

# **Invandrarkvinnors deltagande i idrott- och motionsverksamhet:**

Normer och attityder

Gashaw Bibani

Sara Jääskeläinen

Examensarbete  
Idrott- och Hälsopromotion  
2020

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Idrott och hälsofrämjande
Identifikationsnummer:	
Författare:	Gashaw Bibani, Sara Jääskeläinen
Arbetets namn:	Invandrarkvinnors deltagande i idrott- och motionsverksamhet – normer och attityder
Handledare (Arcada):	Marko Vaappo
Uppdragsgivare:	På samma linje- projekt, Finlands Svenska Idrott, Föreningen Luckan
<p>Sammandrag:</p> <p>Syftet med denna studie är att identifiera invandrarkvinnors förhållande till idrott och de orsaker, attityder och normer som hindrar deltagande i idrottsverksamhets aktiviteter med tanke på inklusion. Studien är en beställning av Finlandssvenska idrottsföreningen FSI och Föreningen Luckan som en del av projektet På samma linje. Forskningsfrågorna är: <i>Vad är invandrarkvinnors inställning till idrott, normer och attityder?</i> och <i>Varför deltar så få invandrarkvinnor i organiserad idrottsverksamhet?</i> Studiens referensram är teorin om självbestämmande (SDT) samt studier om invandrades hälsa och idrottsbeteende 2003-2020. Åtta kvinnor som flyttat till Finland från krigszoner i Nordafrika och Mellanöstern deltog i studien. Semistrukturerade intervjuer genomförs exceptionellt via videosamtal. Tematiska analyser av intervjuutskriften utförs genom att dela upp svaren i två grupper: attityder till träning och skäl för att delta eller inte delta i sportklubbens aktiviteter. Resultaten av studien visar 20 faktorer som en möjlig stödjare och 18 faktorer som en möjlig barriär för deltagande i träning och organiserad träning. Studien fann att sociala faktorer är bland de viktigaste subjektiva upplevelserna som ökar deltagandet och njutningen. Bland de sociala faktorerna som ökar fysisk aktivitet är de viktigaste upplevelserna sammanhållning, samhälle, uppmuntran av andra, att göra saker tillsammans och glädjas tillsammans. Några autonomifaktorer och kompetensfaktorer är ofta benämnd som viktiga. Religionens begränsande inverkan kommer fram hos några av de intervjuade; till exempel deltagande i idrott som instrueras eller övervakas av en man är förbjudet. Resultaten återspeglar vi genom SDT och tidigare studier om invandrarkvinnors hälsa och fysisk beteende. Respondenter tar också inställning till tillgänglighet av information på sitt eget språk.</p>	
Nyckelord:	invandrarkvinnor, idrott, idrottsföreningsverksamhet, deltagande, inklusion, normer, attityder, På Samma Linje - projekt
Sidantal:	41
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Sports and health promotion
Identification number:	
Author:	Gashaw Bibani, Sara Jääskeläinen
Title:	Immigrant women's participation in sports club and exercise activities – norms and attitudes
Supervisor (Arcada):	Marko Vaappo
Commissioned by:	På Samma Linje -project, Finlands Svenska Idrott, Föreningen Luckan
<p>Abstract:</p> <p>The purpose of this study is to map the ways in which immigrant women approach sports, and to identify the reasons, attitudes and norms that hinder participation in the activities of sports clubs specially noting inclusion factors. The study is commissioned by Finlands Svenska Idrott (FSI) and Luckan fr as part of the “On the same line” project. The research questions are: <i>What is the relation of immigrant women towards sports, specifically norms and attitudes?</i> and <i>Why do so few immigrant women participate in sports clubs?</i> The main literature of the study is the determination theory (SDT), as well as studies on the health and exercise behavior of immigrants from 2003-2020. Eight women who have moved to Finland from war zones in North Africa and the Middle East participated in the study. Semi-structured interviews are conducted exceptionally via video. Thematic analyzes of the interview transcripts are performed by dividing the answers into two groups: attitudes towards exercise and reasons for participating or not participating in sports club activities. The findings of the study show 20 possible supporting factors and 18 possible inhibitor factors to participation in exercise and organized exercise. The study found that social factors are among the most important subjective experiences that increase participation and enjoyment. Among the social factors that increase physical activity the most significant are the experiences of cohesion, community, encouraging others, doing things together and rejoicing together. Also, some autonomy factors and competency factors are often mentioned as important. Religion's restricting influence is present with some of the respondents; for example, if sport is led or supervised by a man is partaking prohibited. The findings are reflected through SDT and previous studies of health and exercise behavior of immigrants. The respondents also discuss their attitude towards the provision of information in their own language.</p>	
Keywords:	immigrant women, sports, sports club activity, participation, inclusion, norms, attitudes, På Samma Linje -project
Number of pages:	41
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Liikunta ja terveydenedistäminen
Tunnistenumero:	
Tekijä:	Gashaw Bibani, Sara Jääskeläinen
Työn nimi:	Maahanmuuttajanaisten osallistuminen urheilu- ja liikunta-seuratoimintaan – normit ja asenteet
Työn ohjaaja (Arcada):	Marko Vaappo
Toimeksiantaja:	På Samma Linje -projekti, Finlands Svenska Idrott, Föreningen Luckan
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämä tutkimuksen tarkoituksena on kartoittaa maahanmuuttajanaisten tapoja suhtautua liikuntaan, sekä tunnistaa syitä, asenteita ja normeja, jotka ovat esteenä liikuntaseurojen toimintaan osallistumiselle inklusioaspektit huomioon ottaen. Tutkimuksen on tilannut Finlands Svenska Idrott ja Luckan yhdistys osana Samalla linjalla -projektia. Tutkimuskysymykset ovat: <i>Mikä on maahanmuuttajanaisten suhtautuminen urheiluun, normit ja asenteet?</i> sekä <i>Miksi ohjattuun liikuntaan osallistuu vain vähän maahanmuuttajanaisia?</i> Tutkimuksen pääasiallinen kirjallisuus on itsemääräämisteoria, sekä tutkimukset koskien maahanmuuttajien terveys- ja liikuntakäyttäytymistä vuosilta 2003–2020. Tutkimukseen osallistui kahdeksan Suomeen muuttanutta naishenkilöä Pohjois-Afrikan ja Lähi-Idän sota-alueilta. Puolistrukturoidut haastattelut tehdään poikkeuksellisesti videopuhelun välityksellä. Temaattiset analyysit tehdään haastattelutranskriptioista jakamalla vastaukset kahteen ryhmään: suhtautuminen liikuntaan ja syyt osallistua tai olla osallistumatta urheiluseuratoimintaan. Tutkimuksen löydöt näyttävät 20 mahdollista tukevaa tekijää, sekä 18 mahdollista inhiboivaa tekijää, jotka vaikuttavat liikkumiseen ja organisoituun liikuntaan osallistumiseen. Tutkimus osoittaa, että sosiaaliset tekijät ovat osana tärkeimpiä subjektiivisia kokemuksia tukemaan osallistumista ja antamaan nautintoa liikunnasta. Sosiaalisista faktoreista merkittävimpinä koetaan ryhmän koheesio, yhteisöllisyys, toisten kannustaminen, yhdessä tekeminen ja yhdessä iloitseminen. Myös muutamat autonomia- ja kompetenssitekijät mainitaan usein tärkeäksi. Uskonnon rajoittava vaikutus liikuntatoimintaan osallistumiseen on läsnä joillain haastateltavilla; esimerkiksi miehen ohjaama tai valvoma liikunta saattoi olla kiellettyä. Tutkimuksen löydöksiä reflektoidaan itsemääräämisteorian ja aiempien maahanmuuttajien terveys- ja liikuntakäyttäytymistutkimusten kautta. Haastateltavat kertovat myös suhtautumisestaan informaatiotarjontaan omalla kielellä.</p>	
Avainsanat:	maahanmuuttajanaiset, liikunta, urheiluseuratoiminta, osallistuminen, inklusio, normit, asenteet, På Samma Linje -projekti
Sivumäärä:	41
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

# INNEHÅLL

<b>Figurer.....</b>	<b>6</b>
<b>1 Inledning.....</b>	<b>8</b>
<b>2 Bakgrund.....</b>	<b>10</b>
2.1 Attityder.....	10
2.2 Sociala normer.....	11
2.3 Inklusion .....	12
2.4 Hälsa .....	15
2.5 Hälsofrämjande arbete.....	17
<b>3 Teoretisk bakgrund .....</b>	<b>19</b>
3.1 Självbestämmandeteorin (SDT).....	19
<b>4 Syfte.....</b>	<b>20</b>
4.1 Frågeställningar .....	21
<b>5 Metod .....</b>	<b>21</b>
5.1 Urval .....	22
5.2 Datainsamling.....	23
5.3 Analys .....	25
5.4 Etiska överväganden .....	26
5.5 Trovärdighet och pålitlighet .....	26
<b>6 Resultat.....</b>	<b>28</b>
6.1 Orsaker för frånvaro av invandrarkvinnor i idrottsföreningsverksamhet .....	29
6.2 Invandrarkvinnornas förhållande; normer och attityder till idrott och dess organisering.....	31
<b>7 Resultatdiskussion .....</b>	<b>33</b>
7.1 Metoddiskussion .....	35
<b>8 Slutsatser .....</b>	<b>36</b>
<b>Källor .....</b>	<b>38</b>
<b>Bilagor .....</b>	<b>43</b>
<b>Intervjuguide: Invandrarkvinnors deltagande i idrottsklubbar .....</b>	<b>43</b>

## **FIGURER**

Figur 1 Koppling av dimensioner av komponentmodellen till attityder om motion och idrottsverksamhet (modifierad Biddle & Mutrie 2008.....	11
Figur 2 De grundläggande behoven av en människa enligt SDT.....	19
Figur 3 Deduktiva analysprocessen enligt Elo & Kyngäs, 2008.....	25

## **Tabeller**

Tabell 1 De stödande och hämmande faktorer för deltagandet utgående från de tre huvudkategorier av SDT .....	29
--	----

*Många har en svensk far och en finsk mor, eller en finsk far och en svensk mor, eller deras föräldrar eller förfäder har flyttat hit från ett främmande land. Få är av en sådan oblandad avstamning att deras blod inte har flödat från blod från olika nationer i någons vener. Men det sägs att alla som håller och bygger detta land är i sitt hemland, alla som följer lagen i detta land och arbetar för det, är ett folk. De är förenade av sin kärlek, deras lydnad och deras allmännyttiga.*

-Zacharias Topelius, Boken om vårt land, 1875

# 1 INLEDNING

Med växande krav för integrering kommer idrottsföreningar att ha en ännu större roll och ansvar för att skapa en miljö där alla känner sig trygga och välkomna. För att en integreringsprocess ska vara framgångsrik bör man känna till det olika kulturella normer och attityder som styr beteendet hos olika grupper (Seiberth et al. 2014). Betydelsen av idrott för känslan av samhörighet och ömsesidighet är enorm för kvinnor och tjejer från minoritetsgrupper (Lundvall & Walseth 2019). Idrottens påverkan kan till och med utvidga till andra livsområden, så som ökat självförtroende och upprätt identitetsbekräftelse (Lundvall & Walseth 2019).

Det senaste 4 åren har det kommit över 62 000 asylsökande 18–34 åriga invandrarkvinnor till Finland (Migrationsverket 2020) och med ökade oroligheter kan siffran öka i närmaste åren (Eurostat 2020). Detta skapar en klyfta mellan behov och tillgänglighet av korrekta idrottsformer som en del av integreringsprocessen. Walseth (2006) påpekar att även om debatten om idrottens inverkan på integration och olika projektimplementeringar i hela Europa har varit ett märkbart fenomen, har kvinnor från minoritetsgrupper varit minst representerade i dessa.

