

Tobias Sivertsen

# Felleskap, utenforskap og ensomhet

Betydningen av organiserte fritidsaktiviteter for ungdom

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Celine Borge Larsen

Mai 2023



Tobias Sivertsen

# Felleskap, utenforskap og ensomhet

Betydningen av organiserte fritidsaktiviteter for ungdom

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid  
Veileder: Celine Borge Larsen  
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap  
Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden



## Sammendrag

Organiserte fritidsaktiviteter er en potensiell viktig sosial arena for ungdom, og det har blitt et økende fokus på ungdommers deltakelse. Årsakene til dette blir fremhevet i rapporter og politiske føringer, men sammenhengene er i mindre grad forsket på. Dette er en litterær oppgave som benytter systematiske litteratursøk og annen litteratur for å belyse tematikken. Basert på eksisterende teorier og forskning om organiserte fritidsaktiviteter, fellesskap, utenforskap og ensomhet i forhold til ungdom, undersøker denne oppgaven disse sammenhengene. I tillegg diskuteres også potensielle fordeler ved fellesskap, og eventuelle konsekvenser ungdommer kan oppleve ved utenforskap og ensomhet. Dette gjøres gjennom problemstillingen: *I hvilken grad er organiserte fritidsaktiviteter betydningsfullt for ungdom?*

I lys av teoriene og forskningen, viser diskusjonen at organiserte fritidsaktiviteter er en potensiell viktig arena å delta i for å være en del av ungdommers fellesskap på grunn av interaksjonen, samholdet, identifikasjonen, det fysiske nærværet og kommunikasjonen det gir med andre ungdommer. På den andre siden vil en manglende deltakelse kunne føre til utenforskap og ensomhet blant ungdom på grunn av liten sosial tilknytning til fellesskap og andre ungdommer. Konsekvensene av dette kan igjen knyttes til utvikling av antisosial atferd, dårligere emosjonell utvikling og psykiske helseplager.

## Abstract

Organized leisure activities are a potentially important social arena for adolescents, and there has also been an increased focus on adolescents' participation in these types of activities. The reasons for this have been explained in reports and political guidelines, but the connections between them and organized leisure activities have in a lesser degree been researched. This is a theoretical thesis that uses systematic literature searches to explain the subject. Based on already existing theories and research about organized leisure activities, community, outsidersness and loneliness in relation to adolescents, this thesis investigates these connections. In addition is potential benefits of community, and possible consequences of outsidersness and loneliness, for adolescents also discussed. All of this are discussed based on this thesis' research question: *In which degree are organized leisure activities significant for adolescents?*

Considering the theories and already existing research, the discussion in my thesis shows a connection between organized leisure activities and community by explaining that organized leisure activities are an important arena for interaction, togetherness, identification, physical presence, and communication between adolescents. On the other side shows a lack of participation in organized leisure activities an increased risk of outsidersness and loneliness because of the lesser social connection to other adolescents it causes. The consequences of this are shown as the possibility of developing antisocial behavior, worse emotional development, and mental health problems.

# Innholdsfortegnelse

<i>Sammendrag</i> .....	1
<i>Abstract</i> .....	1
<b>1. Introduksjon</b> .....	<b>5</b>
<b>1.2 Presentasjon av problemstillingen</b> .....	<b>5</b>
<b>1.3 Avgrensing av oppgaven</b> .....	<b>5</b>
<b>1.4 Relevans for sosialt arbeid</b> .....	<b>6</b>
<b>1.5 Begreper</b> .....	<b>6</b>
1.5.1 Organiserte fritidsaktiviteter .....	6
1.5.2 Ungdom.....	7
1.5.3 Fellesskap.....	7
1.5.4 Utenforskap.....	7
1.5.5 Ensomhet.....	7
<b>2. Metode</b> .....	<b>9</b>
<b>2.2 Søkeprosessen</b> .....	<b>9</b>
2.2.1. Innledende søk .....	10
2.2.2 Systematiske søk.....	10
2.2.3 Supplerende søk .....	10
<b>2.3 Kildekritikk</b> .....	<b>11</b>
<b>3. Teori og litteratur</b> .....	<b>13</b>
<b>3.1 Organiserte fritidsaktiviteter</b> .....	<b>13</b>
3.1.1 Ungdom og deltakelse i organiserte fritidsaktivitet i Norge .....	13
3.1.2 Organisering av fritidsaktiviteter .....	13
<b>3.2 Fellesskap</b> .....	<b>14</b>
3.2.1 Fellesskap som interaksjon, fysisk nærvær, samhold, identifikasjon og kommunikasjon .....	14
3.2.2 Fellesskap og ungdom.....	15
<b>3.3 Utenforskap</b> .....	<b>16</b>
3.3.1 Utenforskap – et nytt begrep.....	16
3.3.2 Utenforskap og ungdom.....	16
3.3.3 Utenforskap og normløshet.....	17
<b>3.4 Ensomhet</b> .....	<b>17</b>
3.4.1 Ensomhet og ungdom.....	17

3.4.2	Forskning på ensomhet .....	17
<b>4.</b>	<b><i>Diskusjon</i></b> .....	<b>19</b>
<b>4.1</b>	<b>Organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap</b> .....	<b>19</b>
4.1.1	Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap .....	19
4.1.2	Er fellesskap viktig for ungdom? .....	21
<b>4.2</b>	<b>Organiserte fritidsaktiviteter og utenforskap</b> .....	<b>23</b>
4.2.1	Mangel på deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og utenforskap hos ungdom .....	23
4.2.2	Utenforskap og konsekvenser for ungdom .....	24
<b>4.3</b>	<b>Organiserte fritidsaktiviteter og ensomhet</b> .....	<b>26</b>
4.3.1	Manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og ensomhet.....	26
4.3.2	Ensomhet og konsekvenser for ungdom .....	28
<b>5.</b>	<b><i>Avslutning</i></b> .....	<b>29</b>
	<b><i>Referanseliste</i></b> .....	<b>31</b>



## 1. Introduksjon

De siste årene har vi gått gjennom en pandemi som har hindret sosial kontakt og deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter i stor grad. Dette har fått mange, inkludert regjeringen, til å få øynene opp for viktigheten av å kunne være sosial på fritiden og delta i organiserte fritidsaktiviteter, noe vi kan se gjennom en rekke politiske føringer og lover. Den fremste her er Fritidserklæringen (2022) som først ble publisert i 2016, men som etter koronapandemien ble fornyet august 2022. Fritidserklæringen er en erklæring fra regjeringen som er utviklet og undertegnet av en rekke andre organisasjoner, som Norges idrettsforbund, VfB og Kirkens Bymisjon. Den bygger på FNs barnekonvensjon artikkel 31 om barn og unges rettighet til å delta i lek og fritidsaktiviteter, og slår fast at alle barn og unge skal ha muligheten til å delta i organiserte fritidsaktiviteter (Regjeringen, 2022). I sammenhengen med dette har vi også nye studier som Ungdataundersøkelsen (2022) som blant annet viser til den faktiske deltakelsen blant ungdom i organiserte fritidsaktiviteter, og slik denne viser har det vært en nedgang i deltakelse blant ungdom i løpet av 2010-tallet (Bakken, 2022). På den ene siden blir altså organiserte fritidsaktiviteter for både barn og ungdom fremhevet av regjeringen, men på den andre siden ser vi en nedgang i deltakelse hos ungdom.

### 1.2 Presentasjon av problemstillingen

Selv har jeg kjent på at det å delta i organiserte fritidsaktiviteter er viktig, både i mine ungdomsår, men også under koronapandemien. Dette, i tillegg til regjeringens fokus på deltakelse og nedgangen Ungdataundersøkelsen (2022) viser, har utformet seg til en nysgjerrighet om hvorfor dette med organiserte fritidsaktiviteter er så viktig. Videre førte dette til problemstillingen for oppgaven: *I hvilken grad er deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter betydningsfullt for ungdom?*

### 1.3 Avgrensning av oppgaven

Fritidserklæringen fremhever viktigheten av fritidsaktiviteter for både barn og unge, men i denne oppgaven velger jeg å fokusere på ungdom. Dette er først og fremst på grunn av min praksis og arbeidserfaring med ungdom, i tillegg til egne erfaringer som har ført til en ekstra interesse for ungdommers psykiske helse. Som Ungdataundersøkelsen (2022) viser, har det også vært en synkende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter blant ungdom, til tross for at ungdomsperioden er en svært sårbar periode i livet (Cassidy et al., 2011; Poland, 2017).

Fritidserklæringen trekker frem fellesskap og ensomhet som grunner til hvorfor deltakelse i organisert fritidsaktiviteter er viktig. Disse to, sammen med utenforskap som ifølge Tjora (2021) kan betraktes som en motsetning til fellesskap, vil derfor være faktorene som skal diskuteres i denne oppgaven. Ved å se på fellesskap, utenforskap og ensomhet, får man frem både potensielle fordeler ved å delta, i tillegg til potensielle konsekvenser ved å ikke delta, noe jeg gjør for et mer nyansert bilde og et helhetsperspektiv av problemstillingen.

