

TABELRAPPORT

LITTERATURSTUDIET I 'DANMARK I BEVÆGELSE' MOTIVATION, MULIGHEDER OG SOCIAL BAGGRUND

Marlene Rosager Lund Pedersen, Jens Høyer-Kruse, Karsten Elmose-Østerlund,
Anne Faber Hansen, Lars Breum Christiansen, Thomas Bredahl,
Henriette Bondo Andersen & Mette Brandt Eriksen

2020:6

MOVEMENTS

Tabelrapport

Litteraturstudiet i ‘Danmark i Bevægelse’ *Motivation, muligheder og social baggrund*

Marlene Rosager Lund Pedersen, Jens Høyer-Kruse, Karsten Elmose-Østerlund,
Anne Faber Hansen, Lars Breum Christiansen, Thomas Bredahl, Henriette Bondo Andersen
& Mette Brandt Eriksen

Tabelrapport. Litteraturstudiet i ‘Danmark i Bevægelse’ - *Motivation, muligheder og social baggrund*

Marlene Rosager Lund Pedersen, Jens Høyer-Kruse, Karsten Elmose-Østerlund,
Anne Faber Hansen, Lars Breum Christiansen, Thomas Bredahl,
Henriette Bondo Andersen & Mette Brandt Eriksen

Marlene Rosager Lund Pedersen, Karsten Elmose-Østerlund, og Jens Høyer-Kruse
Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund,
Institut for Idræt og Biomekanik, SDU

Lars Breum Christiansen, Thomas Bredahl og Henriette Bondo Andersen
Forskningsenheden Active Living, Institut for Idræt og Biomekanik, SDU

Anne Faber Hansen og Mette Brandt Eriksen
Syddansk Universitetsbibliotek

Udgivet 2020
ISBN 978-87-94006-04-0 (pdf)

Serie: Movements, 2020:6
Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Getty Images/Mirko Pradelli/EyeEm



Indhold

| | |
|--|-----------|
| Litteraturstudiets formål og indhold | 5 |
| Litteraturstudiets metode | 6 |
| Litteraturstudiets søgestrategi | 6 |
| Kriterier for udvælgelse af artikler..... | 8 |
| Tabelrapport til forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse | 10 |
| Tabelrapport til forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse | 20 |
| Tabelrapport til forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse | 34 |
| Litteraturliste | 42 |

Litteraturstudiets formål og indhold

Litteraturstudiets formål var at kortlægge tidligere forskning i, hvad der har betydning for deltagelsen i fysisk bevægelse med henblik på at informere dataindsamlingen i projektet 'Danmark i Bevægelse' (herunder spørgeskema og interviews) samt at bidrage med indsigt, der kan kvalificere indsatser for at fremme befolkningens deltagelse i fysisk bevægelse.

Konkret blev der gennemført tre litteratursøgninger, som var litteraturstudiets tre forskningsspørgsmål, som havde det til fælles, at de beskæftigede sig med fysisk bevægelse i kombination med mindst to af følgende begreber: motivation, muligheder og social baggrund.

De tre forskningsspørgsmål var:

1. Hvilken rolle spiller *motivation* i kombination med *muligheder* for menneskers deltagelse i fysisk bevægelse?
2. Hvilken rolle spiller *motivation* i kombination med *social baggrund* for menneskers deltagelse i fysisk bevægelse?
3. Hvilken rolle spiller *muligheder* i kombination med *social baggrund* for menneskers deltagelse i fysisk bevægelse?

I tabel 1 ses en kortfattet oversigt over, hvordan begreberne blev defineret af forskningsgruppen, som forestod litteratursøgningen.

Tabel 1. Forskningsgruppens definition af litteratursøgningernes centrale begreber

| Begreb | Operationalisering |
|------------------|--|
| Fysisk bevægelse | Fysisk bevægelse blev operationaliseret så bredt som muligt gennem ord som sport, idræt, motion, fysisk aktivitet, træning og bevægelse. Desuden indgik fysisk inaktivitet i søgningen. |
| Motivation | Søgningen på motivation indeholdt både specifikke teorier fra motivationslitteraturen (fx 'selvbestemmelsesteorien' og 'den transteoretiske model'), men derudover indgik der i søgningen bredere begreber som motivation og motiver, dvs. faktorer der er fremmende for fysisk bevægelse, samt barrierer, dvs. faktorer der er hæmmende for fysisk bevægelse. |
| Muligheder | I søgningen på muligheder indgik søgeord relateret til idrætsfaciliteter, fx idræts- og svømmehaller, søgeord relateret til det omgivende miljø, fx grønne områder, cykelstier og fortove, samt søgeord relateret til organisatoriske rammer for fysisk bevægelse, fx idrætsforeninger. |
| Social baggrund | Søgningen på social baggrund indeholdt både generelle søgeord som social status og socioøkonomisk baggrund, men også søgning på bestemte grupper som etniske minoriteter og handicappede. |

Litteraturstudiets metode

Litteraturstudiets søgestrategi

Litteraturstudiet bestod af tre systematiske litteratursøgninger – én for hvert af de tre forskningsspørgsmål. De samme definitioner og søgeord for hhv. fysisk bevægelse, motivation, muligheder og social baggrund blev anvendt i de tre søgninger (se tabel 2). Litteratursøgninger blev udført i databaserne Scopus (Elsevier), SportDiscus (EBSCO), Global Health (EBSCO) og Sociological Abstracts (Proquest) til og med 1. november 2019.

Søgestrategien blev udført med de Boolske operatorer “AND” og “OR”, fx. ((Sport* W/2 participati*) OR (Physical W/2 activit*)) AND (Barrier* OR (Self W/2 determination W/2 theor*)) AND ((Education* W/2 background) OR (Ethnic W/2 minorit*) OR Handicap*). I samtlige databaser blev der desuden anvendt nærhedsoperatorer (fx Physical W/2 activit*), for at tillade afstand imellem de ønskede fritekstsøgeord, og for at tillade at ordene står i vilkårlig rækkefølge (i dette tilfælde tillades to ord mellem ”Physical” og ”Activity”). I de tre databaser, hvor der er et emneordsregister, er der uddover fritekstsøgningen foretaget emneordssøgning, (som vises ved ”DE” i SportDiscus og Global Health og ved ”MAINSUBJECT. EXACT” i Sociological Abstracts).

Hver af søgestrategierne er en kombination af de tre emneblokke, der beskrives i hvert forskningsspørgsmål. Nedenfor, i tabel 2, ses eksempler på søgeord og fraser fra de tre databaser.

Tabel 2. Eksempler på anvendte søgeord og -fraser fra de fire databaser

| Søgeblok Database | FYSISK BEVÆGELSE | MOTIVATION | MULIGHEDER | SOCIAL BAGGRUND |
|------------------------|--|---|---|--|
| Scopus | Fritekstsøgeord: Sport* W/2 participati* Physical W/2 exercis* Physical W/2 activit* | Fritekstsøgeord: Motivat* Unmotivat* Demotivat* Amotivat* Barrier* Self W/2 determination W/2 theor* Social W/2 cognitive W/2 theor* | Fritekstsøgeord: Sport* W/2 facilit* Sport* W/2 ground* sport* W/2 arena* Swimming W/2 pool* Leisure W/2 (centre* OR center*) Recreational W/2 facilit* | Fritekstsøgeord: Socioeconomic W/2 status Social W/2 class* Vulnerable W/2 group* Education* W/2 level* Education* W/2 background Ethnic W/2 minorit* Handicap* Disabilit* Disabled |
| SportDiscus | Emneord: DE "SPORTS participation" DE "SEDENTARY behavior" DE "SEDENTARY lifestyles" DE "SEDENTARY people" | Emneord: DE "MOTIVATION (psychology)" DE "TRANSTHEORETICAL model of change" | Emneord: Green N2 space* Sport* N2 infrastructure* Spatial N2 accessibilit* Recreational N2 park* Built N2 environment | Emneord: DE "MINORITIES in sports" DE "PEOPLE with disabilities" |
| | Fritekstsøgeord: (Sport* N2 participati*) (Physical N2 exercis*) (Active N2 living) (Active N2 transportati*) OR (Physical N2 inactivity) | Fritekstsøgeord: Motivat* Barrier* constraint* (Self N2 determination N2 theor*) (Social N2 cognitive N2 theor*) (Readiness N2 change*) | Fritekstsøgeord: (Sport* N2 facilit*) (leisure N2 center*) (Recreational N2 area*) (Green N2 space*) (Bicycl* N2 track*) | Fritekstsøgeord: (Socio N2 economic N2 status) (Social N2 class*) (Vulnerable N2 group*) (Education* N2 level*) (Education* N2 background) (Ethnic N2 minorit*) Handicap* Disabilit* Disabled |
| Global Health | Emneord: DE "sport" DE "physical activity" DE "active recreation" | Emneord: DE "motivation" | Emneord: DE "sports facilities" DE "sports centres" DE "sports grounds" | Emneord: DE "socioeconomic status" DE "social classes" DE "social status" DE "ethnic groups" DE "people with disabilities" |
| | Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus | Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus | Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus | Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus |
| Sociological Abstracts | Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXACT("Sports Participation") | Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Motivation") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Constraints") | Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Built Environment") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Recreational Facilities") | Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Socioeconomic Status") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Social Class") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Social Status") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Handicapped") |
| | Fritekstsøgeord: Sport* NEAR/2 participati*) (Physical NEAR/2 exercis*) (Active NEAR/2 living) (Active NEAR/2 transportati*) (Physical NEAR/2 inactivity) | Fritekstsøgeord: Motivat Barrier* constraint* (Self NEAR/2 determination NEAR/2 theor*) (Social NEAR/2 cognitive NEAR/2 theor*) | Fritekstsøgeord: (Sport* NEAR/2 facilit*) (sport* NEAR/2 arena*) (Leisure NEAR/2 centre*) (Bicycl* NEAR/2 track*) | Fritekstsøgeord: Socio NEAR/2 economic NEAR/2 status (Social NEAR/2 class*) (Vulnerable NEAR/2 group*) (Education* NEAR/2 level*) (Education* NEAR/2 background) (Ethnic NEAR/2 minorit*) Handicap* Disabilit* Disabled |

Note: Emneord er i SportDiscus og Global Health benævnt med DE, i Sociological Abstracts med MAINSUBJECT.EXACT. I Scopus ingen emneord. Nærhedsoperatorer i Scopus W/n, i SportDiscus og Global Health Nn, og i Sociological Abstracts NEAR/n.

Søgestrengen blev udarbejdet i samarbejde med to forskningsbibliotekarer med speciale i idræt og folkesundhed. Nedenfor ses i tabel 3, som eksempel, den anvendte søgestrategi til forskningsspørgsmål 1 i Scopus. De fulde søgestrategier kan rekviseres ved forespørgsel.

Tabel 3: Søgestrategi i Scopus

| | |
|-------------------------|--|
| Fysisk aktivitet | (Sport* W/2 participati*) OR (Physical W/2 exercis*) OR (Physical W/2 aktivit*) OR (Active W/2 living) OR (Active W/2 transportati*) OR (Physical W/2 inactivity) OR (Sedentary W/2 behavio?r*) OR (Sedentary W/2 lifestyle*) OR (Active W/2 lifestyle*) OR (Recreational W/2 sport*) |
| | AND |
| Motivation | Motivat* OR Motive* OR Unmotivat* OR Demotivat* OR Amotivat* OR Barrier* OR constraint* OR (Self W/2 determination W/2 theor*) OR (Social W/2 cognitive W/2 theor*) OR (Readiness W/2 change*) OR "Stage* of change" OR (Transtheoretical W/2 model*) OR (Health W/2 action W/2 process W/2 approach) OR (Motivational W/2 approach*) |
| | AND |
| Muligheder | (Sport* W/2 facilit*) OR (Sport* W/2 hall*) OR (Sport* W/2 ground*) OR (sport* W/2 arena*) OR gym OR gyms OR (Fitness W/2 center*) OR (fitness W/2 centre*) OR (Swimming W/2 pool*) OR (Leisure W/2 centre*) OR (leisure W/2 center*) OR (Recreational W/2 area*) OR (Green W/2 space*) OR (Sport* W/2 infrastructure*) OR (Spatial W/2 accessibilit*) OR (Recreational W/2 park*) OR (Built W/2 environment) OR (Physical W/2 environment) OR (Recreational W/2 facility*) OR (Neighbo?rhood* W/2 open W/2 space*) OR (Bicycl* W/2 path*) OR (Walk* W/2 path*) OR (Bicycl* W/2 trail*) OR (Walk* W/2 trail*) OR (Bicycl* W/2 lane*) OR (Pedestrian* W/2 facilit*) OR (Bicycl* W/2 facilit*) OR (Side W/2 walk*) OR (Sport* W/2 club*) OR (Bicycl* W/2 track*) |

Kriterier for udvælgelse af artikler

Studietyper

Søgningerne blev afgrænset til fagfællebedømte videnskabelige artikler. Som udgangspunkt selekterede vi ikke på studietyper, men der var enkelte undtagelser, som fx studieprotokoller, som blev ekskluderet.

Lande

Som udgangspunkt inkluderede vi udelukkende artikler, der baserede sig på studier fra en Europæisk kontekst samt fra lande i Oceanien og Nordamerika. Bemærk dog at nogle af artiklerne kan have forfattere fra andre lande end de nævnte, men at disse baserede sig på data fra lande, der som udgangspunkt inkluderede fx systematiske reviews. Derfor sorterede vi ikke alene på forfatternes nationalitet/lokalitet.

Artiklernes formål og forskningsspørgsmål

Det væsentligste kriterie for inklusion af artiklerne var deres formål og forskningsspørgsmåls relevans ift. de tre forskningsspørgsmål, der var opstillet, og ift. vores studie, Danmark i Bevægelse. Således kunne en artikel med et meget relevant formål eller forskningsspørgsmål blive inkluderet, selvom den fx afrapporterede resultater fra et studie på en relativ smal studiepopulation. Således kunne man ikke se de nedenstående in- og eksklusionskriterier i sorteringsprocessen løsrevet fra artiklernes formål eller forskningsspørgsmål. Vurdering om inklusion og eksklusion beroede derfor på en helhedsvurdering.

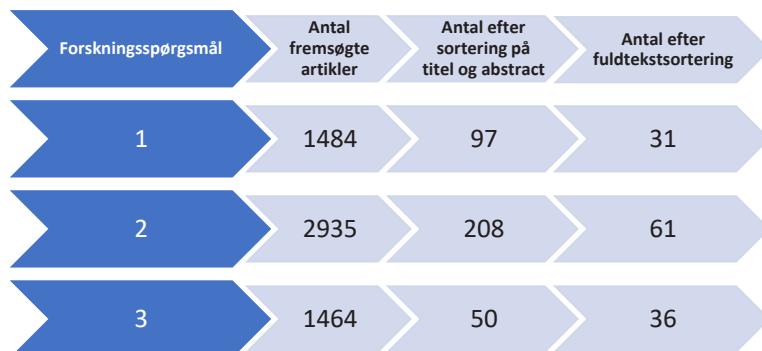
Litteraturstudiets in- og eksklusionskriterier ift. litteratursøgnings centrale begreber: fysisk bevægelse, motivation, muligheder og social baggrund, fremgår af nedenstående tabel 4.

Tabel 4: Litteratursøgningens in- og eksklusionskriterier ift. studiets centrale begreber: fysisk bevægelse, motivation, muligheder og social baggrund

| | Inklusionskriterier | Eksklusionskriterier |
|-------------------------|---|---|
| Fysisk bevægelse | Som udgangspunkt er alle former for fysisk bevægelse relevante, da vi har et bredt fokus herpå. Studier af brede fysiske aktiviteter (fx gåture, løb, mv.) blev inkluderet | Studier af meget smalle aktiviteter blev ekskluderet (fx hanggliding, parkour, stand-up paddle, netball, mv.) |
| Motivation | Studier af motivation i en bred forstand med fokus på såvel motiver som barrierer for fysisk bevægelse blev inkluderet | |
| Muligheder | Studier af muligheder i bred forstand, men med særlig fokus på betydningen af idrætsfaciliteter, organisationsformer, bebyggede og grønne områder, herunder deres (oplevede) kvalitet og nærhed for fysisk bevægelse blev inkluderet | |
| Social baggrund | Køn: Specifikke studier af mænd og kvinder blev inkluderet Alder: Studier med voksne (15+ år) blev inkluderet. Social status: Studier af forskellige indkomstgrupper, uddannelses-niveau, og lign. blev inkluderet Handicap/funktionsnedsættelse: Studier af brede grupper med handicap inkluderes (fx fysisk eller psykisk handicap i bred forstand og funktionsnedsættelser i bred forstand) blev inkluderet Etnisk minoritetsbaggrund: Studier af flygtninge, indvandrere, etniske minoriteter i bred forstand blev inkluderet. Typerne af etniske minoriteter skal have relevans for danske forhold. | Handicap/funktionsnedsættelse: Studier af smålle grupper blev ekskluderet (fx senhjerneskadede, folk med sklerose, blinde, kørestolsbrugere mv.) Etnisk minoritetsbaggrund: Studier af smålle og i en dansk kontekst mindre relevante grupper blev ekskluderet (fx Romaer, polske indvandrere i Tyskland, aborigines, afroamerikanere mv.) |

De tre litteratursøgninger resulterede i 128 inkluderede artikler fordelt på hhv. 31, 61 og 36 artikler for hvert af de tre forskningsspørgsmål. Disse artikler indgår i denne tabelrapport, men sammenlagt er knap 6.000 artikler blevet screenet som en del af litteraturstudiet. Figur 1 præsenterer et overblik over sorteringsprocessen for hver af de tre litteratursøgninger.

Figur 1. Sorteringsprocessen for hver af de tre litteratursøgninger



De følgende tre afsnit præsenterer de inkluderede studier i litteraturstudiet i tabelrapportform for hvert forskningsspørgsmål.

Tabelrapport til forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

Kort om artiklerne

De 31 inkluderede artikler beskæftigede sig med betydningen af motivation i kombination med muligheder for fysisk bevægelse. Flere af studierne undersøgte ligheder og forskelle i motivation for fysisk bevægelse blandt personer med ensartet og forskellig social baggrund. Derudover varierede artiklerne i deres tilgang til motivation, hvor mange studier kombinerede motiver og barrierer i en samlet analyse, mens andre alene undersøgte motiver eller barrierer for fysisk bevægelse. I nedenstående tabel ses de 31 inkluderede artikler.

Tabelrapport

Tabel 5: Tabelrapport til forskningsspørgsmål 1: Hvilke sammenhænge er der mellem menneskers muligheder i deres omgivelser og motivation for fysisk bevægelse?

| Forfatter(e), titel, år | Land(e) | Studietype og metode | Målgruppe(r) | Formål og variabelkategorier | Vigtigste resultater og budskaber |
|---|--------------|--|-----------------------|---|--|
| Abiliso, C.G., et al., <i>Built environment and psychosocial factors associated with trail proximity and use.</i> American Journal of Health Behavior, 2007 | USA | Tværsnitstudie, spørgeskema og telefoninterviews (n=788) | Voksne | Undersøger sammenhængen mellem lokalområdets bebyggede miljø, psyko-sociale faktorer og subjektivt og objektivt vurderet tilgængelighed og brug af lokale stier | Dette studie fremhæver at både lokalmiljøet (manglende lys, fortov, faciliteter og andre motionister) samt psykosociale forhold (manglende tid og energi) påvirker den opfattede tilgængelighed af lokale stier og derved bestemningen om at bruge lokale stier. På begivenheden af dette studie fund arbejdes det at vurdering af stiers tilgængelighed/nærværdi vurderes ud fra en kombination af både objektive og subjektive mål |
| Baert, V., et al., <i>Motivators and barriers for physical activity in the oldest old: A systematic review.</i> Ageing Research Reviews, 2011 | Fleste lande | Systematisk Review. 623 studier blev fundet og 44 studier blev inkludert. Eksklusionskriterier: Hvis information specifikt omkring individer >79 var udeladt. | De ældste ældre (80+) | At belyse motiver og barrierer for fysisk bevægelse hos de ældste gamle (80+) | Intrapersonelle faktorer: Motiver: Fysisk sundhed, vægtkontrol, fysiske effekter, smertereduktion, fornøjelse. Barrierer: Manglende fysisk sundhed, sydom, overvægt, dårlig balance, muskelsvaghed, frygt for at falde, frygt for skader eller smært, frygt for at gå ud om aftenen, mangel på tid, mangel på interesse. Interpersonelle faktorer: Motiver: Social støtte fra ægtemænd. Barrierer: Mangel på en træningsmasker, social modstand, at være optaget ved at tage sig af andre Andre: Motiver: Indholdet i træningsprogrammet, høj komplikation, økonomi, tidsmæssig placering af træningen Barrierer: Indholdet i træningsprogrammet, høj komplikation, økonomi, tidsmæssig placering af træningen |

Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

| | | | | |
|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---|--|
| Banana, A., S. Tessier, and A. Vuillemin, <i>Association of perceived environment with meeting public health recommendations for physical activity in seven European countries</i> . Journal of Public Health, 2008 | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=4.231) | Voksne, 18+år | Undersøger sammenhængen mellem at leve op til anbefalingerne for fysisk bevægelse og hvordan man oplever lokalområdet | Det ses en tendens til, at folk der oplever at være motivet af deres sociale miljø og som observerer muligheder for fysisk bevægelse i deres lokalområde i højere grad lever op til anbefalingerne for fysisk bevægelse end dem der ikke er motiveret eller ser ingen muligheder i deres lokale miljø. |
| Bauman, A.E., et al., <i>Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?</i> Lancet (British edition), 2012 | Flere lande | Review | 16 systematiske review indgår i studiet | Folk der oplever stor social støtte fra deres arbejdspads eller skole har større sandsynlighed for at leve op til anbefalingerne for fysisk bevægelse. Motivation fra lokale myndigheder, lokale sportsklubber eller andre i lokalmiljøet viste ingen effekt på levetilstand. |
| Calogiuri, G. and L.R. Elliott, <i>Why do people exercise in natural environments? Norwegian adults' motives for nature-, gym- and sports-based exercise</i> . International Journal of Environmental Research and Public Health, 2017 | Norge | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=2.168) | Voksne | Undersøger hvad der motiverer til fysisk aktivitet i naturen. Kun overgået at bekymmelsesniveauet. Folk der motionerer udandørs motiveres dog mere af bekymmelsesniveauet end folk der motionerer i centret og sportsklubber. Disse udøvere motiveres mere af fysisk sundhed og at være social sammen med andre |
| Calogliuri, G. and S. Chroni, <i>The impact of the natural environment on the promotion of active living: An integrative systematic review</i> . BMC Public Health, 2014 | Flere lande | Review 90 udvalgt studier | Unge, voksne og ældre | At op leve naturen var et meget vigtigt motiv for at være aktiv, især for ældre og dem der udøver instrumentelle fysiske bevægelser. Kun overgået at bekymmelsesniveauet. Folk der motionerer udandørs motiveres dog mere af bekymmelsesniveauet end folk der motionerer i centret og sportsklubber. Disse udøvere motiveres mere af fysisk sundhed og at være social sammen med andre |
| | | | | De fleste studier viser, at graden af tilgængelig natur i lokalområdet er associeret med fysisk bevægelse, men effekts størrelsen varierer meget og enkelte viser ingen effekt. Positive erfaringer med fysisk bevægelse kan forbade holdningen til fysisk bevægelse og oplevet adfærdskontrol hvilket kan føre til stærkere intentioner om at leve bevægelse. Motivationen for fysisk bevægelse i naturen påvirkes både af individuelle barriere samt barriere i den tilgængelige natur. |
| | | | | Individuelle barriere for at være i naturen: - Manglende tid, dårligt helbred - Tilgængelighed af natur har en positiv effekt på at være aktiv, især for yngre og ældre men dette synes også at være påvirket af oplevet tryghed. Oplevet tryghed er en vigtig faktor der påvirker brug af natur og fysiske bevægelser i de fleste studier. - Den subjektive oplevelse af nærmiljøet er en stærk prædiktor for fysiske bevægelser |

| | | |
|---|---|--|
| <p>Carlson, J.A., et al., <i>Interactions between psychosocial and built environment factors in explaining older adults' physical activity</i>, Preventive Medicine, 2012</p> <p>USA</p> <p>Tværsnitstudie, spørgeskema (n = 718 ældre) (Studiet trækker på data fra "The Senior Neighborhood Quality of Life Study (SNQLS)" der blev gennemført i Baltimore, Maryland-Washington, DC og Seattle-King County, Washington regions fra 2005–2008)</p> | <p>Voksne ældre</p> <p>Social støtte, Self-efficacy, og barrierer viste en sammenhæng med barrierer i forklaringen af total moderat til høj fysisk bevægelse. Gangfaciliteter viste en sammenhæng med Self-efficacy ift. "gang fridten". Sammenfattende viser studiet at det er levet i et støttende miljø (vs. ikke-støttende) var relateret til 30-59 minutter mere fysisk aktivitet i dag (at leve i et støttende miljø (vs. ikke-støttende) var relateret til 0-28 mere min / uge) for deltagere med mindre positive psykosociale egenskaber. Resultatene understøtter sammenhængen imellem det byggede miljø og psykosociale faktorer ift. at forklare fysisk bevægelse hos ældre voksne</p> | <p>At analysere sammenhængen imellem psykosociale og miljømæssige faktorer relateret til fysisk aktivitet hos 719 ældre voksne i Baltimore, Maryland og Seattle, USA.</p> <p>Følgende parametre blev målt:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gangbarhed, adgang til parker og faciliteter, moderat til kraftig fysisk aktivitet i kvartaler, værelser, faciliteter, social støtte, barrierer, transport <p>Opfatelsen af de fysiske omgivelsernes æstetik og praktiske forhold er associeret med "stage of change" og reel gå-adfærd. Studiet viste at dem der overvejede at gå var mere negative overfor deres fysiske omgivelser end dem der gik i mere end to timer ugentligt.</p> <p>Undersøger sammenhængen mellem "stages of change" for fysisk bevægelse og oplevelsen af det fysiske miljø</p> <p>Undersøger associerede med interesse og fysisk bevægelse et for individuelle og miljømæssige variabler</p> <p>Voksne, fra Belgien, Frankrig, Ungarn, Holland og Storbritannien)</p> <p>Voksne, fra Belgien, Frankrig, Ungarn, Holland og UK</p> <p>Tværsnitstudie, spørgeskema (International Physical Activity and Questionnaire - IPAQ), (n=2.014)</p> <p>Hvordan brugere af forskellige settings er forskellige i relation til "Målsætning" samt "Målsætning" samt "Sociodemografiske og sportsligt relaterede karakteristika". Samt, hvordan sammenhængen imellem motivation og målsætning potentielt er forskellig imellem deltagere i fysisk bevægelse i forskellige settings.</p> |
| <p>Carnegie, M.A., et al., <i>Perceptions of the physical environment, stage of change for physical activity, and walking among Australian adults</i>. Research Quarterly for Exercise and Sport, 2002</p> | <p>Australien</p> <p>Tværsnitstudie, spørgeskema</p> | <p>Voksne, 40-60 år</p> <p>Undersøger sammenhængen mellem "stages of change" for fysisk bevægelse og oplevelsen af det fysiske miljø</p> <p>Interessen for fysisk bevægelse er en vigtig faktor for selvrapporterede fysisk bevægelser selv når der justeres for potentielle konfundere så som optalte barrierer for fysisk bevægelse, strukturer i de fysiske omgivelser, livsstil, selvurderet helbred, BMI og demografi. Det er således vigtigt, at man i fremtidige studier undersøger årsagen til den manglende interesse for fysisk bevægelse og måder hvorpå interesse og værdi af fysiske bevægelser kan fremmes for særlige grupper og på et betolkningsniveau</p> |
| <p>Carrasco, E.V., et al., <i>Lack of interest in physical activity – individual and environmental attributes in adults across Europe: The SPOTLIGHT project</i>, Preventive Medicine, 2018</p> | <p>5 lande fra Europa (Belgien, Frankrig, Ungarn, Holland og Storbritannien)</p> | <p>Undersøger associerede med interesse og fysisk bevægelse et for kontrolleret for individuelle og miljømæssige variabler</p> <p>Studiet undersøger: Hvordan brugere af forskellige settings er forskellige i relation til "Målsætning" ud fra SDT" "Målsætning" samt "Sociodemografiske og sportsligt relaterede karakteristika". Samt, hvordan sammenhængen imellem motivation og målsætning potentielt er forskellig imellem deltagere i fysisk bevægelse i forskellige settings.</p> |
| <p>Deelen, I., D. Ettema, and C.B.M. Kamphuis, <i>Sports participation in sport clubs, gyms or public spaces: How users of different sports settings differ in their motivations, goals, and sports frequency</i>, PLoS ONE, 2018</p> | <p>Holland</p> <p>Tværsnitstudie, data blev indsamlet via et online spørgeskema hos voksne hollændere (18±80 år (N = 910)). Der blev lavet regressionsanalyser</p> | <p>Studiet undersøger: Hvordan brugere af forskellige settings er forskellige i relation til "Målsætning" ud fra SDT" "Målsætning" samt "Sociodemografiske og sportsligt relaterede karakteristika". Samt, hvordan sammenhængen imellem motivation og målsætning potentielt er forskellig imellem deltagere i fysisk bevægelse i forskellige settings.</p> |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| <p>Downward, P., F. Lera-Lopez, and S. Ras-cle. <i>The correlates of sports participation in Europe</i>. European Journal of Sport Science, 2014.</p> | <p>Fleste lande i EU</p> <p>Kvalitativt studie, interview</p> | <p>The database used in this paper is Euro-barometer 72.3 (European Commission, 2010), capturing data in October 2009. It covers the population of EU member states of at least 15 years and older (N = 26,788) based on a multistage random sample design, with face-to-face interviews at home in the appropriate national language</p> | <p>Undersøger hvad der påvirker sportspart-tagelse. Ud over at undersøge almindelige socio-demografiske, økonomiske og livsstilsfaktorer, fokuserer artikler også på virkningen af motiverende faktorer samt tilgængeligheden af sportsinfrastruktur og støtte fra regeringen</p> | <p>Beslutningen om at deltage og frekvensen i at deltage i sport er påvirket af forskellige faktorer for mænd og kvinder. Kvinder påvirkes af behovet for at øge selvtiliden hvor mænd påvirkes af ønsket om at indgå i et socialt fællesskab. Udbyd af sportsfaciliteter synes at have større betydning for mænds sports deltagelse hvormod antal af børn i familien i højere grad påvirker kvindernes deltagelse i sport</p> |
| <p>Engbers, L.H. and I.J.M. Hendriksen, <i>Characteristics of a population of commuter cyclists in the Netherlands: Perceived barriers and facilitators in the personal, social and physical environment</i>. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2010</p> | <p>Holland</p> <p>Tværsnitstudie, spørgeskema (n=799), besvarelsesprocent 39,6 %</p> | <p>Hollandske arbejdere, gns. Alder 41 år, 50 % kvinder</p> | <p>Undersøge oplevede barrierer og facilitatorer for cyklister i ikke cyklister og personlige faktorer, der er associeret til at cykle på arbejde</p> | <p>Barrierer for at cykle på arbejde er oplevet afstand og rejsestid. De typiske barriere for folk, der ikke cykler er at man er svædt når man møder på arbejde, vejret og rejsetiden. Millømæssige faktorer var positivt relateret til hyppigere og mere bekym pendling på cykel men kun for folk der allerede cyklede.</p> <p>Motiver for at cykle på arbejde er at bo tæt på arbejdspladsen, sundheds fordele og at få trænet nok. Facilitorer ofte nævnt i forbindelse med at cykle på arbejde: bedre og flere cykelstier, firmacycler, mere støtte ledelsen, cykle sammen med andre, cykelstativer, badeforhold på arbejdspladsen.</p> |
| <p>Eyler, A.A. and J.R. Vest, <i>Environmental and policy factors related to physical activity in rural white women</i>. Women & Health, 2002</p> | <p>USA</p> <p>Kvalitativt studie, 6 fokusgruppe-interviews (n=33)</p> | <p>Kvinder, 20-50 år</p> | <p>Identificerer miljø-mæssige og politiske determinanter for fysisk bevægelse for kvinder i landområderne</p> | <p>Social support i forhold til at have en træningspartner og gøre træningen mere social var vigtigt for kvinderne. Desuden var det vigtig med støtte fra familie og venner i forhold til at lave fysisk bevægelse og også det at familien og vennerne selv var determinante for motivet.</p> <p>Af barrierer nævnte kvinderne skyld. Skyld over at tiden skulle gå til fysiske bevægelser og dem selv, når de følte de havde mange andre ting de kunne gøre og at tiden gik fra familien.</p> <p>Barrierer i omgivelserne var nævnt: manglende fortov, dårlig belægning, at bo ud til trafikerede veje med lastbiler, dårlig sikkerhed, manglende lys, frygt for at træne allein. Farre muligheder for fysisk aktivitet og at muligheder lå for langt væk blev nedsat af kvinder der boede på landet</p> |
| <p>Gay, J.L., R.P. Saunders, and M. Dowda, <i>The relationship of physical activity and the built environment within the context of self-determination theory</i>. Annals of Behavioral Medicine, 2011</p> | <p>USA</p> | <p>Voksne fra 4 byer, der var deltagende i et vægtabsprogram (N=477). 72,1% var hvide, og 85,9% kvinder. Udfyldte et spørgeskema vedrørende nuværende niveau af fysisk beægelse, oplevelsen af deres nabøleg og desuden oplevelsen af autonomi, kompetence og tillørsforhold</p> | <p>Studiet viser signifikante effekter for interaktionen mellem nabølagets karakteristika og de tre psykologiske behov fra SDT. Desuden viser studiet en signifikant sammenhæng mellem tilgængelighed/bekvemmelighed for nabølaget og oplevelsen af kompetence og tillørsforhold hos deltagerne.</p> <p>Det betyder, at der er en sammenhæng mellem opfyldelsen af de tre psykologiske behov og deltagelsens fysisk bevægelse er større for de borgere, der har en bedre opfattelse af bekvemmelighed og tilgængelighed i nabølaget.</p> <p>Studiet indikerer, at sammenhængen mellem fysisk bevægelse og (autonomi, tillørsforhold og kompetence) er forsælligt afhængigt af, hvorvidt man vurderer tilgængeligheden og bekvemmeligheden i relation til bevægelsesmuligheder i nabølaget højt eller lavt</p> | <p>Studiets målsætning er at analysere de modværende effekter af: "Bekvemmelighed" - "Tilgængelighed" - "Faciliteter på førturkne steder" - "Kriminalitet / sikkerhed / tryghed" samt "karakteristika i beboelsesområdet" på tilfredsstillelsen af de psykologiske grundbetingninger i SDT (autonomi, kompetence og tillørsforhold).</p> |

| | | | | | |
|---|------------|---|--|---|--|
| Giles-Corti, B. and R.J. Donovan, <i>The relative influence of individual, social and physical environment determinants of physical activity</i> . Social Science & Medicine, 2002 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1803 deltager), 52,9 % af de kontaktede deltog i fritiden | Almindeligt sunde arbejdende voksne samt hjemmegående, 18-59 år | At undersøge den relative indflydelse fra det sociale miljø, det fysiske miljø samt individuelle faktorer på fysisk bevægelse i fritiden | <p>Resultaterne viser, at de fysiske omgivelser direkte indflyder på individets adfærd var mindre end indflydelsen fra determinanter relateret til individet og de sociale omgivelser. Uddannelse og indkomst var bestemmende for fysisk bevægelse. Brugen af "Open Public spaces" var mere fysivmme for at stand end sports aktiviteter som f.eks. haller, golfanlæg. Generelt blev et vist at brugen af faciliteter faldt ved øget begrænsning i adgang. Sikkerhed og tryghed på "Open Public Spaces" har betydning for brugen. Generelt viser resultaterne at brugen af faciliteter afhænger af atstand, nem adgang og et støttende miljø (socialt). "Social support" er afgørende for at være tilstrækkelig fysisk aktivitet.</p> <p>Overordnet viser studiet, at 5 fysiske faktorer har afgørende betydning for et øget niveau af fysisk bevægelse hos voksne i alderen 18-59, der er i arbejde eller er hjemmehørende.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Perceived Behavioural control (TPB) 2) Behavioural skills (færdigheder i relation til den givne adfærd / aktivitet) 3) Behavioural intention (TPB) 4) Opportunity / encouraging fysiske miljø 5) Støttende social miljø |
| Heesch, K.C., S. Sahliqvist, and J. Gairard, <i>Gender differences in recreational and transport cycling: a cross-sectional mixed-methods comparison of cycling patterns, motivators, and constraints</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2012 | Australien | Tværsnitstudie, mixede metoder. Online spørgeskema, Kvalitative open ended spørsgsmål i sporstestspørgsmål (besparelsesspørgsmål) n=1.861. Kvinder udgjorde 29% af deltagerne | Voksne (13+), 1861 cyklister der var medlem af en kommunal cyklistforening | At undersøge kvinder og mænds motiver og barrierer for at anvende cykling som transport og som fritidsaktivitet | <p>Begge kan beskrive personlige faktorer som sundhed og fysisk form, atslapning, at reducere stress, at inkludere fysisk aktivitet ind i en travl hverdag og fornøjelse. Kvinder beskriver i højere grad end mænd at sjov og fornøjelse, at få fysisk aktivitet ind i en travl hverdag, samtidig at få frisk luft er mættende faktorer. Kvinder beskrev også faktorer sociale og miljømæssige faktorer som aftagende. Både mænd og kvinder tillægger det sociale aspekt i aktiviteten stor værdi.</p> <p>Barrierer for at cykle var hos begge køn og hos både "cykling som rekreation" og "cykling som transport" og "cykling som "rekreation"" miljømæssige faktorer som trafik, bilos, bilst aggression og sikkerhed. Kvinder rapporterede flere barrierer end mænd som eksempelvis "andre miljøfaktorer" og "personlige faktorer". Yderligere rapporterede kvinder mere end mænd at afstand til mål, "kø miljøtak til cykel med på transportmidler", som barrierer.</p> <p>Mænd var mere tilbøjelige til at cykle i fritiden og som transport end kvinder og mænd cyklede også over længere distancer. Sikkerhed og cykelstier var afgørende for om både kvinder og mænd cyklede. Kvinder var mere tilbøjelige til at cykle "off-road" end mænd. Mænd var mere tilbøjelige til at cykle "on-road" end kvinder". Kvinder var mere tilbøjelige til at cykle på stier kun dedikeret til cykler og ikke biler.</p> |
| Ige-Eleebde, J., et al., <i>Barriers and facilitators of physical activity among adults and older adults from black and minority ethnic groups in the UK: A systematic review of quantitative studies</i> . Preventive Medicine Reports, 2019 | England | Systematisk review af kvalitative studier. Studier fra 2007-2017 og kun fra UK, 10 studier blev inkluderet | Voksne og ældre fra sorte og etniske minoriteter i England (50+år) | Studiets formål er at lave en synetise af kvantitative studier ved at bruge en meta-ethnografisk tilgang til at analysere barriererne og mulighederne for fysisk bevægelse hos voksne og ældre fra etniske minoriteter i UK | <p>Seks grundlæggende temaer blev fundet som forudsætning for fysisk bevægelse hos den udvalgte gruppe.</p> <p>"Opmærksomhed på sammenhængen imellem fysisk bevægelse og sundhed" En større viden om dette førte til en større interaktion og samarbejde med sundhedsprofessionelle". Generelt blev informationen og interaktionen med de sundhedsprofessionelle betragtet som mangelfuld. En øget kontakt og mere præcis information kunne være en fordel ift. fysisk aktivitet.</p> <p>"Kulturelle forventninger" der er en forventning om, at kvinder passer familien og er derhjemme. Derfor er det en barriere idet de ikke giver kvinder en mulighed for at være fysisk aktiv uden for hjemmet.</p> <p>"Sociale forpligtelser" Disse blev opfattet som barrierer idet der generelt disse samfund er en klar forventning om at de familære forpligtelser gør forud for fysisk bevægelse. Desuden er bekledning, flere af disse samfund en barriere idet en særlig form for bekledning er påkøret og det er ikke passende med sportstøj.</p> <p>"Et passende tilfældsstillende miljø til at kunne leve fysisk bevægelse". Det var en barriere, at der ikke var tilstrækkeligt med områder/faciliteter, som var religiøst og kulturnært tilpasset til fysisk bevægelse til f.eks. kvinder fra disse etniske minoriteter.</p> <p>"Religious fatalism" – Generelt blev religiøs (især islam) strenghed betragtet som en barriere idet religionen især i Islam ikke betragtede fysisk bevægelse som nødvendigt og godt især hos kvinder).</p> <p>"Praktiske udfordringer". Tid er en udfordring idet hjemmet og familien kommer først i prioritieringsrækken. Desuden blev "spørgelige udfordringer" nævnt som barrierer</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Jaarsma, E.A., et al., <i>Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review</i>. Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 2014.</p> | <p>Flere lande</p> <p>Systematisk review. Inklusionskriterierne var artikler med fokus på mennesker med fysiske handicaps, sport, barrierer og facilitatorer. Ekstrakisionskriteriene var artikler kun ned fokus på kognitive handicaps, nerveforsyrelsen og handicaps relateret til nylige organtransplantationer eller lignende tilstande. Ud fra 4979 studier blev 52 artikler blev inkluderet. De var publiceret imellem 1988 og 2011</p> | <p>Fysiske handicap – andre end amputitioner og skader på rygsøjlen. Gennemsnitsalderen var 36,1 år, med et range fra 9-90 år</p> <p>Voksne: Facilitatorer: Personlige faktorer: Spovt, sundhed, fysisk form og målsætning. Barrierer: Personlige faktorer: Handicappet, sundhed, mangel på energi og følelsen af at være udmattet. Miljømæssige faktorer: Mangel på aktivitetsmuligheder, faciliteter, transport, tilgængelighed, mangel på information omkring aktivitetsstibud, økonomi.</p> |
| | <p>Keegan, R., et al., <i>Auditing the socio-environmental determinants of motivation towards physical activity or sedentariness in work-aged adults: A qualitative study</i>. BMC Public Health, 2016</p> | <p>England</p> <p>Kvalitativ studie [5 semistrukturerede interviews]</p> <p>Formålet var at identificere hvilke sociale og miljømæssige faktorer, der motiverede til fysisk bevægelse regeringen, medier og sociale medier, kulturelle normer, fysisk miljø, selskende, arbejdsgivere, familien, børnebørn, venner, arbejdskollegaer, naboer, fremmede, holdkammerater, instruktører, sundhedsprofessionelle, arbejdsgivere.</p> <p>Generelt blev der identificeret 5 generelle temaer:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Kompetence og frengang 2) Uformelle påvirkninger 3) Fællesmæssige påvirkninger 4) Pragmatik og logistik 5) Relationer <p>Det blev fundet at de samme forhold oftest både kunne motivere og demotivere til fysisk bevægelse</p> |