Vid tal om integrering kopplas begreppet ofta till boende och arbete, men den holistiska hälsoperspektiven innebär också andra dimensioner. Det som gör ens liv till en mångdimensionell helhet, som utöver arbete och boende även innebär god psykisk- och fysisk hälsa, familj, vänner, hobbyn och andra aktiviteter som ger livet djupare mening. (World Health Organization 1986) Dessa fenomen forskar vi genom litteratur och teori medan vi söker efter förståelse för de normer och attityder som hindrar deltagande av kvinnor i idrottsklubbar.

Detta arbete är en beställning av ”På samma linje”-projektet som är ett samarbete av Finlands Svenska Idrott (FSI) och Idrottsföreningen Luckan. Projektens syfte är att förespråka jämställdhet och respektfullt bemötande på idrottsfältet. Vidare strävar det till att



öka idrottsansvarigas kompetens i jämställdhet, likabehandling och normmedvetenhet (Finlands Svenska Idrott 2019b). För att FSI skulle kunna verka ändamålsenligt som förespråkare behövs det kvalitativa forskningsdata om invandrarkvinnors ställning och attityder mot idrott.

För oss som framtidens hälsofrämjande medlare i det finska samhället är det speciellt viktigt att utöver förståelse också kunna ha kunskap att använda nödvändiga verktyg och kommunikation för att främja hälsa och inkludera alla i skapandet av förutsättningarna för ett bra liv.

Man kan argumentera att integration skulle innebära att en nyanländ ska vara den som anpassar sig till existerande kulturen, men samhälle och kultur är dynamiska och levande helheter. Det innebär transformation och utveckling. Ändring och anpassning bör vara ömsesidig, så länge den respekterar varje individs integritet och skyddar deras mänskliga rättigheter. Det är vår motivering för val av ämne, men också förhoppningsvis en arena där vi kan påverka i framtiden.

## **2 BAKGRUND**

Utifrån en hälsofrämjande synvinkel ämnar vi att identifiera invandrarkvinnors förhållande, normer och attityder i förhållande till idrott- och motionsverksamhet, samt de orsaker som hindrar deltagande i idrottsföreningarnas aktiviteter. I studien har vi begränsad målgruppen till första generationens invandrarkvinnor i åldern 18-40 som flyttat till Finland från Afrika och Mellanöstern. Fokus är på attityder, normer, inklusion, integration och hälsofrämjande faktorer som beskriver nivån och karaktär av behovet för att inkludera invandrarkvinnor i idrottsverksamheter (Walseth 2006).

### **2.1 Attityder**

Attityder är synliga för andra människor i att göra och bete sig på ett visst sätt. Det kommer upp på reaktionsliknande sätt innan vi agerar eller pratar och de är relaterade till tidigare erfarenheter. (Dunderfelt 2009 s. 113; Erwin 2001) Flera definitioner av attityd hänvisar till människas positiva och/eller negativa beredskap att agera till olika saker, situationer eller människor. De kan vara starka eller svaga och synliga eller dolda. Varje person har ett antal olika attityder och de är på något sätt alltid fokuserade på något och pratar ofta om ett fysiskt objekt eller ett psykologiskt betydelsefullt objekt. Objektets meningsfullhet bestäms av själva personen som attitydbehållare. (Erwin 2001) Attityder styrs av skriptor, det vill säga inlärda modeller (Dunderfelt 2009 s.113).

Enligt flera definitioner består attityd av tre komponenter som påverkar varandra; kunskap, känsla och beteende. Om attityden verkligen ska ändras bör alla dessa komponenter påverkas. (Erwin 2001; Biddle & Mutrie 2008) Att uppväcka ett positiv attityd mot idrott- och motionsverksamhet hos invandrarkvinnor, bör alla tre faktorer beaktas; det vill säga känslor om motion och idrottsverksamhet, övertygelser om motion och idrottsverksamhet, samt aktiv eller inaktiv beteende gällande motion och deltagande i idrott- och motionsverksamhet (se Figur 1). Värderingar och ideologier, som innehåller normer, också påverkar attityder men begreppen bör inte blandas (Erwin 2001).



*Figur 1 Koppling av dimensioner av komponentmodellen till attityder om motion och idrottsverksamhet (modifierad Biddle & Mutrie 2008)*

## 2.2 Sociala normer

En ”norm” kan betyda flera saker. En norm kan vara en enkel statistiskt fenomen, så som: ”Många människor rör på sig med att springa i fri luft”. Normer kan också vara moraliska riktlinjer: ”Gör mot andra som du själv vill bli behandlad”. Ett tredje sätt att närma sig normer är juridisk, för att också regler vägleder vårt beteende. (Mackie et al. 2015) I det här arbetet används följande definition: Normer är sociala regler, som berättar om det som är allmänt och accepterad i varje situation eller inom en viss grupp. (White & Habib 2018; Mackie et al. 2015). Därmed det kan finnas olika sociala barriärer, konkreta och abstrakta, som förhindrar inklusion av invandrarkvinnor i idrott- och motionsverksamhet. De inre normer av invandrargrupper och normer av ursprungsbe-folkningen kan påverka både positivt och negativt i invandrarkvinnors upplevelse av idrotts- och motionsverksamhet; den kan likadant stöda eller hämma deltagandet.

Idrott- och motionskulturer av invandrare och ursprungsbefolkningen är väldigt olika. Detta kan väcka reaktioner i människor – positiva och negativa. De beslut vi gör är påverkade av andra och också våra beslut påverkar andra (Halko & Hytönen 2014).

Den låga representationen i idrottsarenor påverkas dels av invandrarkvinnornas kultur och normer. Kvinnors deltagande i idrottsverksamhet är i invandrarkvinnors ursprungsländer inte vanlig eller socialt accepterad som i Finland. Utöver det är det svårare att nå invandrarkvinnor, eftersom de deltar mindre än invandarmän i sociala aktiviteter utanför hemmet. (Pasanen & Laine 2017; Pasanen et al. 2018) Hushållssysslor och uppfostran av barn är typiskt ansvar för kvinnor. Mödrar är ofta ovilliga att gå ut från hemmet och lämna sina barn till en barnvakt. (Pasanen et al. 2018) Det finns också brist på kunskaper som skapar motivation och medvetna möjligheter att motionera mer (Pasanen & Laine 2017; Pasanen et al. 2018). Dessutom kan män i familjen vara skeptiska mot kvinnornas deltagande i idrott (Pasanen et al. 2018).

Normer gällande kläder utmanar arrangemang av verksamhet riktad bara till kvinnor, eftersom det kan vara nödvändig att arrangera en kvinnlig instruktör och ett utrymme där män inte kan se de motionerande kvinnorna. (Pasanen et al. 2018). Idrottsklubbar kan försöka anpassa tjänster på deras bästa sätt att svara på arrangeringskrav som målgruppens speciella behov förutsätter.

## 2.3 Inklusion

Cambridge Dictionary (2020b) definierar inklusion på följande sätt: *"Idén att alla ska kunna använda samma anläggningar, delta i samma aktiviteter och njuta av samma upplevelser, inklusive personer med funktionshinder eller annat handikapp."* samt *"handlingen då man inkluderar någon eller något som en del av en grupp, en lista eller en person eller sak som inkluderas."* Salamancauttalandet som skapades i resultat av världskonferensen i 1994 (UNESCO 1994 s. 13) satte termen "inklusion" till en del av den statliga retoriken som fick status i skolor och massmedier, men temat är tidlös, därmed också aktuell i dagens värld.

I enighet med Saari (2011) och UNESCO (1994), anser vi att processen av integration innebär olika idrottstjänster, program, och åtgärder riktade till kvinnor med invandrarbakgrund, vars syfte är att införa eller uppmuntra urvalsgruppen till att delta i generella eller ursprungsbefolkningens idrottstjänster. Ideellt bör en integrationsprocess sträva till eller leda till inklusion. Enbart med ”integration” menar vi oftast inklusion av individen. Väsentligt är att inklusion är bundet till sitt sammanhang, vilket innebär i praktiken att en vetenskaplig studie om invandrarkvinnor ger riktlinjer för åtgärder, men varje idrottsförbund eller annan enhet själv behöver anpassa deras verksamheter. (Saari 2011)

Nästan alla män som har kommit från Afrika och Mellanöstern har flyttat till Finland som asylsökare eller kvotflyktingar, medan de flesta kvinnor har kommit för att återförena familjen. Kvinnor från dessa områden har betydligt lägre nivå av deltagande i sociala sammanhang. (Castaneda et al. 2012) Att motionera med en vän eller i en hobbygrupp erbjuder ett bra tillfälle att möta människor och integrera sig i samhället (Walseth 2003). Med inkluderande åtgärder kan deltagandenivån ökas. (Castaneda et al. 2012)

Inkluderande åtgärder kan också innehålla kampen mot exkluderande beteende hos ursprungsbefolkningen. Det att en stor del invandrare i Finland bemöts av namnkallning och verbalt missbruk i vardagslivet och att respektlöst och oartigt bemötande är ännu vanligare troligen inte stöder deltagande i idrottsverksamhet speciellt om de upplevs i idrottskontexten. (Castaneda et al. 2012; Pasanen & Laine 2017) Diskrimineringsupplevelser bemöts vanligare hos sådana som bott längre i Finland och dom som flyttat till landet som äldre. (Castaneda et al. 2012)

### **Idrottsarenor och invandrarkvinnor**

Invandrarkvinnor är mindre representerade i idrottsförbunden jämfört med kvinnor med europeisk bakgrund (Walseth 2006). Datainsamling av FSI visar också att de är lite representerade i användargrupper av medlemsförbundens idrottstjänster. (Finlands Svenska Idrott 2019a). Generellt spelar idrottsförbunden en stor roll i den finländska idrottskulturen. Fast mångfald inom idrottskultur växer och utvecklas, förblir förbundens kärnheter i den organiserade motions- och idrottsverksamheten. Deras betydelse

från topp- och tävlingsidrottens, samt från hobbymotionens synvinkel är stor. (Koski & Mäenpää 2018).

De populäraste motionsform hos finska kvinnor i 2017 var gång, hemgymnastik, cykling och gymträning (Ruuskanen 2019). De flesta av kvinnor från Mellanöstern och Afrika har inte haft möjligheter att delta idrottsaktiviteter, utan fysisk aktivitet är bunden till dagliga hushållssysslor och familjeliv. Också arbetsliv kan orsaka tidsbrist. (Cortis et al. 2007) Gång är den vanligast och mest accepterad form av motion hos kvinnor från Africa och Mellanöstern (Cortis et al. 2007, Pfister 2010). Gymträning i kvinnors gym ökar sin popularitet i Islamiska länder men endast medel- och överklassen har råd med det. Några länder har kommunala träningsfaciliteter som erbjuder träningsmöjligheter för mindre välmående kvinnor. (Pfister 2010)

Inklusion av invandrarkvinnorna i idrottsverksamheten kan dels stöda integration, utveckla språkfärdigheter och skapa möjligheter för sysselsättning. Teamsport och andra varierande idrottsformer skapa en stark känsla av tillhörighet på grund av att de erbjuder möjligheter att känna ömsesidighet, socialt stöd, fred och sinnesro. (Pasanen & Laine 2017; Walseth 2006)

Kommunen ska med stöd och förpliktelse av idrottslagen 390/2015 skapa förutsättningar för invånarnas motions- och idrottsutövning genom att tillhandahålla motions- och idrottstjänster som främjar hälsan och välbefinnandet för olika målgrupper. Kommunen ska stödja medborgar- och föreningsverksamhet genom att utveckla det lokala och regionala samarbetet, samt bygga och driva idrottsanläggningar. Idrott är en grundläggande kommunalservice. En viktig uppgift för kommunen och den övriga offentliga förvaltningen är att trygga en så jämlik tillgång till idrotts- och motionstjänster som möjligt för alla medborgare medverksamhetsformer som lämpar sig för de lokala förhållandena och behoven. Därmed är idrottsverksamhetens uppgift att kommunicera med kommunen om det finns behov för stöd att utveckla verksamheten för att bättre svara till kommunbornas behov. (Finlex 2015)

## 2.4 Hälsa

Begreppet hälsa kopplas med minimering av sjukdom fysiskt, psykiskt och socialt; å andra sidan kan det innehålla tillräcklig konditionsnivå för att kunna uppnå de andra (viktigare) livsmål och/eller upplevelsen av välmående trots svag kondition. (Green & Tones 2010 s. 14–15; Huttunen 2020) Enligt mänskliga rättigheter (Human Rights) är den högsta uppnåeliga hälsostandarden varje människas grundläggande rättighet oberoende av ras, religion, politiska åsikter, ekonomisk- eller social status. (United Nations 1948)

Individens hälsa förändras ständigt, men god hälsa är en väsentlig resurs till social, ekonomisk och personlig utveckling och en viktig dimension inom livskvalitet (Huttunen 2020; World Health Organization 1986). Att uppnå ett tillstånd av fullständigt fysiskt, mentalt och socialt välmående, måste individen eller gruppen identifiera och inse strävanden att tillfredsställa behoven och att förändra eller klara av miljön. Hälsa fungerar som en resurs i vardagslivet, inte som ett absolutvärde på livet. Hälsa är ett positivt koncept som betonar sociala och personliga resurser såväl som fysiska kapaciteter. (World Health Organization 1986)

Hälsoskillnaderna mellan olika invandrargrupper kan vara stora, eftersom invandrarna inte är en homogen grupp. De människogrupper som har kommit till Finland som flyktingar eller asylsökare och deras familjemedlemmar är oftast i ett svagt tillstånd, speciellt kvinnor med bakgrund i Mellanöstern och Norra Afrika. (Castaneda et al. 2012) Också en studie från Sverige stöder resultaten (Lindström et al. 2002).