## 1.4 Relevans for sosialt arbeid

Denne oppgaven tar for seg viktige sosialfaglige temaer som fellesskap, utenforskap og ensomhet. Temaene kan betraktes som sosialfaglige ettersom konsekvensene av manglende deltakelse i fellesskap, utenforskap og ensomhet, kan bidra til sosiale problemer som antisosial atferd og dårligere emosjonell utvikling (Guneriusen, 2020; Sæverot, 2017), i tillegg til psykiske helseplager som paralyserende følelser, angst, tomhet, skam, meningsløshet og depresjon (Barbieri & Mercado, 2022; Grundstroem et al., 2022; VfB, 2020). Dette kan betraktes som sosiale problemer ettersom det påvirker flere mennesker i samfunnet (Ellingsen & Levin, 2019), noe som vises i Ungdataundersøkelsen (2022) og Utenforskapsrapporten (2020). I forhold til ungdommer, jobber sosionomer med dette daglig, for eksempel som miljøterapeut på ungdomsskole eller videregående. Kunnskap om hvorfor ungdom opplever utenforskap og ensomhet, og hvordan ungdom kan komme inn i fellesskap, kan av denne grunn være nyttig. Det å kjenne til mulige konsekvenser av utenforskap og ensomhet kan også hjelpe med forståelse av hva disse konsekvensene kommer av. I tillegg er også organiserte fritidsaktiviteter i seg selv potensielle arbeidsplasser for sosionomer. For eksempel viser Andersen et al. (2021) til fritidsklubber, som er en organisert fritidsaktivitet (Bakken, 2022), som en arbeidsplass hvor det er miljøarbeidere og profesjonelle i sin rapport «*Fritidsklubber i det lokale folkehelsearbeidet*».

## 1.5 Begreper

### 1.5.1 Organiserte fritidsaktiviteter

I begrepet organiserte fritidsaktiviteter legger jeg Ungdataundersøkelsen (2022) til grunn, som definerer begrepet som aktiviteter sammen med andre gjennom en organisasjon, klubb, lag eller forening. I dette legges organisert idrett, fritidsklubber/ungdomshus, religiøse foreninger, korps, kor, orkester og andre organisasjoner, lag eller foreninger (Bakken, 2022). Som tidligere forklart skal jeg her diskutere dette i forhold til fellesskap, utenforskap og

ensomhet, selv om også hver av disse organiserte aktivitetene også kan bidra til mer for ungdom. For eksempel forbedret fysisk helse ved deltakelse i organisert lagidrett.

### 1.5.2 Ungdom

Ungdom er et litt løst brukt begrep, og det finnes flere definisjoner og avgrensninger, men i denne oppgaven velger jeg å bruke ungdataundersøkelsen (2022). Ungdom i denne oppgaven vil dermed innebære personer på ungdomsskolen og videregående, altså personer fra 12 til 19 år (Bakken, 2022).

### 1.5.3 Fellesskap

I diskusjonen av fellesskap legges Aksel Tjora (2018) sin bok «*Hva er fellesskap*» til grunn. Boken tar utgangspunkt i etablerte teorier rundt fellesskap, i tillegg til Tjoras egen forskning. I korte trekk drar han frem fellesskap som samhørighet, samhold og samkvem, som innebærer at fellesskap handler om å kunne identifisere seg med andre, stå sammen om noe eller for hverandre, og det å være sammen eller ha noe med hverandre å gjøre (Tjora, 2018, s.10). Tjora (2018) diskuterer begrepet fellesskap i forhold til samhold, integrasjon, interaksjon, identifikasjon, kommunikasjon, arbeid og fysisk nærvær. I denne oppgaven velger jeg å utelate arbeid og integrasjon i diskusjonen ettersom jeg ønsker å se på ungdom generelt, og integrasjon gjelder en veldig spesifikk del av ungdomsgruppen og arbeid er ikke like relevant ettersom det er organiserte fritidsaktiviteter som er fokus for oppgaven.

### 1.5.4 Utenforskap

Tjora (2021) definerer utenforskap som en manglende sosial tilknytning til samfunnet. Dette innebærer ifølge Tjora (2021) strukturelt hvordan enkeltindivider eller grupper står utenfor samfunnet og av den grunn mangler sosial tilknytning til fellesskap. I tillegg handler utenforskap, i følge Poland (2017), også om følelsen av å stå utenfor og det å ikke naturlig passe inn. Utenforskap handler altså om både det faktum at en mangler sosial tilknytning til samfunnet, i tillegg til følelsen av at en mangler sosial tilknytning.

### 1.5.5 Ensomhet

I likhet med utenforskap handler ensomhet i stor grad om manglende sosiale relasjoner og tilknytning til samfunnet, men ensomhet handler i større grad om den individuelle følelsen av å savne den sosiale kontakten (Tjora, 2021; Bakken, 2022). Dette innebærer ifølge

Ungdataundersøkelsen (2022) mindre sosial kontakt enn det man selv ønsker, eller at kvaliteten på kontakten ikke er tilstrekkelig. Dette kan for eksempel være personer med lite sosialt nettverk, eller personer som ofte er alene (Bakken, 2022).

## 2. Metode

Metode defineres i Dalland (2020) som fremgangsmåten, eller middelet, en bruker for å løse problemer eller komme frem til ny kunnskap. Det finnes flere slike fremgangsmåter og midler, som kvantitative, kvalitative og litterære studier. Denne oppgaven er en litterær oppgave, noe som kjennetegnes ved innhenting av allerede eksisterende kunnskap, forskning og teori gjennom systematiske og kritiske søk for å belyse en problemstilling (Dalland, 2020, s.199). Oppgaven er litterær ettersom jeg ikke henter inn kunnskap i form av egne undersøkelser, men bare bruker teori og forskning som allerede eksisterer. Dette passer bra for min problemstilling, og det jeg ønsker å finne ut av, ettersom det allerede eksisterer en del forskning og annen litteratur om temaer som fellesskap og ensomhet, i tillegg til ungdommers deltakelse og erfaringer med organiserte fritidsaktiviteter.

Videre i kapittelet skal jeg fortelle om prosessen jeg gikk gjennom i utførelsen av denne litterære oppgaven ved å vise til søkeprosessen min, og hvordan jeg kritisk valgte litteraturen som er brukt. Dette innebærer en beskrivelse av søkedatabasene, søkeord, inklusjon- og eksklusjonskriteriene jeg har brukt i de forskjellige innledende, systematiske og supplerende søkene, i tillegg til en kritisk vurdering av kildene oppgaven baserer seg på.

### 2.2 Søkeprosessen

Søkeprosessen handler om de forskjellige søkene som er gjort i forskjellige søkedatabaser, som Oria og Idunn, til forskjellige tidspunkt. Dette innebærer hvilke søkeord, kombinasjoner av søkeord, og hvilke inklusjons- og eksklusjonskriterier du har brukt. Søkedatabasene jeg har brukt er Idunn og Oria. Idunn ble først og fremst brukt for de norske søkene, imens Oria var den viktigste databasen jeg brukte for engelskspråklige kilder. Idunn ble brukt for de norske søkene ettersom dette er en database med bare norske og nordiske artikler, noe som ga meg flere relevante treff i de tilfellene jeg ønsket norske publikasjoner. På de engelske ordene derimot var Oria bedre, ettersom denne databasen også inkluderer engelskspråklige publikasjoner. Søkeordene jeg brukte var for det meste forskjellige kombinasjoner av «organiserte fritidsaktiviteter», «ungdom\*», «utenforskap», «fellesskap» og «ensomhet» på norsk. På engelsk brukte jeg «organized leisure activities», «adolescent\*» «outsiderness», «loneliness» og «community». På søkeordene «ungdom\*» og «adolescent\*» brukte jeg trunkering, som vil si at man utvider søket ved å bruke stammen av ordet slik at man får med

alle varianter og utvidelser av ordet (NTNU, u.å.). Søkeprosessen min startet med innledende søk for å bli kjent med litteraturen i feltet, og ettersom jeg fikk en større forståelse av temaet og bestemte hva oppgaven skulle inneholde, gjennomførte jeg systematiske søk i de forskjellige databasene. Etter hvert som oppgaven utviklet seg og de overordnede temaene var på plass, gjennomførte jeg også supplerende søk for å få mer teori og forskning innen spesifikke temaer der jeg følte at det var nødvendig.

### 2.2.1. Innledende søk

Før selve utformingen av oppgaven hadde jeg en visjon om hva oppgaven grovt skulle handle om, nemlig organiserte fritidsaktiviteter og hvorfor det er viktig for ungdom. Jeg søkte bredt i starten, uten noen særlige begrensninger, men jeg fant lite som direkte omhandlet dette på Oria og Idunn. På grunn av dette lette jeg også på regjeringens hjemmesider, noe som ga meg politiske føringer på hvorfor organiserte fritidsaktiviteter er viktig, hvor jeg fant fellesskap, utenforskap og ensomhet som grunner. Med disse som søkeord, på både norsk og engelsk, klarte jeg å skape en overordnet plan for hva oppgaven skulle handle om og kunne søke systematisk i både Oria og Idunn.