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>Kelly, S., et al., <i>Barriers and facilitators to the uptake and maintenance of healthy behaviours by people at mid-life: A rapid systematic review</i>. PLoS ONE, 2016</p> | <p>Rapid systematisk review. Fra 16.426 titler blev der udvalgt 28 kvalitative studier, 11 longitudinale cohorte studier og 46 systematiske reviews</p> <p>Megnet blandet. Primært fra "Udviklede lande"</p> | <p>Voksne i "middelalderen" 40-64 år</p> <p>At analysere barrierer og facilitatorer i relation til sundhedsadfærd indenfor følgende kategorier:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fysisk bevægelse eller inaktivitet - Vægttab - Rygning - Alkohol | <p>Studiet fandt resultater relateret til fysisk bevægelse, kost, rygning, alkohol. Resultatene blev grupperet i 6 kategorier:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Sundhed og livskvalitet 2) Sociokulurelle faktorer 3) Det fysiske miljø 4) Tilgængelighed til det fysiske miljø 5) Psykologiske faktorer 6) Evidens relateret til uilibighed i sundhed <p>Facilitatorer, der går igennem forskellig sundhedsadfærd:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Mangel på tid (på grund af familie, husholdning og arbejdsmæssige forpligtelser) 2) Sundhedsfordelte (inklusiv en sund alderdom) 3) Social støtte 4) Klare beskeder og information 5) Integration af adfærd i den almindelige livsstil <p>Der blev identificeret specifikke forhold relateret til population og kultur i relation til "uilibighed i sundhed"</p> <p>Generelt i forhold til fysisk bevægelse viste studiet:</p> <p>"Sundhed og velvære".</p> <p>Facilitatorer: Forbedret følelse af "velvære". Energi og positive følelser. Sundhedsforbedringer generelt. Angst for sygdom. Ønsket om en sund alderdom. Vægttab, kropsbilleder og fysisk fremtoning, fornøjelse ved aktiviteten, tidlige oplevelse med dærligt højred. Integrations af fysisk aktivitet i dagligdagen, fokus på kontsigtede outputs, tilstrækkelige redskaber til at få adfærdens til at ske</p> <p>"Sociokulurelle faktorer":</p> <p>Barrierer: Mangel på tid. Mangel på viden. Sociale hensyn</p> <p>Facilitatorer: Støttende omgivelser, at være en god rollemodel</p> <p>"Fysisk Miljø".</p> <p>Barrierer: Usikkerhed, utryghed, Vejet, Kørsel i stedet for gang, mangel på facilitatorer</p> <p>"Tilgængelighed".</p> <p>Barrierer: Økonomi, transportmuligheder, begrænset adgang</p> <p>"Psykologiske faktorer":</p> <p>Barrierer: Manglende motivation, Manglende Self-efficacy, forankrede holdninger og adfærd midt i livet</p> <p>Facilitatorer:</p> <p>Positivt syn på aldring</p> <p>De dominerende fysiske bevægelser var gang, cykling og gymnasistik i hjemmet. Deltagerne var primært motiveret til disse aktiviteter for at reducere muskulær spændinger og stress, at påvirke deres sundhed, vægttab eller at fastholde en sund vægt.</p> <p>For gang var det primært for at reducere spænding og stress. For cykling var det primært for at påvirke sundheden. Undersøgelsen viste også at det at have venner, der også selv var fysisk aktiv var en prædictor for at svømme. Yderligere var "at styrke familiære relationer" også en motivation for at være fysisk aktiv. Eksempelvis ved at lege og spille sammen med sine børn</p> |
| | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| <p>Lee, C., et al., <i>Neighborhood walking among overweight and obese adults: Age variations in barriers and motivators</i>. Journal of Community Health, 2013</p> | <p>USA Tværsnitstudie, spørgeskema med deltagelse fra overvægtige voksne eller føde voksne. (n=161).</p> | <p>Overvægtige voksne (20-66 år). Gennemsnitligt BMI på 32,5.</p> | <p>Studiet analyserer barrierer og motiv for gang hos overvægtige voksne og analyserer desuden variationer for specifikke aldersgrupper</p> | <p>De mest centrale motivationsfaktorer var: Bekymring for at blive skadet samt trafiksikkerhed. De mest centrale motivationsfaktorer var: God belægning på gangarealet, flere bænke samt næthed til rekreative områder</p> |
| | <p>Laatikainen, T.E., M. Haybatolahi, and M. Kyttä, <i>Environmental, individual and personal goal influences on older adults' walking in the Helsinki metropolitan area</i>. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018</p> | <p>Finland "Online participatory mapping method" og "modelling of individual activity spaces" for at analysere associationen mellem miljøet, individuelle faktorer og ældre voksne gang (n=844)</p> | <p>Ældre finske borgere i Helsinki by, (55+år)</p> | <p>Beboelses densitet, densitet af gangbroer og fortovesteder for offentlig transport, trafikkryds og pladser til rekreative sportsaktiviteter var markant og positivt forbundet med ældre voksne gang som transport. Stoppestedsdensitet (offentlig transport) havde den største direkte effekt ift. gang hos ældre voksne. Det fysiske og byggede miljø havde en uafhængig effekt på ældre voksne gang uafhængigt af individuelle demografiske eller psykologiske træk.</p> |
| | <p>McCormack, G.R., et al., <i>Do motivation-related cognitions explain the relationship between perceptions of urban form and neighborhood walking?</i>. Journal of Physical Activity and Health, 2013</p> | <p>Canada Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1,967)</p> | <p>Voksne (41-60 år), flest kvinder</p> | <p>Densitet af stoppesteder, Densitet af offentlige pladser med mulighed for bevægelse Gang som transport</p> |
| | <p>McFadden, K., et al., <i>Adolescent girls' motivation to engage in various physical activity environments</i>. Research Update, 2015</p> | <p>Canada Kvalitativ studie, interviews, n=10</p> | <p>Piger i alderen 13 til 17 år</p> | <p>Undersøger i hvilken grad Theory of Planned Behavior (TPB) meddeler associationen mellem walkability i lokalområdet og gang</p> <p>Oplevet adfærdskontrol var positivt associeret med gang som transport i lokalområdet men ikke med fridtsgang. En forklaring på dette kunne være, at fridtsgang kræver færre ressourcer og mindre planlægning end gang som transport og derved også mindre oplevet adfærdskontrol.</p> <p>Resultaterne antyder at et lokalområde med let adgang til forretninger, transit og andre destinationer øger oplevet adfærdskontrol i forhold til gang som transport i lokalområdet. Hvorimod et højt niveau af sikkerhed i forhold til kriminalitet ser ud til at øge den oplevede adfærdskontrol i forhold til fridtsgang</p> <p>Indenfor organisered sport havnede pigeene, at de blev motiveret af at trænere gav feedback og fortalte hvad holdet skulle arbejde på under træningen.</p> <p>Pigeene foretrak sjove holdspilleøvelser og lege til at forbrede færdigheder fremfor at tørpe øvelser enkeltvis.</p> <p>Venner blev nævnt som den største grund til at engagere sig i fysisk bevægelse i fridten.</p> <p>Mangel på tid og andre prioriteter, såsom skolearbejde eller pligtier, blev opfattet som en barriere for at deltage i fysiske aktiviteter i fridten.</p> <p>Lav opfattet fysisk evne eller viden om solo-aktiviteter blev også opfattet som en grund til at undgå fysiske bevægelser</p> |

| | | | | | |
|---|---------|--|---|--|---|
| Motl, R.W., et al., <i>Perceptions of physical and social environment variables and self-efficacy as correlates of self-reported physical activity among adolescent girls</i> . Journal of Pediatric Psychology, 2007 | USA | Tværsnitstudie, spørgeskema (n = 1.655) | Teenager piger i 12. Klasse. Gennemsnitsalder 17,7 år | Formålet er at undersøge direkte og indirekte effekter af oplevet adgang til udby, sikkerhed i lokalområdet og social støtte på selvurderet fysisk bevægelse over et år | Resultaterne viser, at den oplevede adgang til udby og oplevet social støtte var relateret til selvurderet selvtilid og at selvtilid og social støtte var relateret til selvurderet fysisk bevægelse for andre teenagere. Udby der opfattes som ilgængeligt i hjemmet (ex. cykler og bøde) eller i lokalmiljøet (ex. legeplads og parker) kan fremme deltagelse i fysisk bevægelse for teenagerne ved at øge den oplevede trøst på at overvinde barrierer. Oplevet sikkerhed i lokalområdet havde hverken direkte eller indirekte effekt på selvrapportert fysiskbevægelse. Resultaterne var ikke påvirket af BMI eller forældrenes udannelse |
| Saedens, B.E., et al., <i>Neighborhood environment and psychosocial correlates of adults' physical activity</i> . Medicine and Science in Sports and Exercise, 2012 | USA | Karakteristika for objektivt bygget miljø blev skabt (gennem "network buffers" omkring de individuelle deltager (n=219). udvært fra forskellige områder med forskellig "walkability" karakteristik og husholdningsindkomst. Deltagene var accelerometer for at måle deres fysiske bevægelse. | Voksne, 20-65 år | Målet for studiet er at undersøge på hvilken måde bygget miljø (eks. beboelsesstørrelse) og oplevede (eks. næste) miljømæssige faktorer omkring voksne (opbasert har betydning for fysisk bevægelse og rapporteret gangafstand efter at have justeret for kendte psyko-sociale (eks. self-efficacy og barrierer imod fysisk bevægelse) og demografiske korrelater (alder, køn, etnicitet, udannelse, indkomst, jobstatus) for fysisk bevægelse | Miljømæssige faktorer - især tilgængeligheden af nære ikkebeboelses destinationer designet til at have fodgænger adgang havde betydning for voksnes fysiske bevægelsen og gang efter at have taget psykosociale og demografiske korrelater i betragtning. Generelt viser resultaterne efter at have justeret for demografiske og psykosociale faktorer at "neighborhood built environment" er sammenhængende med gang som transport og total modert til fysisk bevægelse. Studiet antyder, at der genereres politikker, der understøtter mange forskellige handlemuligheder i nær beboelsesområder. Herunder, mindre overlade og mere struktureret parkering, bygninger ud til fotovet. Det antyderes at bygge vertikalt frem for horisontalt for at opnå meget kritisk byggemasse med aktiviteter og destinationer tæt på beboelsen. |
| Simons, D., et al. <i>Factors influencing mode of transport in older adolescents: A qualitative study</i> . BMC Public Health, 2013 | Belgien | Mixede metoder, kort spørgeskema om sociodemografiske oplysninger, transportsmænster, afstand til skole mm. | Ældre teenager (17-18 år) | En analyse af faktorer, der påvirker ældre teenagers valg af transportform | For ældre unge var sammenspillet mellem kort rejseafstand, høj autonomi (selv at kunne vælge hvortil og hvornår), god social støtte (primært venner), lav e minkostninger, god adgang til transportformer og faciliteter (cykelstier) og godt værvtige faktorer for at vælge aktiv transportform for andre transportformer til at rejse korte afstande til forskellige destinationer. Andre velkendte faktorer som sikkerhed, økologi og sundhed synes ikke at have nogen stor indflydelse på deres valg af transportform |

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>Saary, A.H., et al., <i>Factors related to engaging in physical activity: a mixed methods study of female university students</i>. Open Journal of Preventive Medicine, 2015</p> | <p>Mixed metoder, spørgeskema (n=362) Fokusgruppeinterviews (n=33, 5 interviews)</p> | <p>Kvindelige universitetsstuderende, 18-45 år (18-25 år udgjorde 74%)</p> <p>- Mangel på nogen af følges med</p> <p>- Social støtte</p> <p>- Mangel på motivation</p> <p>- Tid</p> <p>- Økonomi</p> <p>- Mangel op privatliv i træningscentret</p> <p>- Sociale normer var både en barriere samt en motiverende faktor</p> <p>- Deltagelse i fysisk bevægelse</p> <p>- Attitude</p> <p>- Subjektive Norm</p> <p>- Intention</p> <p>- Perceived Behavioural control</p> | <p>På baggrund af Theory of planned Behaviour, at analyse motiver og barrierer hos kvinder for at imødekomme anbefalingerne til fysisk bevægelse.</p> <p>mål ift.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Socioøkonomisk status - Deltagelse i fysisk bevægelse - Attitude - Subjektive Norm - Intention - Perceived Behavioural control <p>Resultaterne viser at "Attitude", "Subjective Norm" og "Perceived behaviour control" sammen med "Vægt kontroll" og "Torsog på at tage sig" var signifikante prædictorer for "Intention" til at følge guidelines for fysisk bevægelse. "Viden om fysisk bevægelse" blev ikke fundet til at være signifikant.</p> <p>Fokusgruppeinterviews viste, at barrierer imod at imødekomme anbefalingerne til fysisk bevægelse var:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mangel på nogen af følges med - Social støtte - Mangel på motivation - Tid - Økonomi - Mangel op privatliv i træningscentret - Sociale normer var både en barriere samt en motiverende faktor - Deltagelse i fysisk bevægelse - Attitude - Subjektive Norm - Intention - Perceived Behavioural control |
| <p>Thomson, D. and K. McAdoo, <i>An exploration into the development of motivation to exercise in a group of male UK regular gym users</i>. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 2016</p> | <p>England</p> | <p>Alle deltagere udfyldte to spørgeskemaer, "Intrinsic Motivation Inventory" samt "Perceived Competence Scale". De fem, der scorede højst i begge skemaer deltog i semistrukturerede interviews.</p> | <p>Mænd, 21 år+, 28 mænd, der overholdt ACSMs anbefalinger til fysisk bevægelse i hht. kvantitet og intensitet</p> <p>Studiet undersøger de "værdier, holdninger og erfaringer" som voksne motiverede mænd har i forhold til regelmæssig fysisk bevægelse i fritiden</p> <p>Resultaterne viser, at deltagernes fastholdelse i en regelmæssig fysisk aktiv livsstil er betinget af at fysisk bevægelse igennem livet er blevet et vitalt element i deres egen forståelse af deres identitet og deres psykologiske sundhed.</p> <p>Resultaterne viser, at selvom de specifikke motiver for fysisk bevægelse varierede fra individ til individ, så viste studiet entydigt, at mulighederne for at kunne value, støtte og sociale samt miljømæssige muligheder har betydning for motivationen til fysisk bevægelse som voksen og individets identitet som fysisk aktiv</p> |
| <p>Ulseth, A.-L.B., <i>New opportunities – complex motivations: Gender differences in motivation for physical activity in the context of sports clubs and fitness centers</i>. International Journal of Applied Sports Sciences, 2008</p> | <p>Norge</p> | <p>Tværsnitstudie, spørgeskema, 2-undersøgelser sendt med posten, Fitness Centre (n=1585 – respons rate 45%) og sportsklubber (n= 1205 – respons rate = 30%).</p> | <p>Voksne (13+)</p> <p>At undersøge forskelle i motivation for fysisk bevægelse i hhv. fitnesscentre og sportsklubber og forskel på Norsk kontekst.</p> <p>Et af hovedfundene er, at der er signifikant forskel på hvilke motiv der angives for at være fysisk aktiv i hhv. en fitness kontekst og en sportsklub kontekst. Det er ikke kun på baggrund af en konstørstiel i andelen af mænd og kvinder, der deltager i den forskellige kontekster.</p> <p>Mænd lader til i nøjere grad end kvinder at være motiveret af fitness (sundhed) og udseende</p> <p>3) Fornøjelse</p> <p>4) Sociale faktorer</p> <p>5) Mental afslapning</p> <p>6) Præstation</p> <p>7) Ekspresivitet</p> <p>Der bliver analyseret på tværs af en fitness kontekst og en sportsklub kontekst.</p> <p>Forskelle i motivation i begge kontekster og imellem køn bliver</p> |

Tabelrapport til forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

Kort om artiklerne

De 61 inkluderede artikler beskæftigede sig med betydningen af motivation i kombination med social baggrund for fysisk bevægelse. Flere af studierne undersøgte ligheder og forskelle i motivation for fysisk bevægelse blandt personer med ensartet og forskellig social baggrund. Andre studier stillede skarpt på betydningen af forskellige former for motivation blandt personer med bestemte fællestørk, når det gælder social baggrund (fx kvinder, mennesker med lav socioøkonomisk status, personer med handicap, mv.). Derudover varierede artiklerne i deres tilgang til motivation, hvor mange studier kombinerede motiver og barrierer i en samlet analyse, mens andre alene undersøgte motiver eller barrierer for fysisk bevægelse. I nedenstående tabel 6 ses de 61 inkluderede artikler.

Tabelrapport

Tabel 6: Tabelrapport til forskningsspørgsmål 2: Hvilke sammenhænge er der mellem menneskers sociale baggrund og deres motivation for fysisk bevægelse?

| Forfatter(e), titel, år | Land(e) | Studietype og metode | Målgruppe(r) | Formål og variabelkategorier | Vigtigste resultater og budskaber |
|--|------------|--|---|---|---|
| Alexandris, K. and B. Carroll, <i>Motives for recreational sport participation in Greece: implications for planning and provision of sport services</i> . European Physical Education Review, 1997 | Graekeland | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=340) | Voksne | At undersøge motiverne for at tage del i rekreative sportsaktiviteter blandt voksne og på tværs socio demografiske variable | De 26 items som de voksne kunne vælge imellem, blev kategoriseret i seks motiver: status, afslapning, intellektuel, det sociale, konkurrence og sundheden/fitness. Det vigtigste motiv (genemsnitligt) var motivet, at de lavede rekreative sportsaktiviteter pga. sundheden i det, deretter kom afslapsningsmotivet, efterfulgt af konkurrence, intellektuel, det sociale, hvor det mindst betydelige motiv var status. Der var forskelle i motiverne på tværs af de sociodemografiske variable: Status: dem der var singler, scorede højere end de gifte i motivet status og konkurrence, der var ikke forskel på de andre motiver. Alder: der var forskel i motiverne, f.eks. i motivet status faldt med alderen. Uddannelse: universitetsstuderende scorede højere end de gifte i motivet status og konkurrence. |
| Ball, K. et al., <i>How can socio-economic differences in physical activity among women be explained? A qualitative study</i> . Women and Health, 2006 | Australien | Interviewstudie, 56 semistrukturerede interviews, tematisk analyse | Kvinder, 18-65 år, lav-middel-høj socioøkonomisk status (SES) | Undersøge medregende faktorer, der kan forklare forskelle i fysisk aktivitet mellem kvinder med forskellig SES | Studiet identificerer elleve temaer: 1) aktivitetstype (hos SES mere tilbøjelig til at være engageret i organiserede idræt), 2) historie med fysisk aktivitet (forældres deltagelse og positive erfaringer med fysisk aktivitet fremmede især for høj SES), 3) mangel på tid (særligt udtalt hos lav/middlel SES som oplevede mangel på fleksibilitet og træthed som barrierer), 4) planlægning (hos SES havde oftere faste rutiner for fysisk aktivitet), 5) mangel på motivation (især lav SES), 6) værdier af inaktive gøremål (særligt tv-kigning, mest udtalet for lav SES), 7) sociale begrænsninger og støtte (især høj SES følte sig skyldige ved at prioritere fysisk aktivitet over familien og især lav og middlel SES dyrkede fysisk aktivitet alene), 8) arbejde (især lav og middel SES oplevede arbejdspres og træthed som en barriere), 9) sikkerhed og æstetik i lokalområdet (især barriere for lav SES), 10) adgang til faciliteter i lokalområdet (ikke havnede som en væsentlig barriere), 11) udgitter (ikke nævnt som en væsentlig barriere) |

| | | | | | |
|---|------------|--|---|--|---|
| Ball, K., et al., <i>Personal, social and environmental determinants of educational inequalities in walking: A multilevel study</i> , Journal of Epidemiology and Community Health, 2007 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1.282 kvinder) | Kvinder fra forskellige socialklasser (lav, midlertid og højsocialklasse) | Undersøge medierende faktorer (personlige, sociale og miljømæssige faktorer), der kan forklare forskelle i gáture mellem kvinder fra forskellige socialklasser. Der skildres mellem gang i fridten og gang som transport | Studiet viser, at der er en kombination mellem de personlige, sociale og de miljømæssige faktorer, der kan bidrage til, at der et lavere niveau af fritidsgáture for kvinder med en lav uddannelse. Studiet nævner, at der er brug for yderligere forskning for bedre at forstå mestret for, hvordan uddannelse, måske kan påvirke gang som transport |
| Bird, S., et al., <i>Factors influencing the physical activity levels of older people from culturally-diverse communities: An Australian experience</i> , Ageing and Society, 2009 | Australien | Tværsnitstudie, med udgangspunkt i et spørgeskema blev respondentene interviewet (n=332) | 332 + 60-årige blev interviewet fra syv forskellige lande (boede nu i Melbourne, Australien). De syv grupper: Anglo-Celtic, Kroatien, Grækenland, Italien, Makedonien, Malta, Vietnam | Undersøge barriererne for fysisk bevægelse for andre mennesker fra forskellige lande (kulturer) | Personlige barrierer for fysisk aktivitet, såsom dårligt helbred, manglende energi, manglende motivation og bange for få skader var meget udbredt i alle syv grupper. Folk fra Anglo-Celtic og Italien angav færre barrierer end folk fra Makedonien og Kroatien. Kvinderne rapporterede flere barrierer end mænd. Især fire barrierer var især mere rapporteret af kvinderne. 'Jeg er ikke god form', jeg har ikke energien til at træne', jeg er bange for skader' og 'jeg har ikke et sikker sted at træne'. |
| Blinde, E.M. and S.G. McCalister, <i>Women, disability, and sport and physical fitness activity: The intersection of gender and disability dynamics</i> , Research Quarterly for Exercise and Sport, 1999 | USA | Interviewstudie, 16 semistrukturerede, kvalitativ kategorisering | Kinder, 19-54 år, med fysiske handicap, flest med cerebra parese og paraplegia. 14 var kørestolsbrugere | Undersøge handicappede kvinders oplevelser i sport og fysisk aktivitet (fokus på komst og handicappets rolle for oplevelserne) | Studiet fandt: 1) at en overvegt af bevægelsesaktiviteterne, som kvinderne deltog i, var motionsorienterede, ikke sportsorienterede, ikke sportslige, 2) at deres primære grund til at være aktive var: 'at have det godt med sig selv', 3) at de primært oplevede personlige gevinst ved at bevæge sig: øget følelse af kropslige kapacitet, større sevtiligt, bevægelsen som en vigtig (sjov) del af deres hverdag og øget kontrol over livet, 4) at de oplevede, at både deres handicap og deres komst gjorde det mindre forventligt og acceptabelt, at de var fysisk aktive (sammenlignet med ikke-handicappede mænd) på samfundets normer og stereotyper |
| Bodenmann, A., et al., <i>Gründe für sportliche Aktivität versus Inaktivität der Basellandschaftlichen Bevölkerung 1988</i> , Sozial- und Präventivmedizin SPM, 1990 | Schweiz | Survey studie, tværsnitundersøgelse, telefoniske interview, N=778, svarprocent 81% | Voksne, 16-75 år, repræsentativ stikprøve udtaget i Basel | Undersøge årsager til fysisk aktivitet og inaktivitet i befolkningen | Studiet finder at de hyppigste årsager til fysisk aktivitet var: 1) sjov, velbefindende (27%), 2) fitness/form funktionsdygtighed (20%), 3) sundhed (16%), 4) afslapning, adspredelse (12%). De hyppigste årsager til ikke at være aktiv var: 1) fidsmangel (32%), mangel på interesse (22%), 3) sygdom, skade (16%). Studiet fandt variationer i årsagerne ift. 1) Alder: yngre var mere motiverede af sjov, velbefindende, ældre mere af sundhed og tid var en stor barriere for yngre, mens sygdom, en stor barriere for ældre, 2) Uddannelse: højuddannede var mere motiverede af sundhed, mens lavuddannede ofte oplevde fidsmangel og mangel på interesse som barrierer og lav-uddannede ofte angav sygdom, skade som barrierer |
| Booth, A.O., et al., <i>Diet and physical activity in the self-management of type 2 diabetes: barriers identified by patients and health professionals</i> , Primary health care research & development, 2013 | Nordirland | Fokusgruppeinterviewstudie, 16 informanter (6 grupper) og interviewstudie, 7 informanter, semistrukturerede interviews, tematisk analyse | Voksne med type 2-diabetes, 45-73 år, rekrutteret gennem diabetes-uddannelsesprogram, samt sundhedsprofessionelle | Undersøge type 2-diabetes patienters syn på selvkontrol, fysisk bevægelse og kost, samt at kontrastere dette med sundhedsprofessionelles oplevelser | Studiet identificerer seks barrierer for livsstilsændringer for type 2-diabetespatienter, når det gælder kost- og motionsvaner: 1) vanskeligheder med at anstrengende vaner, 2) negativt syn på forelæede ændringer (fx mangel og form af førelæst mad og fysisk aktivitet), 3) sociale barrierer (fx forståelse og opbakning fra venner, familie og kolleger), 4) mangel på viden og forståelse (fx om god sundhedsadfærd), 5) mangel på motivation (fx pga. manglende symptomer eller manglende følelse af forbedringen), 6) praktiske barrierer (fx fysiske begrænsninger, mangel på grønne områder, og lign.). Facilitatorene for livsstilsændring var mindre tydelige i studiet, men var fx at føle sig mere sund, måløpfyldelse (vægt, kolesterol, mv.) samt støtte fra partnere og sundhedsprofessionelle (bl.a. opfølgning) |

