

**Tabelrapport. Litteraturstudiet i 'Danmark i Bevægelse'**

**Motivation, muligheder og social baggrund.**

Pedersen, Marlene Rosager Lund; Høyer-Kruse, Jens; Elmosse-Østerlund, Karsten; Faber, Anne; Christiansen, Lars Breum; Bredahl, Thomas Viskum Gjelstrup; Andersen, Henriette Bondo; Eriksen, Mette Brandt

*Publication date:*  
2020

*Document version:*  
Forlagets udgivne version

*Document license:*  
Ikke-specificeret

*Citation for published version (APA):*  
Pedersen, M. R. L., Høyer-Kruse, J., Elmosse-Østerlund, K., Faber, A., Christiansen, L. B., Bredahl, T. V. G., Andersen, H. B., & Eriksen, M. B. (2020). *Tabelrapport. Litteraturstudiet i 'Danmark i Bevægelse': Motivation, muligheder og social baggrund.* . Center for Forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, SDU. Movements

Go to publication entry in University of Southern Denmark's Research Portal

**Terms of use**

This work is brought to you by the University of Southern Denmark.  
Unless otherwise specified it has been shared according to the terms for self-archiving.  
If no other license is stated, these terms apply:

- You may download this work for personal use only.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying this open access version

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details and we will investigate your claim.  
Please direct all enquiries to [puresupport@bib.sdu.dk](mailto:puresupport@bib.sdu.dk)



## 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



# Tabelrapport

## Litteraturstudiet i 'Danmark i Bevægelse' *Motivation, muligheder og social baggrund*

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

**Tablrapport. 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

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



## 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 indsigter, 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 operatører “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 nærhedsoperatører (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 udover 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"  Fritekstsøgeord: (Sport* N2 participati*) (Physical N2 exercis*) (Active N2 living) (Active N2 transportati*) OR (Physical N2 inactivity)	Emneord: DE "MOTIVATION (psychology)" DE "TRANSTHEORETICAL model of change"  Fritekstsøgeord: Motivat* Barrier* constraint* (Self N2 determination N2 theor*) (Social N2 cognitive N2 theor*) (Readiness N2 change*)	Emneord: Green N2 space* Sport* N2 infrastructure* Spatial N2 accessibilit* Recreational N2 park* Built N2 environment  Fritekstsøgeord: (Sport* N2 facilit*) (leisure N2 center*) (Recreational N2 area*) (Green N2 space*) (Bicycl* N2 track*)	Emneord: DE "MINORITIES in sports" DE "PEOPLE with disabilities"  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"  Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus	Emneord: DE "motivation"  Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus	Emneord: DE "sports facilities" DE "sports centres" DE "sports grounds"  Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus	Emneord: DE "socioeconomic status" DE "social classes" DE "social status" DE "ethnic groups" DE "people with disabilities"  Fritekstsøgeord: Samme som SportDiscus
Sociological Abstracts	Emneord: MAINSUBJECT. EXACT("Sports Participation")  Fritekstsøgeord: Sport* NEAR/2 participati*) (Physical NEAR/2 exercis*) (Active NEAR/2 living) (Active NEAR/2 transportati*) (Physical NEAR/2 inactivity)	Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Motivation") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Constraints")  Fritekstsøgeord: Motivat Barrier* constraint* (Self NEAR/2 determination NEAR/2 theor*) (Social NEAR/2 cognitive NEAR/2 theor*)	Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Built Environment") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Recreational Facilities")  Fritekstsøgeord: (Sport* NEAR/2 facilit*) (sport* NEAR/2 arena*) (Leisure NEAR/2 centre*) (Bicycl* NEAR/2 track*)	Emneord: MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Socioeconomic Status") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Social Class") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Social Status") MAINSUBJECT.EXACT. EXPLODE("Handicapped")  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. *Nærhedsoperatører* 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 rekvireres ved forespørgsel.

Tabel 3: Søgestrategi i Scopus

<b>Fysisk aktivitet</b>	(Sport* W/2 participati*) OR (Physical W/2 exercis*) OR (Physical W/2 activit*) 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
<b>Motivation</b>	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
<b>Muligheder</b>	(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 forfatterens 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 løse fra artiklernes formål eller forskningsspørgsmål. Vurdering om inklusion og eksklusion beroede derfor på en helhedsvurdering.