### 2.2.2 Systematiske søk

I de systematiske søkene brukte jeg Oria og Idunn, og begrenset alle kildene til vitenskapelige publikasjoner. Søkene som viste seg å være mest fruktbare her var «organiserte fritidsaktiviteter» og «ungdom\*», «organized activities» og «adolescent\*», «Loneliness» og «adolescent\*», utenforskap», «fellesskap» og «outsiderness». Jeg brukte også forskjellige avgrensninger, som for eksempel innen forskjellige tidsskrifter, avhengig av hvor mange treff søkende fikk. Søkene som ga mange treff, hadde flere avgrensninger i form av inklusjons- og eksklusjonskriterier. Eksempler på slike inklusjons- og eksklusjonskriterier jeg brukte var «fagfelleverderte tidsskrift», «artikler» og utgivelsesår.

### 2.2.3 Supplerende søk

Da jeg hadde bestemt meg for hva oppgaven skulle handle om, og visste at fellesskap skulle være en viktig del, fant jeg også tilbake til Aksel Tjoras «*Hva er fellesskap*» (2018) som jeg fant etter å ha gått gjennom pensumlister i tidligere emner. Jeg har også brukt google til å finne rapporter og statistikk om organiserte fritidsaktiviteter og ungdom i Norge, hvor jeg blant annet har brukt SSB.no og regjeringen.no. Under skrivingen av oppgaven har jeg også

kommet over begreper som trengte ytterligere kilder, noe som har ført til supplerende søk på disse ordene. Eksempler på dette er «anomi» og «antisosial atferd».

### 2.3 Kildekritikk

Artiklene jeg har brukt, som jeg har funnet på Oria eller Idunn, er alle artikler fra fagfellevurderte tidsskrifter, som vil si at de er vurdert av uavhengige fagpersoner og at de holder vitenskapelig standard (Dalland, 2020, s. 145). Dette gjorde jeg ved å avgrense alle søkene mine til dette i søkeprosessen. I artiklene fra Idunn står det også som regel på toppen av artikkelen om det er en vitenskapelig publikasjon. I de tilfellene det ikke stod, som ofte var de i de engelske kildene, undersøkte jeg om de var vitenskapelige ved å se på om de brukte samfunnsvitenskapelig metode (sammendrag, innledning, metode, resultater, drøfting og konklusjon). I tillegg dobbeltsjekket jeg alle tidsskriftene, ved å se på kvaliteten av dem i Kanalregisteret.no, som er en side som vurderer i hvilken grad de er fagfellevurderte og hvor bra kvalitet tidsskriftet har.

Forskning om sosiale problemer fra andre land kan i noen tilfeller være mindre overførbare til den norske befolkningen. Det vil være i tilfeller der det sosiale problemet blir oppfattet på en annen måte enn i Norge (Rugkåsa, 2018). Når det kommer til forskningen jeg har brukt, om fellesskap, ensomhet og utenforskap, er derimot oppfatningene ganske like ut fra det jeg har lest i artiklene. På grunn av dette har jeg vurdert utenlandsk forskning til å også være relevant for drøftingen i min oppgave.

Når jeg har brukt statistikk, fakta og andre kilder som rapporter og politiske føringer, har jeg brukt troverdige kilder som Statistisk Sentralbyrå, Regjeringen.no og andre anerkjente undersøkelser som Ungdataundersøkelsen og Utenforskapsrapporten. Statistikkene og rapportene er også de nyeste som er gitt ut på disse områdene i Norge. Når det kommer til statistikk og rapporter har jeg også valgt å bare bruke norske, ettersom statistikk er noe som kan variere fra land til land.

I oppgaven brukes også Aksel Tjoras bok «*hva er fellesskap*» (2018) som teori. Denne boken viser til annen teori og teoretikere i forklaringene av hva fellesskap innebærer, og er da en sekundærkilde. På grunn av oppgavens omfang vurderte jeg det likevel som rimelig på grunn

av vanskeligheten av å skaffe seg all denne litteraturen på annen måte. Boken baserer seg i tillegg også på Tjoras egen forskning, og ikke bare på andre teoretikere sine teorier.

Om utenforskap brukte jeg SNL.no for en definisjon av begrepet. Selv om dette ikke er en vitenskapelig publikasjon, en bok eller den mest kvalitetssikrede kilden, har jeg valgt å bruke den ettersom Aksel Tjora er en anerkjent professor innen sosiologi og forfatter av boken «*Hva er fellesskap*» (2018).



### 3. Teori og litteratur

I dette kapittelet skal jeg presentere teori, forskning og annen litteratur som skal legge fundamentet for diskusjonen i neste kapittel. Litteraturen, forskningen og teoriene som skal presenteres er rundt hovedtemaene for oppgaven, som er organiserte fritidsaktiviteter, fellesskap, utenforskap og ensomhet.

#### 3.1 Organiserte fritidsaktiviteter

##### 3.1.1 Ungdom og deltakelse i organiserte fritidsaktivitet i Norge

Organiserte fritidsaktiviteter er noe de fleste barn og unge i Norge har deltatt i (Bakken, 2022). Gjennom intervjuene gjort i forbindelse med Ungdataundersøkelsen (2022) kommer det også frem at det å ikke kunne delta i organiserte fritidsaktiviteter var noe av det ungdommene synes vanskeligst med koronapandemien. Utenforskrapsrapporten, en rapport som bygger på undersøkelser gjennomført av Voksne for barn (2020), forteller også at ungdom som deltar i organiserte fritidsaktiviteter trives bedre, i tillegg til at de ofte utvikler sosiale og psykologiske ferdigheter i større grad. Likevel er det også en arena mange ungdommer opplever å stå utenfor (VfB, 2020).

##### 3.1.2 Organisering av fritidsaktiviteter

Mahoney og Stattin (2000) er en omfattende studie av 703 ungdommer som undersøker hvordan fritidsaktiviteter påvirker ungdommer og deres relasjoner til jevnaldrende og voksne, og sammenhengen med antisosial atferd ut fra hvilken grad fritidsaktiviteten var organisert. Denne studien viser at ungdom som deltar i fritidsaktiviteter med stor grad av organisering viser lite antisosial atferd, og at ungdom som deltar i fritidsaktiviteter med ingen eller liten grad av organisering viser større grad av antisosial atferd (Mahoney & Stattin, 2000). I dette begrepet legger Mahoney og Stattin (2000) kriminalitet, aggressiv oppførsel, alkohol og narkotikabruk, lovbrudd og skolefracfall (Mahoney & Stattin, 2000).

Gadermann et al. (2019) er en studie som undersøker ungdom og fritidsaktiviteter, og ser blant annet sammenhengen mellom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, tilhørighet med jevnaldrende og psykisk helse. Resultatene av denne studien viser at ungdom som deltar i organiserte fritidsaktiviteter med andre jevnaldrende hadde en bedre psykisk helse enn dem som ikke deltok (Gadermann et al, 2019). Dette så de ved å studere ungdom som gikk fra ingen deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter til deltakelse, både med andre jevnaldrende og

i individuelle aktiviteter. Dem som gikk fra ingen deltakelse til deltakelse i aktiviteter med jevnaldrende viste en forbedring i psykisk helse, imens dem som gikk fra ingen deltakelse til deltakelse i individuelle aktiviteter viste ingen forbedring i psykisk helse. Gaderman et al. (2019) forklarer dette ved at tilhørigheten ved organiserte aktiviteter med jevnaldrende er det utslagsgivende, og at det er den siden av aktiviteten hvor man kommer i kontakt med andre og skaper vennskap som er viktigst for den psykiske helsen til ungdom.

## 3.2 Fellesskap

### 3.2.1 Fellesskap som interaksjon, fysisk nærvær, samhold, identifikasjon og kommunikasjon

Ifølge Tjora (2018) blir fellesskap skapt gjennom sosial interaksjon mellom mennesker. Tjora (2018) forklarer at interaksjon både skaper fellesskapet, og er fellesskapet, gjennom det som beskrives som handling og forhandling. Dette innebærer at forståelsen av andres meninger blir skapt gjennom sosial interaksjon, for eksempel forståelsen av meningen/intensjonen bak andres handlinger (Tjora, 2018, s.48). Det som kjennetegner interaksjon i et fellesskap er at man har en felles forståelse av hvordan man handler, noe som igjen har blitt lært gjennom sosial interaksjon med de andre i fellesskapet (Tjora, 2018, s.50). Fellesskapet vil på denne måten også interaktivt definere hva som er normalt og unormalt, og man forblir en del av fellesskapet ved å holde seg lojal til forventningene fellesskapet har til dette (Goffman, 1983 sitert i Tjora, 2018, s.54). I Tjora (2018) forklares dette videre ved at personer er refleksive, som vil si at individer oppfatter seg selv og har en forståelse av hvem en selv er. Dette innebærer blant annet oppfattelsen og forståelsen av sosiale normer, noe som igjen påvirker og kontrollerer personens atferd (Tjora, 2018, s.51). Oppfattelsen av en selv, og utviklingen av personers atferd, skjer også i interaksjonen med andre (Tjora, 2018, s.51).