### Fysisk hälsa

Svårigheter med fysisk och social funktionsförmåga är mest synliga hos invandrare (Castaneda et al. 2012; Lindström et al. 2002), speciellt hos människor som flyttat till Finland nyligen eller som äldre (Castaneda et al. 2012). Studier om fysisk aktivitet har tydligt visat relationen mellan inaktivitet och svag hälsa samt aktiv livsstil och förbättrad hälsa. (Murphy et al. 2009 s. 3–10). Kvinnor med ursprung i Mellanöstern och Afrika motionerar lite (Castaneda et al. 2012) och speciellt fysisk aktivitet av kvinnor med

somalibakgrund borde främjas (Castaneda et al. 2012). Av dem speciellt kvinnor upplever sin förmåga att förflytta sig svagare än resten av den arbetsåldriga befolkningen, men samma gäller befolkningen med kurdisk bakgrund. Betydligt flera invandrarkvinnor från Mellanöstern, Norra Afrika och andra krigszoner har övervikt och svag fysisk kondition som minskar möjligheten och motivationen att nå ut till tjänster långt ifrån hemmet. (Castaneda et al. 2012; Castaneda et al. 2014)

### **Upplevd hälsa**

Mental, social, andlig och fysisk hälsa formar tillsammans den subjektiva, upplevda hälsan. Den är en faktor som kan påverka behovet av sjukhusvård, mortalitet, funktionsförmåga och bruk av hälsotjänster hos folket. (Institutet för hälsa och välfärd 2019). En liten del av människor med invandrabakgrund upplevde sin livskvalitet bra jämfört med den hela populationen i Finland (Castaneda et al. 2012). I en nyare studie upplever de människor med invandrabakgrund sin hälsa bättre än finländare, men det kan bero på att de uppfattar sjukdom och dess symptomen på andra sätt. Varierande uppfattningar beror bland annat på kultur och kunskaper i hälsoutbildning. (Nieminen et al. 2015) Ändå upplevde betydligt färre människor med bakgrund i Mellanöstern och Norra Afrika en bra livskvalitet än andra människor med utländsk bakgrund och den finska befolkningen. Å andra sidan är dessa människor och generellt människor med utländsk bakgrund mer nöjda med sina sociala relationer än den hela populationen i Finland. (Castaneda et al. 2012; Nieminen et al. 2015)

Intressant är, att förutom de svaga resultaten av mätningar av funktionsförmågan och de upplevda förflyttningssvårigheterna, evaluerade människor med somalibakgrund deras hälsa som högst av de undersökta grupper och de anmälde minst långtidssjukdomar. Hos människor med kurdisk bakgrund är resultaten av den höga förekomsten av förflyttningssvårigheter i enighet med den upplevda hälsan och resultaten som gäller sjukdomar. Bland annat upplevelser av värk, psykiska symptom och hög prevalens av trauma bland människor med kurdisk bakgrund, kan vara relaterade till upplevelsen om att deras fysiska funktionsförmåga är svag. (Castaneda et al. 2012) En annan studie förstärker att invandrare från Mellanöstern och Norra Afrika har en svagare funktionsförmåga. (Nieminen et al. 2015)



Det är viktigt att ta i beaktande kulturella faktorer när man evaluerar och transkriberar resultat av både mätt och upplevd fysisk funktionsförmåga. Begränsningar av fysisk funktionsförmåga kan spegla olika bosättnings- och invandringsrelaterade faktorer. Några av dessa är rädsla relaterade till livet och den levande miljön, diskriminering som orsakar rädsla och icke-deltagande, psykosomatiska symptom och traumatisering, kulturbundna könsroller och oerfarenhet relaterad till träning (Castaneda et al. 2012; Castaneda et al. 2014; Pasanen & Laine 2017) Dessa faktorer deltar i utformningen av individers livsstil som vidare påverkar den holistiska hälsan och sjuklighet.

## **2.5 Hälsofrämjande arbete**

Syftet med hälsofrämjande arbete är att skapa en sådan inre och yttre miljö till individer att de har kompetens, vilja och möjligheter att förbättra sin egen hälsa och välmående. Hälsofrämjande åtgärder har ett syfte att skapa en stödjande miljö till hälsan genom att förespråka hälsan med fokus i att nå jämlikhet i hälsan. (World Health Organization 1986) I enlighet med WHO syftar Finlands hälso- och sjukvårdslagen (1326/2010) att främja och upprätthålla befolkningens hälsa, välfärd, arbets- och funktionsförmåga och sociala trygghet, samt minska hälsoskillnaderna mellan befolkningsgrupperna. (Finlex 2010) Detta nås med att förkorta klyftor mellan olika hälsostatus och att garantera jämlika möjligheter och resurser för att nå ens fullständig hälsopotential. Det innebär en säker grund i den stödjande miljön, tillgången till information, livsfärdigheter och möjligheter att göra sunda val. Människor kan nå deras fullständiga hälsopotential om de kan ta kontrollen över saker som bestämmer deras hälsa. Strategier och programmen av hälsopromotion borde anpassas till de lokala behoven och möjligheter. (World Health Organization 1986)

Hälsofrämjande är inte bara hälsosektorns ansvar, men en sund livsstil som leder till välbefinnande. (World Health Organization 1986) Idrottsverksamheten dels bidrar i att utforma sunda livsstil hos befolkningen och har traditionellt en märkbar roll i Finland (Koski & Mäenpää 2018). På grund av olika faktorer har invandrarkvinnor i Finland, speciellt kvinnor från Mellanöstern, Norra Afrika och andra krigszonen, mindre kapacitet och möjligheter att ta kontroll över och förbättra deras hälsa jämfört med invandarmän och den hela befolkningen (Statistikcentralen 2018, Castaneda et al. 2012).

De är också minst representerade i samhällets olika sociala arenor (Pasanen et al. 2018) som i idrotts- och motionsverksamheten. (Walseth 2006; Finlands Svenska Idrott 2019a).

Möjliggörande och stöd av idrottsverksamhet riktad till asylsökare- och invandrarkvinnor kan vara särskilt motiverat också från bosättnings synvinkel. Deltagandet i idrottsaktiviteter kan skapa mod hos kvinnor som möjliggör att de mer proaktivt tar itu med möjligheter att utveckla sin livsstil. (Pasanen et al. 2018) Det finns ett behov att utveckla hälsofrämjande fysiskt aktiverande åtgärder, tjänster och volontärarbete till invandrarkvinnor (Castaneda et al. 2012) som tar hänsyn till deras kulturella värdegrund och attityder, samt brister i interna och externa resurser som ofta hämmar eller utmanar deras deltagande och utnyttjande av de existerande verksamhetsformer (Pasanen et al. 2018).

### **Kommunikation**

Språkfärdigheter i finska och svenska är betydligt svagare hos kvinnor från Mellanöstern och Norra Afrika (Castaneda et al. 2012 ; Nieminen et al. 2015) och färre följer de finska medierna (Nieminen et al. 2015). Detta leder till bristande interkulturell kommunikation och svagare möjligheter att integrera i det finländska samhället (Pasanen et al. 2018, Castaneda et al. 2012).

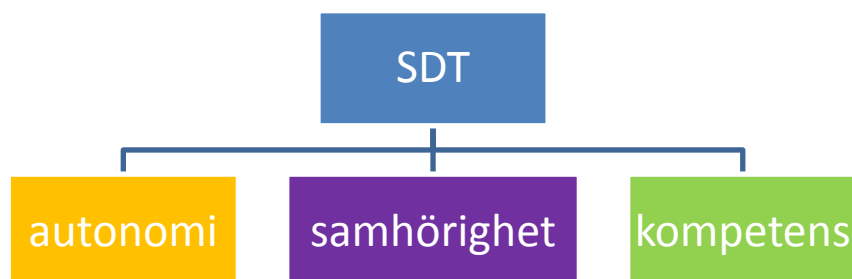
För att kunna nå alla invandrarkvinnor i Finland, måste man ta hänsyn till olika utmaningar som kan komma upp under kommunikationsprocessen. I studien från Castaneda et al. (2012 ; 2014) hade intervjuer och hälsokontrollen utförts av forskaren med rysk, somalisk och kurdisk bakgrund som pratade både målgruppens språk och finska. Syftet var att öka förtroende och förståelse, samt medvetenhet om avgångs- och ankomstländernas kultur och system. Man tog speciellt hänsyn till att nå människor som undersöktes. De kontaktades bland annat med hembesök. De informerades om genomförandet och preliminära resultaten aktivt redan i datainsamlingsfasen. Deltagaraktiviteten av undersökningen ökade högre än i motsvarande undersökningar i många andra länder. Resultaten konstaterar att det är väsentligt att sätta målgruppsanpassade resurser som personal till kommunikationsarbetet för att kunna inkludera gruppen och få dess förtroende. (Castaneda et al. 2012)

### 3 TEORETISK BAKGRUND

Som vi redan konstaterade har engagemang i idrott kopplats till flera positiva fysiska och psykiska aspekter vid forskning. I den följande teorin förstärks dessa antaganden och fungerar också som basen till förståelse om de dimensioner som påverkar människas alla livsområden ur en hälsofrämjande synvinkel. De centrala begreppen inom den här forskningen och de teorier som knyter ihop forskningen ger oss förståelse för inte bara relationen mellan människas hälsa och idrott utan också de byggstenar som anses vara viktiga för att kunna nå ens bästa hälsopotential, som borde vara tillgängligt för alla.

#### 3.1 Självbestämmandeteorin (SDT)

Utgångspunkten i självbestämmandeteorin (Self Determination Theory, SDT) är att en människa till sin grundnatur är aktiv, engagerad, tillväxtorienterad och samarbetsvillig, förutsatt att ens psykologiska basbehov är tillgodosedda. Då blir det möjligt att engagera sig och handla av eget intresse eller på grund av att man känner att det är viktigt; till det behöver man omgivningens stöd. Omgivningen kan antingen hjälpa till med att tillgodose, låta bli att tillgodose, eller rent dämpa dessa behov. De psykologiska basbehoven är behovet av autonomi, behovet av samhörighet (belongingness/relatedness) och behovet av kompetens (se Figur 2). (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).



