acceptere deres krops udseende. 50% af eleverne svarer, at de noget af tiden, det meste af tiden eller hele tiden har problemer med at acceptere deres krops udseende. I den anden ende ses det, at 49% af eleverne svarer, at de lidt af tiden eller på intet tidspunkt har problemer med at acceptere deres krops udseende. Statistiske tests viser, at piger i højere grad end drenge oplever at have problemer med at acceptere deres krops udseende. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

***Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har du oplevet at være utilfreds med dig selv?***

Det næste spørgsmål omhandler, hvor stor en del af tiden de seneste 4 uger eleverne har oplevet at være utilfreds med dem selv. Det ses, at 55% af eleverne svarer, at de noget af tiden, det meste af tiden eller hele tiden har oplevet at være utilfreds med sig selv. Modsat svarer 45% at de lidt af tiden eller på intet tidspunkt har oplevet at være utilfreds med sig selv. Igen findes det at pigerne i højere grad end drengene oplever at være utilfreds med dem selv. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

***Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har du følt, at det er svært at leve op til de forventninger, som andre har til dig?***

I det følgende præsenteres elevernes besvarelse af, hvor stor en del af tiden de seneste 4 uger de har oplevet, at det er svært at leve op til de forventninger, som andre har til dem. Det ses, at det er 53% af eleverne, som noget af tiden, det meste af tiden eller hele tiden oplever, at det er svært at leve op til de forventninger, som andre har til dem. Modsat svarer 48% af eleverne at de lidt af tiden eller på intet tidspunkt oplever dette. Som ved de første to spørgsmål findes det igen at pigerne i højere grad end drengene oplever, at det er svært at leve op til de forventninger, som andre har til dem. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

***Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger har du følt, at det er svært at leve op til de forventninger, som du har til dig selv?***

Næste spørgsmål handler modsat om elevernes forventninger til dem selv. I det følgende præsenteres elevernes besvarelse af, hvor stor en del af tiden de seneste 4 uger, de har oplevet, at det er svært at leve op til de forventninger, som de har til dem selv. I de forrige tre spørgsmål har mellem 50-55% svaret, at noget af tiden, det meste af tiden eller hele tiden de oplever udfordringer. Ved dette spørgsmål ses det, at hele 70% af eleverne svarer, at de oplever, at det er svært at leve op til de forventninger, som de har til dem selv. Modsat ses det, at kun 31% har svaret at de kun lidt af tiden eller på intet tidspunkt har oplevet dette. Pigerne oplever igen i højere grad end drengene, at det er svært at leve op til de forventninger, som de har til dem selv. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype.

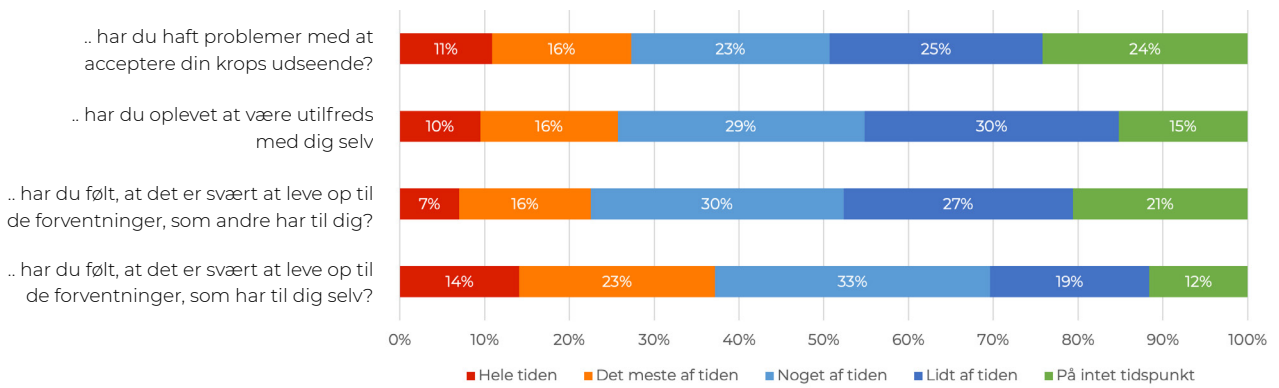
Overordnet, svarer pigerne i undersøgelsen mere negativt end drengene. Derudover svarer efterskoleelever gennemgående mere negativt på de fire spørgsmål end unge mellem 16-24 år. Rapporten "Hvordan har du det?" peger på, at der generelt er tydelige forskelle i mænd og kvinders besvarelser i forhold til nogle udvalgte indikatorer for mental sundhed, hertil særligt hos unge kvinder i alderen 16-24 år, hvor der ses tegn på mistrivsel (Region Syddanmark, 2022). Det samme viser sig i den nationale Sundhedsprofil fra 2021, hvor der er en større andel af kvinder end mænd i alderen 16-24 år med lav score på den mentale helbredsskala (Sundhedsstyrelsen, 2022).