Tjora (2018) forteller at fysisk nærvær ikke nødvendigvis er nok for å føle sosial nærhet og for danne fellesskap, men at omgivelsene man befinner seg i likevel er en viktig ramme for interaksjon, kommunikasjon, samhold og identifikasjon, og er derfor et viktig grunnlag for muligheten til å danne fellesskap (Tjora, 2018, s.128-129). Tjora (2018) forteller også at fellesskap, eller en følelse av fellesskap, ikke kan påtvinges, men må skje indirekte ved at personer settes i sammenhenger hvor gruppeutvikling kan oppstå.

I forhold til samhold diskuterer Tjora (2018) at man ved å gjøre ting sammen med andre, vil skape relasjoner, og at en resultatet av dette vil kunne være samhold med andre. Dette vil

igjen kunne føre til dannelse og følelse av fellesskap (Tjora, 2018, s.29). Tjora (2018) forteller også at samhold kommer av fellesskap som er valgt, og at det er vennskap som oppstår på bakgrunn av følelser eller rasjonalitet som felles interesser og nærhet

I diskusjonen av identifikasjon i forhold til fellesskap beskriver Tjora (2018) at fellesskap i forhold til identifikasjon handler om følelsen av at noen ligner mer på seg selv enn andre, og at et fellesskap kan skapes ved en slik identifikasjon blant flere som føler at de ligner mer på hverandre enn andre. I tillegg forteller han at fellesskap også kan skape identifikasjon mellom medlemmene, som vil si at identifikasjon på denne måten både kan skape fellesskap og være en effekt av fellesskap (Tjora, 2018, s.74). Tjora (2018) beskriver også at fellesskapsfølelsen i dagens samfunn i større grad er knyttet til identifikasjon, og peker på felles interesser og aktiviteter som viktige former for identifikasjon. Med dette, i tillegg til egne erfaringer, forklarer Tjora at felles identifikasjon, er det som skaper tilhørighet (Tjora, 2018, s.81).

Om kommunikasjon sier Tjora (2018) at fellesskap kan skape et språk som bare forstås eller brukes av dem i fellesskapet, for eksempel fagtermer i en aktivitet. Utviklingen av sosiale medier og bruken av mobile enheter har også ført til at fellesskapene kan kommunisere med hverandre på nye måter og i større grad. Fellesskapene er ikke lenger bare fysiske noen ganger i uken, men har muligheten til å være konstante (Tjora, 2018, s.93).

### 3.2.2 Fellesskap og ungdom

Sæverot (2017) er en studie av hvordan ungdom på videregående skole ser på seg selv, og hva som er viktig for dem. Denne studien viser blant annet at unge søker etter grupper de kan knytte seg til, og at fellesskap er viktig for dem (Sæverot, 2017). Sæverot (2017) forteller at ungdomsperioden innebærer at individet i større grad blir frikoblet trygge institusjoner som familie jo eldre de blir, og det blir i større grad individets oppgave å forme eget liv. Dette fører til større frihet, men også større krav til selvstendighet til å utvikle sosiale relasjoner og finne fellesskap (Sæverot, 2017). Sæverot (2017) fremhever også at individet trenger tydelige rammer i denne prosessen, og at individualiseringen kan bli «grenseløs» uten disse rammene. Analysen av Sæverot (2017) viser også en antydning til at selv om ungdommene i større grad er «frigjort», er det et stort behov for å knytte seg til fellesskap for å klare seg i samfunnet og stå til samfunnets krav til verdier og oppførsel. Også Utenforskningsrapporten (2020) forteller

oss at venner og fellesskap er viktig i ungdomstiden i forhold til identitetsutvikling, selvbylde og sosial kompetanse, i tillegg til ungdommenes livskvalitet.

### 3.3 Utenforskap

#### 3.3.1 Utenforskap – et nytt begrep

Tjora (2021) beskriver det å føle utenforskap som en motsetning til å føle fellesskap. I motsetning til fellesskap, er også utenforskap foreløpig et lite utbredt fagterm (Tjora, 2021). Samtidig ser vi en framvekst i bruken av begrepet, som i stortingsmeldingen «ingen utenfor – en helhetlig politikk for å inkludere flere i arbeids- og samfunnsliv» (meld. St. 32, 2020-2021), i tillegg til i forskning som Utenforskapsrapporten (2020) og Poland (2017).

Aksel Tjora (2021) beskriver utenforskap som det fysiske aspektet av å stå utenfor. Det er en sosiologisk forklaring på fenomenet, som vil innebære det faktum at mennesker har en manglende sosial tilknytning til samfunnet ved at de ikke deltar i for eksempel jobb, utdanning eller andre arenaer for fellesskap (Tjora, 2021). Poland (2017) fokuserer i sin studie om utenforskap i forskjellige faser i menneskers liv, i større grad på utenforskap som det å føle at man står utenfor. Han forklarer utenforskap som en følelse av at en ikke naturlig passer inn, og at ens oppfatning av seg selv ikke samsvarer med fellesskapet eller samfunnet (Poland, 2017). Poland (2017) diskuterer videre utenforskap i ungdomsårene, og legger vekt på overgangen fra barndom til ungdom som en utfordring, og at utenforskap i disse årene er mer sårbart enn andre faser i livet. Dette forklarer han ved at ungdomsårene er en periode med mye endringer, både fysisk og psykisk, i tillegg til at en går fra sikkerheten av å være eldst på barneskolen til ny og yngst på ungdomsskolen. Disse store endringene kan ifølge Poland (2017) bidra til en frykt for å være annerledes, og en trang til å passe inn.

#### 3.3.2 Utenforskap og ungdom

Utenforskapsrapporten (2020) er en rapport basert på dybdeintervjuer, i tillegg til en kvantitativ undersøkelse, av norske ungdommers egne opplevelser av utenforskap. Undersøkelsen viser at lite sosialt nettverk og lav deltakelse i fritidsaktiviteter er en stor risikofaktor for å havne i utenforskap (VfB, 2020). Ungdommene i undersøkelsen, som opplever utenforskap, forteller også om manglende sosial, relasjonell og emosjonell kompetanse som en konsekvens av manglende deltakelse og støtte fra fellesskap. Syv av ti oppgir også at de har psykiske plager, og majoriteten av disse forteller at dette både er en

konsekvens av, men også en årsak til, utenforskap (VfB, 2020). Av de som opplever utenforskap viser rapporten at 64% mangler sosialt nettverk på fritiden og 43% deltar ikke på noen aktiviteter på fritiden, og at det er høyere tall for utenforskap blant dem som har lite sosialt nettverk på fritiden enn ungdom generelt (VfB, 2020). Utenforskapsrapporten (2020) viser også at andre trekk som går igjen hos dem som opplever utenforskap blant annet er opplevelsen av å være annerledes enn jevnaldrende, og lav emosjonell kompetanse.

### 3.3.3 Utenforskap og normløshet

Tjora (2021) viser også til den franske sosiologen Emilé Durkheim i forklaringen sin av utenforskap, og sier at det å stå utenfor kan føre til anomi, eller det Durkheim beskriver som normløshet. Guneriussen (2020) diskuterer dette i hans vitenskapelige artikkel om Emilé Durkheims forståelse av det moderne samfunnet og individualisme. Her viser han til Durkheim (1964, 1984) som sier at lite sosial regulering, for stor individualisme, vil føre til normløshet i større grad. En persons atferd vil ikke passe inn i det «normale», det som er vanlig, i den eksisterende samfunnsorden (Durkheim, 1964 og 1984 sitert i Guneriussen, 2020).

## 3.4 Ensomhet

### 3.4.1 Ensomhet og ungdom

I følge Utenforskapsrapporten (2020) føler 95 prosent av norsk ungdom seg sjelden ensomme, og ni av ti har minst en venn de kan snakke med. For ungdom som står utenfor er denne opplevelsen helt annerledes. Her viser rapporten at seks av ti som opplever utenforskap mangler venner og 95 prosent kjenner på ensomhet (VfB, 2020). SSB (2021) og Ungdataundersøkelsen (2022) forteller også om at ensomhet i befolkningen generelt ikke øker, men at man kan se en økning av ensomhet blant ungdom. En undersøkelse gjort av SSB (2021) om ensomhet i forholdt til hvor tilfredsstilt personer er med livet, viser at tre ganger så mange som opplever litt ensomhet er lite fornøyd med livet i forhold til dem som ikke opplever ensomhet. Av dem som opplever mye ensomhet var 62 prosent lite fornøyd med livet, noe som er seks ganger så mye som dem som ikke var ensomme.