*Figur 2 De grundläggande behoven av en människa enligt SDT.*

Behovet av *autonomi* eller självbestämmande hänvisar till ett grundläggande behov av att få bestämma själv över sitt eget liv, att man får göra av egen fria vilja, känna att man själv har valt det man gör och gör för att man vill. Det betyder inte självstyrelse utan stöd, självständigt beslutsfattande och framförallt inte att man blir lämnad ensam. (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).

Behovet av *samhörighet* hänvisar till ett grundläggande behov av att känna gemenskap och närhet med andra människor, samt att man är delaktig och viktig för andra i sin sociala miljö. (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).

Behovet av *kompetens* hänvisar till grundläggande behov av att få känna sig kunnig och kompetent, samt att man kan. Det att man lyckas är ett effektivt sätt att tillgodose detta behov. En människa har också ett behov att utvecklas vidare. (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).

Walseth (2006) visar att teamsport och andra varierande idrottsformer kan skapa en stark känsla av tillhörighet hos människor med invandrarbakgrund. Också kompetens och autonomikänslan måste stödas i inläringssituationer.

## **4 SYFTE**

Syftet med denna studie är att identifiera invandrarkvinnors förhållande till idrott och de orsaker, attityder och normer som hindrar deltagande i idrottsverksamhets aktiviteter med tanke på inklusion.

## 4.1 Frågeställningar

Forskningsfrågorna lyder ”Vad är invandrarkvinnornas förhållande; normer och attityder till idrott och dess organisering?” och ”Varför deltar få invandrarkvinnor i idrottsföreningsverksamhet?”.

## 5 METOD

Vi ämnar söka förståelse för ett fenomen och därmed komma till välnyanserade svar på vår problemställning. Vi har valt en kvalitativ forskningsprocess med en öppen informationssamling som metod. Utgående från vårt syfte att skapa förståelse, är insamlad data som återspeglar sanningen av hög prioritet. Detta försäkrar informationens relevans till forskningen. Detta innebär för oss som forskare att ta distans från våra egna förutfattade antaganden för främjande av objektivitet i den information vi får (Jacobsen 2007 s. 48-52).

Med målen att se djupare på fenomenet hjälper det kvalitativa tillvägagångssättet att upptäcka nya tankar och individuella åsikter (Hirsijärvi et al. 2009 och Jacobsen 2007). Vi använder halvstrukturerade intervjuer för datainsamling med individuella intervjuer.

För oss känns en intervju som ett naturligt sätt att djupdyka i en människas personliga preferenser för att söka fram länken mellan deras preferens och handlingar. Det handlar om att observera gester, hållningar och kroppsspråk och studera dem för att identifiera problem och tillhandahålla lösningar på dem.

Beskrivning av verkliga livet, som Hirsijärvi et al. (2009) beskriver är flerdimensionellt och nyanserat, och därför kan inte alla dess nyanser beskrivas, till exempel genom kvantitativ forskning.

## 5.1 Urval

Urvalsprocessen är en väsentlig del av en framgångsrik studie. Vi strävar för att få svar på våra forskningsfrågor och eventuellt empiri som skapar förståelse till fenomenet. Själva ämnet befinner vi viktigt ur sociala synvinkeln, men ytterligare urvalsfaktorer påverkades av På samma linje-projektets egen värde och syften. Vi ämnar för att få svar på vad och varför. Efter val av ämne började vi söka empiri som stöder vår studie och ger en inriktning. Väsentlig var ett det finns nog, men att det finns empiri som betraktar just denna människogrupp och den fenomenen vi studerar.

För att underlätta urvalsprocessen och eventuellt analys av data samt att få variation i de data vi samlar är det väsentligt att urvalet förs strategiskt. Det betyder att man har en viss ram man följer då man väljer intervjuobjekt. (Graneheim & Lundman 2003)

Vi exkluderar personer som redan deltar i idrottsverksamheter även om vi är medvetna om den värdefulla informationen det kan framkomma för forskningens syfte. På grund av begränsningen i en studie av denna skala har vi bestämt att fokusera bara på sådana som inte är engagerade i organiserade idrottsformer. Ännu ett kriterium för urvalet är att de ska vara första generationens invandrare från Afrika och Mellanöstern. Detta val har vi bestämt för den uppenbara anledningen att dessa grupper enligt Pasanen et al. (2018) har större risk för exklusion på grund av språkröskeln för att nämna en, men också de psykologiska hinder som trauma, rädsla och osäkerhet.

I ljuset av vårt syfte, betydelsen av mångfald är ändå viktigt, alltså att det kvinnor som intervjuas kommer från olika bakgrund och är i olika livssituationer. Detta anser vi viktigt för att eventuellt få olika synvinklar till våra frågor och kunna koppla de till livssituationer; socioekonomiska, kulturella och religiösa faktorer.

För att lokalisera och rekrytera deltagare till vårt studie är det viktigt att kontrollera partiskhet och för att effektivt få ett representativt urval. Vi använder sociala nätverk för att samla respondenter, men exkluderar vänner och bekanta. Detta gör vi genom en annons på Facebook och LinkedIn (Graneheim & Lundman 2003) Med tanke på att det komplexa samhällen utan tydligt avgränsade grupper som vi är, krävs det särskilt noggrant

övervägande under hela rekryteringsprocessen. (Jacobsen, 2007) I vår annons för efterfrågan av respondenter nämns alla de kriterier som de ska fyllas; bakgrund, ålder och vistelse i Finland.

Vi intervjuar 8-10 första generationens invandrarkvinnor i åldern 18-40 år med invandrarbakgrund som vi hittar genom sociala plattformar som Facebook och LinkedIn. Intervjufrågorna ställs med respekt för etik och integritetsskydd av informanterna och dess relevans till forskningen. Intervjuer görs på finska språket för att i huvudstadsregionen är det flesta invandrare integrerade på finska språket. Svaren transkriberas också på finska som vi kommer att ersätta till svenska språket själv.

## 5.2 Datainsamling

Genom respondenterns individuella, unika svar kan vi nå ärlig och oväntad information för analysering som eventuellt belyser problemställningen. (Jacobsen, 2007) Vår metod att komma till empiri som ärligt beskriver, ger svar och förståelse till fenomenet är semistrukturerad individuell intervju. Genom att fråga *vad och varför* vid tematisering av intervjufrågorna kan vi försäkra att det vi frågar är enligt syftet och vi når djupare förståelse.

En interaktiv kvalitativ metod är enligt Jacobsen (2007 s. 51) öppen, flexibel och sker i närkontakt med respondenter och med denna kvalitet skapas hög intern validitet, det vill säga det får fram förståelse för fenomenet eller situationen.

En forskning av detta slag ska möta etiska kriterier samt nå trovärdighet, är de två kriterier gällande empirin som ska fyllas; den ska vara giltig och relevant samt pålitlig och trovärdig. Jacobsen (2007 s. 12) avser med giltighet och relevans att den information som man samlar är relevant till det man frågar. Pålitlighet och trovärdighet innebär att forskningen är reliabel som för sig väcker förtroende.

För att intervjuforskningen ska vara av god kvalitet, följer vi de sju stadierna för intervjuforskning av Kvale & Brinkman (2009 s. 118). Detta innebär först och främst *temati-*

*sering* för att kunna redovisa undersökningens syfte och innehåll och med detta svara på frågan *varför* och *vad*. Vid detta steg skapade vi temat och syftet med tanke på frågeställningarna.

Vid *planeringsfasen* väljer man lämpliga metoden. Med semistrukturerade intervjuer ämnar vi att skapa utrymme för respondenter att reflektera deras känslor, erfarenheter och attityder men ändå styra diskussionen gång för att hålla diskussionen inom ramen för studiens syfte. Detta innebär att dessa sju stadier inkluderas i planen medan man tar hänsyn till forskningens syfte utan att glömma det moraliska konsekvenserna.

I tredje fasen genomförs *intervjun* enligt en förberedd intervjuguide (Bilaga 2) på ett reflekterande sätt med tanke på syftet. För utformningen av forskningsfrågor har vi valt att använda checklistan av Bell. (se Bell 2005 s. 169) Intervjuer ordnades genom videosamtal på grund av koronaepidemin. Vi förberedde för intervjuerna genom att sätta färdigt allt vi behövde: En dator, en diktafon och mobiltelefonens inspelare som ”backup”. Alla respondenter hade skickat samtycke elektroniskt eller per post innan intervjuerna.

Intervjuguiden börjar med enkla och inledande frågor till ämnet. Meningen med detta är att respondenten orienterar sina tankar och reflektioner till faktorer som har betydelse för studien, men dock inte för att leda eller styra vad respondenten ska svara. Vi som intervjuare ska ge utrymme till respondentens autonomi och rätt att svara det som känns rätt för dem.

Efter en färdig intervju görs en *utskrift* av intervjun som innebär transkribering från tal-språk till skriftspråk. Vi noterade ändringar i ansiktsintryck och ändring i rösten för att ytterligare få förståelse och analysera sådant som inte direkt kommer upp i diskussion. Transkriberingar gjordes omedelbart efter intervjun. Sedan förstördes inspelningen. Data sparades i en lösenordskyddad dator.

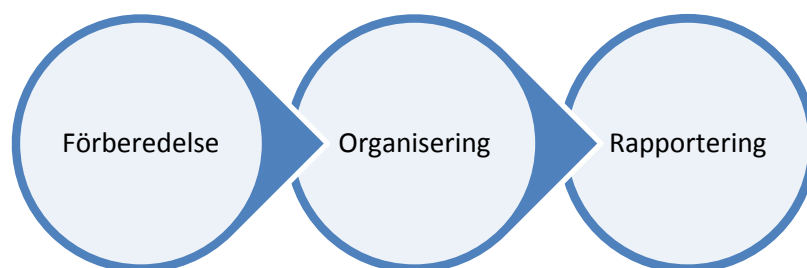
Vid sista stadiet förbereds materialen för analys och rapportering. Dessa beskrivs senare.



## 5.3 Analys

Vi använder oss av kvalitativ innehållsanalys som analysmetod. Enligt Bell (2005) definieras innehållsanalys som en; ”forskningsteknik i syfte att kunna dra replikerbara och valida slutsatser från data till dess kontext.” Tekniken används ofta inom beteende- och vårdvetenskap för tolkning av analysenheter. (Elo & Kyngäs 2008)

Innehållsanalys är en metod som kan användas med endera kvalitativa eller kvantitativa data; dessutom kan den användas på ett induktivt eller deduktivt sätt. Både induktiva och deduktiva analysprocesser representeras som tre huvud faser: förberedelse, organisering och rapportering (se Figur 3). (Elo & Kyngäs 2008)



*Figur 3 Deduktiva och induktiva analysprocessen enligt Elo & Kyngäs, 2008*

Som analysenheter använder vi transkriberingar som skrivs ord för ord av inspelade intervjuer på våren 2020. Texten tematiseras på basen av våra forskningsfrågor och sedan kategoriseras i enlighet med självbestämmandeteorin; mer tydligt, hur de basbehoven på autonomi, kompetens och samhörighet tillfredsställs.

Bell (2005) hävdar att dataanalysförfarandet är för utveckling av kategorier till ett ramverk eller en modell. Detta ramverk kan sammanfatta rådata samt förmedla nyckeltema eller processer. Dessa kategorier utvecklas från kodningen. Vi genomförde strategin för deduktiv analys. (Kvale & Brinkman, 2009) Strategin innebär följande steg: läsning av textdata, identifiering av mönster, märkning av segmentens delar för att skapa katego-

rier, reduktion bland kategorierna för att skapa en modell som innehåller viktigaste kategorierna.

## 5.4 Etiska överväganden

Enligt god vetenskaplig praxis av Forskningsetiska delegationen år (2012) ska vi iaktta ärlighet, allmän omsorgsfullhet och noggrannhet i undersökningen, dokumenteringen och presentationen av våra resultat. Detta innebär också etiskt hållbara dataanskaffnings-, undersöknings- och bedömningsmetoder som innebär att vi beaktar respondentens rätt till integritetsskydd och anonymitet, skyddar våra respondenter mot skada, vi informerar respondenten om undersökningens syfte och att deltagandet i en undersökning är frivilligt utan att glömma hur man hanterar intervjumaterial och hur deras anonymitet respekteras.