I en anden undersøgelse fra 2010 fra Center for Ungdomsforskning, påpeges det, at det ikke er overraskende, at unge kvinder svarer mere negativ på trivselsspørgsmål end unge mænd, idet unge kvinder forholder sig mere negativ til sig selv end unge mænd, hvilket er forbundet med en utilfredshed og kritik af dem selv (Nielsen, 2010).

Trivselsudfordringen flytter så at sige med på efterskole, og efterskoler må, som resten af samfundet, have fokus på at arbejde med at øge trivslen blandt unge og særligt blandt unge piger.



**Diagram 33:** "Hvor stor en del af tiden inden for de seneste 4 uger.." (n=4501-4538)



## IDRÆTSLIV EFTER EFTERSKOLEN

I dette afsnit præsenteres elevernes besvarelser omkring deres idrætsaktivitet i fritiden *efter* deres efterskoleophold. I spørgeskemaundersøgelsen blev eleverne spurgt om, i hvilket omfang de planlægger at være idrætsaktive efter efterskoleopholdet, hvordan de planlægger at være idrætsaktive, efterskolens betydning for deres lyst til at være idrætsaktiv, om de har taget en træner/instruktøruddannelse, deres forældres aktivitetsvaner samt deres lyst til at blive træner/instruktør.

### Idrætsaktivitet efter efterskolen

Eleverne blev spurgt, om de har planer om at være idrætsaktive i fritiden, når deres efterskoleophold slutter og om det ville være i den samme idræt, som før de kom på efterskole, eller i en ny idræt.

Diagram 34 viser, at størstedelen af eleverne har planer om at være idrætsaktive i deres fritid efter efterskolen i den samme idræt, som før de kom på efterskole. Derudover svarer sammenlagt lidt over halvdelen af eleverne "Ja" eller "Måske" til at have planer om at starte til en ny idræt.

Især drenge og de elever, der har holdidræt, har planer om at være idrætsaktive i den samme idræt, som de dyrkede før de kom på efterskole. Modsat så har de elever, der dyrker en individuel idræt, i højere grad planer om at være idrætsaktive i en ny idræt, end den idræt de dyrker under deres efterskoleophold. Der ses desuden en sammenhæng, der viser, at elever fra mindre skoler i lidt højere grad har planer om at dyrke en ny idræt.

### Form for idrætsaktivitet

I diagram 35 ses elevernes besvarelser på, hvordan de har planer om at være idrætsaktive efter efterskoleopholdet: i forening/klub, i kommercielt center eller på egen hånd.

59% af eleverne svarer "ja" til, at de har planer om at være idrætsaktive i en forening eller klub, mens 52% har planer om at være idrætsaktiv i kommercielt center og 38% på egen hånd. Drenge og de, der dyrker en holdidræt, svarer i højere grad, at de har planer om at være idrætsaktive i forening efter deres efterskoleophold. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse og det at have planer om at være aktiv i forening. Der findes desuden ingen sammenhæng med hverken skolestørrelse, køn eller idrætstype i forhold til at have planer om at være idrætsaktiv i kommercielt center eller på egen hånd.