### 3.4.2 Forskning på ensomhet

Cassidy et al. (2011) er en studie som undersøker forbindelsen mellom ensomhet hos ungdom og relasjoner med jevnaldrende. Denne studien legger også vekt på ungdomstiden som en

periode der man går fra avhengighet av familien, til å være mer avhengig av jevnaldrende (Cassidy et al, 2011). Cassidy et al. (2011) viste mindre ensomhet blant personer med prososial atferd, atferd som samsvarer med samfunnets normer, personer som var sosialt akseptert og personer med lik smak som andre jevnaldrende. På den andre siden viste studien også at ensomhet korrelerte med antisosial atferd (Cassidy et al., 2011). Grundstroem et al. (2022) undersøkte ungdommers egne erfaringer med ensomhet i forhold til psykisk helse, og forteller om negative konsekvenser av ensomhet som blant annet paralyserende følelser, angst, tomhet, skam og meningsløshet som spesielt fremtredende. Også her blir ungdommer beskrevet som en gruppe som er spesielt utsatt for ensomhet (Grundstroem et al., 2022). Barbieri og Mercado (2022) forsket på ensomhet i forhold til koronapandemien, og ser på ensomhet i forhold til isolasjon og manglende sosial interaksjon. Her ble det funnet en sammenheng mellom sosial distansering og ensomhet, i tillegg til at det også var en sammenheng mellom denne ensomheten og utvikling av psykiske helseplager som angst og depresjon (Barbieri & Mercado, 2022). Dette forklarte Barbieri og Mercado (2022) ved at ungdom ikke fikk muligheten til å få en følelse av tilhørighet i sosiale nettverk. De forklarer også at selv om dette er en studie knyttet til Covid-19 pandemien, vil funnene rundt, grunnene og årsakene til, ensomhet fortsatt være relevante ellers på grunn av det manglende sosiale nettverk og tilhørighet kan føre til, også påvirker ungdom utenom koronapandemien (Barbieri & Mercado, 2022).

## 4. Diskusjon

I oppgavens teori- og litteraturredel belyste jeg hva litteraturen sier om organiserte fritidsaktiviteter, fellesskap, utenforskap og ensomhet, spesielt i forhold til ungdom. Oppgavens problemstilling er; *I hvilken grad er deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter betydningsfullt for ungdom?* I dette kapittelet skal jeg drøfte dette opp mot det teoriene og litteraturen viser oss ved å se på hvilken grad deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter kan bidra til fellesskap, og hvordan mangel på deltakelse eventuelt kan bidra til utenforskap og ensomhet for ungdom. For å kunne svare på problemstillingen om hvorfor organiserte fritidsaktiviteter er betydningsfullt for ungdom, skal jeg også se på i hva potensielle fordeler ved fellesskap kan være, i tillegg til eventuelle konsekvenser av utenforskap og ensomhet.

### 4.1 Organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap

Fritidserklæringen (2022) forteller oss at deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter er viktig for fellesskap hos ungdom, men hva er grunnen til dette? Tjora (2018) beskriver komponentene til fellesskap som blant annet interaksjon, fysisk nærvær, samhold, identifikasjon og kommunikasjon. Spørsmålet vi kan stille oss kan på denne måten være; hvordan kan organiserte fritidsaktiviteter bidra til interaksjon, fysisk nærvær, samhold, identifikasjon og kommunikasjon mellom ungdom?

#### 4.1.1 Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap

Tjora (2018) forklarer at fellesskap blir til og foregår gjennom sosial interaksjon mellom mennesker. For å være en del av fellesskapet er man derfor avhengig av å interagere med andre i fellesskapet. Dette krever også fysisk nærvær, slik Tjora (2018) forklarer det. For å kunne bli en del av et fellesskap må man befinne seg på de arenaene fellesskapet befinner seg på, og interagere med personene der. En slik arena for ungdommer kan være organiserte fritidsaktiviteter (Bakken, 2022). Gjennom å delta i organiserte fritidsaktiviteter, vil man få muligheten til å interagere med andre, som man ikke vil ha samme muligheten til ved å ikke delta. Gjennom interaksjonen med andre i den organiserte fritidsaktiviteten, slik det blir beskrevet i Tjora (2018), vil en lære seg å forstå de andres handlinger og intensjoner, i tillegg til å skape en felles forståelse av hvordan man bør handle. Man blir, og forblir, en del av fellesskapet ved å være en del av denne felles forståelsen og holde seg lojal til den (Tjora, 2018, s.54).

Samhold, som blir til gjennom å gjøre ting sammen med andre og skape relasjoner, er også en del av dannelsen og følelsen av fellesskap (Tjora, 2018, s.29). Som Tjora (2018) forteller er samhold, i forhold til fellesskap, vennskap som oppstår på bakgrunn av følelser eller rasjonalitet, som blant annet felles interesser og nærhet, og ved at personer befinner seg i sammenhenger hvor gruppeutvikling kan oppstå. Organiserte fritidsaktiviteter, slik definisjonen jeg bruker av begrepet, er aktiviteter som gjennomføres i sammen med andre gjennom en organisasjon, klubb, lag eller forening (Bakken, 2022). Etter min forståelse av dette, er organiserte fritidsaktiviteter noe som kan bidra til et samhold mellom ungdommer, og på den måten bidra til dannelsen og følelsen av fellesskap, ettersom man er sammen med andre jevnaldrende og deltar i aktiviteter basert på felles interesser. I tillegg kan organiserte fritidsaktiviteter, slik jeg oppfatter det, være en sammenheng der gruppeutvikling kan oppstå, fordi en jevnlig møter, og har fysisk nærhet, med samme gruppe mennesker.

En annen årsak til, og følge av, fellesskap er det Tjora (2018) beskriver som identifikasjon. Dette handler om følelsen av at noen ligner mer på seg selv enn andre, og at fellesskap kan skapes ved at flere føler denne identifikasjonen til hverandre (Tjora, 2018, s.74). Ifølge Tjora (2018) er identifikasjonen i dagens samfunn, i likhet med samhold, i stor grad basert på felles interesser og aktiviteter. Organiserte fritidsaktiviteter vil også her kunne være en viktig arena, ettersom deltakelse i slike aktiviteter ofte er basert på interesser, og det er aktiviteter man gjør sammen med andre. På denne måten, ved å delta i samme aktiviteter som andre jevnaldrende basert på felles interesser, kan en tenke seg at disse personene vil føle at de i større grad ligner på hverandre, og på denne måten også skape en felles identifikasjon.

Kommunikasjon skiller seg fra interaksjon ved at kommunikasjon handler om hva som formidles, og ikke overordnet det at personer snakker sammen. Tjora (2018) forteller her at fellesskap kan ha, eller skape, et språk som bare forstås eller brukes av dem i fellesskapet. Et eksempel på dette er fagtermer, noe Tjora (2018) illustrerer i sitt eksempel om rockeband på øving som er nødt til å lage begreper og et felles språk for å kunne formidle musikalske ideer, (Tjora, 2018, s.93). Organiserte fritidsaktiviteter, som fotball eller korps, er på samme måte nødt til å utvikle et felles språk for å kunne kommunisere sammen, henholdsvis i formidling av kampplan og kommunikasjon på fotballbanen eller i øvingen til en konsert. Slik jeg tolker Tjoras (2018) teori om kommunikasjon, kan også slikt språk skapes utenom fagtermer, for eksempel i slang og annen ordbruk som skapes i fellesskap, og det å kunne forstå, men også bruke dette språket, kan også være en viktig del av det å føle og være en del av fellesskapet.



Til tross for det jeg har diskutert her, er ikke deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter nødvendigvis en garanti for ungdommers fellesskap. Selv om en interagerer med andre i fellesskapet, betyr det ikke at dette må føre til deltakelse i fellesskapet dersom en ikke passer inn av andre grunner. Deltakelse i aktivitet med andre jevnaldrende må heller ikke føre til samhold. For eksempel kan en tenke seg at en deltar i en aktivitet av andre grunner enn interesse. Det samme gjelder identifikasjonen, hvor følelsen av at en ligner på andre i stor grad er basert på interessen for aktiviteten, og uten denne interessen er det mulig at en ikke føler dette på samme måte som om man faktisk var interessert i aktiviteten. Likevel kan det å delta føre til en økt sannsynlighet for denne identifikasjonen, samholdet og fellesskap generelt på grunn av nærværet man får med andre jevnaldrende, og muligheten for interaksjon og kommunikasjon det medfører.

#### 4.1.2 Er fellesskap viktig for ungdom?

Sæverot (2017) og Ungdatarapporten (2022) viser til at fellesskap og organiserte fritidsaktiviteter er viktig for ungdommene selv, men hvorfor er det å interagere, føle på samhold og identifikasjon, fysisk nærvær og kunne kommunisere med andre ungdommer så betydningsfullt? Ved å se på teorien kan vi se at dette i stor grad handler om utviklingen av atferd, sosiale ferdigheter og forståelse av sosiale normer, i tillegg til psykisk helse.