| | | | | | |
|---|------------|---|---|---|---|
| Booth, M.L., A. Baumann, and N. Owen. <i>Perceived barriers to physical activity among older Australians</i> . Journal of Aging and Physical Activity, 2002 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema, hvor blev interviewet ift. at rapportere deres fysiske aktivitetsvaner og deres tre primære barrierer for fysisk bevægelse (ud fra en liste på 18-items) | 402, +60-årige, delt op på inaktive vs. aktive. | Undersøge de tre hyppigste barrierer for fysisk bevægelse for hhv. fysisk aktive og fysisk aktive inaktive | Barriere ift. de fysisk inaktive: 'Jeg er allerede aktiv nok' (mænd=47% og kvinder 43%). På tværs af alder er det for hhv. de 60-64-årige og de 65-69-årige også barrieren 'Jeg er allerede aktiv nok', der er flest procent på (38 % og 64%). For de 70+år er der den mest udbredte barrieren, at man har en skade eller et handicap (40%). Barrierer ift. de mest fysisk aktive: 'Jeg er allerede aktiv nok' (mænd og kvinder er begge på 60 %). Konklusion: Både de inaktive og de aktive rapporterer de samme barrierer, men i lidt forskellige proportioner |
| Boothby, J., M.F. Tungatt, and A.R. Townsend. <i>Cessation participation in sports activity: reported reasons and their implications</i> . Journal of Leisure Research, 1981 | England | Kvalitativ studie med interview, åbne spørsmål (n=254) | Tilfældigt udvalgte borgere fra to stor socioøkonomisk forskel. 17+ år | Undersøger årsager til tråfald fra sportscategorie | Sporstodeltagelse er stængt korreleret til køn (flest mænd), socioøkonomisk status og mobilitet (at have bil), 43 forskellige årsager identificeret ift. tråfald for sportscategorie. De 6 hyppigste er manglende interesse, manglende faciliteter, dårlig form / skader, at have meldt sig ud af sin forening, flytning, manglende tid |
| Borodulin, K., et al., <i>Socio-demographic and behavioral variation in barriers to leisure-time physical activity</i> . Scandinavian Journal of Public Health, 2016 | Finland | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=280). hvor personerne kunne vælge mellem 8 forskellige grunde til hvorfor de var fysisk inaktive. De havde mulighed for at vælge flere grunde | 2.260 personer, 25-64 år, som ikke oplyste niveauet ift. fysisk bevægelse i frifonden | Undersøge barriererne for fysisk bevægelse i frifonden på baggrund af ens sociale baggrund. Alder, uddannelse, husstandsindkomst, beskæftigelsesstatus og familietype | Den hyppigste barriere var 'mangel på tid'. Den stærkeste og mest systematiske sammenhæng med socialbaggrund og barrieren blev fundet ift.: Alder, beskæftigelse, status og familietype. 'Mangel på tid' blev mindre ofte rapporteret som en barrier blandt de ledige, singler uden børn og ældre mennesker. 'Manglende motivation' som en barriere var mest almindelig blandt single uden børn. 'Høj udgift' som en barriere blev oftere rapporteret af de ledige og mindre ofte rapporteret i den højeste indkomstgruppe. Konklusion: i handlinger til at fremme af fysisk bevægelse i frifonden er der ikke en enkelt løsning, da de opfattede barrierer varierer på tværs af ens sociale baggrund |
| Bragg, M.A., et al., <i>Motivators of and barriers to engaging in physical activity: Perpectives of low-income culturally diverse adolescents and adults</i> . American Journal of Health Education, 2009 | USA | Kvalitativ studie med 12 fokusgrupper/interview (91 deltagere i alt) | Ung (11-15 år) og voksne (18+år), etniske og med en lav indkomst | At finde motiver og barrierer for fysisk bevægelse hos unge og voksne etniske med en lav indkomst | Motiverne og barriererne, der oftest blev identificeret blandt de unge og voksne var: social indflydelse; tid og prioriteringer; det fysiske miljø; sjov og nydelse; ibende fysiske aktiviteter; vægt/bekymninger; træthed; fysisk uebhag og det aktuelle fitnessniveau; og øjeblikkelige positive følelser. Fundene var generelt set ens på tværs af køn, alder, race/etnicitet |
| Caperchione, C.M., et al., <i>Physical activity behaviours of culturally and linguistically diverse (CALD) women living in Australia: A quantitative study of socio-cultural influences</i> . BMC Public Health, 2011 | Australien | Kvalitativ studie med 12 fokusgruppe interview (110 deltagere i alt) | Etniske kvinder (bosniske, arabiske talende, filippinske og sudanesiske) | At finde motiver og barrierer for fysisk bevægelse for etniske kvinder p.g.a. semistrukturerede interviews | De hyppigste temaer for interviewene inkluderede: 1) de havde viden om fysisk aktivitet, 2) fysiske aktivitetsniveauer, de var alle mere aktive fra det land de kom fra, fordi tingene var 'mindre luksus' f.eks. tog man trappe op og ned, da der ingen elevator var, de vaskede op i hånden da der ingen opvaskemaskine var mm. og 3) virkningen af psykologiske og sociokulturelle faktorer - familien forhindrede fysisk aktivitet, 4) miljøfaktorer - mange ville føle sig tryg når lavede fysik bevægelseude og når det var mørkt var det ikke trykt og flere havde oplevet at fremmede fulgte efter dem og siden har de ikke ville gå ud senere på dagen, og 5) opfattelse af dørligt helbred og skade på fysisk aktivitetsudfærd - dette er både en motivation for dem og en barrierer, motivation fordi nogen får ordt af fysisk bevægelse. De specifikke temaer tydede på, at efterkrigstrauma, religiositet og barriere for dem og en barrierer, motivation fordi nogen får ordt af fysisk aktivitetsudfærd hos de etniske kvinder (bosniske, arabiske talende, filippinske og sudanesiske kvinder), som bor i samfund i hele Australien. |

| | | | | | |
|---|------------|---|--|---|---|
| Casey, M., et al., <i>Characteristics of physically active and inactive men from low socio-economic backgrounds: A qualitative study using the socioecological model</i> . Annals of Leisure Research, 2011 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema og individuelt interview | 25 mænd, 25-65 år. Fra lav socioekonomisk status | At undersøge, hvilke faktorer (interpersonelle, organisatoriske, samfudsæssige, miljømæssige og politisk påvirkning), der kan påvirke fysisk aktivitet mellem mænd med lav socioekonomisk status | Generelt rapporterede mændene disse barrierer: at de havde dårligt helbred, økonomien og at de ikke var bekendt med fysiske faciliteter til fysisk bevægelse i deres lokalområde. De havde begrænset social støtte og boede i utrygge kvarterer. |
| Cerin, E. and E. Leslie, <i>How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. Social Science and Medicine</i> , 2008 | Australien | To spørgeskemaer med 6 måneders mellemrum (n=2.94) | 20-65-årig række engelsktalende. På tværs af socioekonomiske forskelle | Undersøger individuelle, socialt betingede og miljømæssige faktorer til forskelle i aktivitetsniveauet mellem forskellige socioekonomiske grupper. Self-efficacy og social support til fysisk bevægelse nævnes som de vigtigste faktorer. Fysiske barrierer og dårlig adgang til offentlige områder forklares delvis forskellen mellem indkomstgrupperne i uendors gáture. (Ringere udendørs realet i fattigere omgivelser). Self-efficacy og social støtte var nogle mediatorer til forholdet mellem indkomstniveau og fysisk bevægelse. | Samstemmende med den økologiske model, bidrager alle tre faktorer: individuelle, sociale og omgivelsesfaktorer til forskelle i aktivitetsniveauet mellem forskellige socioekonomiske grupper. Self-efficacy og social support til fysisk bevægelse nævnes som de vigtigste faktorer. Fysiske barrierer og dårlig adgang til offentlige områder forklares delvis forskellen mellem indkomstgrupperne i uendors gáture. (Ringere udendørs realet i fattigere omgivelser). Self-efficacy og social støtte var nogle mediatorer til forholdet mellem indkomstniveau og fysisk bevægelse. |
| Cleland, C.L., et al., <i>Identifying solutions to increase participation in physical activity interventions within a socio-economically disadvantaged community: a qualitative study</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2014 | England | Kvalitativ studie. Én til én interview hjemme hos deltagerne | Frivillige og ansatte "Community leaders", som har omgang med dem, interventionen påvirker. I alt 8 mænd, 4 kvinder, 25 til 65 år. | Undersøger individuelle og barrierer mod en forbedring af udemiljø i form af anlægget af gang- og cykelstier i et socioekonomisk dårligt stilrettedt område af Belfast | Motivationsfaktorer: At interventioner målrettet til dem, hvis adfærd man vil ændre At der involverede får ejerskab til interventionen At der er tilstrækkelig økonomi til interventionerne At der er lokale frivillige At interventioner for fysisk bevægelse er en del af en længere og sammenhængende strategi i samarbejde mellem organisationer og foreninger Barrierer: Apati, hvis bebugede interventioner ikke bliver implementeret Mangelnde opmuntring til at engagere sig i forandringen Mangel på facilitater Mangelnde viden og videnformidling om helbredsaspekter ved fysisk bevægelse Artiklen konkluderer at lokalsamfundet skal målrette interventioner for fysisk bevægelse, vha. et grundigt kendskab til målgruppen |
| Cleland, V.J., et al., <i>Personal, social and environmental correlates of resilience to physical inactivity among women from socio-economically disadvantaged backgrounds</i> . Health Education Research, 2010 | Australien | Stratificeret tværsnitstudie (n=291), hvor dem med lavest socioekonomisk status udvælges af en større sample (2.400). | Kvinder med lav ud-dannelse | Atdække karakteristikaer til kvinder fra lavindkomst vilkår som laver fysisk bevægelse. Karakteristikaerne bliver opnået på hhv. de personlige, de sociale og omgivelsernes faktorer for fysisk bevægelse | De stærkeste forklarende faktorer til fysisk bevægelse skal findes på det personlige plan: glæden ved aktiviteten og self-efficacy, hvor de sociale faktorer og omgivelsernes faktorer er mindre forklarende faktorer til, hvorfor kvinder med en lavindkomst laver fysisk bevægelse |
| Costello, E., et al., <i>Motivators, barriers, and beliefs regarding physical activity in an older adult population</i> . Journal of Geriatric Physical Therapy, 2011 | USA | Kvalitativ studie, fokusgruppeinterview | 31 ældre, gns. 80 år (60-94), alle med nem adgang til idrætsfaciliteter og træningspersonale | Undersøger motivationsfaktorer for og barrierer mod fysisk bevægelse blandt fysisk aktive og inaktive ældre | De fysisk aktive angav to hovedbarrierer: Tid og risiko for skader. Som motivationsfaktorer angav de helbred (vigtigst), socialisering, hold-muligheder, tilgængelighed, faciliteter, sjov og det at blive opmuntret til det af sin læge. De fysisk inaktive angav 6 barrierer: mangel på tid, risiko for skader, manglende selvdisciplin, manglende motivation, ked-sommed, og oplevet intridning (fx at optrieve at være for langsom på et hold). Studiet konkluderer, at hvis man skräddersyer for interventions strategier for at fremme fysiske bevægelser til de individuelle personer ift. vedkommendes aktuelle "Stage of Change" kan give bedre og mere langtidsholdbar adfærdændring |

| | | | | | |
|---|----------|---|---|--|---|
| Dyck, D.v., et al., Who participates in running events? Socio-demographic characteristics, psychosocial factors and barriers as correlates of non-participation – a pilot study in Belgium. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2017 | Belgien | Tværsnitstudie, spørgeskemaet (n=308), holdt 19 items relateret til fem motivationstyper fra 'self-determination teori' | Voksne 18-75 år, opdelt ift. om man deltaget i løbe event eller ej | 1) At undersøge hvilke socio-økologiske faktorer, der er relateret til at deltagte i løbe events, 2) at give et overblik over de barrierer der er ift. at deltage, 3) at undersøge forskelle i barrierer afhængigt af socialbaggrund (køn, alder og sociodemografisk status) | Ift, dem som ikke deltog i løbe events var den primære barriere; dårlig form, manglende tid og manglende interesse. Fra dem som deltog i løbe events var de primære barrierer: manglende tid, distancen til det nærmeste løb og økonomien. Der er ikke fundet nogen forskel på tværs af køn, alder og udannelse og sammenhængen mellem løbe events. Dette er en 'positiv' tendens og bekræfter studiens hypoteft, at løbe events har potentialet til at stimulere aktivitet i befolkninggrupper, som ikke er så fysisk aktive f.eks. dem med en lavere udannelse. Dog skal dette studie fortolkes med forsigtighed da stikproven hovedsagelig bestod af folk der var højt udannet (79,5%) |
| Eakins, J., An analysis of the determinants of sports participation and time spent in different sporting contexts. Managing Sport and Leisure, 2018 | Irland | Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse | Voksne over 16 år | Formålet er at undersøge determinanter for både sportsdeltagelse og den kontekst sport udøves i. Sportsdeltagelsen opdeles i fire kategorier: organiserede træningssesioner, organiserede konkurrenceidtagelse, lejlighedsvis sport i familjesammenhang, træning alene | Studiet fun koncentrerer sig om hvorvidt de socioøkonomiske faktorer varierer med den kontekst aktiviteten foregår. Sportsdeltagelse versus ikke-sports aktivitet. Dem der hyppigt deltaget i idrætsaktiviteter er: mænd, har deltosarbejde, ledige, er medlem af en sportsklub. Dem der mindst hyppigt deltaget i sport er: ældre og personer med en sygdom. Ingen indflydelse på sportsdeltagelse: at have børn, adgang til sport og udannelsesniveau. Kvinder, tilskuerne, frivillige og klubmedlemmer er mest tilbøjelige til at deltage i organisert træning. Mænd, frivillige, klubmedlemmer og tilskuerne er mere tilbøjelige til at deltage i konkurrencer. Ingen konsistent effekt af udannelse, arbejdsmarkedsstatus og indkomst. Personer med børn og folk som bor isoleret deltaget hyppigere i lejlighedsvis sport i familiesammenhang. Mænd, byboer, højt udannede, folk med en sygdom deltaget hyppigere i træning alene |
| Emrich, E., Soziale Determinanten sportlicher Aktivitäten im Alter – versuch einer empirischen Analyse. Sportunterricht, 1985 | Tyskland | Kvalitativ studie. Interviewundersøgelse med standardiserede spørsmål, besvaredes med ja / nej – type svarteskål | 41 ældre mænd og 34 ældre kvinder, alle over 60 år. Medlemmer af en sportsforening indenfor gymnastik, svømming, bordtennis og skølkøb | Motivationer for fortsat idrætsaktivitet: Kontinuitetshypoteose og Social formidlingshypoteose, Diskriminationshypoteose, Integrationshypoteose og Motivationshypoteose | Der var sammenfald mellem fysisk bevægelse og at have en god livskvalitet. Sporsaktivitet som ædre høje sammen med livslang idrætsdeltagelse, sportsaktivite i idrætskredsen, kammeratskab i idrætskredsen, sundhedshensyn og bevægelseslæren. Der var konfsorsk i rekrutteringen til idrætsdeltagelse blandt de adspurgte: kvinder var fra middel- og overklassen, mens flest mænd var fra middelklassen og derunder |
| Godin, G. and R.J. Shepherd, Psychosocial factors influencing intentions to exercise in a group of individuals ranging from 45 to 74 years of age, 1987 | Canada | Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse | Af i alt 2560 tildelige ansatte på universitet i Toronto blev 90 tilstædtigt udtrukket og stratificeret i aldersgrupper 45-54, 55-64 og 65-74 år af hvert køn i hver gruppe | Forstå og forudsige motiver til sportsdeltagelse blandt ældre, og undersøge om de er forskellige fra unges motiver | Motiverne til at dyrke sport var større hos mænd end hos kvinder. Det faktiske aktivitetsniveau var større blandt mændene. Motiverne var uafhængige af deltagernes alder. Alt i alt influerede fire faktorer på motiverne (intentions) for idrætsdeltagelse: 1) Holdning til fysisk bevægelse 2) Samspillet mellem subjektive normer og udannelsesniveau 3) Tidligere adfærdsmønstre f. t. fysisk bevægelse 4) Køn Den anvendte model forklarede 36 % af variansen i motiverne. |

Forfatterne anbefaler; at dem, der skal træne og motivere de ældre til fysisk aktivitet, skal motivere på to fronter. Det skal de lægge vægt på at det er godt for udseende og vegt samt et meningstydigt kidsfordriv, og også bør de fokusere på det sociale aspekt, at aktiv familie og nære venner, har stor motiverende betydning for at blive fastholdt fysisk aktivitet

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| <p>Gray, P.M., et al., <i>Motives and barriers to physical activity among older adults of different socioeconomic status.</i> Journal of Aging and Physical Activity, 2016</p> | <p>Storbritannien Interviewstudie, fire fokusgruppe interviews blev afholdt med i alt 28 ældre, fra to socioøkonomiske-grupper. Tematisk analyse til at identificere motiver og barrierer for fysisk bevægelse</p> | <p>50 år+, fra høj og lav socioøkonomisk status</p> | <p>Undersøge motiver og barrierer for fysisk bevægelse blandt andre voksne med høj og lav socioøkonomisk status</p> | <p>Dem med lav-socioøkonomisk status rapporterede generelt flere barrierer for fysisk bevægelse sammenlignet med dem med høj socioøkonomisk status. Dem med lav socioøkonomisk status disse barrierer: halredsnæssige forhold/sydomme/livsstilsydomme som en barrierer for fysisk bevægelse, sikkerheden/forholdene, hvor de bor er ikke gode nok og de oplever, at det ikke er sikkert (f.eks. fortov mm.), et begrænset konstabel til rethinslinerne for fysisk bevægelse er en barrier og værjet er en barrier.</p> <p>For gruppen med høj-socioøkonomisk status var barriererne: tiden og familien herunder børnebørnene kunne være en barrier, Et motiv for dem med høj socioøkonomisk status for at lave fysisk bevægelse var at de gerne ville oprettholde deres FA fra ungdommen ved forsøsat være fysisk aktive</p> |
| | | | | |
| <p>Grimes, P.S., and L. French, <i>Barriers to disabled women's participation in sports.</i> Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 1987</p> | <p>USA Tværsnitstudie, spørgeskjemaundersøgelse (n= 1682)</p> | <p>Kvinder med handicap, medlemmer af "Women Sports Foundation"</p> | <p>Undersøge barrierer for sportsdeltagelse blandt kvinder med handicap</p> | <p>Adspurgt om de vigtigste barrierer mod sportsdeltagelse blandt kvinder med handicap var: Mangelende muligheder for fysisk bevægelse/træning i barndommen For få muligheder udenfor skolens rammer Mangelende interesse/manglende mulighed Mangel på udstyr og egneude faciliteter Mangel på rollemodeller Dårlig økonomi blandt kvinder med handicap</p> |
| | | | | |
| <p>Hait-Cooper, M., et al., <i>Exercise and physical activity in asylum seekers in Northern England: using the theoretical domains framework to identify barriers and facilitators.</i> BMC Public Health, 2018</p> | <p>England Kvalitativ studie, interview (n=36)</p> | <p>Asylansøgere i nord England, fra 18 forskellige lande</p> | <p>Undersøge barrierer for fysisk bevægelse for etniske minoriteter i England</p> | <p>Barriererne for fysisk bevægelse var: manglende forståelse af begrebet 'fysisk bevægelse', viden om anbefalingerne for fysisk bevægelse, manglende viden om faciliteter i nærområdet samt det at leve som asylansøger pga. stress og ratgdom samt en midlertidig karakter af at bo et ukendt sted</p> |
| | | | | |
| <p>Hardy, S., and S. Grogan, <i>Preventing disability through exercise: investigating older adults' influences and motivations to engage in physical activity.</i> Journal of Health Psychology, 2009</p> | <p>Storbritannien Kvalitativ studie, fokusgruppeinterview</p> | <p>Ældre (48-87 år)</p> | <p>Undersøge hvad der motiverer ældretil at træne og hvad der påvirker om de træner</p> | <p>Motiverne for at træne var: glæden ved træning og forhindring af sundhedsnedgang. De er også påvirket af disse tre faktorer: ikke at gå ud og træne sent, de økonomiske udgifter og adgangen til træningsfaciliteterne</p> |
| | | | | |
| <p>Herazo-Beltrán, Y., et al., <i>Predictors of perceived barriers to physical activity in the general adult population: a cross-sectional study.</i> Brazilian Journal of Physical Therapy, 2017.</p> | <p>Columbia Tværsnitstudie, spørgeskjema (1.066 voksne kvinder og 1.035 voksne mænd)</p> | <p>Voksne mænd og kvinder med forskellig socialbaggrund</p> | <p>Undersøge prædictorer for barrierer til fysisk bevægelse på tværs af sociale baggrunde</p> | <p>Studiet viser, at individuer fra lav socioøkonomisk status har en større risiko for at opfalte barrieren 'mangel på motivation' og 'mangel på ressourcer' som barrierer for fysisk bevægelse end dem med høj socioøkonomisk status. Individ med en partner opfattede ikke mangel på social støtte og motivation som en barrier for fysisk bevægelse. Individ med en lav uddannelse opfattede manglende social støtte, ressourcer og frugt for skade som barrier for fysisk bevægelse. Studiet konkluderer, at faktorer som socioøkonomisk status, om man har en partner eller ej og uddannelsesniveau er prædictorer for fysisk bevægelse</p> |
| | | | | |

| | | | | | |
|---|---------------------------------|--|--|--|---|
| Janssen, E., et al., <i>Psychosocial correlates of leisure-time walking among Australian adults of lower and higher socio-economic status</i> . Health Education Research, 2010 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=2.650) | Voksne (20-65 år), med høj og lav socioøkonomisk status | Undersøge psykosociale barrierer for forskelle i fysisk bevægelse mellem voksne med forskellig socioøkonomisk status | Dem med lav socioøkonomisk status rapporterede lavere niveauer af positive tanker til fysisk bevægelse sammenlignet med dem med høj socioøkonomisk status. Imidlertid var der forskellige motiver at sammenhænge mellem de psykosociale egenskaber og fritidsøgture. Oplevede barrierer for fritidsøgture var stærkest forbundet med fritidsøgture i den lav socioøkonomisk status. Derfor kan interventioner til at fremme af fritidsøgture gennem fjernelse af oplevede barrierer være mest effektive for dem med lavere socioøkonomisk status end for dem med en højere socioøkonomisk status |
| Kearney, J.M., et al., <i>Stages of change towards physical activity in a nationally representative sample in the European Union</i> . Public Health Nutrition, 1999 | Europa (15 lande) | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=15.239) | Voksne, fra 15 lande | At undersøge fordelingen af 'stages of change' for fysisk bevægelse i Europa og de sociodemografiske variablers indflydelse på denne distribution | Ift. barrierer for fysisk bevægelse var barrieren 'ikke at være den sportslige type' vigtigste for dem i 'precontemplation stages' (forud-indstilningsfasen), mens barrieren 'arbejde og studieforpligtelser' var mere vigtig for de mennesker der var i 'maintenance stage' (vedigeholdelsesfasen). Der var en variation imellem landene. De skandinaviske lande havde en tendens til at være lavere i 'precontemplation stage' (forud-indstilningsfasen) og de sydlige lande havde en tendens til at være højere (sear Grakanland og Portugal). Mænd og de yngre personer med en højere uddannelse var mere tilbøjelige til at være i 'maintenance stage' (vedigeholdelsesfasen) |
| Kolland, F., <i>Sport and physical exercise in later life</i> . Österreichische Zeitschrift für Soziologie, 1992 | Østrig | Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse (for hele Østrig) | 1000 ældre borgere over 50 år (gns. 64,9 år), opdelt i 5-års intervaller mellem 50 til 80 år | Undersøge motivationssfaktorer for at forblive aktiv sport-sudover forskellige aldersgrupper Barrierer for fysisk bevægelse var generelt: Hilibedsproblemer | Motiverne hos ældre for fysisk bevægelse var generelt set: Sundhed Fysisk formåen Social anerkendelse Kontinuerligt fysisk bevægelse sås hyppigst, når der var mere end én af motivationsfaktorene til stede på én gang. Studiet viste yderligere: at jo højere alder, jo større er andelen af helt fysisk passiv (fra ca. 50% til ca. 90. Mht. gang, vandreture og svømming er der en konstant tertiær andel halv op til 80 år, mens midtgruppen med moderat aktive mindskes med alderen. Mht. de, der dyrker et gymnastikprogram (fx 10-20 min dagligt) ses ikke det samme fald – denne gruppe er ret konstant (omkring 10 %). Jo længere skolegang og jo højere socialklasse, jo mere fysisk bevægelse lave de, og jo mere vægt lægger man på sundhedssefikten. Spadseretur som bevægelsesform bliver hyppigere med alderen (fra 25 op til 50%) |
| Kondrić, M., et al., <i>Participation motivation and student's physical activity among sport students in three countries</i> . Journal of Sports Science and Medicine, 2013 | Slovenien, Kroatien og Tyskland | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=390), med 30 items ft. hvad der motiverer dem til sport | Sportsstuderende (gns. alder 22,4 år) | Undersøge de unges motiver for at have lav fysisk bevægelse | De seks mest fremitrædende motiver for at have lav fysisk bevægelse var: at have lav fitness og sundhed, socialstatus, deltagelse i sportsbegivenheder og afslapning igennem aktiviteterne. Forskellen mellem kenne (som var gældende også for alle tre lande imellem): mænds motivation for fysisk bevægelse var at opnå populæritet i samfundet og blandt venner, hvor kvinder motiver for fysisk bevægelse, er at oplever bevægelsen som et middel til afslapning, som i principippet stemmer meget godt overens med mandlige og kvindelige stereotyper og roller |