### Efterskolens betydning for idrætsaktivitet

Det tyder på, at en stor del af efterskoleeleverne planlægger at være idrætsaktive efter efterskolen. Det er derfor interessant at se på, om eleverne tilskriver efterskolen en betydning for deres fremtidige idrætsdeltagelse.

Diagram 36 viser, hvilken betydning efterskolen har haft på, om eleverne har lyst til at være idrætsaktive efter efterskolen - både som udøver og som instruktør/træner.

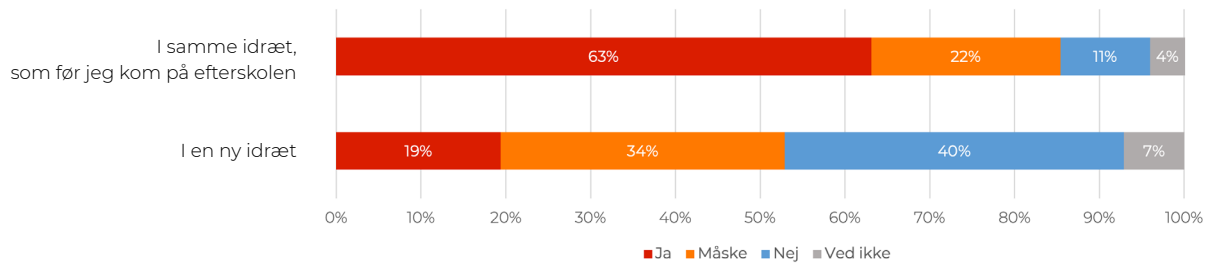
Hele 75% af eleverne mener, at efterskolen har haft en positiv betydning eller stor positiv betydning i forhold til, om de har lyst til at være idrætsaktive som udøver efter efterskolen. I forhold til lysten til at være instruktør/træner efter efterskolen svarer 47%, at efterskolen ingen betydning har haft og 34% svarer, at efterskolen har haft en positiv eller stor positiv betydning. Eleverne mener altså, at efterskolen har haft en større positiv betydning for deres lyst til at være udøver i forhold til betydningen for deres lyst til at være instruktør/træner.

Samlet er det en lille andel af eleverne (1-4%), som har svaret, at efterskolen har haft en negativ betydning eller stor negativ betydning i forhold til deres lyst til at være idrætsaktiv - både i forhold til lysten til at være udøver og instruktør/træner.

Efterskolen har en større betydning for drenge end piger i forhold til, om deres planer at være idrætsaktive som udøver efter efterskolen. Der er ikke fundet nogen sammenhæng med skolestørrelse eller idrætstype ift. at være udøver og ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype ift. at være instruktør/træner.

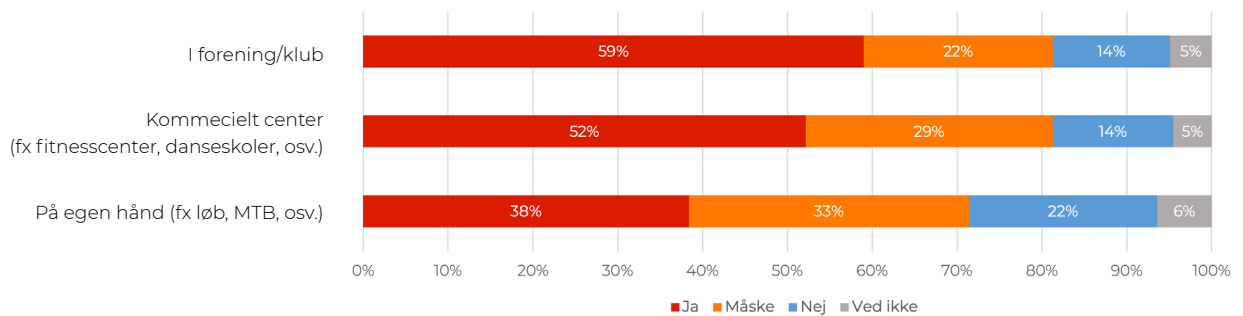
## IDRÆTSAKTIVITET EFTER EFTERSKOLEN

Diagram 34: "Har du planer om at være idrætsaktiv i din fritid, når dit efterskoleophold slutter?" (n=4585)