Cassidy et al. (2011) og Poland (2017) fremhever ungdomsperioden som en periode med stor utvikling både fysisk og psykisk, i tillegg til at det er en periode hvor man i større grad beveger seg vekk fra trygge rammer på barneskolen og familien, til det å være yngst på ungdomskolen og hvor man blir mer avhengig av jevnaldrende. Usikkerheten dette bringer, kan videre føre til en frykt for å være annerledes og en trang til å passe inn (Cassidy et al, 2011; Poland, 2017). Sæverot (2017) støtter også dette, og legger til at det i større grad også blir opp til en selv å sørge for sin egen utvikling og at det er en periode hvor personer har et stort behov for å føle seg akseptert og stå til samfunnets krav til verdier og oppførsel. Hvordan dette henger sammen med utviklingen av atferd, sosiale ferdigheter og forståelse av normer, og hvorfor fellesskap er viktig for dette, kan forklares ved interaksjonen og identifikasjonen fellesskap bidrar til.

I sammenheng interaksjon forteller Tjora (2018) oss at egne meninger, og forståelse av andres meninger og handlinger, blir til gjennom sosial interaksjon, og at fellesskapet interaktivt definerer hva som er normalt og unormalt. På denne måten, ifølge Tjora (2018), vil også interaksjonen i fellesskap bidra til å utvikle ens atferd i «riktig» retning ved at en må ha riktig atferd for å bli, og forbli, en del av fellesskapet. På grunn av dette kan en tenke seg at denne interaksjonen, som kommer av fellesskap, er spesielt viktig for ungdommers følelse av å passe inn og ikke være annerledes. For ungdom vil denne interaksjonen, slik det har blitt diskutert, kunne bidra til å utvikle ens atferd til å passe det som oppfattes som normalt og kan på den måten også bidra til ungdommens følelse av å passe inn og være lik andre jevnaldrende.

Frykten for å være annerledes, ønsket om å passe inn og det å bli akseptert, kan også ses i sammenheng med identifikasjon, som vil si følelsen av at noen ligner på seg selv (Tjora, 2018, s.74). Ifølge Tjora (2018) er denne identifikasjonen noe som både skaper fellesskap ved at ungdom ønsker å være sammen med personer som ligner en selv, og blir til i fellesskap gjennom felles interesser slik teorikapittelet viser. Slik jeg tolker dette, vil det å være en del av fellesskapet på denne måten være viktig for følelsen av å ikke være annerledes, det å passe inn og bli akseptert, ettersom en kan identifisere seg med andre, i tillegg til at andre kan identifisere seg med deg. Dette passer også med Tjora (2018) sin forklaring av at en felles identifikasjon skaper tilhørighet (Tjora, 2018, s.81).

Det kan også være andre faktorer som kan spille inn i en persons utvikling av atferd, og det at en deltar i fellesskap og interaksjon med andre i fellesskapet, betyr ikke at en nødvendigvis er garantert utviklingen av «normal» atferd. Likevel tenke seg at det å delta i fellesskap øker sannsynligheten for denne utviklingen, spesielt i forhold til det å ikke være en del av fellesskap. Og selv om en mest sannsynlig i større grad må sørge for sin egen utvikling, og beveger seg litt bort fra familien, er det ikke nødvendigvis slik at man plutselig bryter alle bånd med familien eller at familien ikke lenger er en viktig faktor i ungdommers utvikling videre. Det disse teoriene og forskningen viser er heller en bevegelse mot en større innflytelse og viktighet av jevnaldrende når det kommer til det å føle seg akseptert og ikke være annerledes. På den andre siden er det heller ikke slik at alle er redd for å være annerledes eller er desperate etter å passe inn, men at det er en generell trend blant ungdom å ønske å passe inn og være «normal» på grunn av usikkerhetene det å bli ungdom kan medføre.

Ungdommers psykiske helse i forhold til fellesskap, er noe en kan se i Gadermann et al. (2019) sin studie om deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Denne studien viser nemlig at deltakelse i fritidsaktiviteter bidrar til bedre psykisk helse hos ungdom, noe de forklarer ved tilhørigheten med jevnaldrende den organiserte fritidsaktiviteten medfører (Gaderman et al., 2019). I tillegg til å vise en direkte fordel av fellesskap og organiserte fritidsaktiviteter, viser også denne studien enda en sammenheng mellom organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap, ved å forklare hvordan tilhørigheten man får med andre jevnaldrende gjennom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter viktig for ungdommers psykiske helse.

Det er ingen garanti at alle personer som er en del av fellesskap som følge av organiserte fritidsaktiviteter føler tilhørighet eller utvikler ferdigheter i den grad at de følger samfunnets normer og forventninger. Det kan være andre faktorer som spiller inn, for eksempel kan en tenke seg at andre opplevelser i livet kan påvirke i hvilken grad en klarer å utvikle atferd som passer inn samfunnets normer og forventninger, og dersom en mangler interesse for aktiviteten kan det hende at personer ikke føler den samme tilhørigheten som andre. Likevel, ut fra det jeg har diskutert her, finnes det hvert fall en sammenheng, og det tyder på at personer som er en del av fellesskap, som følge av organiserte fritidsaktiviteter, også har en større sannsynlighet for å føle på tilhørighet og få en forbedret psykisk helse, i tillegg til å utvikle sosiale ferdigheter og forståelse av samfunnets normer og forventninger.

## 4.2 Organiserte fritidsaktiviteter og utenforskap

### 4.2.1 Mangel på deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og utenforskap hos ungdom

Utenforskarerapporten (2020) fremhever at selv om organiserte fritidsaktiviteter er en viktig arena for ungdom i forhold til sosial interaksjon og utviklingen av sosiale og psykologiske ferdigheter, er det likevel mange ungdommer som opplever å stå utenfor (VfB, 2020). Poland (2017) legger også vekt på at overgangen fra barndom til ungdomsårene som en periode med mye endringer både fysisk og psykisk, i tillegg til at man går fra vante omgivelser på barneskolen til å være ny og yngst på ungdomsskolen, og at dette kan bidra til en frykt for å være annerledes og en trang for å passe inn. På grunn av dette forteller han også at ungdom blir spesielt sårbare for utenforskap (Poland, 2017). Slik jeg ser på det, passer dette med diskusjonen i kapittelet om fellesskap. Det å ikke være annerledes andre ungdommer og det å passe inn er viktige deler av det å være en del av fellesskap. Dersom vi skal legge Tjora (2021) til grunn, og anta at utenforskap kan bli sett på som en motsetning til fellesskap, vil

det å være annerledes og ikke passe inn også kunne være en årsak til å stå utenfor eller oppleve utenforskap.

Organiserte fritidsaktiviteter som en viktig arena for fellesskap, passer også i forhold til utenforskap, hvor Utenforskapsrapporten (2020) forteller at ungdommer med mangel på sosiale nettverk og lav deltakelse i fritidsaktiviteter har en stor risiko for å havne i utenforskap. Dette vises gjennom høyere tall for utenforskap blant dem som har lite sosialt nettverk på fritiden enn hos ungdommer generelt (VfB, 2020). Ungdommer, som allerede er i en sårbar periode av livet og har behov for å være en del av fellesskap, kan på denne måten også stå i fare for å havne i utenforskap ved å ikke delta i organiserte fritidsaktiviteter.

Det er også viktig å påpeke at det er mulig å ikke oppleve utenforskap selv om man ikke deltar i organiserte fritidsaktiviteter, og man kan også oppleve utenforskap selv om en deltar i organiserte fritidsaktiviteter. For selv om en deltar i organiserte fritidsaktiviteter og fellesskapet det kan bidra til, kan en fortsatt oppleve å være annerledes andre i fellesskapet eller ikke passe inn med de andre, slik jeg diskuterte i forrige kapittel også. Det å delta i organiserte fritidsaktiviteter er altså ikke en garanti for å ikke oppleve utenforskap, men for ungdommer kan det å delta likevel være en viktig arena for å redusere risikoen for utenforskap, slik Utenforskapsrapporten (2020) viser oss.

#### 4.2.2 Utenforskap og konsekvenser for ungdom

Utenforskap er noe en kan tenke seg oppleves vanskelig for en ungdom i seg selv. I tillegg kan det også ha ytterligere konsekvenser for personen det omfatter. Utenforskapsrapporten (2020) viser også her hvordan ungdommene som opplever utenforskap selv forteller om manglende sosial, relasjonell og emosjonell kompetanse, på grunn av manglende deltakelse og støtte fra blant annet fellesskap. Dette henger også sammen med teoriene i Tjora (2018) og diskusjonen tidligere i oppgaven, med tanke på det er i fellesskap man skaffer denne sosiale, relasjonelle og emosjonelle kompetansen gjennom interaksjon med andre i fellesskapet. I et utenforskap, for eksempel på grunn av manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter i dette tilfellet, vil en ikke interagere med dem i dette fellesskapet i samme grad og kan av denne grunnen risikere å ikke utvikle disse kompetansene ungdommene selv forteller om.