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| <p>Lattimore, D., et al., <i>Self-reported barriers of middle-aged and older adults entering a home-based phys- ical activity program</i>, California Journal of Health Promotion, 2011</p> | <p>Præ- og post-interven- tions spørgeskema (n=380) og interview én face to face vejlednings- session</p> | <p>380 borgere fra 3 Amt. Stater. Over 50 år opdelt i aldersgrupper på 50-64, 65-74 og over 75. Deltagerne var røske, og deres fysiske aktivitetsniv- eau var mindre end anbefalingerne.</p> | <p>Findé barriérer mod et tæflinguidet hjem- træningsprogram. Delstudie i 'Active for life' - interventionen var: én face to face vejledningsession, etterfulgt af telefon rådgivning.</p> <p>BMI over 30 blev sam- menlignet med BMI under 30.</p> <p>Afroamerikanere blev sammenlignet med hvile.</p> | <p>Overordnet fandt barriérerne i tre hovedkategorier: 1) Personlige: Hælbred (nest udbredt blandt kvinder og de ældste) og manglende motivation (nest udbredt blandt mænd). Manglerende motivation atlog som faktor med alderen. Raceforsk i hælbred som begrænsende faktor. 2) Omgivelserne: (tidssnod og vejet) Tidssnod som begrænsning atlog med alderen, mens hælbred lit tog. 3) Sociale barriérer: Mæget få betragtede det som barriere (under 5%), ingen sammenhæng med hverken kön eller race. Studiet viser overordnet, at der er unikke barriérer indenfor forskellige grupper af ældre, og at individuel tilgang til motivation og aktivitet kan være effektiv.</p> |
| <p>Lee, C., Australian migrant women and physical activity : attitudes, barriers, preferences and participation. ACHPER Healthy Lifestyles Journal, 1998</p> | <p>Australien</p> | <p>Tværsnitstudie, spørgeskema af kvinder, som frivilligt havde meldt sig til et sundhedsfremme- program (n=202)</p> | <p>202 kvindelige immigranter og anden generationens immigranter fra Europa (Makedonien, Grækenland, Holland, Polen) gns. antal är 45:2. Frivilligt tilmedt undersøgelsen.</p> | <p>Hipstigt nævnt motivationer for fysisk bevægelse: En gruppe at træne med, videobånd (må være en træningsvideo), Motivation fra læge/sundhedsperson.</p> <p>Hipstigt barrierer for fysisk bevægelse: Mægt på en gruppe at træne sammen med (som er en vigtigere faktor end for australiere), døvenskab, mangel på tid.</p> <p>Der var ingen forskel i præferencerne mellem de forskellige stager of change, både ift. motivationer og barriærer. Men der var lidt forskel på hvilke sportsdiscipliner man foretrak (som afspejlede hjemlandets kultur). Immigranter fra ikke-engelsktalende lande, havde en større andel af helt fysisk inaktive end australiere.</p> |
| <p>Leht, U., <i>Gymnastics and sport in old age</i>, Aktuelle Gerontologie, 1981</p> | <p>Tyskland</p> | <p>Litteraturoversigt</p> | <p>Ældre generelt</p> | <p>Gennemgang af motivationsfaktorer og barriérer ift. fysisk bevægelse hos ældre. Forfatteren adskiller for at tilbuds til ældre skal differentieres ift. den enkelte målgruppe</p> <p>1. Beskrive ændringer i LTPA (Leisure Time Physical activity) niveauer blandt Estiske voksne i løbet af en 10års periode. 2. Undersøge relationen mellem LTPA- niveauer, sociooko- nomisk status og hælredsindikatorer. 3. Undersøge oplevede barriérer mod fysisk bevægelse i relation til kon., alder og uden- nesniveau</p> |
| | | | | <p>De vigtigste selvudrede barriérer: Manglende interesse; ønsket at anstrengte sig, træthed efter arbejde. Derudover for de 50-74-årige: Dårligt hælbred. Navn i mindre grad er: Manglende adgang til sportsfaciliteter og pris. Oplevede barriérer varierede med udannelsesniveau. Lavt uddannede lagde mere vægt på manglende adgang til sportsfaciliteter og dårligt hælbed end højuddannede.</p> <p>Generelt er niveauet af fysisk bevægelse i voksenbefolkningen ret lav. Signifikante prædictorer for fysisk inaktivitet: høj alder; lavt uddannelsesniveau; utilfredshed med eget helbred</p> |

| | | | | | |
|---|---|--|---|--|---|
| Martins, J., et al., <i>Adolescents' perspectives on the barriers and facilitators of physical activity: A systematic review of qualitative studies</i> . Health Education Research, 2014 | Ingen begrænsgivende variabler blev sat | Systematisk review af kvalitative studier | Unge (13-18 år) | At undersøge barrierer og facilitatorer for fysisk bevægelse | De vigtigste facilitatorer for fysisk bevægelse: Holdningen til fysisk bevægelse, ens motivation, ens opfattelse af kompetencer og trøstbillede, at der er sjov og at de fysiske omgivelser er gode og adgangen hurtig. Ift. barrierer var det kun specifikke livsovergangsperioder, der blev omtalt som en barriere |
| McGuire, A., C. Seib, and D. Anderson, <i>Factors predicting barriers to exercise in midlife Australian women</i> . Maturitas, 2016 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=225) | Middel-alderende kvinder (40-55 år) | At undersøge opfattede barrierer for træning | De middel-alderende kvinder, korrelerer opfattelsen af barrierer for træning med overbevisningen om: de sundhedsmæssige fordele ved motion, træning self-efficacy samt fysisk og mental velvære. De forskellige tilsammen 41 % af variationen i opfattede barrierer for træning. Disse variabler var negativt korrelert med opfattelsen af barriererne, hvilket vil sige, at lavere self-efficacy og lavere fysisk og mentalt velvære en person har, jo højere opfattelse af de af barrierne for fysisk bevægelse |
| Nau, T., G. Nolan, and B.J. Smith, <i>Promoting adherence to organised physical activity among socially disadvantaged older people</i> . Ageing and Society, 2019 | Australien | Kvalitativ studie (intervju og fokusgruppinterview) | Socialt dårligt stillede ældre (grs. Alder 76 år, lav socioøkonomisk status, social isolering, handicappet eller fra forskellige kulturer og sprøglige baggrunde) | At undersøge fremmede faktorer og adhærens for fysisk bevægelse (rehabilitationsjob m.m.) for socialet dårligt stillede ældre | Barriererne for fysisk bevægelse for socialet dårligt stillede ældre var: Tørnget helbred, manglende tillighed og manglende motivation for fysisk bevægelse. Studiet konkluderer, at strategierne for at overkomme disse barrierer for denne målgruppe. Tillighed kan fremmes ved at skabe positive og inkluderende oplevelser, sikre stigmafrie miljøer, give muligheder for at skabe personlige forbindelser. Motivation kan forbedres ved at sikre, at aktiviteter er af interesse og funktionel fordel, rehabiliteringsprogrammer er passende og tilstødende, og nydelse prioritieres |
| Osuiji, T., et al., <i>Barriers to physical activity among women in the rural midwest</i> . Women & Health, 2006 | USA | Deskriktiv tværsnitundersøgelse (n=2.510). Telefoninterview. | 2.510 kvinder 18 år+ fra landbefolkningen i Arkansas med bolig under 2 miles fra en offentlig gangsti. 94,6% af deltagerne er hvide | Undersøger kön og indkomstgrupperes indflydelse på det fysiske aktivitetsniveau og de selvoplevede personlige- og omgivelsernes barrierer for fysisk bevægelse. Afhængig variabel er sandsynligheden for ikke at opfylde anbefalingerne for fysisk bevægelse. (Som er: moderat fysisk bevægelse i mindst 150 minutter pr uge) | De hyppigste barrierer for fysiske bevægelser, som mere end 50 % af deltagerne angav: træthed, mangel på tid, dårligt vejr, manglende energi og manglende motivation. Finder do-sis-respons sammenfald mellem antal barrierer mod fysisk bevægelse og sandsynligheden for ikke at opfylde anbefalingerne for fysisk bevægelse. Dosis-respons forholdet var mest udtaalt hos kvinder i høje indkomstgrupper. Årsagen er uklar |
| Palmer, T. and C.A. Jaworski, <i>Exercise prescription for underprivileged minorities</i> . Current Sports Medicine Reports, 2004 | USA | Litteratureview | Kvinder af ethniske minoriteter | Litteraturrennumgang af studier ved de socioøkonomiske grupper, der laver mindst fysisk bevægelse: kvinder, og ethniske subgrupper | Self-efficacy synes at være den vigtigste potentielle faktor for at motivere populationer til øget fysisk bevægelse, idet øget self-efficacy vil få dem til at ønske forhindringer som udfordringer. Self-efficacy boostes af fysisk bevægelse, så et hovedmål er at få folk til at starte med fysisk bevægelse. Gåture anbefales, da det er billigt, sikert og nemt kan implementeres i en hverdag. Oplevelse af barrierer mod fysisk bevægelse varierer mellem befolkningsgrupper, med forskelle i socioøkonomisk status som vigtigste årsag til forskelle i aktivitetsniveau. Både fysisk aktive og inaktive angav samme barrierer: manglende viljestyrke, motivation og energi, helbredsproblemer, hvilket kan betyde at det af nyttebarrierer at vejen ikke nødvendigvis forbedrer fysisk bevægelse. Sorte kvinders barrierer: ikke at ønske at svøde, ødelægge frisen, prioritere at slappe af fremfor at være fysisk aktive. Studiet konkluderer, at skæddersyede interventioner giver bedre effekt på folks fysiske bevægelse. |

| | | | | | |
|--|---------------------------|---|-------------------------------|---|---|
| Pan, S.Y., et al., Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadian adults: A cross-sectional study. BMC Public Health, 2009 | Canada | Tværsnitstudie, spørgeskema | Voksne (15-79 år) | At undersøge barrierer for fysisk bevægelse på tværs af forskellig sociale baggrund | Studiet viser, at indkomsten i familien, selvurderet helbred, intention, self-efficacy, opfattelsen af barrierer og facilitetsstil-gængeligheden var forbundet med fysisk bevægelse. De oplevede sundhedsmæssige fordele ved fysisk bevægelse, uddannelse og familieindkomst var mere fremtrædende for andre, mens indflydelsen af uddannelse var mere vigtig for kvinder, og indflydelsen af de oplevede barrierer var mere fremtrædende for kvinder og yngre. Facilitetsstilgængeligheden var stærkere forbundet med fysisk bevægelse blandt personer med en universitetsgrad end blandt folk med et lavere uddannelsessniveau |
| Pano, G. and L. Markola. 14-18 years old children's attitudes, perception and motivation towards extra-curricular physical activity and sport. Journal of Human Sport and Exercise, 2012 | Albanien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1062) | Gymnasiestuderende (14-18 år) | At undersøge gymnasiestuderendes motivér og barrierer for fysisk bevægelse og sport | Motiverne for fysisk bevægelse: det er sjovt, for at forbedre deres fysiske image Barriererne for fysisk bevægelse: mangel på fritidslid og sportsfaciliteter. Studiet konkluderer, at det er derfor vigtigt at tilbyde flere sportsfaciliteter og muligheder for denne målgruppe, hvis man vil højne deres fysiske bevægelse |
| Pedersen, P.V., et al., Readiness to change level of physical activity in leisure time among physically inactive Danish adults. Scandinavian Journal of Public Health, 2009 | Danmark | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=9.160) | Inaktive voksne (16-79 år) | At undersøge readiness to change i niveauet af fysisk bevægelse i fridten blandt fysisk inaktive voksne og på tværs af socio demografiske variable | Studiet viser, at 52 % af de fysisk inaktive var klar til at ændre deres niveau af fysisk bevægelse. Mænd havde et større odds ift. at være klar til at ændre adfærd'en end kvinderne. Readiness to change faldt med alderen og steg med ens uddannelsesniveau. Dem der var klar til at ændre adfærd, forte en aktiv og social livsstil, der var kendtegnet ved et betydeligt sundhedsorienteret engagement, mens det modsatte kendtegnede dem, der ikke var klar til at ænde adfærd. De der var klar til at ændre adfærd (at lave mere fysisk bevægelse) ønskede hjælp og støtte fra familien. De ikke var klar til at ændre adfærd, ville have hjælp fra en læge eller de ønskede sig ikke hjælp |
| Peissers, J., et al., Acting one's age in physical exercise: do perceived age norms explain autonomous motivation among older adults? Journal of Aging and Physical Activity, 2018 | Belgien | Tværsnitstudie, Spørgeskema (n=409) | Eldre (55 år+) | Undersøge om opførte træningsnormer er forbundet med højere niveauer af motivation | Ældre voksne, der opfattede mere positive træningsnormer var mere autonoma motiveret til at træne. Fundene indikerer at social identitetstilgang og self-determination teori kan være meningsfuldt integreret |
| Perracini, M.R., et al., Physical activity in older people – Case studies of how to make change happen. Best Practice and Research: Clinical Rheumatology, 2017 | Flere lande, ikke angivet | Review Kvalitativt | Eldre mennesker 50+år | Formålet er at opdatere arbejflingerne for fysisk bevægelse er: interaktion med nærværende, glæde ved opmuntring fra andre, glæde ved professionel instruktion, at opnå bedre fysisk kapacitet, bedre selvtillid, fysisk uafhængig, forbedret sundhed og mental velbefindende. Barrierer: opleves af social akavet-hed fm. (fysisk-bevægelse sammen med andre, fysiske begrænsninger (smerte eller ubehag, bekymring mht. at fælle, bekymring ifm. co-morbiditeter), adgangsvanskeligheder til aktiviteter (adgangsforhold til aktiviteter, pris for aktiviteter), prioritering af ikke-idrætsrelaterede aktiviteter, negative holdninger (beliefs) (apati), tro at idræt er irrelevant og ineffektivit, vanens magt) | Ældres motivation for deltagelse i fysisk bevægelse er: interaktion med nærværende, glæde ved opmuntring fra andre, glæde ved professionel instruktion, at opnå bedre fysisk kapacitet, bedre selvtillid, fysisk uafhængig, forbedret sundhed og mental velbefindende. Barrierer: opleves af social akavet-hed fm. (fysisk-bevægelse sammen med andre, fysiske begrænsninger (smerte eller ubehag, bekymring mht. at fælle, bekymring ifm. co-morbiditeter), adgangsvanskeligheder til aktiviteter (adgangsforhold til aktiviteter, pris for aktiviteter), prioritering af ikke-idrætsrelaterede aktiviteter, negative holdninger (beliefs) (apati), tro at idræt er irrelevant og ineffektivit, vanens magt) |
| Poobalan, A.S., et al., Physical activity attitudes, intentions and behaviour among 18-25 year olds: A mixed method study. BMC Public Health, 2012 | Skotland | Mixed studie, spørgeskema og syv fokusgruppe interviews | Unge mellem 18-25 år | At undersøge fysisk bevægelse hos unge (18-25 år) og de faktorer der kan påvirke det, herunder holdninger, motivér og barrierer | Glæde, ens udseende, og det at føle sig godt tilpass var vigtige motivér for denne gruppe for at lave fysisk bevægelse. Studiet konkluderer, at en målrettet intervention ift. at forbedre og oprettholde fysisk bevægelse for denne målgruppe skal inkorporere disse motivér for bevægelse |

| | | | | | |
|--|------------|---|---|--|---|
| Rauzon, T.A., Barriers to participation in physical activity/exercise for women with physical disabilities. 2002 | USA | Tværsnitstudie, spørgeskema med 76 items (n=149) | 149 kvinder med et fysisk handicap mellem 18-65 år | <p>1) Hvilke fysiske barrierer begrænser kvinder med fysisk handicap fra fysisk bevægelse?</p> <p>2) Der kunne ikke dætaklere forskelle pga. af det lave deltagerantal.</p> <p>Studiet adskiller for et større fokus på at appellere mere til kvinder med handicap således at det er nemmere for dem at ses selv lave fysisk bevægelse</p> | <p>1) Social support fra familie og venner; troen på at kunne lave fysisk bevægelse; barrierer i omgivelserne som fx mangel på tid, pris, adgangsforhold til faciliteter, og transportsmuligheder var barrierer for fysisk bevægelse.</p> <p>2,3) Der kunne ikke dætaklere forskelle pga. af det lave deltagerantal.</p> <p>Studiet adskiller for et større fokus på at appellere mere til kvinder med handicap således at det er nemmere for dem at ses selv lave fysisk bevægelse</p> |
| Recours, R.A., M. Souville, and J. Griffet, <i>Expressed motives for informal and club/association-based sports participation</i> . Journal of Leisure Research, 2004 | Frankrig | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=878) | Studerende (14-19 år) | At undersøge motiverne for udformel foreningsbaseret og sportsdeltagelse indtræden? | <p>Resultatet viser, at kvinderne (mere end mændene) er motiveret for sport pga. det sociale element, hvoriom mod at mændenes motiv for fysisk bevægelse i højere grad var drevet af konkurrenceelementet.</p> <p>På tværs af grupperne var den indre motivation mere vigtig for fysisk bevægelse end deres ydre motivation</p> |
| Romelike, K., et al., <i>Similarities and differences in underlying beliefs or socio-cognitive factors related to diet and physical activity in lower-educated Dutch, Turkish, and Moroccan adults in the Netherlands: a focus group study</i> . BMC Public Health, 2016 | Holland | Interviews studie, 14 semi-strukturerede fokusgruppeinterviews med 90 personer fra hhv. Holland, Tyrkiet og Marokko (fokusgruppeinterviewene var opdelt mellem landene), som var lavt uddannede | Lavt uddannede fra hhv. Holland, Tyrkiet og Marokko mel. 22-73 år | <p>Undersøge barrierer, der er relateret til fysisk bevægelse og sund kost ved lavt uddannede fra Holland, Tyrkiet og Marokko</p> | <p>Social støtte kan motiver til et øget niveau af fysisk bevægelse. Fysisk bevægelse sammen med andre var en motiverende faktor.</p> <p>Barrierer for fysisk bevægelse var: Mangel på tid og træthed. Barrierer ift. det religiøse og kulturelle - mænd og kvinder kan ikke træne på det samme sted, og dette opfattes som en barriere hos de Marokanske og Tyrkiske (dette var ikke en faktor for hollænderne)</p> |
| Santos, I., et al., <i>Motivation and barriers for leisure-time physical activity in socioeconomically disadvantaged women</i> . PLoS ONE, 2016 | Australien | Longitudinalt studie | Kvinder 18-46 år, socioøkonomisk dårligt stillet | At undersøge tævernts- og den longitudinelle forbindelse mellem motivation og barrierer for fysisk bevægelse og fysisk aktivitetsafhæld hos kvinder, der er økonominisk dårligt stillet. | <p>Indre motivation blev forbundet med fysisk bevægelse i frididen ved kvinder der er økonominisk dårligt stillet. Fundene viser også at kvinderne, som forsøger at tabe eller oprettholde vægt, rapporterer højere niveauer af indre motivation. Dvs. indre motivation for fysisk bevægelse er en væsentlig faktor ift. at oprettholde ens fysiske bevægelse over tid ved kvinder der prøver at kontrollere deres vægt</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| Shifflett, B., C. Cator, and N. Megginson, <i>Active lifestyle adherence among individuals with and without disabilities</i> . Adapted/Physical Activity quarterly, 1994 | USA | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=203) | Studerende på en bacheloruddannelse | At undersøge adhærens til fysisk livsstil til en aktiv livsstil for individer med og uden fysiske handicaps |
| Slappend, V.V., et al., <i>Barriers from multiple perspectives towards physical activity, sedentary behaviour, physical activity and dietary habits when living in low socio-economic areas in Europe. The Feed4Diabetes Study</i> . International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018 | Seks europæiske lande (Belgien, Bulgarien, Finland, Ungarn, Grækenland, Spanien) | Kvalitativt studie. Fokusgruppeinterview, interview fra særbarne områder, fra flere perspektiver (forældre, lærere, lokalsamfundsmedarbejdere) | Ung europæiske familier, der bor i særbare områder, fra flere perspektiver (forældre, lærere, lokalsamfundsmedarbejdere) | At undersøge de barrierer, som unge fra særbare områder i Europa oplever over for fysisk bevægelse, stillesidende adænd og kostvaner (der er et travægtige livsstilsændring, der kan medføre en med lokal samfundsmedarbejdere) |
| Stavridis, A., S. Kaprinis, and I. Tsiodrannis, <i>Participation's motives in dancing activities. Gender and age as differentiation factors</i> . Mediterranean Journal of Social Sciences, 2015 | Grækenland | Tværsnitundersøgelse, spørgeskema, hvor de kunne vælge mellem ni motiv for at de gør til dans (n=220) | Performance dansere | Undersøge, hvad der motiverer folk til at deltage i dansaktiviteter, herunder speciel performance dans og se om der er forskel mel. kan og alder |
| Stodle, I.V., et al., <i>The experience of motivation and adherence to group-based exercise of Norwegians aged 80 and more. A qualitative study</i> . Archives of Public Health, 2019 | Norge | Kvalitativt studie, syv interviews | Eldre (81-92 år) | At beskrive ældres motivation for at deltage i træningen sammenhørende med deres holdende i en gruppenasaret træningsintervention i deres lokalområde |
| Taylor, T. and K. Tooley, <i>Ethnic barriers to sports participation</i> . Australian Parks & Recreation, 1995 | Australien | Litteratur oversigt / oversigtsartikel | Ikke-europæiske indvandrere til Australien | At undersøge barriere for sponsordeltagelse hos ethniske |