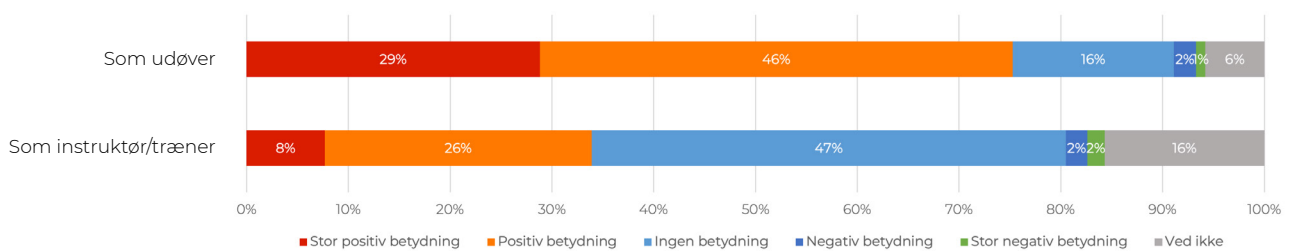
## FORM FOR IDRÆTSAKTIVITET

Diagram 35: "På hvilken måde har du planer om at være idrætsaktiv, når dit efterskoleophold slutter?" (%) (n=4575)



## EFTERSKOLENS BETYDNING FOR IDRÆTSAKTIVITET

Diagram 36: "Hvilken betydning har efterskolen haft for, om du har lyst til at være idrætsaktiv efter efterskolen?" (%) (n=4567)



### Forældres betydning for eleveres foreningsdeltagelse

Eleverne er blevet spurgt om deres forældres idrætsvaner. Størstedelen af eleverne (73%) svarer, at en eller begge af deres forældre er idrætsaktive på egen hånd, 36% er aktive som udøver i forening og 33% er frivillige i en forening. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

Det er undersøgt, om forældrenes idrætsvaner påvirker efterskoleelevernes lyst til at være idrætsaktive i en forening. Diagram 37 præsenterer elevernes besvarelser i forhold til at være idrætsaktiv efter efterskole *krydset* med deres svar omkring deres forældres foreningsaktivitet som udøver.

Der findes en statistisk signifikant sammenhæng, der viser, at elever med forældre, der er udøvere i forening, i højere grad har planer om at være idrætsaktive i forening efter efterskoleopholdet. Diagram 37 viser, at elever med forældre, der er udøvere i forening, i højere grad har planer om at være idrætsaktive i forening efter efterskoleopholdet (70%) end elever med forældre, der ikke er frivillige i forening (59%). En større andel på 18% af elever med forældre, som ikke er udøver i forening, svarer nej til at de vil være idrætsaktiv i forening efter efterskoleopholdet i forhold til de elever med forældre, som er udøvere i forening (10%).

### Træneruddannelsens betydning for frivillighed

Samlet har 30% af eleverne i undersøgelsen taget en instruktøruddannelse som en del af deres efterskoleophold. I diagram 38 ses det, at 18% af alle eleverne svarer, at de har lyst til at være instruktør/træner når deres efterskoleophold slutter, mens 36% svarer, at de måske har lyst. Der findes ingen sammenhæng med skolestørrelse, køn eller idrætstype.

Til gengæld ses der også i diagram 38 en tydelig sammenhæng mellem det at have taget en instruktøruddannelse og lysten til at være instruktør/træner efter efterskoleopholdet. I alt svarer 75% af de, der har taget en instruktøruddannelse, "Ja" eller "Måske" til, at de har lyst til at være instruktør/træner efter efterskoleopholdet. Denne andel er på 53% for de, der ikke har taget en instruktøruddannelse.