I forhold til dette har vi også Emilé Durkheims forklaring av konsekvensene av å stå utenfor, noe som vises til i Tjora (2021) og diskuteres i Guneriusen (2020). Ifølge Durkheim kan det å stå utenfor føre til anomi, eller normløshet som han beskriver det (Tjora, 2021). Tjora (2021) beskriver dette som at en persons atferd ikke er regulert av samfunnet og at det dermed ikke er samsvar mellom en persons atferd og samfunnets normer. I Guneriusen (2020) utdypes dette ved at lite sosial regulering, og for stor individualisme, fører til at personer atferd ikke vil passe inn i det som er «normalt» i samfunnsordenen slik den er i sin egen tid. Dette ser vi også i studien til Sæverot (2017) som sier at individualiseringen i ungdomsårene vil bli «grenseløs» uten deltakelse i fellesskap. Med tanke på hva vi vet fellesskap kan bidra med i forhold til utviklingen av atferd og forståelse av normer, passer Tjoras (2021) beskrivelse av utenforskap som en motsetning til fellesskap, etter min mening, bra. Ungdommer som deltar i fellesskap har bedre forutsetninger for å utvikle «riktig» atferd og forståelse av samfunnets normer, imens ungdommer som opplever utenforskap kan ha større forutsetninger for å utvikle «feil» atferd og forståelse av samfunnets normer ettersom de ikke får lært dette av andre i samme grad på grunn av manglende deltakelse i fellesskap.

Med tanke på organiserte fritidsaktiviteter i forhold til «feil» atferd, har vi også studien til Mahoney og Stattin (2000) som diskuterer organiserte fritidsaktiviteter i forhold til antisosial atferd. Som forklart i teorikapitlet forteller denne studien oss at ungdom som ikke deltar i fritidsaktiviteter viser mer antisosial atferd. Det er altså mer kriminalitet, aggressiv oppførsel, alkohol og narkotikabruk, lovbrudd og skolefravall blant ungdommer som ikke deltar i organiserte fritidsaktiviteter (Mahoney & Stattin, 2000). Selv om antisosial atferd og anomi er to forskjellige begreper, omfavner de etter min tolkning mye av det samme ved at kriminalitet, aggressiv atferd, narkotikabruk, lovbrudd og skolefravall også er atferd som strider mot samfunnets normer i dagens samfunn. Videre forklarer dette enda en mulig sammenheng mellom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap, eller mangel på deltakelse og utenforskap, og viser hva potensielle konsekvenser av å ikke delta i organiserte fritidsaktiviteter og fellesskap kan innebære.

Utenforskapsrapporten (2020) forteller at syv av ti av dem som opplever utenforskap også har psykiske helseplager, og de fleste forteller om dette som en konsekvens av utenforskap. I forhold til deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, kan man også se en sammenheng mellom dette i Gadermann et al. (2019). For på samme måte som at studien viser at deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter bidrar til bedre psykisk helse hos ungdom, kan man også se at

dem som ikke deltar viser dårligere psykisk helse (Gaderman et al., 2019). Ved å se på organiserte fritidsaktiviteter som en arena for fellesskap, og at mangel på deltakelse kan bidra til utenforskap, kan altså resultatene av denne studien bevise det ungdommene forteller om i Utenforskrapsrapporten (2020), nemlig at det å oppleve utenforskap også kan føre til psykiske helseplager hos ungdommer.

Vi kan her se at de potensielle konsekvensene av utenforskap for individet er mange. Og slik jeg har diskutert det med tanke på sammenhengen mellom organiserte fritidsaktiviteter og utenforskap, vil det også potensielt være mange konsekvenser av å ikke delta i organiserte fritidsaktiviteter for ungdom. Spesielt i forhold til at ungdomstiden er en periode med mye utvikling og endring både fysisk og psykisk, hvor man i utgangspunktet har stort behov for støtte, men samtidig beveger seg bort fra trygge rammer som familie, blir ungdommene i større grad avhengig av jevnaldrende og støtte fra dem for å utvikle seg i «riktig» retning etter samfunnets normer og forventninger. Men uten å delta i fellesskap, som organiserte fritidsaktiviteter kan gi, viser forskningen her (Mahoney & Stattin, 2000; VfB, 2020; Durkheim, 1964, 1984 sitert i Guneriussen, 2017; Poland, 2017) at dette er vanskelig. Istedenfor ønsket utvikling, kan det å stå utenfor heller bidra til uheldige konsekvenser som antisosial atferd, anomi og psykiske helseplager for ungdommer.

### 4.3 Organiserte fritidsaktiviteter og ensomhet

#### 4.3.1 Manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og ensomhet

Slik det ble beskrevet innledningsvis, kommer ensomhet av mindre sosial kontakt enn det en selv ønsker (Bakken, 2022; Tjora, 2021). I forhold til organiserte fritidsaktiviteter finner man sammenhengen til ensomhet i utenforskapet manglende deltakelse kan bidra til. Dette kan man se i Utenforskrapsrapporten (2020), som forteller at 95 prosent av dem som opplever utenforskap, og mangler venner av den grunn, er ensomme (VfB, 2020). Ungdommene i denne undersøkelsen forteller altså at ensomhet har en direkte sammenheng med utenforskap, og etter diskusjonen i forrige delkapittel, vet vi også at utenforskap hos ungdom blant annet kan komme av manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter.

Ensomhet i forhold til utenforskap og organiserte fritidsaktiviteter er også noe man også kan se i studien til Barbieri og Mercado (2022) om sosial distansering under koronapandemien. Her ble det funnet en sammenheng mellom manglende sosial interaksjon og ensomhet på grunn av den sosiale distanseringen som var nødvendig under pandemien. Også utenom

koronapandemien kan denne studien fortelle oss om sammenhengen mellom manglende sosial kontakt og ensomhet, noe Barbieri og Mercado (2022) forklarer ved at i manglende sosiale relasjoner, sosialt nettverk og tilhørighet som følge av distansering også kan påvirke ungdom i hverdagen ellers. Men istedenfor lovpålagte regler om at en ikke kan være med andre, kan en tenke seg at heller er årsaker som manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter som fører til distanseringen. Det å ikke delta i organiserte fritidsaktiviteter kan altså føre til utenforskap for ungdommer, noe som igjen kan føre til manglende sosiale relasjoner og tilknytning til samfunnet. Dersom sosiale relasjoner og tilknytning er noe ungdommen ønsker, og av den grunn savner, kan ungdommen oppleve ensomhet fordi han/hun ikke har sosial kontakt i den grad det er ønsket (Bakken, 2022; Barbieri & Mercado, 2022; Tjora, 2021).

Et litt annet perspektiv på ensomhet i forhold til organiserte fritidsaktiviteter kan man se i studien til Cassidy et al. (2011) som undersøkte forbindelsen mellom ensomhet hos ungdom og relasjoner til jevnaldrende. Av denne studien viser det seg også at personer med prososial atferd, atferd som samsvarer med samfunnets normer, personer som er sosialt akseptert og personer som har lik smak som andre jevnaldrende, er mindre ensomme (Cassidy et al., 2011). Som vi vet er denne sosialt aksepterte atferden, aksepten av jevnaldrende og lik smak, noe som kan skapes av fellesskap. Slik det har blitt diskutert, i lys av Tjora (2018), kan det å være en del av fellesskap bidra til en større grad av interaksjon og identifikasjon med andre personer i fellesskapet og på den måten bidra til utviklingen av «riktig» eller prososial atferd, i tillegg til følelsen av å være akseptert, være lik andre og ha lik smak.

På den ene siden kan ensomhet knyttes organiserte fritidsaktiviteter ved å se på mangel på deltakelse og sammenhengen mellom utenforskap og ensomhet, og på den andre siden kan man knytte det ved at ungdom er mindre ensomme når de deltar i organiserte fritidsaktiviteter ved å se på sammenhengen mellom ensomhet og fellesskap. Men i likhet med fellesskap og utenforskap, er det heller ikke slik at deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter er en garanti for å ikke føle ensomhet. Organiserte fritidsaktiviteter er ikke den eneste arenaen hvor ungdommer får sosial interaksjon og tilknytning til andre, og en kan også tenke seg at man ikke føler den sosiale kontakten en har behov for bare ved å delta i organiserte fritidsaktiviteter. Fremdeles kan det bidra til en redusert risiko for ensomhet hos ungdom ved at deltakelsen har muligheten til å gi den sosiale kontakten og tilknytningen til andre jevnaldrende ungdommer har behov for.