## 5.5 Trovärdighet och pålitlighet

Även om termen "trovärdighet" är ett koncept som används för att testa eller utvärdera kvantitativ forskning, används ändå idén oftast i alla typer av forskning. Om vi ser idén att testa som ett sätt att få fram information, då är det viktigaste testet i en kvalitativ studie dess kvalitet. En bra kvalitativ studie kan hjälpa oss att förstå en situation som annars skulle vara gåtfull eller förvirrande. Detta hänför sig till begreppet forskning av god kvalitet när pålitlighet är ett koncept för att utvärdera kvalitet i kvantitativ studie med ett "syfte att förklara" medan kvalitetsbegrepp i kvalitativ studie har som syfte att "skapa förståelse" (Golafshani 2003). Enligt Graneheim & Lundman (2003) bör begreppet *trovärdighet* användas inom kvalitativ metod för att mäta reliabilitet. Det handlar om forskningens fokus och hänvisar till förtroende för hur bra data och analysprocesser adresserar det avsedda fokuset.

Pålitlighetskonceptet är en aning mer komplicerat i samband med intervjuer eftersom samma fråga kan ge många olika svar. Det som antas vara viktigt av Bell (2005) är att frågorna i intervjun motsvarar syften och att den mäter eller beskriver det man vill mäta.

Dock ska validiteten i litteraturen som vi använder i detta arbete motsvara hög validitet och detta nås med kritisk granskning av källor och dess innehåll. Enligt Graneheim & Lundman (2003) kan man dock istället använda termen pålitlighet som i samband med kvalitativ studie inkluderar frågan om överförbarhet, som avser ”omfattningen till som resultaten kan överföras till andra inställningar eller grupper”.

## 6 RESULTAT

Med analys av insamlade data har vi kategoriserat resultaten utgående från SDT till de tre huvudkategorier som spelar väsentlig roll i vars görande (se Tabell 1). För klarhet har vi valt att nämna varje faktor bara en gång fast vissa ord kan placeras i flera kategorier. Vi har poängterat förespråkare samt motspråkande faktorer för samhörighet, kompetens samt autonomi.

	Stöder motion och deltagandet i organiserad idrott	Hämmar motion och deltagandet i organiserad idrott
	20 stödande faktorer upptäckt	18 hämmande faktorer upptäckt
Samhörighetsfaktorer	9 faktorer: Gemenskap, tillsammans varande, uppmuntrandet, att ha det roligt, dansa och spela bollspel, skapa minnen, att familjelivets påverkan är med i tjänstedesign, vänner, föräldrarna/maken utbildas om motionens påverkan hos kvinnor	7 faktorer: Att göra ensam, man upplever inte inklusion, män i utrymmet, män kan se de motionerande kvinnor, fysisk kontakt med män, manlig instruktör, föräldrarna/maken känner inte motionens positiva påverkan hos kvinnor
Kompetensfaktorer	4 faktorer: Känner idrottens påverkan i hälsa och välmående, individen motionerar regelbundet, känner rörelseglädje, kan söka information självständigt	6 faktorer: Individen känner att hen inte behärskar idrotten, känner inte idrottsgrenen, förstår inte information, kan inte söka information, orkar inte, upplever att föreningar är bara till barn och unga
Autonomifaktorer	7 faktorer: Individen upplever inga direkt	5 faktorer: Tidsbrist för familjeliv, stu-

	hämmande faktorer, man kan motionera när som helst (med vänner), finns nära, utan män i utrymmet, kvinnlig instruktör, man kan (de mest bekanta och populära grenen är gymträning, joggning och promenad), man vill (många har intresse för simning, dans och bollspel)	dieliv och/eller arbetsliv, för dyr, brist av intresse att delta organiserad idrott, få och korta tider för kvinnors simpass
--	---	--

*Tabell 1 De stödande och hämmande faktorer för deltagandet utgående från de tre huvudkategorier av SDT*

## 6.1 Orsaker för frånvaro av invandrarkvinnor i idrottsföreningsverksamhet

Fysisk aktivitet accepteras allmänt viktigt för hälsa och välmående (Huttunen 2020; Institutet för hälsa och välfärd 2019; Murphy et al. 2009 s. 3–10; United Nations 1948; World Health Organization 1986), också bland de alla intervjuade anses idrott och motion som en viktig främjare av psykiska och fysiska välmående.

“Alla borde dagligen motionera—Så mycket som man behöver syre eller mat, lika mycket behövs motion... Motion påverkar graviditet och fostrens välmående...den påverkar positivt också mentala hälsan.” – Intervjuobjekt 2

Tidsbrist på grund av arbete, skola och familj ansågs vara anledningen till minskad fysisk aktivitet. I enighet med de tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018) tar invandrarkvinnor ofta mest ansvar för barn och hemmet vilket ofta hämmar deras deltagande i idrott- och motionsaktiviteter.

”... Eftersom de är toppåren som pågår och många saker som behöver samordnas, så tanken på att engagera sig i gemensam verksamhet är skrämmande ...” -Intervjuobjekt 7

Den hämmande påverkan av arbetsliv och skola för deltagande i idrott- och motionsverksamheten kom upp i intervjuer och studien från Cortis et al. (2007).

Också svag kunskap i olika idrottsformer var hämmande faktorer. De tidigare studier förstärker bilden att invandrarkvinnor är ofta oerfarna i fysisk träning (Castaneda et al.

2012; Nieminen et al. 2015) och den hämmande effekt av brist på erfarenhet inleds av den svaga kompetenskänslan (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).

”För att jag inte har tränad någon idrott så vet jag ingenting om idrott.” – Intervjuobjekt 1

Löpning och gång var det mest gillade idrottsformer utöver gymmet. Också i tidigare studier (Cortis et al. 2007, Pfister 2010) tillhör löpning till den vanligaste form av motion så som hos de intervjuade. Det fanns intresse också för olika idrottsformer inom idrottsverksamheter hos de intervjuade.

”Jag tycker att löpning är jättebra för mig... de får mig att tänka klart...” – Intervjuobjekt 2

”För mig är löpning det mest ideala.” – Intervjuobjekt 7

Lokala idrottsföreningar var mindre bekanta till de flesta, men det ansågs vara intressant och viktigt med tanke på barnen. Tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pfister 2010) visar att flickor och kvinnor i islamiska länder, samt invandrarkvinnor från Mellanöstern och Norra-Afrika i Finland (Walseth 2006; Finlands Svenska Idrott 2019a) sällan deltar i idrottsverksamhet och därmed kunskaper inom idrott kan vara svaga. Förpliktelsen och viljan att sköta barnen var likadant närvarande i de tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018) och familjens viktighet är allmänt stor. (World Health Organization 1986)

Som i tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018; Pfister 2010; Walseth 2006) anses kulturella normer vara inhiberande till en viss grad, också föräldrarnas åsikter var av betydelse även hos medelålders personer. Ändå allmänt yngre generationen känns vara mer öppet och medveten om idrott och dess positiva effekter. Detta fynd stöds också av tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pfister 2010).

”Vid de senaste 20 åren har jag observerat ändringarna i kurdiska samhället och de känns att stora framsteg har hänt...” – Intervjuobjekt 5

”Det unga nuförtiden rör på sig, men få kvinnor av min ålder eller äldre.” -Intervjuobjekt 1

Vid frågan om idrottens innehåll, lyftes behovet av en lokal för enbart kvinnor fram, eftersom många kände obehag i samband av manlig närvaro (speciellt i simningssam-

manhang). Behovet har lyfts upp i flera tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018; Pfister 2010)

”Närvaro av manliga sim vakt gjorde att ingen av oss muslimkvinnor ville längre delta i simning.”- Intervjuobjekt 7

”Ifall de ankommer situationer då man kommer i fysisk kontakt med killar... de vore inte passlig...” – intervjuobjekt 8

## **6.2 Invandrarkvinnornas förhållande; normer och attityder till idrott och dess organisering**

Man upplever inte hinder för att delta i något idrottsförbund, men genom att fråga om påverkan av specifika, möjliga hinderfaktorer upplever många att pris och tidsbrist utmanar deltagandet. Brist av intresse var den mest betydliga påverkande faktorn. Många var inte intresserade av idrottsföreningsverksamhet.

”Jag är mer intresserad av självständig idrott.” -Intervjuobjekt 6

”Jag har inte haft något intresse för idrottsverksamheter... jag har inte ens gjort mig bekant med sånt.” – Intervjuobjekt 3

Brist av intresse kan bero på att invandrarkvinnor kan ha svagare autonomi-, kompetens- och tillhörighetskänslan gällande idrott- och motionsverksamhet jämfört med ursprungsbefolkningen som påverkas bland annat av de begränsande kulturella normer och den sociala statusen (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018; Pfister 2010). Autonomikänslan kan försvagas för svårigheter med kommunikation (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000) som kom upp i intervjuer samt de tidigare studier (Castaneda et al. 2012 ; Nieminen et al. 2015; Pasanen et al. 2018). Samhörighetskänslan kan försvagas om man inte känner sig delaktig och viktig för andra i idrott- och motionsverksamhet (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000) något som också kom upp i intervjuer och de tidigare studier (Cortis et al. 2007; Pasanen et al. 2018; Pfister 2010). Också behovet att känna sig kunnig och kompetent kan vara låg på grund av att man är oerfaren (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000) med idrott och motion, som kom upp i intervjuer och de tidigare studier (Castaneda et al. 2012 ; Nieminen et al. 2015; Pasanen et al. 2018).

Den mest betydliga bemärkelse var att görande utifrån glädje och samhörighet upplevs viktiga för verksamhetens karaktär, fast de flesta kunde inte poängtera någon specifik

aktivitet. Samhörighetskänslan är en av människans grundläggande behov (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000) och dess viktighet har betonats också i de tidigare studier (Castaneda et al. 2012; Pasanen & Laine 2017; Walseth 2006). Sociala faktorer var betydligt viktiga för vuxenmotion, men också en drop-in möjlighet tycktes vara mer passlig till deras livsstil.

”... ett ställe som sammandrar folk och ger glädje... en glad atmosfär där man kan röra tillsammans, glädjas och uppmuntra varandra...” -Intervjuobjekt 1 ”

”En inklusiv ställe där man kan glädja och skapa minnen med medlemmarna...” - Intervjuobjekt 2

Man hade som en stor förväntning av idrottsförbunden att alla dess medlemmar bemöts respektfullt med värde speciellt på samhörighet. I fantasierna beskriver många att idrott är ett verktyg att motionera med andra, uppleva glädje och skapa minnen. Motion uppskattas för dess närmande samhörande och uppiggande effekter.

Vid frågan om information bör delas på modersmålet fanns det starka åsikter åt båda hållen. Å ena sidan uppskattade man det för dess inklusiva egenskap, som också kom upp i de tidigare studier (Castaneda et al. 2012 ; Castaneda et al. 2014) och dess positiva effekt för engagemang förstärks av ökad kompetenskänslan enligt SDT-teorin (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000). Men å andra sidan ansågs det vara mer destruktiv och fel informerande när det gäller långvarig integration.

” De skapar en bild att vi är okunniga att integrera folk hit... Man kan skaffa information på andra sätt också, till exempel via sociala kontakter och egna gemenskap.” -Intervjuobjekt 5

”Om man tänker på inklusion såklart är det bättre att ha information på flera språk och att man känner till och erkänner olikheter men att vi ändå är likvärdiga.” – Intervjuobjekt 7



## 7 RESULTATDISKUSSION

Syftet med denna studie var att identifiera invandrarkvinnors förhållande till idrott och de orsaker, attityder och normer som hindrar deltagande i idrottsverksamhets aktiviteter med tanke på inklusion.

Det verkar som att kvinnorna vi intervjuade alla är medvetna om idrottens positiva inverkan. De yngre intervjuade visade sig vara mer medvetna om olika möjligheter men också om idrottens fysiska och psykiska inverkan.