### Forældres betydning for frivillighed

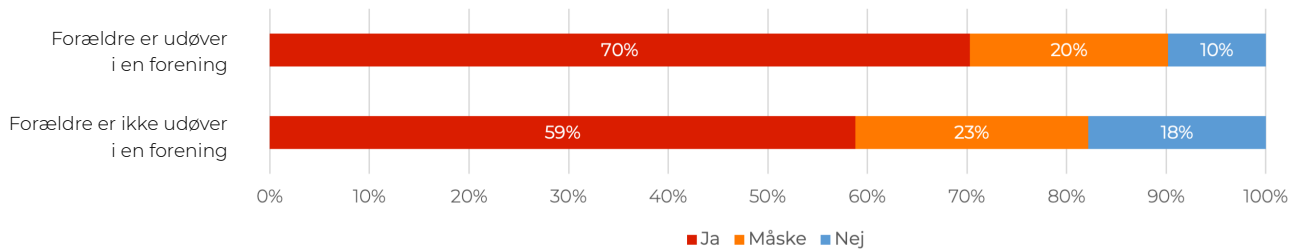
Det er desuden undersøgt, om der findes en sammenhæng mellem forældres aktivitet som frivillig og elevernes planer om at være instruktør/træner i forening efter efterskoleophold. Diagram 39 viser elevernes besvarelser i forhold til at være instruktør/træner efter efterskole *krydset* med deres svar omkring deres forældres aktivitet som frivillig.

Her findes en statistisk signifikant sammenhæng, der viser, at de elever, der har forældre, der er frivillige i forening, i højere grad har lyst til at være instruktør/træner, når efterskoleopholdet slutter. Diagram 39 viser, at de elever, der har forældre, der er frivillige i forening, er mere tilbøjelige til at svare "Ja" til at have planer om at være instruktør/træner (28%) end de, der ikke har forældre, der er frivillige i forening (15%). Ligeledes er der flere elever med forældre, der ikke er frivillige i forening, der ikke har lyst til at være instruktør/træner efter efterskoleopholdet (49%) i forhold til de elever, hvis forældre er aktive i forening (29%).

Dermed ligner det, at træneruddannelse og forældres aktivitet både som udøver og som frivillig i forening har en betydning for deres børns fremtidige idrætsliv.

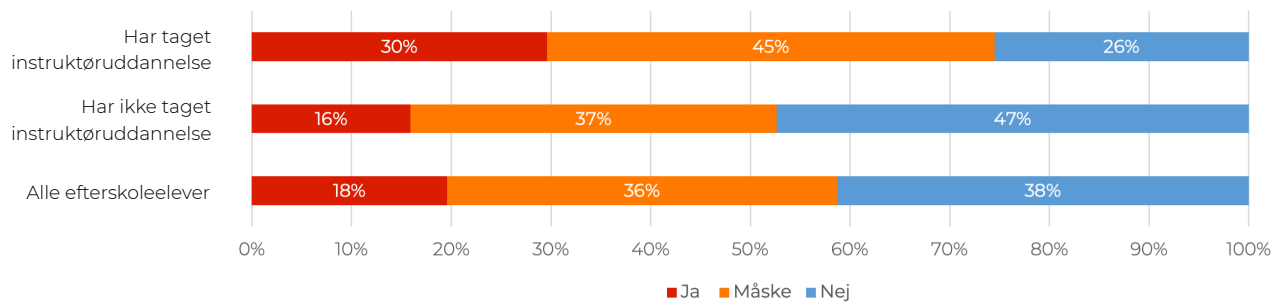
## FORÆLDRES BETYDNING FOR ELEVERS FORENINGSDELTAGELSE

Diagram 37: På hvilken måde har du planer om at være idrætsaktiv, når dit efterskoleophold slutter? (Svar: forening) og Er en eller begge dine forældre idrætsaktive (svar: ja i forening) (n=4033)