### 4.3.2 Ensomhet og konsekvenser for ungdom

Ensomhet handler om savnet av sosiale relasjoner, noe som kan oppleves utfordrende i seg selv. Også i forhold til ensomhet blir ungdom beskrevet som en spesielt sårbar gruppe (Grundstroem et al., 2022). I tillegg viser denne studien til Grundstroem et al. (2022) at ungdom som opplever ensomhet, også forteller om andre psykiske helseplager. Her blir psykiske helseplager som paralyserende følelser, angst, tomhet, skam og meningsløshet som fremhevet som de meste fremtredende (Grundstroem et al., 2022). Barbieri og Mercado (2022) viser også her en sammenheng mellom ensomhet og utvikling av psykiske helseplager som angst og depresjon. Som vi ser av disse studiene har ensomhet en direkte sammenheng med andre psykiske helseplager hos ungdom, og at de ofte er en konsekvens av ensomheten. Utenom fokus på psykiske helseplager, viser SSB (2021) også hvordan ensomhet henger sammen med hvor tilfredsstilt personer er med livet generelt. Denne undersøkelsen forteller at personer som opplever litt ensomhet er mindre fornøyd med livet i forhold til dem som ikke opplever ensomhet, og dem som opplever mye ensomhet i enda større grad er mindre tilfredsstilt med livet. Ensomhet kan altså føre til en generell misnøye med livet, uten at psykiske helseplager nødvendigvis er involvert (SSB, 2021)

Ensomhet kan på denne måten føre til ytterligere konsekvenser for ungdommen, men det er ikke slik at ensomhet må føre til psykiske helseplager. Poenget her er likevel at det å være ensom øker sannsynligheten for utviklingen av psykiske helseplager hos ungdom som blant annet paralyserende følelser, angst, tomhet, skam, meningsløshet og depresjon (Barbieri & Mercado, 2022; Grundstroem, 2021), og at personer også uten psykiske helseplager kan være mindre tilfredsstilt med livet som en følge av ensomhet (SSB, 2021).



## 5. Avslutning

Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter for ungdom er et fokusområde i dagens samfunn, noe man blant annet ser av den oppdaterte Fritidserklæringen fra 2022. Årsaker til dette har blitt fremhevet som det å være en del av fellesskap og redusere ensomhet. Hvordan dette henger sammen er det jeg i denne oppgaven forsøkt å se på gjennom en diskusjon av fellesskap, utenforskap og ensomhet, i forhold til organiserte fritidsaktiviteter og ungdom.

På grunn av interaksjonen, samholdet, identifikasjonen, det fysiske nærværet og kommunikasjonen som kan foregå mellom ungdom, kan organiserte fritidsaktiviteter potensielt være en viktig arena for ungdommers fellesskap. Dette kan også ha stor betydning ungdommer utvikling og psykiske helse. Ungdomsperioden er en periode med store endringer, hvor personer ønsker å passe inn og ikke være annerledes (Cassidy et al, 2011; Poland, 2017). I forhold til dette er fellesskap viktig for det kan bidra til denne følelsen av å passe inn og ikke være annerledes gjennom samholdet og identifikasjonen fellesskap kan føre til. Ungdommers utvikling, spesielt atferd og emosjonell utvikling, kan også påvirkes av fellesskap gjennom interaksjonen i fellesskapet.

Manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter kan på den andre siden bidra til utenforskap. Dette kommer av at ungdommen ikke interagerer med andre ungdommer i fellesskapet på de arenaene fellesskapet finner sted. Ungdommene har altså liten tilknytning til sosiale fellesskap, og kan av den grunn ha lite sosiale nettverk og føle at de ikke passer inn. I seg selv kan dette være vanskelig for ungdommer, spesielt når vi vet at det passe inn og ikke være annerledes er viktig for dem (Cassidy et al., 2011; Poland, 2017), men i tillegg kan det å stå utenfor også føre til anomi og psykiske helseplager som en følge av liten sosial regulering (Gadermann, 2019; Guneriussen, 2020; Mahoney & Stattin; 2000; Tjora, 2021; VfB, 2020).

En annen potensiell konsekvens av manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter er ensomhet. Sammenhengen mellom manglende deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og ensomhet forteller ungdommene om i Utenforskaprapporten (2020), og vises til i forskning (Barbieri & Mercado, 2022), og føres tilbake til at manglende sosial interaksjon og tilhørighet kan forårsake ensomhet hos ungdom. I forhold til antisosial atferd, viser Cassidy et al. (2011) at også dette kan føre til mer ensomhet blant ungdom, noe som kan henge sammen med at

personer som utvikler antisosial atferd ofte ikke er en del av fellesskap. Ensomheten kan også føre til andre konsekvenser, hvor forskning som Grundstroem et al (2022) og Barbieri og Mercado (2022) viser til paralyserende følelser, angst, tomhet, skam, meningsløshet og depresjon som de mest fremtredende, imens SSB (2021) viser til at ensomhet kan føre til en generell lite tilfredsstillelse med livet.

Organiserte fritidsaktiviteter kan altså være svært betydningsfullt for ungdom, ettersom det er en potensiell viktig arena for fellesskap og en arena for å ikke oppleve utenforskap og ensomhet. Betydningen av dette ligger i de potensielle fordelene fellesskap bringer, eller eventuelle konsekvensene utenforskap og ensomhet kan medføre. For ungdommene handler dette i stor grad om utviklingen av atferd og emosjonelle ferdigheter, i tillegg redusering av mulighetene for psykiske helseplager i en periode der personer er i stor utvikling og avhengigheten av jevnaldrende blir større.

## Referanseliste

- Andersen, P. L., Eriksen, I. M. & Seland, I. (2021) *Fritidsklubber i det lokale folkehelsearbeidet* (NOVA rapport 1/21) Velferdsforskningsinstituttet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/6507/NOVA-Rapport-1-2021%20.pdf?sequence=1>
- Bakken, A. (2022) *Ungdata 2022 – nasjonale resultater* (NOVA rapport 5/22) Velferdsforskningsinstituttet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3011548/NOVA-rapport-5-2022.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Barbieri, M. & Mercado, E. (2022) The impact of stay-at-home regulations on adolescents' feelings of loneliness and internalizing symptoms. *Journal of adolescence*, 7(94) 921-1046. <https://doi.org/10.1002/jad.12084>
- Cassidy, J., Dykas, M. J. & Woodhouse, S. S. (2011) Loneliness in peer relations in adolescence. *Social development*, 2(21) 273-293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>
- Dalland, O. (2020) *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.) Gyldendal
- Ellingsen, I. T & Levin, I. (2015) *Sosialt arbeid: En grunnbok* (1.utg.) Universitetsforlaget
- Gadermann et al. (2019) Benefits of extracurricular participation in early adolescence: associations with peer belonging and mental health. *Journal of youth and adolescence*, 48, 2255-2270. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01110-2>
- Grundstroem et al. (2022) Loneliness as experienced by adolescents and young adults: an explorative qualitative study. *International journal of youth and adolescence*, 1(27) 362-384. <https://doi.org/10.1080/02673843.2022.2109422>
- Guneriussen, W. (2020) Modernitet og modernitetskritikk i Emilé Durkheims sosiologi. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 4(4) 211-224. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2020-04-03>
- Mahoney, J. L. & Stattin, H. (2000) Leisure activities and adolescence antisocial behavior; the role of structure and social context. *Journal of adolescence*, 23(2) 113-127. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0302>
- NTNU (u.å.) Avanserte litteratursøk. Hentet: 4. april 2023 fra <https://i.ntnu.no/wiki/-/wiki/Norsk/Avanserte+litteraturs%C3%B8k>
- Poland, W. S. (2017) Outsiderness in human nature. *The psychoanalytic quarterly*, 81(4) 931-953. <https://doi.org/10.1002/j.2167-4086.2012.tb00630.x>
- Regjeringen (2022, 11. august) Fritidserklæringen. [https://www.regjeringen.no/contentassets/547fc860cfc1403d97e842a61024dc48/fritidserklaering\\_2022\\_uu.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/547fc860cfc1403d97e842a61024dc48/fritidserklaering_2022_uu.pdf)

Meld. St. 32 (2020-2021) *Ingen utenfor – en helhetlig politikk for å inkludere flere i arbeids- og samfunnsliv*. Arbeids- og inkluderingsdepartementet.

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-32-20202021/id2856870/?ch=1>

Rugkåsa, M. (2018) Etniske minoriteter og sosialt arbeid. Tidsskrift for velferdsforskning, 21(2) 180-185. <https://doi.org/10.18261/issn.2464-3076-2018-02-06>

SSB (2021, 7. mai) Blir vi stadig mer ensomme? <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/blir-vi-stadig-mer-ensomme>

Sæverot, A. M. (2017) Familien og fellesskapets betydning i skoleelevenes selvpresentasjoner. Nordisk tidsskrift for pedagogikk & kritikk, 3(1) 1-17. <https://doi.org/10.23865/ntpk.v3.574>

Tjora, A. (2021) Utenforskap. Store norske leksikon. Hentet 20. mars. 2023 fra <https://snl.no/utenforskap>

Tjora, A. (2018) *Hva er fellesskap?* (1. utg.) Universitetsforlaget

Voksne for barn (2020) *Det må ha vært min skyld: En rapport om utenforskap hos barn og unge*. Voksne for barn.

[https://vfb.no/content/uploads/2020/11/Utenforskapsrapport\\_sider\\_lavopplost.pdf](https://vfb.no/content/uploads/2020/11/Utenforskapsrapport_sider_lavopplost.pdf)