| | | | | | |
|--|------------|--|--|---|---|
| Tischer, U. I., Hartmann-Tews, and C. Combrink, Sport participation of the elderly – the role of gender, age and social class. European Review of Aging and Physical Activity, 2011 | Tyskland | Dataene bygger på forskellige undersøgelser med data fra tværsnitstudier og longitudinale dataset | Ældre | At undersøge, hvad der motiverer ældre til at lave sport | En sund livsstil er den mest omtalte motiverende parametre hos voksne og ældre. Parametrene 'sjov og glæde' er langt mindre fremtredende for ældre end for unge voksne |
| Ubeda-Colomer, J., J. Devís-Devis, and C.H.P. Sit, Barriers to physical activity in university students with disabilities: Differences by sociodemographic variables. Disability and Health Journal, 2019 | Spanien | Tværsnitstudie, spørgesema (n=1.219) | Universitetsstuderende med et handicap (handicap på mindst 33 %), 18-76 år | At identificere barriererne for fysisk bevægelse for universitetsstuderende med et handicap og omrelæt forskellige sociodemografiske variabler | Ud fra den socio-ekologiske model, var de vigtigste barrierer de intrapersonlige: træthed, smede, manglende motivation. Dette var især tilfældet for kvinder, studerende med flere handicaps, dem med et højere grad af handicap og ældre, efterfulgt af det organisationiske (mangel på tilpassede programmer og økonomiske omkostninger), dette var især for dem med flere handicaps, et fysisk handicap og dem med en højere grad af et handicap. På det mellempersonale (interpersonal) niveau var inaktivitet ved ens venner og familie den største barrierer for fysisk bevægelse, dette var især for dem med flere handicaps og de ældre. Huler i gaderne eller andre offentlige rum var den største barrier på samfundsniveau, dette var især for dem med flere handicaps, et fysisk handicap og en højere grad af handicap. De grupper, der havde flest barrierer for fysisk bevægelse, var generelt dem med flere handicaps og med en højere grad af et handicap. Resultatene i studiet viser, at der er et behov for at interventioner til at fremme fysisk bevægelse, der adresserer de vigtigste barrierer, der findes på hvert niveau i den socio-ekologiske model. |
| Varsamis, P. and A. Papadopoulos, Effects of disability and gender on the perceived reasons for participating in sport. International Journal of Learning, 2013 | Grækenland | Kvantitativt og kvalitativt studie. Motoriske test. Psykolog samtales og kognitiv test / interview. Sejvurderede årsager til sportsdeltagelse (16 i alt) | 19 mænd og 19 kvinder, gns. Antal år 20, med fysisk og / eller mentalt handicap | Undersøge motiver for deltagelse i fysiske bevægelser blandt unge med fysisk / mental handicap | Overordnet ligner motivationen den, man finder i normalbefolningen. De 5 hyppigst angivne motivationsfaktorer er: Helbred og sundhed, social interaktion og venskab, sjov og underholdning, fysisk træningsseffekt og at lære sin krops grænser og ydeevne at kende |
| Verloigne, M. et al., Mediating effects of self-efficacy, benefits and barriers on the association between peer and parental factors and physical activity among adolescent girls with a lower educational level. PLoS ONE, 2016 | Belgien | Survey studie, tværsnitundersøgelse, 6 erhvervskoler eller tekniske skoler, 10. klasses elever, N=226 pige deltog, svaprocent på 88% | Unge piger på omrent 16 år (+/- 1 år) i erhvervskoler eller tekniske skoler (havt uddannelsesniveau) | Undersøge betydnigen af venners og forældre for unges fysiske aktivitetsvaner og sammenhænge mellem personlige faktorer som self-efficacy, oplevede gevinst og barrierer | Studiet finder positive sammenhænge mellem venners og forældres 1) hyppighed af deltagelse i fysisk bevægelse, 2) hyppighed af at have fysisk bevægelse sammen med respondenten, og 3) hyppighed af opfordringer til opfordringer til at have fysisk bevægelse og respondentens fysiske aktivitetsniveau (idræt og aktiv transport). De medierende personlige faktorer var gennemgående: 1) self-efficacy, ftf. fysisk bevægelse, 2) glæden ved at være aktiv, 3) at fysisk bevægelse medvirker kedsomhed, og 4) sammenhold med venner og at møde nye mennesker (sidstnævnte dog kun medvirkende mellem venne-faktor og respondentens fysiske aktivitetsniveau). Til gengæld fandt studiet, at oplevede barrierer for fysisk bevægelse (ikke at være god til fysisk bevægelse eller oplevet mange på transportmuligheder til faciliteter) medierede de samme forhold. Eneste barrierer, der mederede udvalgte sammenhænge, var det ikke at have lidte af at have fysisk bevægelse |
| White, S.M., T.R. Wójcicki and E. McAuley, Social cognitive influences on physical activity behavior in middle-aged and older adults. Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences, 2012 | USA | Survey studie, longitudinal med malinger med 18 måneder imellem, N _{baseline} =321 og N _{follow-up} =227, 80% kvinder deltog | Middeldrende og ældre på 50+ år, rekrutteret gennem flyers og emails til ansatte på universitet | Undersøge anvendeligheden af 'Social Cognitive Theory (Bandura)' til at forklare middeldrende og ældres fysiske aktivitetsniveau. Studiet fandt desuden, at self-efficacy var positivt korrelert med forventede fysiske, selv-evaluerede (respondenternes sevillerede) og sociale gevinst ved fysisk aktivitet samt med opnåede mål for fysisk aktivitet (afslænding og med opnåelsen af følgende fysiske begrensninger for fysisk aktivitet). Endelig var ændringer i self-efficacy fra baseline til follow-up korrelert med ændringer i de samme variable som beskrevet ovenfor | |

| | | | | | |
|--|----------|---|---|---|---|
| Young, D.R. and A.C. King, <i>Exercise adherence: determinants of physical activity and behavior change theories</i> . Medicine, Exercise, Nutrition & Health, 1995 | USA | Litteratur review/oversigtsartikel | Ældre, rygere, overvægtige, personer med lav self-efficacy ift. træning, og andre grupper med særlige udfordringer ift. fastholdelse til at være fysisk aktiv | Gennemgang af determinanter for fysisk aktivitets adfærd, kategoriseret i 1) personlige karakteristika, 2) omgivelserne, 3) den fysiske intervention i sig selv | Motivationsfaktorene: troen på helbeds effekt og troen på at kunne være fysisk aktiv (exercise self-efficacy). Barrierer: Mangel på tid, mangel på motivation, angst for at sport er farligt (især hos ældre) 1) demografiske faktorer, helbedsstatus, viden og tiltro til helbedseffekten samt tidlige erfaring med fysisk aktivitet diskuteres. Det antebales at fokusere på de faktorer, som er påvirkelige, når man skal ændre folks motivation til PA. Som fx viden, holdninger, self-efficacy og perception. 2) sociale support, livsugevenheder, nudging, tilgængelighed til idrætsfaciliteter diskuteres. Opmærksomhed på risikofaktorer for frataid og instruktion i forebyggelse af frataid påpeges som vigtige. 3) Der skal være fokus på effektive måder at fjerne barrierer på, samt at udvikle aktiviteter med bred appell (fx gang til ældre og kvinder) |
| Zurft, H.J.F., et al., <i>Perceived benefits and barriers to physical activity in a nationally representative sample in the European Union</i> . Public Health Nutrition, 1999 | EU-lande | Tværsnitundersøgelse, interview-assisteret face-to-face spørgeskema (n=15.239). | Folk fra alle EU-medlemslande | Undersøge folks opfattelse af motiv og barrierer for fysisk bevægelse mellem forskellige sociale beggrunde (alder, køn, uddannelse) | Den vigtigste motivation for fysisk bevægelse var at oprettholde et godt helbred, at få 'løsnet' kroppen op og at komme i god form. Betydningen af sundhedsargumentet er nojagt blandt de ældste og for folk med en grunduddannelse. Den vigtigste barrierer ift. at øge fysisk bevægelse er arbejde eller studietorpligeiser. Den næste barrierer er fordi, at de ikke er den 'sporty type'. Der er forskellige mangste imellem landende imellem. Hvis man kigger på Danmark, skiller vi os især ud ift. at 35% finder det motiverende at lave fysisk bevægelse for at socialisere os med andre, resten af landende liger mi. 6-22% |

Tabelrapport til forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

Kort om artiklerne

De inkluderede studier undersøgte mulighederne for fysisk bevægelse kombineret med forskellige former for social baggrund. I mange studier indgik muligheder i de undersøgte individers lokalområde som en del af forklaringen på fysisk bevægelse sammen med social baggrund. Andre studier tog udgangspunkt i et geografisk områdes muligheder og sammenholdt dette med lokalområdets sammensætning, når det gælder social baggrund. På tværs af studierne dækker begrebet 'muligheder' over det fysiske miljø, dvs. grønne områder, parker, stier, veje, øvrig infrastruktur og idrætsfaciliteter, der muliggør fysisk bevægelse. I studierne bliver social baggrund primært undersøgt som forskelle i socioøkonomisk status, alder, køn, etnicitet og handicap. Social baggrund blev ofte undersøgt på individniveau, men der er også medtaget studier, hvor social baggrund blev undersøgt på områdeniveau. I nedenstående tabel 7 ses de 36 inkluderede artikler.

Tabelrapport

Tabel 7: Tabelrapport til forskningsspørgsmål 3: Hvilke sammenhænge er der mellem menneskers sociale baggrund og deres muligheder for fysisk bevægelse i deres omgivelser?

| Forfatter(e), titel, år | Land(e) | Studietype og metode | Målgruppe(r) | Formål & variabelkategorier | Vigtigste resultater og budskaber |
|--|---|---|-------------------------|---|---|
| Adkins, A., et al., <i>Contextualizing walkability: Do relationships between built environments and walking vary by socioeconomic context?</i> Journal of the American Planning Association, 2017 | USA, Canada, Australien, Sverige og Belgien | Review (n=17 studier) | Voksne, ældre og unge | Hvilken indflydelse har socioøkonomiske forhold (indkomst, etnicitet, udannelse) på sammenhæng mellem gang og det bebyggede miljø (gangvenlighed)? | Omgiveelsene har en mindre betydning for gang for grupper med lavere indkomst eller kortere uddannelse. Der ses en tendens til at denne gruppe går relativt mere i områder med lavere gangvenlighed og omvendt mindre i områder med højere gangvenlighed. Forskellen forklares med flere faktorer. Gruppen kan have lavere adgang til bil, hvilket gør at de oftere bruger aktiv eller offentlig transport. De kan have mere fysisk krævende jobs, der gør at de går mindre i deres nærområde i deres friidt. Endelig forklarer forskellen også med en melodiisk mangl på inddragelse af sociofaktorer i miljøet (social støtte og tryghed i nærområdet), der kan være en vigtig medspillende faktor |
| Bilaladeau, N., et al., <i>Investigating disparities in spatial accessibility to and characteristics of sport facilities: Direction, strength, and spatial scale of associations with area income, Health and Place</i> , 2011 | Paris og Frankrig | Rumlig analyse af idrætsfaciliteter og lokalområders karakteristika | Analyse på områdeniveau | At se på distributionen af idrætsfaciliteter og tilgængeligheden til disse i Paris og betydningen af lokalområders socioøkonomisk status og kvaliteten af faciliteterne | Studiet finder ingen sammenhænge mellem lokalområders socioøkonomiske status og en mindre tilgangelighed af idrætsfaciliteter eller at kvaliteten af faciliteterne er dårligere i disse lokalområder. Studiet finder, at visse facilitetstyper er mindre tilgængelige i lokalområder med lav socioøkonomisk status. Det drejer sig om bl.a. tennishaller og fitnesscentre. Til gengæld er facilitetstyper som boldbaner og større fejlesarealer mere tilgængelige her end i områder med høj socioøkonomisk status. Det diskuteres hvordan distributionen af visse typer af faciliteter hænger sammen med priserne på byggegrund og de foretrukne aktiviteter hos befolkningen i de respektive områder (høj lav socioøkonomisk status) |

| | | | | | |
|--|---------------------|---|--|---|--|
| Boone-Heinonen, J. and P. Gordon-Larsen, <i>Life stage and sex specificities in relationships between the built and socio-economic environments and physical activity</i> . Journal of Epidemiology and Community Health, 2011 | USA | Både tværsnit og langtidsnitet studie (n=20.745) | Unge 11-22 år | Hvilken betydning har alder og alder for sammenhængen mellem fysisk bevægelse (moderat til højt fysisk bevægelse) og det fysiske miljø? | Et varieret bebyggeligt miljø og mindre kriminalitet har ens (positive) betydning for unge piger og drenge fysiske aktivitetsniveau (MVPA). Tætere bebyggedes områder med et mere udbygget og sammenhængende vejnet havde en negativ sammenhæng for pigeernes fysiske bevægelse, men ingen betydning for dragenes. Forskellen kunne skyldes at pigerne var mere følsomme overfor fx øget trafik, eller der kunne være en sammenhæng med fx oplevet tryghed. Antallet af betalingsfaciliteter havde hverken betydning for dragenes eller pigeernes fysiske bevægelse |
| Burton, N.W., G. Turrell, and B. Oldenburg, <i>Participation in recreational physical activity: Why do socio-economic groups differ?</i> Health Education and Behavior, 2003 | Australien | Kvalitativt studie, Interview (n=60) | Voksne 18-60 år, 10 kvinder og 10 mænd i tre forskellige indkomstgrupper | Hvordan faktorer har indflydelse på rekreativ fysisk bevægelse på tværs af indkomstgrupper? | På tværs af de tre grupper blev der lagt lige stor vægt på miljømæssige faktorer som lav kriminalitet, venlige naboer, gadelys og gode stier. Gruppen med højst indkomst var mere tilbøjelig til at se flere fordele ved fysisk bevægelse fx socialt netværk og balance et inaktivt arbejde med et aktiv fritid. For gruppen med lavest indkomst var adgang til faciliteter og transportmuligheder i mere fremtræden barriere. Denne gruppe talte også mere om dårligt helbred og fysisk som en barriere. Kønsforskellene bestod i mængden ofte e hav udtryk for en indre motivation og glæde ved fysisk bevægelse og konkurrence, mens kvinderne ofte gav udtryk for sundhed- og vægtrelaterede motivationsfaktorer |
| Cerlin, E. and E. Leslie, <i>How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity</i> . Social Science and Medicine, 2008 | Australien | Tværsnitstudie (n=2.194) | Voksne 20-65 år | Hvilke faktorer kan forklare forskellen i fysisk bevægelse på tværs af grupper og områder med forskellige uddannelse og indkomst? | Respondenter med lavere indkomst angav dårligere adgang til faciliteter og flere fysiske barrierer i nærområdet for gang, samtidig havde respondenter der boede i områder med lavere indkomst, flere åbne områder, flere holdsporthaller, men mindre æstetiske indbydende omgivelser og færre individuelle sportsfaciliteter. Mediatisationsanalysene onkring sammenhængen mellem socioøkonomisk status og fysisk bevægelse viste, at de personlige og sociale faktorer forklarer størstedelen. Indsatser i områder med lavere socioøkonomisk status skal derved anvende en helhedsorienteret tilgang og fremme sociale og individuelle faktorer samtidig med forbedringer af de bebyggede miljø |
| Cleland, V.J., et al., <i>Personal, social and environmental correlates of resilience to physical inactivity among women from socio-economically disadvantaged backgrounds</i> . Health Education Research, 2010 | Australien | Stratificeret tværsnitstudie (n=291), hvor dem med lavest socioøkonomisk status vælges ud af en større sample (n=2.400). | Kvinder med lav ud-dannelse | Atdække karakteristikaene hos kvinder fra lav socioøkonomisk status, som laver fysisk bevægelse. Karakteristikaene bliver opdelt på hvilke personlige-faktorer og sociale-faktorer og omgivelsernes faktorer for fysisk bevægelse | De stærkeste forklarende faktorer for fysisk bevægelse skal findes på det personlige plan: glæden ved aktiviteten og self-efficacy, hvor de sociale faktorer og omgivelsesfaktorer er mindre forklarer faktorer til, hvorfor kvinder med lav socioøkonomisk status er fysisk aktive |
| Compernolle, S., et al., <i>Physical environmental correlates of domain-specific sedentary behaviours across five European regions (the SPOTLIGHT Project)</i> , PLOS ONE, 2016 | Fem europæiske byer | Tværsnitstudie, 60 tilfældige lokalområder i fem byområder, hvor der er sendt spørgerækken ud (n=5.205). Sammenholdes med objektive analyser af konteksten med google street view | Voksne | Undersøger sammenhænge mellem den opfattede og objektivt målte karakteristika af lokalområder (sikkerhed, æstetik, destinationer og funktionaltet) med stilesiddende adfærd | Mindre stilesiddende adfærd observeres hos respondenter, som opfatter deres lokalområde med flere destinationer, og hvor der objektivt målt er flere grønne områder (øget æstetik). Sammenhængen er meget svag og nogle af de moderede faktorer peger i forskellige retninger - der kan ikke drages entydige konklusioner i dette studie |

| | | | | | |
|---|-------------|---|--|---|--|
| Cutumisu, N and J.C. Spence, <i>Sport fields as potential catalysts for physical activity in the neighbourhood.</i> International Journal of Environmental Research and Public Health, 2012 | Canada | Tværsnitstudie. Spørgeskema (n=2.879) sammenholdt med GIS-analysen af lokalområder, ift. walkability, faciliteter, sikkerthed, socioøkonomisk status osv. | Voksne | Sammenhængen mellem objektive og subjektive vurderinger af faciliteter, nabolag og indbydelses på fysisk bevægelse | Studiet finder at adgang til faciliteter (objektivt målt) sammen med personlige faktorer som alder, køn og udannelsese niveau samt self-efficacy øger chancen for at individuer deltager i de anbefalede mængder fysisk bevægelse. Der var dog ikke sammenhænge mellem individers opfattelse af adgang til faciliteter og deres fysiske bevægelse. Der er således forskel på objektivt og subjektivt vurdering af omgivelserne. Flere forhind kan dog spille ind på resultaterne, herunder tidspunktet for spørgeskemaet og at kvaliteten af de faciliteter der er med i undersøgelsen, ikke er medtaget |
| Elme, R.M., et al., <i>The relationship of sport participation to provision of sports facilities and socioeconomic status: a geographical analysis.</i> Australian and New Zealand Journal of Public Health, 2017 | Australien | Tværsnitstudie. Analyse af medlemsdata for bestemte aktiviteter (n=488.693) og GIS analyse af faciliteter | Børn og unge der dyrker bestemte aktiviteter | Erf der en sammenhæng mellem deltagelse i bestemte idrætsgrupper og tilgængeligheden af faciliteter til samme aktiviteter. Opdelt på by- og landområder | Studiet finder, at der er stor variation i idrætsdeltagelse og facilitetsdeltagelsen i staten, hvilket tilskrives forskelle i befolkning- og facilitetsstørrelsen og tilgængeligheden. Der er en positiv sammenhæng mellem deltagelse i specifikke aktiviteter og tilstedeværelsen af faciliteter til de pågældende aktiviteter uanset om det er i byen eller på landet. Disse sammenhænge findes stadig når der kontrolleres for socioøkonomisk status. Landområder har bedre facilitetsdekning end byområder. Studiet kan dog ikke si hvilken retning kausaliteten går - om det er øget udbud af faciliteter, der driver aktivitetsdeltagelsen eller om det er en øget deltagelse, der øger effekspresjen efter faciliteter (som så bliver bygget) |
| Ellaway, A., et al., <i>Associations between access to recreational physical activity facilities and body mass index in Scottish adults.</i> BMC Public Health, 2017 | Skotland | National tværsnitstudie (n=6.365) samt GIS-data | Voksne | At sammenkæde individuelt sundhedsstørrelse (BMI), alder, køn, sygdom, kost osv.) med objektive områdetilgængelighed (faciliteter, netværksdensitet, infrastruktur osv.) | Studier finder sammenhænge mellem tilgængelighed til idrætsfaciliteter og lav BMI. Der bliver dog ikke fundet en signifikant sammenhæng mellem tilgængelighed og fysisk bevægelse når der kontrolleres for alder, køn, socioøkonomisk status, sygdom, kostosm. Konklusionen er at planlægning af idrætsfaciliteter ikke kun bør fokusere på rigtigfartig i lokalområderne når der skal placeres faciliteter. Ejerskab eller adgang til bil har mindst ligge så stor indflydelse på tilgængelighed af faciliteter som socioøkonomisk status på område-niveau |
| Ferguson, N.S., et al., <i>Access to recreational/physical activities by car and bus: An assessment of socio-spatial inequities in mainland Scotland.</i> PLOS ONE, 2013 | Skotland | GIS analyse sammenholdt med registerdata på områdeniveau | Flere | Undersøger ulighed i adgang (tid til destination i bil eller bus) til faciliteter på basis af forskellige socioøkonomiske variabler (faciliteter, netværksdensitet, infrastruktur osv.) | Studiet finder, at folk med bil har en høj tilgængelighed til idrætsfaciliteter - uanset om de bor i rigtig eller fattige områder. Hvis man bruger bus for at komme til idrætsaktiviteter, så er der kortere til faciliteter, hvis man bor i et fattigt område. Konklusionen er at planlægning af idrætsfaciliteter ikke kun bør fokusere på rigtigfartig i lokalområderne når der skal placeres faciliteter. Ejerskab eller adgang til bil har mindst ligge så stor indflydelse på tilgængelighed af faciliteter som socioøkonomisk status på område-niveau |
| Frost, S.S., et al., <i>Effects of the built environment on physical activity of adults living in rural settings.</i> American Journal of Health Promotion, 2010 | Flere lande | Review (n=20, 16 kvantitative studier og 4 kvalitative) | Flere | Hvilken betydningen har det bebyggede miljø på fysisk bevægelse for voksne i landdistrikterne? | Der er en positiv sammenhæng mellem fysisk bevægelse og det bebyggede miljø på følgende parametre; opfattelsen af æstetikken-, stier-, sikkerheden imod kriminalitet eller trafik-, tilstedeværelsen af rekreative faciliteter-, parker- og gangvenigheden imellem destinationerne i miljøet for voksne landdistrikterne. Fortove, trækk'en og gadebevæsningen var tre parametre, der ikke konsekvent var forbundet med en positiv sammenhæng med fysisk bevægelse for voksne folk i landdistrikterne |
| Giles-Corti, B. and R.J. Donovan, <i>Socioeconomic status differences in recreational physical activity levels and real and perceived access to a supportive physical environment.</i> Preventive Medicine, 2002 | Australien | Tværsnitstudie (n=1.803) | Voksne (18-59 år) | Ved at bruge objektive samt subjektivt opfattede mål for tilgængelighed til faciliteter ved at personers selvopfattede adfærd for fysisk bevægelse og socioøkonomisk status | Studiet finder at respondenter i lav-socioøkonomiske områder har bedre adgang til faciliteter (undtagen tennisbaner og strand). Men selvom tilgængeligheden er større, er de mindre tilbøjelige til at bruge faciliteterne (med undtagelse af svammefaciliteter). Resultatene viser også at sociale og kulturelle faktorer tilhørende forskellige socioøkonomiske områder kan have betydning for deltagelse i fysisk bevægelse såvel som de oprattede barrierer for at benytte faciliteter |