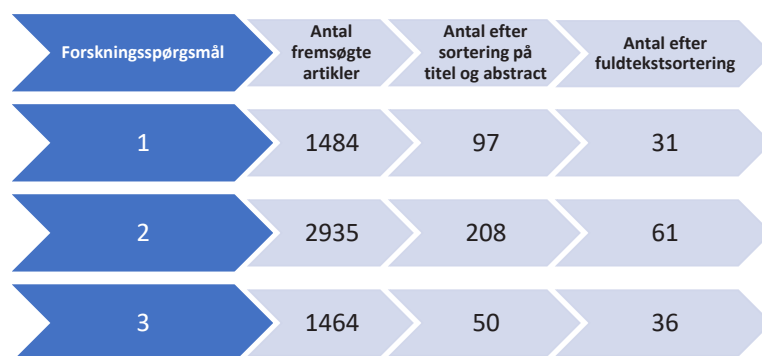
Litteraturstudiets in- og eksklusionskriterier ift. litteratursøgnings centrale begreber: fysisk bevægelse, motivation, muligheder og social baggrund, fremgår af nedenstående tabel 4.

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

	Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
<b>Fysisk bevægelse</b>	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.)
<b>Motivation</b>	Studier af motivation i en bred forstand med fokus på såvel motiver som barrierer for fysisk bevægelse blev inkluderet	
<b>Muligheder</b>	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	
<b>Social baggrund</b>	<p><b>Køn:</b> Specifikke studier af mænd og kvinder blev inkluderet</p> <p><b>Alder:</b> Studier med voksne (15+ år) blev inkluderet.</p> <p><b>Social status:</b> Studier af forskellige indkomstgrupper, uddannelsesniveau, og lign. blev inkluderet</p> <p><b>Handicap/funktionsnedsættelse:</b> Studier af brede grupper med handicap inkluderes (fx fysisk eller psykisk handicap i bred forstand og funktionsnedsættelser i bred forstand) blev inkluderet</p> <p><b>Etnisk minoritetsbaggrund:</b> Studier af flygtninge, indvandrere, etniske minoriteter i bred forstand blev inkluderet. Typerne af etniske minoriteter skal have relevans for danske forhold.</p>	<p><b>Handicap/funktionsnedsættelse:</b> Studier af smalle grupper blev ekskluderet (fx senhjerneskadede, folk med sklerose, blinde, kørestolsbrugere mv.)</p> <p><b>Etnisk minoritetsbaggrund:</b> Studier af smalle og i en dansk kontekst mindre relevante grupper blev ekskluderet (fx Romaer, polske indvandrere i Tyskland, aboriginals, afroamerikanere mv.)</p>

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.

## Tabellrapport 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 5 ses de 31 inkluderede artikler.

### Tabellrapport

Table 5. Tabellrapport 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
Abildso, 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 subjektiv tilgængelighed og brug af lokale stier	Dette studie fremhæver at både lokalmiljøet (manglende lys, forov, faciliteter og andre motionister) samt psykosociale forhold (manglende tid og energi) påvirker den opfattede tilgængelighed af lokale stier og dermed beslutningen om at bruge lokale stier. På baggrund af dette studies fund anbefales det at vurdering af stiers tilgængelighed/nærhed 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	Flere lande	Systematisk Review, 623 studier blev fundet og 44 studier blev inkluderet. 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, vægkontrol, fysiske effekter, smertereduktion, fornøjelse. Barrierer: Manglende fysisk sundhed, sygdom, overvægt, dårlig balance, muskelsvaghed, frygt for at falde, frygt for skader eller smerter, frygt for at gå ud om aftenen, mangel på tid, mangel på interesse.  Interpersonelle faktorer: Motiver: Social støtte fra ægtefælle. Barrierer: Mangel på en træningsmakker, social modstand, at være optaget ved at tage sig af andre  Andre: Motiver: Indholdet i træningsprogrammet. Barrierer: Indholdet i træningsprogrammet, høj kompleksitet i træningen, økonomi, tidsmæssig placering af træningen