Trots medvetenhet om idrottens inverkan fanns det konflikt mellan tanke och konkreta åtgärder. Det saknades tydliga rutiner och engagemang. Vikten av samhörighet beskrevs med ordval som: rörelseglädje, tillsammansvarande och uppmuntrande som önskemål för idrottskontexten. Genom tolkning utifrån SDT (jmf. Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000) minskas engagemang i idrott speciellt på grund av svag känsla av samhörighet.

Överens med Walseth (2006) och Pasanen et al. (2018) kulturella och religiösa normer verkar inhibera autonomin, speciellt hos medelåldern. Även om ingen ansåg att normer av kulturen eller religionen påverkar deras val kom de fram, att till exempel föräldrarnas åsikter hade direkt påverkan i deras engagemang eller val av idrott. Förenlig med Pasanen et al. (2018) kravet om kvinnliga idrottsledare anses betydligt viktig speciellt i kontexten simning och dans. Några upplevde obehag att motionera i närvaro av män och därför ansåg de som ett absolut krav för att kunna delta i föreningsverksamheter.

Vissa av respondenter kände skam för deras okunskap och saknandet av kompetens som hindrar deras deltagande i idrottsverksamheter. Detta förbindandes med kulturella normer, särskilt faktas om sådan idrottsform saknades i deras barndom. Svagt idrottsengagemang kan hämma upplevd utveckling och lyckande i förbindelse till idrott, faktorer som effektivt tillfredsställer behovet av kompetens (jmf. Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2000).

Den sociala statusen för sådana som har bott i Finland under lång tid har ökat deras känsla av autonomi jämfört med dem som har bott i Finland under en kort tid och därmed har svagare social status. Det kan antas att kontaktytan som uppnåtts i barndom och ungdomen kan ha påverkat känslor av autonomi, kompetens och samhörighet vid olika idrottsarenor och den finska idrottskulturen. Pasanen et. al (2018) antyder att svaghet i språk och kommunikation kan i sig också påverka i deltagande. Flera av intervjuade nämnde okunnighet i språk och tillgänglig information. Å andra sidan språkfärdigheter och integration kan stödas med engagemang i idrottsföreningsverksamhet och teamsport och kan i sig öka känslan av samhörighet och kompetens. (Walseth, 2006)

Utöver kulturella normer och kommunikation fanns det också brist på inre motivation. Många var inte intresserade av idrottsförening verksamhet, men antagligen skulle profilering och tjänstedesign kunna eventuellt väcka intresse, eftersom många upplevde ointresse för ordnat verksamhet, men visade uppskatta idrott för dess hälsofrämjande egenskaper.

Många av de intervjuade upplevde inkompetens i behärskning av fysisk aktiv livsstil på grund av tidsbrist, familj och jobb. Bemärkelsen stämmer också med Pasanen et. al. (2018) studien, då många kvinnor informerade att vara bundna till hemmet och ansvariga för barnen. Enligt med SDT inkompetens i behärskning av motoriska färdigheter och språket kan också hämma känslan av sammanhang.

SDT baseras på att en människas naturliga drivkraft förutsätter autonomi, samhörighet och kompetens som är de grundläggande basbehoven av en människa, men de kan uppfyllas då det finns potential i omgivningen och handlingen är meningsfull för människan. Det flesta ansåg att idrott och motion är av stor viktighet, men ändå kunde inte uppfyllas på grund av tidsbrist, familj eller ekonomiska faktorer.

Väsentlig många ansåg drop-in möjlighet som en preferens för deltagande i en idrottsförening verksamhet. Man kan dra slutsatsen, att fasta tider och engagemang kändes opasslig för de flesta.

## 7.1 Metoddiskussion

Den valda metoden var gynnsam för vårt syfte. Vi har kunnat svara på frågorna och nått syften med de teorier som vi valde till arbetet. Med intervjuerna kunde vi nå djupare förståelse och få svar till frågorna i problemställningen.

Vid urvals fasen kom vi emot det uppenbara problemet som orsakades av Korona epidemin. Det blev nästan omöjligt att få kontakt med intervjupersoner. Vår plan var att exkludera sådana som är redan engagerade i organiserade idrottsformer. Vi fick kontakt med väldigt få och slutligen tog det ca. 2 månader att få alla intervjuer samlade. Därför valde vi att intervjua alla som 18-40 åriga kvinnor oavsett idrottsdeltagande. Slutligen kom de fram att ingen var vid det skedet direkt engagerad med idrottsföreningar.

Alla intervjuer bandades och transkriberades genast efter intervjuerna. Vi la märke till olika ansiktstryck och emotioner som skratt, skam eller andra uttryck för att kunna analysera svaren på djupare nivå. Dessa anmärkningar gjorde att vi fick förståelse genom de olika känslor som man visade. Till exempel vid tal om sociala faktorer hade de flesta en högre röst, en leende eller till och med en ”drömmande” uttryck.

Analysen av svaren utförde vi då vi hade alla transkriberingar klara. Svaren kategoriserades genom markering av upptäckta känslor och attityder. Kategorisering är också jämförbar med intervjuguiden för att underlätta tolkning. Vid tolkning har vi jämfört resultaten med Self Determination Theory (SDT). Det finns dock möjlighet av feltolkning då man drar slutsatser på basen av olika uttalanden och de slutsatser som vi har dragit. Vi strävade för att inte övertolka och förbli så neutrala som möjligt speciellt då Gashaw är själv en kvinna med likadana bakgrund och kunskap inom politiska och sociala faktorer, men också de intressen som vi båda har för ämnet. Genom etisk övervägande, ärlighet (TENK, 2012) och konstant intresse för förståelse kunde vi separera egna tankar vid tolkning av informationen.

Vi gjorde 8 intervjuer som vi transkriberade till text. Det blev 30 sidor sammanlagt. Vi läste igenom våra transkriberingar noggrant samt de noteringar vi gjorde vid intervjuer-

na många gånger och diskuterade om de nyckelord och uttalanden för att finna likheter och skillnader. Vi färgkodade teman och grupperade dem i enlighet med SDT och med de skapade 2 kategorier. Kategorierna presenterar stödande och hämmande faktorer som påverkar idrottsdeltagande.

## 8 SLUTSATSER

I ljuset av problemställningen och syftet tycker vi att vi har nått det som vi strävade efter. Det som vi anser är att attityder är inte mycket olika europeiska när det gäller strävan för bättre hälsa. De normer och kulturella påverkan som sitter i djupet i vars sinne har större påverkan på individernas beteende än de tankar som de har kring motion i allmän.

Vi hoppas att FSI och På samma linje kan använda detta för forskning och som basen till möjliga förändringar i sammanhang med på ”samma linje”. Vi anser att relevant data som baseras på den mänskliga dimensionen är väsentlig i alla tjänster inriktade till människor. Koncepten servicedesign är en förespråkare för detta: Av människor, för människor! Vi bollade länge med tankar för konkreta åtgärder som skulle eventuellt kunna sy klyftan mellan tillgänglighet och användare och det som vi anser som mest nämnvärd är sociala faktorn. Det var ett fenomen som alla hänvisade till och upplevdes viktigare än innehållet av idrotten. Idrottsföreningarna har med denna information möjlighet till exempel utnyttja kulturella bakgrunden så som musik och folkdans som en del av deras tjänster. Till exempel idrottsledare med en utländsk bakgrund kan ha färdigt de kompetenser och sociala färdigheter för att bemöta dessa grupper.

På samma linje projekten förespråkar för jämställdhet inom idrotten. Med denna på tanke är tillgänglighet en viktig aspekt för deltagande i idrottstjänster. Språkfärdigheter är svaga hos många invandrarkvinnor och på grund av detta är deltagande svag även om motivation skulle finnas. De innebär dock arbete för marknadsföringsenheterna, men är i långt sikt en insats som är i samhälles tjänst. Vi erkänner utopin i tanken att alla enhet-

er i samhället skulle ta ansvar för alla minoritetsgrupper, men ett inklusivt tankesätt gör väga för tillgänglighetsfrågor.

Slutligen vi vill tacka SFI och Luckan för möjligheten att göra vårt examensarbete till På samma linje projekten samt det otroliga stödet som vi har fått från våra lärare. Vi har inte enbart lärt mycket, men det har öppnad nya dörrar genom de förståelse som forskningsresultaten har skapat hos oss.

## KÄLLOR

- Bell, J., 2005, *Doing Your Research Project*, Bell & Bain LTD, Glasgow, uppl. 4.
- Biddle, S., & Mutrie, N., 2008, *Psychology of Physical Activity - Determinants, well-being and interventions*, uppl. 2, Tillgänglig: [https://www.researchgate.net/profile/Nanette\\_Mutrie/publication/43525194\\_Psychology\\_of\\_Physical\\_Activity\\_Determinants\\_Well-being\\_and\\_Interventions/links/0fcfd50adeb0b32af00000000/Psychology-of-Physical-Activity-Determinants-Well-being-and-Interventions.pdf?origin=publication\\_detail](https://www.researchgate.net/profile/Nanette_Mutrie/publication/43525194_Psychology_of_Physical_Activity_Determinants_Well-being_and_Interventions/links/0fcfd50adeb0b32af00000000/Psychology-of-Physical-Activity-Determinants-Well-being-and-Interventions.pdf?origin=publication_detail) Hämtad: 1.11.2020
- Cambridge dictionary, 2020, *Inclusion*, Tillgänglig: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/inclusion> Hämtad: 20.5.2020
- Castaneda, A., Larja, L., Nieminen, T., Jokela, S., Suvisaari, J., Rask, S., Koponen, P. & Koskinen, S., 2014, *Ulkomaalaistaustaisten psyykkinen hyvinvointi, turvallisuus ja osallisuus - Ulkomaista syntyperää olevien työ ja hyvinvointi*, Tillgänglig: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127023/URN\\_ISBN\\_978-952-302-535-6.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127023/URN_ISBN_978-952-302-535-6.pdf?sequence=2&isAllowed=y) Hämtad: 10.10.2020
- Castaneda, A., Rask, S., Koponen, P., Mölsä, M. & Koskinen, S., 2012, *Maahanmuuttajien terveys ja hyvinvointi. Tutkimus venäläis-, somalialais- ja kurditaustaisista Suomessa.*, Institutet för hälsa och välfärd, Tillgänglig: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-739-4> Hämtad: 1.2.2020
- Cortis, N., Sawrikar, P. & Muir, K., 2007, *FINAL REPORT - Participation in sport and recreation by culturally and linguistically diverse women*, Tillgänglig: [https://www.researchgate.net/profile/Kristy\\_Muir/publication/242704903\\_Participation-in-sport-and-recreation-by-culturally-and-linguistically-diverse-women/links/00b7d537bb2a984e51000000/Participation-in-sport-and-recreation-by-culturally-and-linguistically-diverse-women.pdf?origin=publication\\_detail](https://www.researchgate.net/profile/Kristy_Muir/publication/242704903_Participation-in-sport-and-recreation-by-culturally-and-linguistically-diverse-women/links/00b7d537bb2a984e51000000/Participation-in-sport-and-recreation-by-culturally-and-linguistically-diverse-women.pdf?origin=publication_detail) Hämtad: 14.11.2020
- Deci, E., & Ryan, R., 2000, *Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions*, University of Rochester, Tillgänglig: <https://mmrg.pbworks.com/f/Ryan,+Deci+00.pdf> Hämtad: 4.3.2020
- Elo, S., & Kyngäs, H., 2008, The qualitative content analysis process, *Journal of advanced nursing*, nr 62, s. 107-115. Tillgänglig: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x> Hämtad: 3.10.2020
- Erwin, P., 2001, *Attitudes and Persuasion*, Tillgänglig: <https://doi.org/10.4324/9781315787855> Hämtad: 1.11.2020