| | | | | | |
|--|--|---|------------------------|---|--|
| Higgerson, J., et al., <i>Impact of free access to leisure facilities and community outreach on inequalities in physical activity: a quasi-experimental study</i> . Journal of Epidemiology & Community Health, 2018 | England | Interventionsstudie, hvor man gør adgangen gratis til bestemte idrætscentre. Analyse af data fra indgående i centrene (medlemstilstrækning), N=1.556. 533 | Alle voksne over 16 år | Hvilken ændring sker der i brugen af idrætsanstalter, hvis adgang er gratis og en øget markering/invitasionsindsats? | Indsatserne var gratis adgang til fitnesscentre og svømmehaller, sammen med introduktionsarrangementer og marketing-sindstads for at engagere flere borgere i byen (150.000 indbyggere). Der kunne måles en fremsgang på 64% i brugen af facilitetene efter indsatserne. Målingen på befolkningssniveau viste en stigning på 4% i andelen af borgere der lavede fysisk bevægelse, hvilket var mere udtaalt for borgere ansat i håndværk og industri eller uden job |
| Hillsdon, M., et al., <i>An assessment of the relevance of the home neighbourhood for understanding environmental influences on physical activity: How far from home do people roam?</i> International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2015 | England | Tværsnitstudie (n=195) fordelt på 60 lokaliteter i Nordvest England. Målt med accelerometer og GPS | Voksne over 18 | At måle, hvor aktive respondenterne er ift. hvor langt væk fra deres hjem de tager for at være aktive, kombineret med baggrundsvariable | Studiet finder, at de fleste tager længere væk end 800 m (10 m gang) fra deres hjem/hablag for at være aktive, hvorfra karakteren ved et nabohus derved end dårlig til at forudsige om folk er aktive. Mænd tager længere væk end kvinder for at være aktive, det samme gør sig gældende for folk på landet, højere socioøkonomisk status, nabohus og blyejere |
| Hoekman, R., K. Breedveld, and G. Kraaykamp. <i>Sport participation and the social and physical environment: explaining differences between urban and rural areas in the Netherlands</i> . Leisure Studies, 2017 | Holland | Tværsnitstudie (n=17.910) af database fra arden underøgsse. Kombineret med forskellige geografiske og demografiske databaser med respondenternes GIS-oplysninger. | 6-79 år | Undersøger om idrætsdeltagelse ofte hænger sammen med urbaniseringgrad (højere på landet end i byen pga. bl.a. tryghed) og/eller større variation af idrætsanlæg samt nærheden til anlæggene | Studiet finder ikke en stor forskel i ugentlig idrætsdeltagelse mellem land og by. Hvad der har større betydning for idrætsdeltagelse, er socioøkonomisk status i lokalområder og til en vis grad antallet af forskellige typer af faciliteter der er tilgængelige. Studiet understregter behovet for at medtage alle niveauer (individ, anlæg, lokalområde osv.) i forklaringsmodeller for idrætsdeltagelse |
| Jacobs, J., et al., <i>Variation in the physical activity environment according to area-level socio-economic position—A systematic review</i> . Obesity Reviews, 2019 | USA, Australien, Europa (et fra Danmark) | Review (n=59 studier) | - | Hvordan varierer muligheden for fysisk bevægelse ift. socioøkonomiske faktorer? | Resultaterne blev opdelt på gang-cykkelvenlighed, adgangen til grønne områder og adgangen til faciliteter (legepladser og cykelstier). For gang-cykkelvenlighed var der blandede resultater. Generelt set var der en tendens til at stier og faciliteter for gang og cykling var bedre områder med højere socioøkonomisk status, mens der var tænkt betydeligere og flere destinationer i områder med lavere socioøkonomisk status. Adgang til og udbredelse af grønne områder var meget varierende uden en klar tendens. Det samme galt legepladser og idrætsfaciliteter. |
| Karusisi, N., et al., <i>Spatial accessibility to specific sport facilities and corresponding sport practice—the RECORD Study</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2013 | Frankrig (Paris) | Kohortestudie (n=7.290). Der ses på holdidræster, kætcher-spil, svømming og fitness. Sammenholdt med GIS-oplysninger om idrætsanlægs placering | Voksne over 30 år | Find sammenhænge mellem spatial tilgængelighed til specifikke typer af idrætsfaciliteter og udøvelsen af de pågældende idrætsøgnee samtidig med, at der kontrolleres for social baggrund på individ og lokalområde niveauer | Studiet finder, at svømming hænger sammen med adgang til svømmehaller, men at den sammenhæng ikke kan findes tilsvarende for fitness, holdsport (bl.a. boldspil) eller kætcher-sport. Visse socioøkonomiske faktorer kan 'ophæve' den geografiske pågældende idrætsøgnee samtidig med, at der kontrolleres for social baggrund på individ og lokalområde niveauer |

| | | | | | |
|---|----------|--|---|--|--|
| Kokolakis, T., F. Lera-Lopez, and P. Castielanos. <i>Regional differences in sports participation: The case of local authorities in England</i> . International Journal of Sport Finance, 2014. | England | Tværsnitstudie, nationalt spørgeskema (n=166 000) | Voksne over 16 år | Hvilke faktorer kan forklare forskellen i idrætsdeltagelse mellem 325 engelske kommuner? | Analyser viser, at forskelle i udannelse, indkomst, etnicitet og indbyggertal kan forklare noget af variationen. Andelen af frivillige er også en betydelig faktor, mens adgang til sportsfaciliteter eller kommuners økonomiske støtte til området ikke var med til at forklare forskellen. Der peges på, at faciliteter ikke er ubetydelige, men at fordelingen mellem kommunerne ikke er stor pga. politiske og kapitalistiske mekanismer |
| Lamb, K.F., et al. <i>Spatial distribution of access to facilities for moderate and vigorous intensity physical activity in Scotland by different modes of transport</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2012. | Skotland | GIS analyse af fordelingen af faciliteter ift. område-SES | = | Undersøge sammenhængen mellem område-socioøkonomisk status og adgang til sportsfaciliteter og transportniveau | Studiet finder, at dem der bor i mere velhavende kvarterer/nabolag, har dærtigere adgang til idrætsfaciliteter, men dette opbeves når adgang til bil tages med i modellerne |
| Langlois, L.J., et al., <i>Systematic mapping review of the factors influencing physical activity and sedentary behaviour in ethnic minority groups in Europe: A DEPIAC study</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2017 | Europa | Review (41 kvantitative artikler; 22 kvalitative artikler) | Minoritetsgrupper | Udpege faktorer af betydning for fysisk bevægelse for minoritetsgrupper. Individuelle, kulturelle, religiøse mm. | Tilgængelige sportsfaciliteter, mangel på passende aktiviteter og mangl på kultur/tønsme faciliteter var de mest udbredte faktorer ift. omgivelsernes betydning for fysisk bevægelse for minoritetsgrupper i Europæiske lande |
| Lee, R.E., C. Cubbin, and M. Winkley, <i>Contribution of neighbourhood socioeconomic status and physical activity resources to physical activity among women</i> . Journal of Epidemiology and Community Health, 2007 | USA | Longitudinelt, spørgeskema (n=2672) 1980, 1985 og 1990 | Kvinder – 25-75 år | Erl adgang til muligheder/medier for fritidsparti mellem socioøkonomisk status og fysisk bevægelse | Studiet finder, at kvinder fra lav socioøkonomisk status overordnet har et højere energiforbrug (arbejde/transport) end kvinder fra høj socioøkonomisk status/område/nabolag, som dog dyrker mere idræt på mere fritid. Bedre adgang for kvinder fra lav-socioøkonomisk område/nabolag til faciliteter kan have en positiv effekt på deres fysiske bevægelse omend det kommer an på kvaliteten af de pågældende faciliteter. |
| Liu, Y., P. Taylor, and S. Shibli, <i>Sport equity: Benchmarking the performance of English public sport facilities</i> . European Sport Management Quarterly, 2009 | England | Longitudinelt spørgeskema. Gentaget brugerundersøgelse af idrætsfaciliteter 1997, 2001, 2006 og 2007 | Erl målgruppen underrepræsenteret i brugen af idrætsfaciliteter | Brugere af idrætsfaciliteter – fokus på fem bestemte målgrupper (yngre, ældre, handicappede, lav socioøkonomisk status og minoritetsgrupper) | Målgrupperne: ældre borgere (60+) og dem med lav socioøkonomisk status er generelt underrepræsenteret i brugen af idrætsfaciliteter |

| | | | | | |
|--|---------------------------------------|---|-----------------|---|---|
| Mayne, D.J., et al., <i>The contribution of area-level walkability to geographic variation in physical activity: A spatial analysis of 95 337 participants from the 45 and Up Study living in Sydney, Australia</i> . Population Health Metrics, 2017 | Australien | Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse (n=95.837) | Voksne +45 år | Hvilke sammenhænge er der mellem et område gangvenligt og respondenteres fysiske bevægelse? | Gangvenigheden defineret som lætttere byggede områder, med flere destinationer og forurenset vejnetværk var korreleret med gang, og de levede op til anbefalingerne om fysisk bevægelse. Individuelle faktorer som uddannelse, indkomst og alder har ligedeles en betydning for fysisk bevægelse, men omgivelsernes betydning var ens for på tværs af socioøkonomisk status |
| O'Donoghue, G., et al., <i>A systematic review of correlates of sedentary behaviour in adults aged 18-65 years: A socio-ecological approach</i> . BMC Public Health, 2016 | USA, Canada, Europa og Australien/ NZ | Review | 18-65 år | Hvilke faktorer har betydning for stillsiddende adfærd? | Generelt set var sammenhængen mellem miljømæssige faktorer og stillsiddende adfærd svag og varierende. Der var dog mere konsistens i at adgangen til grønne områder nedsatte den stillsiddende tid, og at folk der bor i mere landlige omgivelser, bruger længere tid på stillsiddende transport. Der var meget få analyser af interaktionen af socioøkonomisk status og omgivelserne ift. stillsiddende adfærd |
| Panter, J., A. Jones, and M. Hillsdon, <i>Equity of access to physical activity facilities in an English city</i> . Preventive Medicine, 2008 | England | Spørgeskemaundersøgelse (n=401) og GIS (afstand til faciliteter) | Voksne +16 år | Adgang til sportsfaciliteter og sammenhæng med fysisk bevægelse og socioøkonomisk status | Studiet finder, at jo fattigere lokalområde du bor i, desto længere er der til idrætsfaciliteter. Det er også denne gruppe, der har det laveste aktivitetsniveau, hvilket måske kan skyldes dårligere adgang til faciliteter |
| Pascual, C., et al., <i>Socioeconomic environment, availability of sports facilities, and jogging, swimming and gym use</i> . Health and Place, 2009 | Spanien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=25982) og område-variable (swimming pools og gyms) | 25-74 år | Sammenhængen mellem sportsfaciliteter, socioøkonomi og jogging, svømming og fitness | Studiet finder, at der er flere svømmere og fitnessbrugere i provinser med bedre økonomi, mens folk i fattigere provinser dyrker mere jogging. Men der er ingen sammenhæng med antallet af faciliteter og antallet af udovere |
| Pascual, C., et al., <i>Sports facilities in Madrid explain the relationship between neighbourhood economic context and physical inactivity in older people, but not in younger adults: A case study</i> . Journal of Epidemiology and Community Health, 2013 | Spanien | Tværsnitundersøgelse, spørgeskema (n=6007) | Voksne 16-74 år | Betyder adgang til sportsfaciliteter noget for fysisk bevægelse og er det afhængig af socioøkonomi/aldersgrupper? | Studiet finder, at de fattigste områder har flest inaktive og at tilgængelighed til idrætsfaciliteter betyder noget for aktivitetsniveauet – mest for de ældre +50år og især kvinder+50 år |

| | | | | |
|---|-------------|--|--------------------------------------|---|
| Pascual, C., et al., <i>The association of current and sustained area-based adverse socio-economic environment with physical inactivity</i> . Social Science and Medicine, 2007 | Spanien | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=19.324) og område-based diverse socio-sportsfaciliteter | 16-74 år | Har områdets økonomske tilstand betydning for befolkningens fysiske inaktivitet og kan det forklares med antal sportsfaciliteter? |
| Prince, S.A., et al., <i>Why are adult women physically active? A systematic review of prospective cohort studies to identify intrapersonal, social environmental and physical environmental determinants</i> . Obesity Reviews, 2016 | Flere lande | Review (prospektiv, 97 artikler blev inkluderet) | Kvinder 18-65år | Sammenhang mellem fysisk bevirgelse og individuelle og miljømæssige faktorer |
| Riva, M., L. Gauvin, and L. Richard. <i>Use of local area facilities for involvement in physical activity in Canada: Insights for developing environmental and policy interventions</i> . Health Promotion International, 2007 | Canada | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1006) | Voksne 25-55 år | Sammenhang mellem brug af lokale faciliteter og forskellige faktorer (køn, alder, ses, FA) |
| Rovniak, L.S., et al., <i>Adults' physical activity patterns across life domains: Cluster analysis with replication</i> . Health Psychology, 2010 | USA | Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1689) og clusteranalyse | Voksne 20-65 år | Hvordan kan voksne aktivitetsmænster kategoriseres og hvilken sammenhæng har det med individuelle og miljømæssige faktorer? |
| Sæbø, M. <i>Physical disability and physical activity: a review of the literature on correlates and associations</i> . European Journal of Adapted Physical Activity, 2010 | Flere lande | Review (57 artikler) | Voksne 16-65 år med fysiske handicap | Sammenhæng mellem fysisk bevirgelse og faktorer for voksne med fysiske handicap |

| | | | | |
|---|------------------------------------|---|---|---|
| Salvo, G., et al., Neighborhood built environment influences on physical activity among adults: A systematic review of qualitative evidence. International Journal of Environmental Research and Public Health., 2018 | Review (n= 36 kvalitativt studier) | Voksne | Hvilken betydningen har miljøet for fysisk bevægelse? | De 36 studier har forskellige populationer ift. køn, alder og ethnicity. På tværs af disse finder forfatterne, at sikkerhed fra kriminalitet og i trækkene oftest bliver omstalt. Derudover er passende destinationer både ift. aktiv transport og ift. idrætsdeltagelse også meget omstalt. Endelig bliver æstetiske og funktionelle faktorer også omstalt ca. halvdelen af studiene. Her nævnes fx grønne områder og vedligeholdelse af stier og fortov. Forfatterne nævner også, at omgivelserne kan have større eller mindre direkte omvendt betydning for forskellige grupper. Det lægges bl.a. mycket vægt på særlig mulighed for et trygt og sikker nærområde og destinationer tæt på, og for etniske minoriteter mulighed for at være fysisk aktive i passende kulturelle sammenhænge |
| Smith, M., et al., Systematic literature review of built environment effects on physical activity and active transport – an update and new findings on health equity. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2017 | Flere lande | Review af interventioner | Børn og voksne | Hvilken effekt har interventionen i det bebyggede miljø for fysisk bevægelse og aktiv transport, og er der forskellige effekter for forskellige befolkningsgrupper? |
| Todd, M., et al., GIS-measured walkability, transit, and recreation environments in relation to older adults' physical activity: A latent profile analysis. Preventive Medicine, 2016 | USA | Tværsnitstudie, spørreskema (n=714) og GIS analyser | Ældre 66-97 år | Kategorisering af det bebyggede miljø og sammenhængen med ældres aktivitet og demografi |

Litteraturliste

- Abildso, C.G., et al., *Built environment and psychosocial factors associated with trail proximity and use*. American Journal of Health Behavior, 2007. 31(4): p. 374-383.
- Adkins, A., et al., *Contextualizing walkability: Do relationships between built environments and walking vary by socioeconomic context?* Journal of the American Planning Association, 2017. 83(3): p. 296-314.
- Alexandris, K. and B. Carroll, *Motives for recreational sport participation in Greece: Implications for planning and provision of sport services*. European Physical Education Review, 1997. 3(2): p. 129-143.
- Baert, V., et al., *Motivators and barriers for physical activity in the oldest old: A systematic review*. Ageing Research Reviews, 2011. 10(4): p. 464-474.
- Ball, K., et al., *How can socio-economic differences in physical activity among women be explained? A qualitative study*. Women and Health, 2006. 43(1): p. 93-113.
- Ball, K., et al., *Personal, social and environmental determinants of educational inequalities in walking: A multilevel study*. Journal of Epidemiology and Community Health, 2007. 61(2): p. 108-114.
- Bamana, A., S. Tessier, and A. Vuillemin, *Association of perceived environment with meeting public health recommendations for physical activity in seven European countries*. Journal of Public Health, 2008. 30(3): p. 274-281.
- Bauman, A.E., et al., *Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?* Lancet (British edition), 2012. 379(9838): p. 258-271.
- Billaudeau, N., et al., *Investigating disparities in spatial accessibility to and characteristics of sport facilities: Direction, strength, and spatial scale of associations with area income*. Health and Place, 2011. 17(1): p. 114-121.
- Bird, S., et al., *Factors influencing the physical activity levels of older people from culturally-diverse communities: An Australian experience*. Ageing and Society, 2009. 29(8): p. 1275-1294.
- Blinde, E.M. and S.G. McCallister, *Women, disability, and sport and physical fitness activity: The intersection of gender and disability dynamics*. Research Quarterly for Exercise and Sport, 1999. 70(3): p. 303-312.
- Bodenmann, A., et al., *Gründe für sportliche Aktivität versus Inaktivität der Baselstädtischen Bevölkerung 1988*. Sozial- und Präventivmedizin SPM, 1990. 35(4-5): p. 164-169.
- Boone-Heinonen, J. and P. Gordon-Larsen, *Life stage and sex specificity in relationships between the built and socioeconomic environments and physical activity*. Journal of Epidemiology and Community Health, 2011. 65(10): p. 847-852.
- Booth, A.O., et al., *Diet and physical activity in the self-management of type 2 diabetes: barriers and facilitators identified by patients and health professionals*. Primary health care research & development, 2013. 14(3): p. 293-306.

- Booth, M.L., A. Bauman, and N. Owen, *Perceived barriers to physical activity among older Australians*. Journal of Aging and Physical Activity, 2002. 10(3): p. 271-280.
- Boothby, J., M.F. Tungatt, and A.R. Townsend, *Ceasing participation in sports activity: reported reasons and their implications*. Journal of Leisure Research, 1981. 13(1): p. 1-14.
- Borodulin, K., et al., *Socio-demographic and behavioral variation in barriers to leisure-time physical activity*. Scandinavian Journal of Public Health, 2016. 44(1): p. 62-69.
- Bragg, M.A., et al., *Motivators of and barriers to engaging in physical activity: Perspectives of low-income culturally diverse adolescents and adults*. American Journal of Health Education, 2009. 40(3): p. 146-154.
- Burton, N.W., G. Turrell, and B. Oldenburg, *Participation in recreational physical activity: Why do socioeconomic groups differ?* Health Education and Behavior, 2003. 30(2): p. 225-244.
- Calogiuri, G. and L.R. Elliott, *Why do people exercise in natural environments? Norwegian adults' motives for nature-, gym-, and sports-based exercise*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2017. 14(4).
- Calogiuri, G. and S. Chroni, *The impact of the natural environment on the promotion of active living: An integrative systematic review*. BMC Public Health, 2014. 14(1).
- Caperchione, C.M., et al., *Physical activity behaviours of culturally and linguistically diverse (CALD) women living in Australia: A qualitative study of socio-cultural influences*. BMC Public Health, 2011. 11.
- Carlson, J.A., et al., *Interactions between psychosocial and built environment factors in explaining older adults' physical activity*. Preventive Medicine, 2012. 54(1): p. 68-73.
- Carnegie, M.A., et al., *Perceptions of the physical environment, stage of change for physical activity, and walking among australian adults*. Research Quarterly for Exercise and Sport, 2002. 73(2): p. 146-155.
- Carraça, E.V., et al., *Lack of interest in physical activity – individual and environmental attributes in adults across Europe: The SPOTLIGHT project*. Preventive Medicine, 2018. 111: p. 41-48.
- Casey, M., et al., *Characteristics of physically active and inactive men from low socioeconomic communities and housing estates: A qualitative study using the socioecological model*. Annals of Leisure Research, 2011. 14(1): p. 1-21.
- Cerin, E. and E. Leslie, *How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity*. Social Science and Medicine, 2008. 66(12): p. 2596-2609.
- Cleland, C.L., et al., *Identifying solutions to increase participation in physical activity interventions within a socio-economically disadvantaged community: a qualitative study*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2014. 11(68).
- Cleland, V.J., et al., *Personal, social and environmental correlates of resilience to physical inactivity among women from socio-economically disadvantaged backgrounds*. Health Education Research, 2010. 25(2): p. 268-281.

- Compernolle, S., et al., *Physical environmental correlates of domain-specific sedentary behaviours across five european regions (the SPOTLIGHT Project)*. PLoS ONE, 2016. 11(10).
- Costello, E., et al., *Motivators, barriers, and beliefs regarding physical activity in an older adult population*. Journal of Geriatric Physical Therapy, 2011. 34(3): p. 138-147.
- Cutumisu, N. and J.C. Spence, *Sport fields as potential catalysts for physical activity in the neighbourhood*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2012. 9(1): p. 294-314.
- Deelen, I., D. Ettema, and C.B.M. Kamphuis, *Sports participation in sport clubs, gyms or public spaces: How users of different sports settings differ in their motivations, goals, and sports frequency*. PLoS ONE, 2018. 13(10).
- Downward, P., F. Lera-López, and S. Rasciute, *The correlates of sports participation in Europe*. European Journal of Sport Science, 2014. 14(6): p. 592-602.
- Dyck, D.v., et al., *Who participates in running events? Socio-demographic characteristics, psychosocial factors and barriers as correlates of non-participation – a pilot study in Belgium*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2017. 14(11): p. 1315-1315.
- Eakins, J., *An analysis of the determinants of sports participation and time spent in different sporting contexts*. Managing Sport and Leisure, 2018. 23(3): p. 157-173.
- Eime, R.M., et al., *The relationship of sport participation to provision of sports facilities and socioeconomic status: a geographical analysis*. Australian and New Zealand Journal of Public Health, 2017. 41(3): p. 248-255.
- Ellaway, A., et al., *Associations between access to recreational physical activity facilities and body mass index in Scottish adults*. BMC Public Health, 2016. 16(1).
- Emrich, E., *Soziale Determinanten sportlicher Aktivitaeten im Alter – versuch einer empirischen Analyse*. Sportunterricht, 1985. 34(9): p. 341-346.
- Engbers, L.H. and I.J.M. Hendriksen, *Characteristics of a population of commuter cyclists in the Netherlands: Perceived barriers and facilitators in the personal, social and physical environment*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2010. 7(89).
- Eyler, A.A. and J.R. Vest, *Environmental and policy factors related to physical activity in rural white women*. Women & Health, 2002. 36(2): p. 111.
- Ferguson, N.S., et al., *Access to recreational physical activities by car and bus: An assessment of socio-spatial inequalities in mainland Scotland*. PLoS ONE, 2013. 8(2).
- Frost, S.S., et al., *Effects of the built environment on physical activity of adults living in rural settings*. American Journal of Health Promotion, 2010. 24(4): p. 267-283.
- Gay, J.L., R.P. Saunders, and M. Dowda, *The relationship of physical activity and the built environment within the context of self-determination theory*. Annals of Behavioral Medicine, 2011. 42(2): p. 188-196.