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

Bamana, 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	Belgien, Finland, Frankrig, Tyskland, Italien, Holland, Spanien og England	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 motiveret 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. Folk der oplever stor social støtte fra deres arbejdsplads 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 at leve op til anbefalingerne for fysisk bevægelse
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	Identificer faktorer og determinanter for fysisk bevægelse	Teensgere: Oplevet adfærds kontrol (og general oplevet evner til fysisk bevægelse) er en determinant for teenagers fysiske aktivitetsniveau, hvorimod oplevet kompetencer og holdninger ikke er determinanter for den gruppe. Et review viste at generel social støtte til fysiske bevægelser var en determinant for fysisk bevægelse. Støtte fra familien havde relation til unges fysiske aktivitetsniveau, men sociale og kulturelle faktorer og forældrenes aktivitetsniveau var ikke korreleret med unges niveau af fysiske bevægelser.  Voksne: Sundhedsstatus og self-efficacy syntes at være de forhold der er stærkest korreleret til fysiske bevægelser for voksne. Derudover har intentionen om at træne og personlige erfaringer med at træne betydning for ens fysiske bevægelser. Alder, køn, overvægt, etnicitet, social støtte er ligeledes relateret til fysiske bevægelser, men ikke determinanter for voksne. To ud af ni reviews identificerede at designet af lokalområdet og ex walkability var relateret til transport relaterede aktiviteter. Fritidsaktiviteten var ligeledes relateret til omgivelserne så som belægning, sikkerhed ved lyskryds/overgange og til æstetiske forhold så som hvor grønt i område man bor i samt hvor attraktivt det vurderes. Daglig fysiske bevægelser var relateret til miljømæssige forhold så som rekreative faciliteter og lokationer, transport forhold og æstetiske forhold
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 vigtigheden af oplevelser i naturen som motivation for fysisk bevægelse, hvad der motiverer mennesker der træner ude og dem der træner i motionscentre	At opleve naturen var et meget vigtigt motiv for at være aktiv, især for ældre, og dem der udøver instrumentelle fysiske bevægelser, kun overgået af bekvemmelighedsmotivet. Folk der motionerer udendørs motiveres dog mere af bekvemmelighed og det at opleve naturen end folk der motionerer i centre og sportsklubber. Disse udøvere motiveres mere af fysisk sundhed og det at være social sammen med andre
Calogiuri, 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	Review af den eksisterende litteratur om sammenhængen mellem natural environment (NE) og fysisk bevægelse og de underliggende motiverende årsager til brug af NE i relation til fysisk bevægelse	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 forbedre holdningen til fysisk bevægelse og oplevet adfærdskontrol hvilket kan føre til stærkere intentioner om at lave bevægelse. Motivationen for fysisk bevægelse i naturen påvirkes både af individuelle barrierer samt barrierer i den tilgængelige natur.  Individuelle barrierer 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 syntes 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 prædiktør for fysiske bevægelser