- Eurostat, 2020, *Asylum statistics*, Tillgänglig: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Asylum\\_statistics#Number\\_of\\_asylum\\_applicants:\\_increase\\_in\\_2019](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Asylum_statistics#Number_of_asylum_applicants:_increase_in_2019) Hämtad: 3.10.2020
- Finlands Svenska Idrott, 2019,  
 a) *Forskningsuppgift till examensarbetet*, [diskussion], Alfeld, A., Helsinki  
 b) *På samma linje- projekt. Finlands Svenska Idrott*. Tillgänglig: <https://idrott.fi/arbete-for-ett-jamstallt-och-respektfullt-bemotande-pa-idrottsfaltet/> Hämtad 24.10.2019
- Finlex, 2010, 1326/2010 Hälso- och sjukvårdslag, <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2010/20101326> Hämtad:12.11.2020
- Finlex, 2015, Idrottslag 2015/390, Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2015/20150390> Hämtad: 5.2.2020
- Forskningsetiska degationen i Finland, 2012, *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*. Tillgänglig: <http://www.tenk.fi/SVE/Publikationeranvisningar/htksve.pdf> Hämtad: 25.1.2020
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. 2003. *Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness*. *Nurse education today*, 24(2), 105-112 Tillgänglig: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0260691703001515> Hämtad: 2.3.2020
- Green, J. & Tones K., 2010, *Health Promotion – Planning And Strategies*, Sage Publications Ltd, London, uppl. 2, 576 sidor.
- Golafshani, N., 2003, *Understanding reliability and validity in qualitative research. The qualitative report*, 8(4), 597-606. Tillgänglig: <https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=https://scholar.google.com/&httpsredir=1&article=1870&context=tqr/> Hämtad 20.1.2020
- Halko, M. & Hytönen, K., 2014, *Sosiaalinen ympäristö ja kuluttajien käyttäytyminen*, Tillgänglig: [https://www.taloustieteellinenyhdistys.fi/wp-content/uploads/2014/12/KAK42014Halko\\_Hytonen.pdf](https://www.taloustieteellinenyhdistys.fi/wp-content/uploads/2014/12/KAK42014Halko_Hytonen.pdf) Hämtad: 11.11.2020
- Huttunen, J., 2020, *Mitä terveys on?* [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00903](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903) Hämtad: 12.11.2020
- Jacobsen, D. I. 2007, *Förståelse, beskrivning och förklaring – introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, Studentlitteratur, Lund.
- Koski, P. & Mäenpää, P., 2018, *Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat – tilanne, muutokset ja tulevaisuus*, Tillgänglig: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-593-8> Hämtad: 12.1.2020

- Kvale, S. & Brinkmann, S. 2009, *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur, Lund.
- Lindström, M, Moghaddassi, M, & Merlo J., 2002, *Social capital and leisure-time physical activity: a population based multilevel analysis in Malmö, Sweden*, Tillgänglig: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1732271/pdf/v057p00023.pdf> Hämtad: 12.11.2020
- Lundvall, S. & Walseth, K., 2019, *Integration and sports participation: cultural negotiations and feelings of belonging*, Tillgänglig: [https://www.researchgate.net/publication/330508924\\_Integration\\_and\\_sports\\_participation\\_cultural\\_negotiations\\_and\\_feelings\\_of\\_belonging](https://www.researchgate.net/publication/330508924_Integration_and_sports_participation_cultural_negotiations_and_feelings_of_belonging) Hämtad: 24.10.2019
- Mackie, G., Moneti, F., Shakya, H., & Denny, E., 2015, *What are Social Norms? How are They Measured?*, Tillgänglig: [https://www.researchgate.net/publication/282851305\\_What\\_are\\_social\\_norms\\_How\\_are\\_they\\_measured](https://www.researchgate.net/publication/282851305_What_are_social_norms_How_are_they_measured) Hämtad: 11.11.2020
- Migrationsverket, 2020, *Statistik av asylsökande invandrar kvinnor mellan 2015-2020*, Tillgänglig: <https://tilastot.migri.fi/index.html#applications/21205/60?start=540> Hämtad: 31.01.2020
- Murphy, R., Dugdill, L. & Crone, D., 2009, *Physical activity, health and health promotion*, I: Dugdill, L., Crone, D. & Murphy R., (red.), *Physical Activity & Health Promotion - Evidence-based Approaches to Practice*, Blackwell Publishing Ltd, West Sussex.
- Nieminen, T., Sutela, H. & Hannula, U., 2015, *Ulkomaista syntyperää olevien työ ja hyvinvointi Suomessa* 2014, Tillgänglig: [https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/yyti\\_uso\\_201500\\_2015\\_16163\\_net.pdf](https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/yyti_uso_201500_2015_16163_net.pdf) Hämtad: 10.10.2020
- Pasanen, S. & Laine, K., 2017, *Monikulttuuriset Liikuntahankkeet – Vuosien 2015-2016 hankesurannan tuloksia*, LIKES, Tillgänglig: [https://www.likes.fi/wp-content/uploads/2020/03/2602-Monikulttuuriset-liikuntahankkeet\\_2017.pdf#page34](https://www.likes.fi/wp-content/uploads/2020/03/2602-Monikulttuuriset-liikuntahankkeet_2017.pdf#page34) Hämtad: 12.11.2020
- Pasanen, S., Rajala, K., Laine, K., 2018, *Nuoriso- ja liikuntahankkeet turvapaikanhakijatyön tukena* 2016–2017, LIKES, Tillgänglig: [https://www.likes.fi/filebank/2691-Nuoriso\\_ja\\_liikuntahankkeet\\_2018.pdf](https://www.likes.fi/filebank/2691-Nuoriso_ja_liikuntahankkeet_2018.pdf) Hämtad: 12.1.2020
- Pfister, G., 2010, *Women and sport in Islamic countries*, Tillgänglig: <https://doi.org/10.7146/ffi.v1i1.31586> Hämtad: 14.11.2020



- Ruuskanen, T., 2019, *Perinteinen kävelylenkkeily edelleen suosituin koko kansan liikuntaharrastus*, Tillgänglig: <https://www.tilastokeskus.fi/tietotrendit/artikkelit/2019/perinteinen-kävelylenkkeily-edelleen-suosituin-koko-kansan-liikuntaharrastus-1/> Hämtad: 14.11.2020
- Ryan, R. & Deci, E., 2000, *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*, University of Rochester, Tillgänglig: [https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000\\_RyanDeci\\_SDT.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf) Hämtad: 4.3.2020
- Saari, A., 2011, *Inklusion nostet ja esteet liikuntakulttuurissa*, Department of Health Sciences, University of Jyväskylä, Tillgänglig: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/36793/9789513944339.pdf?sequence=1> Hämtad: 5.2.2020
- Seiberth, K., Weigelt-Schlesinger, Y. & Schlesinger, T., 2014, 'Wie integrationsfähig sind Sportvereine? -- Eine Analyse organisationaler Integrationsbarrieren am Beispiel von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund. / What Is the Integrative Capacity of Sports Clubs? -- An Analysis of Organizational Barriers to Integration based on the Example of Women and Girls with an Immigration Background', *Sport und Gesellschaft*, 10(2), pp. 174–198. Tillgänglig: <http://search.ebscohost.com.ezproxy.arcada.fi:2048/login.aspx?direct=true&db=s3h&AN=93736576&site=ehost-live> Hämtad: 24.10.2019
- Statistiskcentralen, 2018, *Lausunto koskien teemaa "Maahanmuuttajanaisten työllisyys ja työttömyys"*, Larja, L., Tillgänglig: <https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/JulkaisuMetatieto/Documents/EDK-2018-AK-219985.pdf> Hämtad: 27.1.2020
- UNESCO (United Nations Education, Scientific and Cultural Organization), 1994, *The Salamanca Statement and Framework for Action on Special Needs Education*. Paris: UNESCO, Tillgänglig: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000098427> Hämtad 23.2.2020
- United Nations, 1948, *Universal Declaration of Human Rights*, Tillgänglig: <https://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/> Hämtad: 17.1.2020
- Walseth, K., 2006, 'Sport and Belonging', *International Review for the Sociology of Sport*, 41(3–4), pp. 447–464. doi: 10.1177/1012690207079510 Tillgänglig: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1012690207079510> Hämtad 26.1.2020

Walseth, K. and Fasting, K., 2003, '*Islam's View on Physical Activity and Sport: Egyptian Women Interpreting Islam*', *International Review for the Sociology of Sport*, 38(1), pp. 45–60. doi: 10.1177/10126902030381003.  
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/10126902030381003> Hämtad: 31.1.2020

White, K. & Habib, R., 2018, *SHIFT – A review and framework for encouraging environmentally sustainable consumer behaviour*, Tillgänglig: <https://www.sitra.fi/julkaisut/shift/> Hämtad: 11.11.2020

World Health Organization, 1986, *The Ottawa Charter for Health Promotion*, Tillgänglig: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/> Hämtad: 19.1.2020

## BILAGOR

### INTERVJUGUIDE: Invandrarkvinnors deltagande i idrottsklubbar

**Namn:**

**Ålder:**

**Utbildning:** Grundskola \_\_, Andra grad \_\_, Högskoleutbildning\_\_

**Etnicitet:** Mellan-Östern \_\_, Norra Afrika \_\_, Annat\_\_

**År av invandring till Finland:**

**Integreringsspråk:** Finska\_\_,

Svenska\_\_

**Anledning för invandring:**

Fråga 1. Miten suhtaudut liikuntaan? Koetko liikunnan tärkeäksi? Miksi? / **Hur dan relation har du till idrott? Tycker du att idrott är viktigt? Varför?**

Fråga 2. Minkälaista liikuntaa ympäristösi naiset harrastavat? Onko kulttuurissasi normaalia, että nainen harrastaa liikuntaa? Mitä liikuntaa? / **Är det vanligt för kvinnor i din kultur att idrottar? Hur dan idrott?**

Fråga 3. Urheiletko tai oletko miettinyt uuden harrastuksen aloittamista? Kuinka usein, jos urheilet? Mitä lajia harrastat / harrastaisit? Jos et, miksi? / **Idrottar eller har du tänkt på att börja idrotta? Vad tränar du / skulle vilja träna? Om inte, varför?**

Fråga 4. Onko paikallinen urheiluseuratoiminta tuttua? / **Vilka idrottsförening verksamheter känner du till?**

Fråga 5. Koetko esteitä liikuntaseuraan liittymiseen? Miksi? / Jos et, niin miksi? / **Har du tänkt att delta i någon idrottsföreningsverksamhet? Varför? / Varför inte?**

5b. Onko jokin seuraavista esteenä? a. Raha b. Uskonto c. Kulttuuri d. Tiedon puute e. Ajan puute f. Muu / **Är någon av följande ett hinder? a. Pengar B. Religion C. Kultur D. Saknar information e. Ingen tid f. Annat**

Voitko tarkentaa?/ Kan du förklara?

Fråga 6. Minkälainen liikuntatoiminta voisi kiinnostaa sinua? / **Hur dan idrottsföreningverksamhet skulle eventuellt kunna intressera dig?**

**Fråga 6b.** Minkälaisia odotuksia ja/tai vaatimuksia sinulla on liikuntaseuralta, joita tulisi täyttää, jotta voisin liittyä sellaiseen jäseneksi? / **Hurdana förväntalsen eller krav har du till en idrottsförening som borde fyllas för att kunna bli medlem i en?**

**Extrafråga:** Kuvaile unelmiesi liikuntakerho/tunti. / **Beskriv en dröm pass eller aktivitetsklubb.**

**Extrafråga 2.** Onko mielestäsi olennaista saada tietoa liikuntaseurojen toiminnasta ja palveluista omalla äidinkielellä? / **Tycker du att det är viktigt att få information av idrottsföreningens verksamheter och servicen på modersmålet?**

### **BILAGA 3A. Följbrev- Svenska**

Hej!

I samband med projektet ”På samma linje” som förverkligas i samarbete av FSI, Finlands svenska idrott och Föreningen Luckan för att förbättra inklusion och jämlikhet inom idrottsverksamheter gör vi vårt examensarbete om invandrarkvinnors deltagande inom organiserad idrott.