- Giles-Corti, B. and R.J. Donovan, *Socioeconomic status differences in recreational physical activity levels and real and perceived access to a supportive physical environment*. Preventive Medicine, 2002. 35(6): p. 601-611.
- Giles-Corti, B. and R.J. Donovan, *The relative influence of individual, social and physical environment determinants of physical activity*. Social Science & Medicine, 2002. 54(12): p. 1793-1812.
- Godin, G. and R.J. Shephard, *Psychosocial factors influencing intentions to exercise in a group of individuals ranging from 45 to 74 years of age*. In, Berridge, M.E. and Ward, G.R. (eds.), International perspectives on adapted physical activity, Champaign, Ill., Human Kinetics, c1987, p. 243-249., 1987.
- Gray, P.M., et al., *Motives and barriers to physical activity among older adults of different socioeconomic status*. Journal of Aging and Physical Activity, 2016. 24(3): p. 419-429.
- Grimes, P.S. and L. French, *Barriers to disabled women's participation in sports*. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 1987. 58(3): p. 24-27.
- Haith-Cooper, M., et al., *Exercise and physical activity in asylum seekers in Northern England: using the theoretical domains framework to identify barriers and facilitators*. BMC Public Health, 2018. 18(1).
- Hardy, S. and S. Grogan, *Preventing disability through exercise: Investigating older adults' influences and motivations to engage in physical activity*. Journal of Health Psychology, 2009. 14(7): p. 1036-1046.
- Heesch, K.C., S. Sahlqvist, and J. Garrard, *Gender differences in recreational and transport cycling: a cross-sectional mixed-methods comparison of cycling patterns, motivators, and constraints*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2012. 9.
- Herazo-Beltrán, Y., et al., *Predictors of perceived barriers to physical activity in the general adult population: a cross-sectional study*. Brazilian Journal of Physical Therapy, 2017. 21(1): p. 44-50.
- Higgerson, J., et al., *Impact of free access to leisure facilities and community outreach on inequalities in physical activity: a quasi-experimental study*. Journal of Epidemiology & Community Health, 2018. 72(3): p. 252-258.
- Hillsdon, M., et al., *An assessment of the relevance of the home neighbourhood for understanding environmental influences on physical activity: How far from home do people roam?* International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2015. 12(1).
- Hoekman, R., K. Breedveld, and G. Kraaykamp, *Sport participation and the social and physical environment: explaining differences between urban and rural areas in the Netherlands*. Leisure Studies, 2017. 36(3): p. 357-370.
- Ige-Elegbede, J., et al., *Barriers and facilitators of physical activity among adults and older adults from black and minority ethnic groups in the UK: A systematic review of qualitative studies*. Preventive Medicine Reports, 2019. 15.

- Jacobs, J., et al., *Variation in the physical activity environment according to area-level socio-economic position—A systematic review*. Obesity Reviews, 2019. 20(5): p. 686-700.
- Janssen, E., et al., *Psychosocial correlates of leisure-time walking among Australian adults of lower and higher socio-economic status*. Health Education Research, 2010. 25(2): p. 316-324.
- Jaarsma, E.A., et al., *Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review*. Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 2014. 24(6): p. 871-881.
- Karusisi, N., et al., *Spatial accessibility to specific sport facilities and corresponding sport practice: the RECORD Study*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2013. 10(48): p. (20 A)-(20 A).
- Kearney, J.M., et al., *Stages of change towards physical activity in a nationally representative sample in the European Union*. Public Health Nutrition, 1999. 2(1 A): p. 115-124.
- Keegan, R., et al., *Auditing the socio-environmental determinants of motivation towards physical activity or sedentariness in work-aged adults: A qualitative study*. BMC Public Health, 2016. 16(1).
- Kelly, S., et al., *Barriers and facilitators to the uptake and maintenance of healthy behaviours by people at mid-life: A rapid systematic review*. PLoS ONE, 2016. 11(1).
- Kokolakakis, T., F. Lera-López, and P. Castellanos, *Regional differences in sports participation: The case of local authorities in England*. International Journal of Sport Finance, 2014. 9(2): p. 149-171.
- Kolland, F., *Sport and physical exercise in later life*. Österreichische Zeitschrift für Soziologie, 1992. 17(4): p. 24-37.
- Kondrić, M., et al., *Participation motivation and student's physical activity among sport students in three countries*. Journal of Sports Science and Medicine, 2013. 12(1): p. 10-18.
- Kowalczyk, A. and E. KozŁowska, *Determinants of practising selected forms of physical activity in a group of administrative and office workers*. Polish Journal of Sport & Tourism, 2016. 23(1): p. 45-50.
- Lamb, K.E., et al., *Sociospatial distribution of access to facilities for moderate and vigorous intensity physical activity in Scotland by different modes of transport*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2012. 9.
- Langøien, L.J., et al., *Systematic mapping review of the factors influencing physical activity and sedentary behaviour in ethnic minority groups in Europe: A DEDIPAC study*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2017. 14(1).
- Lattimore, D., et al., *Self-reported barriers of middle-aged and older adults entering a home-based physical activity program*. Californian Journal of Health Promotion, 2011. 9(2): p. 15-28.
- Lee, C., *Australian migrant women and physical activity : attitudes, barriers, preferences and participation*. ACHPER Healthy Lifestyles Journal, 1998. 45(3): p. 5-10.

- Lee, C., et al., *Neighborhood walking among overweight and obese adults: Age variations in barriers and motivators*. Journal of Community Health, 2013. 38(1): p. 12-22.
- Lee, R.E., C. Cubbin, and M. Winkleby, *Contribution of neighbourhood socioeconomic status and physical activity resources to physical activity among women*. Journal of Epidemiology and Community Health, 2007. 61(10): p. 882-890.
- Lehr, U., *Gymnastics and sport in old age*. Aktuelle Gerontologie, 1981. 11(3): p. 100-105.
- Liu, Y., P. Taylor, and S. Shibli, *Sport equity: benchmarking the performance of English public sport facilities*. European Sport Management Quarterly, 2009. 9(1): p. 3-21.
- Lusmägi, P., et al., Changes in leisure-time physical activity levels and perceived barriers among Estonian adults over a two-year period. Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis, 2018. 24: p. 7-26.
- Laatikainen, T.E., M. Haybatollahi, and M. Kyttä, *Environmental, individual and personal goal influences on older adults' walking in the Helsinki metropolitan area*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018. 16(1).
- Martins, J., et al., *Adolescents' perspectives on the barriers and facilitators of physical activity: A systematic review of qualitative studies*. Health Education Research, 2014. 30(5): p. 742-755.
- Mayne, D.J., et al., *The contribution of area-level walkability to geographic variation in physical activity: A spatial analysis of 95,837 participants from the 45 and Up Study living in Sydney, Australia*. Population Health Metrics, 2017. 15(1).
- McCormack, G.R., et al., *Do motivation-related cognitions explain the relationship between perceptions of urban form and neighborhood walking?* Journal of Physical Activity and Health, 2013. 10(7): p. 961-973.
- McFadden, K., et al., *Adolescent girls' motivation to engage in various physical activity environments*. Research Update, 2015. 22(2): p. 1-2.
- McGuire, A., C. Seib, and D. Anderson, *Factors predicting barriers to exercise in midlife Australian women*. Maturitas, 2016. 87: p. 61-66.
- Motl, R.W., et al., *Perceptions of physical and social environment variables and self-efficacy as correlates of self-reported physical activity among adolescent girls*. Journal of Pediatric Psychology, 2007. 32(1): p. 6-12.
- Nau, T., G. Nolan, and B.J. Smith, *Promoting adherence to organised physical activity among socially disadvantaged older people*. Ageing and Society, 2019.
- O'Donoghue, G., et al., *A systematic review of correlates of sedentary behaviour in adults aged 18-65 years: A socio-ecological approach*. BMC Public Health, 2016. 16(1).
- Osugi, T., et al., *Barriers to physical activity among women in the rural midwest*. Women & Health, 2006. 44(1): p. 41-55.
- Palmer, T. and C.A. Jaworski, *Exercise prescription for underprivileged minorities*. Current Sports Medicine Reports, 2004. 3(6): p. 344-348.

Pan, S.Y., et al., *Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians: A cross-sectional study*. BMC Public Health, 2009. 9.

Pano, G. and L. Markola, *14-18 years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport*. Journal of Human Sport and Exercise, 2012. 7(1): p. S51-S66.

Panter, J., A. Jones, and M. Hillsdon, *Equity of access to physical activity facilities in an English city*. Preventive Medicine, 2008. 46(4): p. 303-307.

Pascual, C., et al., *Socioeconomic environment, availability of sports facilities, and jogging, swimming and gym use*. Health and Place, 2009. 15(2): p. 553-561.

Pascual, C., et al., *Sports facilities in Madrid explain the relationship between neighbourhood economic context and physical inactivity in older people, but not in younger adults: A case study*. Journal of Epidemiology and Community Health, 2013. 67(9): p. 788-794.

Pascual, C., et al., *The association of current and sustained area-based adverse socioeconomic environment with physical inactivity*. Social Science and Medicine, 2007. 65(3): p. 454-466.

Pedersen, P.V., et al., *Readiness to change level of physical activity in leisure time among physically inactive Danish adults*. Scandinavian Journal of Public Health, 2009. 37(8): p. 785-792.

Pelssers, J., et al., *Acting one's age in physical exercise: do perceived age norms explain autonomous motivation among older adults?* Journal of Aging and Physical Activity, 2018. 26(4): p. 521-529.

Perracini, M.R., et al., *Physical activity in older people – Case studies of how to make change happen*. Best Practice and Research: Clinical Rheumatology, 2017. 31(2): p. 260-274.

Poobalan, A.S., et al., *Physical activity attitudes, intentions and behaviour among 18-25 year olds: A mixed method study*. BMC Public Health, 2012. 12(1).

Prince, S.A., et al., *Why are adult women physically active? A systematic review of prospective cohort studies to identify intrapersonal, social environmental and physical environmental determinants*. Obesity Reviews, 2016. 17(10): p. 919-944.

Rauzon, T.A., *Barriers to participation in physical activity/exercise for women with physical disabilities*. 2002, Kinesiology Publications, University of Oregon: Eugene, OR;.

Recours, R.A., M. Souville, and J. Griffet, *Expressed motives for informal and club/association-based sports participation*. Journal of Leisure Research, 2004. 36(1): p. 1-22.

Riva, M., L. Gauvin, and L. Richard, *Use of local area facilities for involvement in physical activity in Canada: insights for developing environmental and policy interventions*. Health Promotion International, 2007. 22(3): p. 227-235.

Romeike, K., et al., *Similarities and differences in underlying beliefs of socio-cognitive factors related to diet and physical activity in lower-educated Dutch, Turkish, and Moroccan adults in the Netherlands: a focus group study*. BMC Public Health, 2016. 16(813).

- Rovniak, L.S., et al., *Adults' physical activity patterns across life domains: Cluster analysis with replication*. Health Psychology, 2010. 29(5): p. 496-505.
- Saebu, M., *Physical disability and physical activity: a review of the literature on correlates and associations*. European Journal of Adapted Physical Activity, 2010. 3(2): p. 37-55.
- Saelens, B.E., et al., *Neighborhood environment and psychosocial correlates of adults' physical activity*. Medicine and Science in Sports and Exercise, 2012. 44(4): p. 637-646.
- Salvo, G., et al., *Neighbourhood built environment influences on physical activity among adults: A systematized review of qualitative evidence*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018. 15(5).
- Santos, I., et al., *Motivation and barriers for leisure-time physical activity in socioeconomically disadvantaged women*. PLoS ONE, 2016. 11(1).
- Shifflett, B., C. Cator, and N. Megginson, *Active lifestyle adherence among individuals with and without disabilities*. Adapted Physical Activity Quarterly, 1994. 11(4): p. 359-367.
- Simons, D., et al., *Factors influencing mode of transport in older adolescents: A qualitative study*. BMC Public Health, 2013. 13(1).
- Smith, M., et al., *Systematic literature review of built environment effects on physical activity and active transport – an update and new findings on health equity*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2017. 14(1).
- Stappen, V.v., et al., *Barriers from multiple perspectives towards physical activity, sedentary behaviour, physical activity and dietary habits when living in low socio-economic areas in Europe. The Feel4Diabetes Study*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018. 15(12): p. 2840-2840.
- Stavridis, A., S. Kaprinis, and I. Tsirogiannis, *Participation's motives in dancing activities. Gender and age as differentiation factors*. Mediterranean Journal of Social Sciences, 2015. 6(3): p. 535-539.
- Stødle, I.V., et al., *The experience of motivation and adherence to group-based exercise of Norwegians aged 80 and more: A qualitative study*. Archives of Public Health, 2019. 77(1).
- Saaty, A.H., et al., *Factors related to engaging in physical activity: a mixed methods study of female university students*. Open Journal of Preventive Medicine, 2015. 5(10): p. 416-425.
- Taylor, T. and K. Toohey, *Ethnic barriers to sports participation*. Australian Parks & Recreation, 1995. 31(2): p. 32-36.
- Thomson, D. and K. McAdoo, *An exploration into the development of motivation to exercise in a group of male UK regular gym users*. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 2016. 14(4): p. 414-429.
- Tischer, U., I. Hartmann-Tews, and C. Combrink, *Sport participation of the elderly – the role of gender, age, and social class*. European Review of Aging and Physical Activity, 2011. 8(2): p. 83-91.

- Todd, M., et al., *GIS-measured walkability, transit, and recreation environments in relation to older adults' physical activity: A latent profile analysis*. Preventive Medicine, 2016. 93: p. 57-63.
- Úbeda-Colomer, J., J. Devís-Devís, and C.H.P. Sit, *Barriers to physical activity in university students with disabilities: Differences by sociodemographic variables*. Disability and Health Journal, 2019. 12(2): p. 278-286.
- Ulseth, A.-L.B., *New opportunities – complex motivations: Gender differences in motivation for physical activity in the context of sports clubs and fitness centers*. International Journal of Applied Sports Sciences, 2008. 20(1): p. 44-66.
- Varsamis, P. and A. Papadopoulos, *Effects of disability and gender on the perceived reasons for participating in sport*. International Journal of Learning, 2013. 20(1): p. 95-105.
- Verloigne, M., et al., *Mediating effects of self-efficacy, benefits and barriers on the association between peer and parental factors and physical activity among adolescent girls with a lower educational level*. PLoS ONE, 2016. 11(6).
- White, S.M., T.R. Wójcicki, and E. McAuley, *Social cognitive influences on physical activity behavior in middle-aged and older adults*. Journals of Gerontology – Series B Psychological Sciences and Social Sciences, 2012. 67 B(1): p. 18-26.
- Young, D.R. and A.C. King, *Exercise adherence: determinants of physical activity and applications of health behavior change theories*. Medicine, Exercise, Nutrition & Health, 1995. 4(6): p. 335-348.
- Zunft, H.J.F., et al., *Perceived benefits and barriers to physical activity in a nationally representative sample in the European Union*. Public Health Nutrition, 1999. 2(1 A): p. 153-160.

Serien MOVEMENTS

Download publikationer i rapportserien på CISC's hjemmeside: www.sdu.dk/cisc

- 2020:4 Astrid Ishøi, Trine Top Klein-Wengel og Søren Andkjær. "Det giver lidt mere ro oppe i hovedet". Kvalitativ evaluering af DGI's projekt STU - i bevægelse med naturen.
- 2020:3 Astrid Ishøi, Trine Top Klein-Wengel og Søren Andkjær. "Naturen kan meget, men den kan ikke det hele". Kvalitativ evaluering af Sund By Netværkets projekt Krop og bevægelse i Naturens Rige.
- 2020:2 Birgitte W. Dalgaard, Nicoline Klokke, Nadia K. Rasmussen, Thomas V. G. Bredahl og Karsten Elmose-Østerlund. Det kvalitative forstudie i 'Danmark i Bevægelse'. Motivation og muligheder.
- 2020:1 Trine Top Thagaard Wengel, Astrid Ishøi og Søren Andkjær. "Naturen kan noget særligt" – kvalitativ evaluering af Friluftsrådets projekt Sund i Naturen.
- 2019:11 Marlene Rosager Lund Pedersen, Birgitte Westerskov Dalgaard, Jens Hoyer-Kruse og Bjarne Ibsen. Idræt, fritid og kultur i Vordingborg Kommune - aktiviteter og faciliteter.
- 2019:10 Jan Arvidsen, Mathilde Skov Kristensen, Karsten Elmose-Østerlund og Evald Bundgård Iversen. Gode rammer for rekreativt shelterfriluftsliv - brug, motiver og præferencer.
- 2019:9 Trine Top Thagaard Wengel og Søren Andkjær. Natur og friluftsliv i sundhedsindsatsen – et review af viden fra praksis.
- 2019:8 Bjarne Ibsen. Frivilligt arbejde i Vordingborg kommune.
- 2019:7 Lise Specht Petersen: Legeskibet - en forskningsbaseret evaluering.
- 2019:6 Bjarne Ibsen og Klaus Levinsen. Foreninger og frivillige i samspil med kommunale institutioner og forvaltninger 2018.
- 2019:5 Jens Hoyer-Kruse, Evald Bundgård Iversen og Peter Forsberg. Idrætsanlægs fysiske tilstand i Danmark.
- 2019:4 Peter Mindegaard. Dansk Squash - foregangsmænd, foreninger og forbund.
- 2019:3 Bjarne Ibsen. Foreningslivet i Næstved Kommune. Analyse af Næstved Kommunes foreningsundersøgelse.
- 2019:2 Marlene Rosager Lund Pedersen, Birgitte Westerskov Dalgaard og Bjarne Ibsen. Organiseringen af 'Hold Hjernen Frisk'
- 2019:1 Christian Røj Voldby, Christina Meisner Jørgensen og Bjarne Ibsen. Undersøgelse af Idrætpuljen under Åben Skole i Odense Kommune.
- 2018:6 Jens Hoyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Christina Meisner Jørgensen. Idræt, fritid og kultur i Roskilde Kommune - aktiviteter og faciliteter.
- 2018:5 Christina Meisner Jørgensen og Bjarne Ibsen. Fællesskaberne i Rigtige Mænd.
- 2018:4 Jens Hoyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen. Børn og voksne deltagelse i idræts-, fritids- og kulturaktiviteter i Faxe Kommune.
- 2018:3 Jens Hoyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen. Børn og voksne deltagelse i idræts-, fritids- og kulturaktiviteter i Næstved Kommune.
- 2018:2 Lise Specht Petersen. En forskningsbaseret undersøgelse af MY PLAYGROUND: Et midlertidigt legende byrum etableret i fire byer i forbindelse med Europæisk Kulturhovedstad Aarhus 2017.
- 2018:1 Bjarne Ibsen, Marlene Rosager Lund Pedersen og Ann Sophia Bertelsen. Hjerteforeningens patientstøtteordning.
- 2017:8 Birgitte Westerskov Pedersen, Søren Andkjær og Jan Toftegaard Støckel. Evaluering af Naturprojektet. Sundheds- og beskæftigelsesprojekter i Furesø og Kerteminde.
- 2017:7 Jens Hoyer-Kruse, Evald Bundgård Iversen og Peter Forsberg. Benyttelse og brugertilfredshed i idrætsanlæg.

- 2017:6 Søren Andkjær og Vagn Adler Sørensen. Grejbanker i Danmark – betydning for friluftsliv, udvikling og fremtidsperspektiver.
- 2017:5 Evald Bundgård Iversen, Peter Forsberg og Jens Hoyer-Kruse. Organisering og ledelse af idrætsanlæg i Danmark.
- 2017:4 Bjarne Ibsen, Michael Fehsenfeld, Lise Specht Petersen, Klaus Levinsen og Evald Bundgård Iversen. 16 cases med samarbejde mellem kommunale institutioner og civile aktører.
- 2017:3 Søren Andkjær og Astrid Hadberg. Sociale mødesteder i naturen. Kvalitative casestudier af udendørs steder for børn og unge.
- 2017:2 Klaus Levinsen og Bjarne Ibsen. Foreningers samarbejde med kommunale institutioner.
- 2017:1 Bjarne Ibsen og Klaus Levinsen. Kommunale institutioners samarbejde med foreninger og frivillige - omfang, holdninger og udfordringer.
- 2016:4 Karsten Elmose-Østerlund og Christian Røj Jørgensen. Undersøgelse af foreningsudvikling med 'DM i foreningsudvikling' som case.
- 2016:3 Bjarne Ibsen og Klaus Levinsen. Unge, foreninger og demokrati.
- 2016:2 Søren Andkjær, Jens Hoyer-Kruse og Jan Arvidsen. Børn og unges hverdagsfriluftsliv.
- 2016:1 Jens Hoyer-Kruse, Peter Forsberg, Christian Gjersing Nielsen og Casper Due Nielsen. Undersøgelse af idræt- og fritidsfaciliteter i Lejre Kommune.
- 2015:10 Signe Højbjørre Larsen, Lise Specht Petersen, Bjarne Ibsen og Ilir Hasani. Parkourfaciliteter i Danmark.
- 2015:9 Jens Hoyer-Kruse, Trygve Laub Asserhøj og Casper Due Nielsen. Skoleelevers og voksne borgers deltagelse i idræts- og fritidsaktiviteter i Greve Kommune.
- 2015:8 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen. Klubhusets betydning for idrætsforeningerne og deres medlemmer.
- 2015:7 Karsten Østerlund. Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling' 2013-2014.
- 2015:6 Bjarne Ibsen, Karsten Østerlund og Hans-Peter Qvist. Foreningsdeltagelse og frivilligt arbejdes betydning for demokratisk deltagelse.
- 2015:5 Karsten Østerlund, Bjarne Ibsen, Anne Sofie Berg og Sandra Christiansen. Muligheder og barrierer for forankring af Projekt Fokus.
- 2015:4 Bjarne Ibsen, Heidi Trankjær Bøndergaard og Peter Mindegaard. Evaluering af Projekt Fritids-pas i Fredericia Kommune.
- 2015:3 Lise Specht Petersen. Aktivitetsoaser i Rudersdal Kommune.
- 2015:2 Kirsten Kaya Roessler (red.). Arkitektur og Psykologi: Casestudier i sygehuse, arbejdspladser og byrum.
- 2015:1 Bjarne Ibsen, Maja Pilgaard, Jens Hoyer-Kruse og Jan Toftegaard Støckel. Pigers idrætsdeltagelse: Hvorfor er der så mange piger, der ikke går til idræt?

Se alle tidligere Movements udgivelser her:

https://www.sdu.dk/da/om_sdu/institutter_centre/c_isc/publikationer/movements