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

<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>	USA	<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 and Seattle-King County, Washington regions fra 2005-2008)</p>	<p>Voksne ældre</p>	<p>At analysere sammenhængen mellem psykosociale og miljømæssige faktorer relateret til fysisk aktivitet hos 719 ældre voksne i Baltimore, Maryland og Seattle, USA. Følgende parametre blev målt: Gangbarhed, adgang til parker og faciliteter, moderat til kraftig fysisk aktivitet, kvartets æstetik, faciliteter, social støtte, barrierer, transport</p>	<p>Studiet viste en sammenhæng mellem "walkability" og social støtte i at forklare total moderat til høj fysisk bevægelse. Social støtte, Self-efficacy, og barrierer viste en sammenhæng ift. "gang som transport". Æstetik viste en sammenhæng med "gang i friheden". Sammenfattende viser studiet at det at leve i et støttende miljø (vs. ikke-støttende) var relateret til 30-59 minutter mere fysisk aktivitet om ugen for deltagere med mere positive psykosociale egenskaber. Resultaterne understøtter sammenhængen imellem det byggede miljø og psykosociale faktorer ift. at forklare fysisk bevægelse hos ældre voksne</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>	Australien	<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>Opfattelsen 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 de fysiske omgivelsernes æstetik og praktiske forhold end dem der blev ved med at gå. Studiet viste desuden, at dem der gik mindre end to timer om ugen var mere negative overfor deres fysiske omgivelser end dem der gik i mere end to timer ugentligt.</p>
<p>Carraca, 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>	5 lande fra Europa (Belgien, Frankrig, Ungarn, Holland og Storbritannien)	<p>Tværsnitstudie, spørgeskema (International Physical Activity and Questionnaire - IPAQ), (n=2,014)</p>	<p>Voksne, fra Belgien, Frankrig, Ungarn, Holland og UK</p>	<p>Undersøger associationerne mellem interesse og fysisk bevægelse efter at have kontrolleret for individuelle og miljømæssige variabler</p>	<p>Interessen for fysisk bevægelse er en vigtig faktor for selvrapporteret fysisk bevægelse selv når der justeres for potentielle kontunder så som oplyttede barrierer for fysisk bevægelse, strukturer i de fysiske omgivelser, livsstil, selvrapporteret helbred, BMI og demografi. Det er således vigtigt, at man i fremtidige studier undersøger årsager til den manglende interesse for fysisk bevægelse og måder hvorpå interesse og værdi af fysiske bevægelser kan fremmes for særlige grupper og på et befolkningsniveau</p>
<p>Deelen, I., D. Ettema, and C.B.M. Kampuis, <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>	Holland	<p>Tværsnitstudie, data blev indsamlet via et online spørgeskema hos voksne hollændere (18±80 år (N = 910). Der blev lavet regressionsanalyser</p>	<p>Voksne hollændere, (18-80 år)</p>	<p>Studiet undersøger: Hvordan brugere af forskellige settings er forskellige i relation til "Motivation ud fra SDT", "Målsætning" samt "Sociodemografiske og sportsrelaterede karakteristika". Samt, hvordan sammenhængen imellem motivation og målsætningen potentielt er forskellig imellem deltagere i fysisk bevægelse i forskellige settings.</p>	<p>Brugere af forskellige sports settings varierede i deres personlige karakteristika, motivation og målsætning. Generelt var en mere kontrolleret motivation negativt associeret med deltagesfrekvens i sport. Men på den anden side, hos fitnesscentermedlemmer og klubmedlemmer var ydre målsætning relateret til udseende og indre målsætning relateret til udvikling af kompetencer samt socialt tilhørsforhold positivt associeret med deltagesfrekvens i sport. Sundhedsrelaterede mål var positivt associeret til en øget deltagesfrekvens hos brugere af uformelle settings som eksempelvis parker og offentlige rum. Studiet konkluderer, at sammenhængen imellem motivere og deltagelsen i sport / fysisk bevægelse varierer fra setting til setting. Det er nødvendigt at tage dette i betragtning, når der designes interventioner</p>



# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

Downward, P., F. Lera-López, and S. Rescalt. <i>The correlates of sports participation in Europe</i> . <i>European Journal of Sport Science</i> , 2014	Flere lande i EU	Kvalitativt studie, interview	The database used in this paper is Eurobarometer 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	Undersøger hvad der påvirker sportsdeltagelse. 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	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. Udbud af sportsfaciliteter synes at have større betydning for mænds sports deltagelse hvorimod antal af børn i familien i højere grad påvirker kvindernes deltagelse i sport
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> . <i>International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity</i> , 2010	Holland	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=799), besvarelsesprocent 39.6 %	Hollandske arbejdere, gns. Alder 41 år, 50 % kvinder	Undersøge oplevede barrierer og facilitatorer for cyklistere / ikke cyklistere og personlige faktorer, der er associeret til at cykle på arbejde	Barriere for at cykle på arbejde er oplevet afstand og rejsetid. De typiske barrierer for folk, der ikke cykler er at man er svedig når man møder på arbejde, vejret og rejsetiden. Miljømæssige faktorer var positivt relateret til hyppigere og mere bekvem pendling på cykel men kun for folk der allerede cyklede. Motiver for at cykle på arbejde er at bo tæt på arbejdspladsen, sundheds fordele og at få trænet nok. Facilitator ofte nævnt i forbindelse med at cykle på arbejde: bedre og flere cykelstier, firmacykler, mere støtte ledelsen, cykle sammen med andre, cykelstativer, badeforhold på arbejdspladsen.
Eyer, A.A. and J.R. Vest. <i>Environmental and policy factors related to physical activity in rural white women</i> . <i>Women &amp; Health</i> , 2002	USA	Kvalitativt studie, 6 fokusgruppe-interviews (n=33)	Kvinder, 20-50 år	Identificerer miljømæssige og politiske determinanter for fysisk bevægelse for kvinder i landområderne	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 aktive virkede motiverende. 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. Barrierer i omgivelserne var nævnt: manglende fortove, dårlig belægning, at bo ud til trafikerede veje med lastbiler, dårlig sikkerhed, manglende lys, frygt for at træne alene. Færre muligheder for fysisk aktivitet og at muligheder lå for langt væk blev ligeledes nævnt af kvinder der boede på landet
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> . <i>Annals of Behavioral Medicine</i> , 2011	USA	Voksne fra 4 byer, der var deltagende i et vægtskabsprogram (N=477, 72.1% var hvide, og 85.9% kvinder). Udfyldte et spørgeskema vedrørende nuværende niveau af fysisk bevægelse, oplevelse af deres nabolag og desuden oplevelsen af autonomi, kompetence og tilhørsforhold	Voksne (18-85), primært hvide og kvinder	Studiets målsætning er at analysere de moderende effekter af: "Bekvemmelighed" "Tilgængelighed" "Facilitatorer på foretrukne steder" "Kriminalitet / sikkerhed / tryghed" samt "karakteristika i beboelsesområdet" på tilfredsstillelsen af de psykologiske grundbehov i SDT (autonomi, kompetence og tilhørsforhold).	Studiet viste signifikante effekter for interaktionen mellem nabolagets karakteristika og de tre psykologiske behov fra SDT. Desuden viste studiet en signifikant sammenhæng mellem tilgængelighed/bekvemmelighed for nabolaget og oplevelsen af kompetence og tilhørsforhold hos deltagerne. Det betyder, at der er en sammenhæng mellem imellem opfyldelsen af de tre psykologiske behov og deltagelsen i fysisk bevægelse er større for de borgere, der har en bedre opfattelse af bekvemmelighed i nabolaget. Studiet indikerer, at sammenhængen mellem fysisk bevægelse og (autonomi, tilhørsforhold og kompetence) er forskelligt afhængigt af, hvorvidt man vurderer tilgængeligheden og bekvemmeligheden i relation til bevægelser i nabolaget højt eller lavt



# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

<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 &amp; Medicine, 2002</p>	<p>Australien</p>	<p>Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1803 deltagere). 52.9 % af de kontaktede deltog</p>	<p>Almindeligt sunde arbejdede voksne samt hjemmegående, 18-59 år</p>	<p>At undersøge den relative indflydelse fra det sociale miljø, det fysiske miljø samt individuelle faktorer på fysisk bevægelse i fritiden</p>	<p>Resultaterne viser, at de fysiske omgivelser direkte indflydelse på individets adfærd var mindre end indflydelsen fra determinanter relateret til individet og de sociale omgivelser. Uddannelse og indkomst var bestemende for fysisk bevægelse. Brugen af "Open Public spaces" var mere følsomme for afstand end sports aktiviteter som f.eks. haller, golfbaner. 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 afstand, nem adgang og et støttende miljø (socialt). "Social support" er afgørende for at være tilstrækkelig fysisk aktiv. Overordnet viser studiet, at 5 faktorer har afgørende betydning for et øget niveau af fysisk bevægelse hos voksne i alderen 18-59, der er i arbejde eller er hjemmegående.  1) Perceived Behavioural control (TPB)  2) Behavioural skills (færdigheder i relation til den givne adfærd / aktivitet)  3) Behavioural Intention (TPB)  4) Opmuntnende / encouraging fysiske miljø  5) Støttende socialt miljø</p>
<p>Heesch, K.C., S. Sahlqvist, and J. Gardiner. <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</p>	<p>Australien</p>	<p>Tværsnitstudie, mixede metoder. Online spørgeskema. Kvalitative open ended spørgsmål i spørgeskemaet (besparelsesprocent på 47%) n=1.861. Kvinder udgjorde 29% af deltagerne</p>	<p>Voksne (18+) ,1861 cyklister der var medlem af en kommunal cyklistforening</p>	<p>At undersøge kvinder og mænds motiver og barrierer for at anvende cykling som transport og som fritidsaktivitet</p>	<p>Bege køn beskrev personlige faktorer som sundhed og formøjelse som motiver for at cykle. Eksempelvis forbedre og vedligeholde form, afslapning, at reducere stress, at inkludere fysisk aktivitet ind i en travl hverdag og formøjelse. Kvinder beskriver i højere grad end mænd at sjov og formøjelse, at få fysisk aktivitet ind i en travl hverdag, samt at få frisk luft er motiverende faktorer. Kvinder beskrev også faktorer sociale og miljømæssige faktorer som afgørende. Både mænd og kvinder tillægger det sociale aspekt i aktiviteten stor værdi.  Barrierer for at cykle var hos begge køn og hos både "cykling som transport" og "cykling som "rekreation"" miljømæssige faktorer som trafik, bilos, bilstagnation 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, "ikke muligt at få cykel med på transportmidlet", som barrierer.  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 "off-road" end mænd. Mænd var mere tilbøjelige til at cykle "on-road" end kvinder". Både mænd og kvinder foretrak at kunne cykle på stier kun dedikeret til cykler og ikke biler.</p>
<p>Ige-Elegbede, 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 qualitative studies</i>. Preventive Medicine Reports, 2019</p>	<p>England</p>	<p>Systematisk review af kvalitative studier. Studier fra 2007-2017 og kun fra UK. 10 studier blev inkluderet</p>	<p>Voksne og ældre fra sorte og etniske minoriteter i England (50+år)</p>	<p>Studiets formål er at lave en syntese af viden fra eksisterende kvalitative studier ved at bruge en meta-etnografisk tilgang til at analysere barrierer og mulighederne for fysisk bevægelse hos voksne og ældre fra etniske minoriteter i UK</p>	<p>Seks grundlæggende temaer blev fundet som forudsætning for fysisk bevægelse hos den udvalgte gruppe. "Opmærksomhed på sammenhængen imellem fysisk bevægelse og sundhed" En større viden om dette førte til en større deltagelse og ligeledes modsat.  "Interaktion og samarbejde med sundhedsprofessionelle". Generelt blev informationen og interaktionen med de sundhedsprofessionelle betraget som mangelfuld. En øget kontakt og mere præcis information kunne være en fordel ift. fysisk aktiv adfærd.  "Kulturelle forventninger" der er en forventning om, at kvinden passer familien og er derhjemme. Derfor er det en barriere idet det ikke giver kvinder en mulighed for at være fysisk aktive udenfor hjemmet.  "Socialt forpligtelser" Disse blev opfattet som barrierer idet der generelt i disse samfund er en klar forventning om at de familiære forpligtelser går forud for fysisk bevægelse. Desuden er bekymring i flere af disse samfund en barriere idet en særlig form for bekymring er påkrævet og det er ikke passende med sportstøj.  "Et passende / tilfredsstillende miljø til at kunne lave fysisk bevægelse". Det var en barriere, at der ikke var tilstrækkeligt med områder/faciliteter, som var religiøst og kulturelt tilpasset til fysisk bevægelse til f.eks. kvinder fra disse etniske minoriteter.  "Religiøs fatalisme" – Generelt blev religiøs (især islam) strenghed betraget som en barriere idet religionen især i islam ikke betragtede fysisk bevægelse som nødvendigt og godt især hos kvinder.  "Praktiske udfordringer". Tid er en udfordring idet hjemmet og familien kommer først i prioriteringsrækkefølgen. Desuden blev "sprøglige 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. Eksklusionskriterierne var artikler kun med fokus på kognitive handicaps, nerveforstyrrelser 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 amputationer og skader på rygsøjlen. Gennemsnitsalderen var 36,1 år, med et range fra 9-80 år</p>	<p>At give et overblik over den viden, der findes ift. barrierer og facilitatorer for sportsdeltagelse hos individer med fysiske handicaps.</p>	<p>Voksne: Facilitatorer: Personlige faktorer: Sjovt, sundhed, fysisk form og målsætning. Barrierer: Personlige faktorer: Handicappet, sundhed, mangel på energi og følelsen af at være udmattet. Miljømæssige faktorer: Mangel på aktivitets / sports muligheder, faciliteter, transport, tilgængelighed, mangel på information omkring aktivitetsbud, 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>Kvalitativt studie 15 semistrukturerede interviews</p>	<p>Voksne 30-60 år i stand til at lave fysisk bevægelse ved høj intensitet</p>	<p>Formålet var at identificere hvilke sociale og miljømæssige faktorer, der motiverede til fysisk bevægelse eller inaktivitet hos en voksen arbejdende befolkning imellem 30 og 60 år. Desuden at analysere på hvilken måde disse faktorer interagerer</p>	<p>De faktorer, der blev fundet vigtige i forhold til at påvirke motivationen for fysisk bevægelse var: Ægtefælle / Partner, børn, søskende, familien, børnebørn, venner, arbejdskollegaer, naboer, fremmede, holdkammerater, instruktører, sundhedsprofessionelle, arbejdsgivere, regeringen, medier og sociale medier, kulturelle normer fysisk miljø. Generelt blev der identificeret 5 generelle temaer: 1) Kompetence og fremgang 2) Uformelle påvirkninger 3) Følelsesmæssige påvirkninger 4) Pragmatik og logistik 5) Relationer Det blev fundet at de samme forhold oftest både kunne motivere og demotivere til fysisk bevægelse</p>