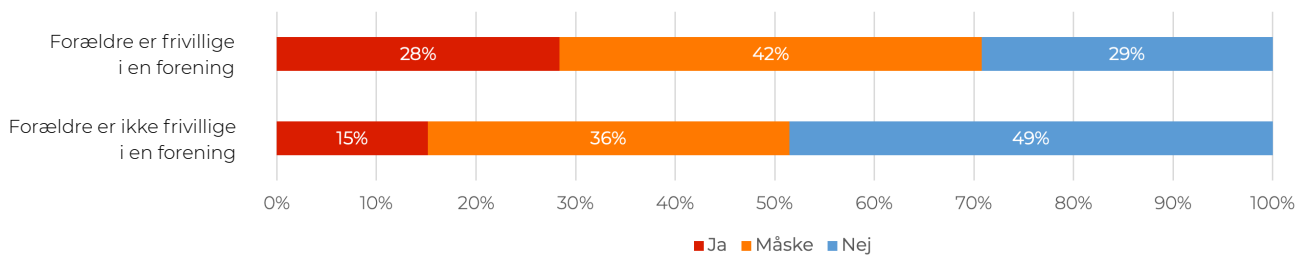
## TRÆNERUDDANNELSENS BETYDNING FOR FRIVILLIGHED

Diagram 38: "Har du lyst til at være instruktør/træner, når dit efterskoleophold slutter?" (n=4572) og "Har du som en del af dit efterskoleophold taget en træner/instruktøruddannelse?" (n=3931)



## FORÆLDRES BETYDNING FOR FRIVILLIGHED

Diagram 39: Har du lyst til at være instruktør/træner, når dit efterskoleophold slutter? Og Er en eller begge dine forældre idrætsaktive (Svar: ift. at være frivillig) (n=3931)



# BIBLIOGRAFI

**Efterskolerne** (2021). *Ny rekord i antal elever på landets efterskoler*. Tilgået 30. september 2022 på: [https://www.efterskolerne.dk/-/media/Efterskolerne/aktuelt/taloganalyser/Notat\\_elevtal\\_2021.pdf?la=da&hash=C40D-60647846730F1E505A662A14AA7B](https://www.efterskolerne.dk/-/media/Efterskolerne/aktuelt/taloganalyser/Notat_elevtal_2021.pdf?la=da&hash=C40D-60647846730F1E505A662A14AA7B)

**Fry, M., Duda, J., & Chi, L.-K.** (1993). The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire: Construct and Predictive Validity. *Journal of sport & exercise psychology*, 15, 172-183. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.2.172>

**Interfolk** (2009). Spørgeskema til beskrivelse af egen læringsprofil. 1. udgave.

**Nielsen, J. C., Sørensen, N. U. & Osmec, M. N.** (2010). *Når det er svært at være ung i DK - unges trivsel og mistrivsel i tal*. Udgivet af Center for Ungdomsforskning (CEFU)

**Mossman, G. J., Robertson, C., Williamson, B., & Cronin, L.** (2021). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport – Transfer Scale (LSSS-TS). *Psychology of sport and exercise*, 54, 101906. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101906>

**Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., Quested, E., & Chatzisarantis, N.** (2018). Theoretical Approaches to Physical Activity Promotion. In O. Braddick (Ed.) *Oxford Research Encyclopaedia of Psychology*. Oxford University Press.

**Region Syddanmark** (2022). *Hvordan har du det? Trivsel, sundhed og sygdom blandt voksne i Region Syddanmark 2021*. Tilgået 30. september 2022 her: [https://regionsyddanmark.dk/media/i4bl5viw/sundhedsprofilen\\_2021\\_region-syddanmark\\_elektronisk\\_version.pdf](https://regionsyddanmark.dk/media/i4bl5viw/sundhedsprofilen_2021_region-syddanmark_elektronisk_version.pdf)

**Rocchi, M., Pelletier, L., & Desmarais, P.** (2016). The Validity of the Interpersonal Behaviors Questionnaire (IBQ) in Sport. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2016.1242488>

**Sundhedsstyrelsen**. Guide til trivselsindekset: WHO-5.

**Sundhedsstyrelsen** (2022). *Danskernes sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021*. Tilgået 30. september 2022 her: <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2022/Danskernes-sundhed>

**Vodsgaard, H. J.** (2011). Nordiske værktøjer til dokumentation af læring. Metoder til læringsvurdering - et Nordplus Voksen projekt (Vol. 1). Interfolks Forlag.