Vi heter Gashaw Bibani och Sara Jääskeläinen. Vi studerar tredje årets vid Arcadas idrottsinstruktörslinje. Vi profilerar oss inom hälsofrämjande. Informationen som vi samlar kommer att användas av vår beställare för projektets syfte.

Detta följebrev föregår våra muntliga intervjuer och vi är mycket tacksamma för din viktiga medverkan som deltagare i vår forskning.

Genom att skriva under detta följebrev ger du ditt samtycke till att delta i intervjun och godkänner att innehållet i intervjun får användas som kvalitativ data i vårt examensarbete.

Intervjufrågorna gäller hur du upplever idrott och idrottsanstalter. Intervjuer bandas in och sedan transkriberas. Efter transkriberingen raderas intervjuerna.

Svara så väl och ärligt som möjligt på intervjufrågorna och kom ihåg att det är frivilligt att delta i undersökningen. All information kommer vi att behandla konfidentiellt. Inga namn, kön eller andra igenkänningsfaktorer att publiceras i examensarbetet och vi gör vårt bästa för att skydda din integritet. Du har rätt att avbryta ditt deltagande i vilken skede som helst samt få information om hur din data har behandlats.

Med vänliga hälsningar,

Gashaw Bibani och Sara Jääskeläinen, Idrottsinstruktörer 2017.

Helsingfors 10.2.2020

Ort och datum:

Namnteckning:

Kontaktinformation:

Handledare : Cia Törnblom, Lektor, YHS Arcada [cia.tornblom@arcada.fi](mailto:cia.tornblom@arcada.fi)

Handledare: Marko Vaappo, Lektor, YHS Arcada [marko.vaappo@arcada.fi](mailto:marko.vaappo@arcada.fi)

Intervjuare: Gashaw Bibani, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada [gashaw.bibani@arcada.fi](mailto:gashaw.bibani@arcada.fi)

Intervjuare: Sara Jääskeläinen, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada  
[sara.jaaskelainen@arcada.fi](mailto:sara.jaaskelainen@arcada.fi)

Projektansvarig: Anne Ahlfeldt, FSI [anne.ahlfeldt@fsi.fi](mailto:anne.ahlfeldt@fsi.fi)

## **BILAGA 3B Följbrev-Finska**

Hei!

FSI, Suomen ruotsalaisen urheiluseura ja Föreningen Luckanin yhteistyössä toteuttaman "Samalla linjalla" -hankkeen kanssa urheilutoiminnan osallisuuden ja tasa-arvon parantamiseksi teemme tutkintotyömme maahanmuuttajanaisten osallistumisesta seuraurheiluun.

Me olemme Gashaw Bibani ja Sara Jääskeläinen. Opiskelemme kolmatta vuotta YHS Arcadan liikunnanohjaaja linjalla. Suuntaudumme terveyden edistämisen alalle. Keräämämme tietoaineistoa käytetään projektin edistämiseen.

Tämä saatekirje edeltää suullisia haastatteluja ja olemme erittäin kiitollisia tärkeästä osallistumisestanne tutkimuksemme osanottajaksi.

Allekirjoittamalla tämän saatekirjeen suostut osallistumaan haastatteluun ja suostut siihen, että haastattelun sisältöä voidaan käyttää laadullisena tietona opinnäytetyössämme. Haastattelukysymykset liittyvät siihen, miten koet urheilun ja urheilumahdollisuudet. Haastattelut nauhoitetaan ja kirjataan. Transkription jälkeen haastattelut hävitetään.

Vastaa haastattelukysymyksiin mahdollisimman rehellisesti ja muista, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Käsittelemme kaikkia tietoja luottamuksellisesti. Opinnäytetyössä ei julkaista nimiä, sukupuolta tai muita tunnistamistekijöitä. Teemme parhaamme suojataksemme yksityisyytesi. Sinulla on oikeus peruuttaa osallistuminen missä tahansa vaiheessa ja saada tietoa siitä, miten tietojasi on käsitelty.

Vilpittömästi,

Gashaw Bibani ja Sara Jääskeläinen, liikunnanohjaaja (i17).

Helsinki 10.3.2020

Paikka ja päiväys:

Allekirjoitus:

Yhteystiedot:

Ohjaaja: apulaisprofessori Cia Törnblom, YHS Arcada [cia.tornblom@arcada.fi](mailto:cia.tornblom@arcada.fi)

Ohjaaja: apulaisprofessori Marko Vaappo, YHS Arcada [marko.vaappo@arcada.fi](mailto:marko.vaappo@arcada.fi)

Haastattelija: Gashaw Bibani, urheiluohjaaja i17, YHS Arcada [gashaw.bibani@arcada.fi](mailto:gashaw.bibani@arcada.fi)

Haastattelija: Sara Jääskeläinen, urheiluohjaaja i17, YHS Arcada [sa-  
ra.jaaskelainen@arcada.fi](mailto:sara.jaaskelainen@arcada.fi)

Projektipäällikkö: Anne Ahlfeldt, FSI [anne.ahlfeldt@fsi.fi](mailto:anne.ahlfeldt@fsi.fi)



## BILAGA 4.

### INFORMATION OM BEHANDLING AV PERSONUPPGIFTER

Projekt: *Invandrarkvinnor och idrottsarenan: attityder och normer VS. initiativ för inklusion och hälsofrämjande arbete*

Datum

Information till deltagare i enlighet med EU:s allmänna dataskyddsförordning (2016/679) artikel 13-14.

#### 1. Personuppgiftsansvarig

- Gashaw Bibani Och Sara Jääskeläinen (student Arcada YHS),
  - Tarja Krum (Föreningen Luckan)
  - Anne Ahlefeldt (Finlands svenska idrott)

#### 2. Kontaktperson

- Handledare : Cia Törnblom, Lektor, YHS Arcada [cia.tornblom@arcada.fi](mailto:cia.tornblom@arcada.fi)
- Handledare: Marko Vaappo, Lektor, YHS Arcada [marko.vaappo@arcada.fi](mailto:marko.vaappo@arcada.fi)
- Intervjuare: Gashaw Bibani, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada [gashaw.bibani@arcada.fi](mailto:gashaw.bibani@arcada.fi)
- Intervjuare: Sara Jääskeläinen, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada [sara.jaaskelainen@arcada.fi](mailto:sara.jaaskelainen@arcada.fi)

#### 3. Beskrivning av projektet/examensarbetet och syftet med behandlingen av personuppgifter

- Denna forskning är en beställning av Finlands Svenska Idrott (FSI) och Idrottsföreningen Luckan i samband med ”På samma linje”-projekt som förespråkar för jämställdhet och respektfullt bemötande på idrottsfältet. Projektens syfte är att öka idrottsansvarigas kompetens om jämställdhet, likabehandling och normmedvetenhet. För att kunna skapa dessa behöver SFI kvalitativt forskningsdata.

#### 4. Rättslig grund för behandlingen av personuppgifter

- Enligt artikel 6 i EU:s dataskyddsförordning som samlandet och behandlingen av personuppgifter, deltagarens samtycke

## 5.Kategorier av personuppgifter och uppgifternas lagringstid

- Namn, kön, ålder, etnisk bakgrund, invandrarstatus
- Personuppgifter lagras på ett lösenord skyddad dator, bakom låst rum. All personlig information förstörs efter analysfasen, data som presenteras anonymiseras

## 6.Uppgiftskällor

- Intervjuobjekt samlas via olika föreningar, deras data samlas genom intervju

## 7.Utlämnande av personuppgifter

- Inga personuppgifter utlämnas

## 8.Principer för skyddet av personuppgifter

- All data sparas elektroniskt på ett lösenord skyddad dator, bakom låst rum. All personlig information förstörs efter analysfasen, data som presenteras anonymiseras.

## 9.Automatiserat beslutsfattande

- Automatiserade beslut fattas inte.

## 10.Deltagarens rättigheter

- Deltagaren har följande rättigheter:
    - rätt att få information om behandlingen av personuppgifter
    - rätt att få tillgång till uppgifter
    - rätt att rätta uppgifter
    - rätt att avlägsna uppgifter
    - rätt att återkalla samtycke
    - rätt att begränsa behandlingen av uppgifter
    - rätt att flytta uppgifter mellan system
    - rätt att tillåta automatiskt beslutsfattande (inklusive profilering) med sitt uttryckliga samtycke
    - rätt att inge klagomål till dataombudsmannens byrå om hen anser att gällande dataskyddslagstiftning inte har följts vid behandlingen av personuppgifter
- Deltagaren kan utöva sina rättigheter genom att kontakta kontaktpersonen eller kontaktpersonerna som anges i p. 2.

## Bilaga 5 A

### SAMTYCKE

Samtycke till att delta i forskningen:

*Invandrarkvinnor och idrottsarenan: attityder och normer VS. initiativ för inklusion och hälsofrämjande arbete*

Jag har skriftligen informerats om studien och samtycker till att delta.

Jag är medveten om att mitt deltagande är helt frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande i studien utan att ange något skäl.

Min underskrift nedan betyder att jag väljer att delta i studien och godkänner att FSI behandlar mina personuppgifter i enlighet med gällande dataskyddslagstiftning och lämnad information.

Underskrift

Namnförtydligande

Ort och datum

Kontaktinformation:

Handledare : Cia Törnblom, Lektor, YHS Arcada [cia.tornblom@arcada.fi](mailto:cia.tornblom@arcada.fi)

Handledare: Marko Vaappo, Lektor, YHS Arcada [marko.vaappo@arcada.fi](mailto:marko.vaappo@arcada.fi)

Intervjuare: Gashaw Bibani, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada [gashaw.bibani@arcada.fi](mailto:gashaw.bibani@arcada.fi)

Tel: 0452340070

Intervjuare:Sara Jääskeläinen, Idrottsinstruktör i17, YHS Arcada

[sara.jaaskelainen@arcada.fi](mailto:sara.jaaskelainen@arcada.fi)

Projektansvarig: Anne Ahlfeldt, FSI [anne.ahlfeldt@fsi.fi](mailto:anne.ahlfeldt@fsi.fi)

BILAGA 5B Samtycke- Finska

## SUOSTUMUS

Suostumus osallistua tutkimukseen:

*Maahanmuuttajanaiset ja urheiluareenat: asenteet ja normit VS. osallisuutta ja terveyden edistämistä koskevat aloitteet*

Minulle on ilmoitettu kirjallisesti tutkimuksesta ja suostun osallistumaan siihen.

Olen tietoinen siitä, että osallistumiseni on täysin vapaaehtoista ja voin peruuttaa osallistumiseni tutkimukseen ilmoittamatta syytä.

Allekirjoittamalla suostun osallistumiseen tutkimuksessa ja hyväksyn, että FSI käsittelee henkilötietojani sovellettavan tietosuojalainsäädännön ja annettujen tietojen mukaisesti.

Allekirjoitus

Nimen selvennys

Paikka ja päivämäärä

Yhteystiedot:

Ohjaaja: apulaisprofessori Cia Törnblom, YHS Arcada [cia.tornblom@arcada.fi](mailto:cia.tornblom@arcada.fi)

Ohjaaja: apulaisprofessori Marko Vaappo, YHS Arcada [marko.vaappo@arcada.fi](mailto:marko.vaappo@arcada.fi)

Haastattelija: Gashaw Bibani, liikunnanohjaajaopiskelija i17, YHS Arcada  
[gashaw.bibani@arcada.fi](mailto:gashaw.bibani@arcada.fi)

p. 0452340070

Haastattelija: Sara Jääskeläinen, liikunnanohjaajaopiskelija i17, YHS Arcada [sa-  
ra.jaaskelainen@arcada.fi](mailto:sara.jaaskelainen@arcada.fi)

Projektipäällikkö: Anne Ahlefeldt, FSI [anne.ahlefeldt@fsi.fi](mailto:anne.ahlefeldt@fsi.fi)