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

<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>Meget blandet Primært fra "Udviklede lande"</p>	<p>Rapid systematisk review. Fra 16.426 titler blev der udvalgt 28 kvalitative studier, 11 longitudinale kohorte studier og 46 systematiske reviews</p>	<p>Voksne i "middelalderen" 40-64 år</p>	<p>At analysere barrierer og facilitatorer i relation til sundhedsadfærd indenfor følgende kategorier: - Fysisk bevægelse eller inaktivitet - Kost og ernæring - Vægttab - Rygning - Alkohol</p>	<p>Studiet fandt resultater relateret til fysisk bevægelse, kost, rygning, alkohol. Resultaterne blev grupperet i 6 kategorier: 1) Sundhed og livskvalitet 2) Sociokulturelle faktorer 3) Det fysiske miljø 4) Tilgængelighed til det fysiske miljø 5) Psykologiske faktorer 6) Evidens relateret til ulighed i sundhed</p> <p>Barrierer, der går igen på tværs af forskellig sundhedsadfærd er: 1) Mangel på tid (på grund af familie, husholdning og arbejdsrelaterede forpligtelser) 2) Tilgængelighed (til transport, faciliteter, ressourcer) 3) Omkostninger / Økonomi 4) Forankrede holdninger og forankret adfærd 5) Begrænsninger i det fysiske miljø 6) Lav socioøkonomisk status 7) Mangel på viden</p> <p>Facilitatorer, der går igen på tværs af forskellig sundhedsadfærd 1) Fokus på fornøjelse 2) Sundhedsfordele (inklusive sund alderdom) 3) Social støtte 4) Klare beskeder og information 5) Integration af adfærd i den almindelige livsstil</p> <p>Der blev identificeret specifikke forhold relateret til population og kultur i relation til "ulighed i sundhed"</p> <p>Generelt i forhold til fysisk bevægelse viste studiet: "Sundhed og velvære": Facilitatorer: Forbedret følelse af "velvære", Energi og positive følelser, Sundhedsforbedringer generelt, Angst for sygdom, Ønsket om en sund alderdom, Vægttab, Kropsbillede og fysisk fremtoning, fornøjelse ved aktiviteten, tidligere oplevelse med dårligt helbred, Integration af fysisk aktivitet i dagligdagen, fokus på kortsigtede outputs, tilstrækkelige redskaber til at få adfærden til at ske</p> <p>"Sociokulturelle faktorer": Barrierer: Mangel på tid, Mangel på viden, Sociale hensyn Facilitatorer: Støttende omgivelser, at være en god rollemodel</p> <p>"Fysisk Miljø": Barrierer: Usikkerhed, utryghed, Vejret, Kørsel i stedet for gang, mangel på faciliteter</p> <p>"Tilgængelighed": Barrierer: Økonomi, transportmuligheder, begrænsede muligheder og begrænset adgang</p> <p>"Psykologiske faktorer": Barrierer: Manglende motivation, Manglende Self-efficacy, forankrede holdninger og adfærd midt i livet</p> <p>Facilitatorer: Positivt syn på aldring</p>	<p>De dominerende fysiske bevægelser var gang, cykling og gymnastik i hjemmet. Deltagerne var primært motiveret til disse aktiviteter for at reducere muskulære spændinger og stress, at påvirke deres sundhed, vægttab eller at fastholde en sund vægt. 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 aktive var en prædiktør for at svømme. Yderligere var "at styrke familære relationer" også en motivation for at være fysisk aktiv. Eksempelvis ved at lege og spille spil udenfor med sine børn</p>
<p>Kowalczyk, A. and E. Kozłowska, <i>Determinants of practising selected forms of physical activity in a group of administrative and office workers</i>. Polish Journal of Sport &amp; Tourism, 2016.</p>	<p>Polen</p>	<p>Tværsnitstudie, spørgeskema (n= 937 deltagere, hvoraf 669 var kvinder))</p>	<p>Voksne på arbejdspladsen, 18-65 år.</p>	<p>Formålet med dette studie er at etablere de gældende determinanter for at lave fysisk bevægelse i en gruppe af administrative og kontorarbejdere</p>	<p>Der blev identificeret specifikke forhold relateret til population og kultur i relation til "ulighed i sundhed"</p>	

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

Lee, C., et al., <i>Neighborhood walking among overweight and obese adults: Age variations in barriers and motivators</i> . Journal of Community Health, 2013	USA	Tværsnitstudie, spørgeskema med deltagelse fra overvægtige eller fede voksne. (n=161).	Overvægtige voksne (20-86 år). Gennemsnitligt BMI på 32.5.	Studiet analyserer barrierer og motiver for gang hos overvægtige voksne og analyserer desuden variationer for specifikke aldersgrupper	De mest centrale miljømæssige barrierer for gang hos de overvægtige var: dårligt vejr, utilstrækkelig belysning, ingen skygge, herreløse hunde, usammenhængende fortove, dårligt overflade på gangarealer, ingen nærliggende interessante steder at gå hen og ingen bænke.  Andre barrierer var:  Bekymring for at blive skadet samt trafikikkerhed.  De mest centrale motivationsfaktorer var:  God belægning på gangarealer, flere bænke samt nærhed til rekreative områder
Laatikainen, T.E., M. Haybatollahi, 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	Finland	"Online participatory mapping method" og "modelling of individual activity spaces" for at analysere associationen imellem miljøet, individuelle faktorer og ældre voksnes gang (n=844)	Ældre finske borgere i Helsingfors by, (55+år)	Beboelsesdensitet Densitet af gangbroer og fortove Densitet af stoppesteder Densitet af offentlige pladser med mulighed for bevægelse Gang som transport	Beboelsesdensitet, densitet af gangbroer, stoppesteder for offentlig transport, trafikkrøds og pladser til rekreative sportsaktiviteter var markant og positivt forbundet med ældre voksnes 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 voksnes gang uafhængigt af individuelle demografiske eller psykologiske træk. Uddannelse og personlige mål relateret til fysisk bevægelse havde en direkte positiv effekt på ældres gang. Indkomst havde en direkte negativ effekt på ældres gang. Køn og oplevet helbred havde en indirekte effekt på gang. Generelt kan et godt sammenhængende miljø med mange muligheder godt fremme gangadfærd. Selvfølgelig er så interesseret i fysisk aktivitet, men personlige målsætninger og holdning til fysisk aktivitet har også en direkte effekt på gang.
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	Canada	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1.967)	Voksne (41-60 år), flest kvinder	Undersøger i hvilken grad Theory of Planned Behavior (TPB) mediere associationen mellem walkability i lokalområdet og gang	Oplevet adfærdskontrol var positivt associeret med gang som transport i lokalområdet men ikke med fritidsgang. En forklaring på dette kunne være, at fritidsgang kræver færre ressourcer og mindre planlægning end gang som transportform og derved også mindre oplevet adfærdskontrol. Resultaterne antyder at et lokalområde med let adgang til forretnings, 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 fritidsgang
McFadden, K., et al., <i>Adolescent girls' motivation to engage in various physical activity environments</i> . Research Update, 2015	Canada	Kvalitativ studie, interviews, n=10	Piger i alderen 13 til 17 år	Studiet undersøger unge pigers motivation for fysisk bevægelse	Indenfor organiseret sport nævnte pigerne, at de blev motiveret af at træneren gav feedback og fortalte hvad holdet skulle arbejde på under træningen.  Pigerne foretrak sjove holdspilsevelser og lege til at forbedre færdigheder fremfor at terpe øvelser enkeltvis.  Venner blev nævnt som den største grund til at engagere sig i fysisk bevægelse i fritiden.  Mangel på tid og andre prioriteter, såsom skolearbejde eller pligter, blev opfattet som en barriere for at deltage i fysiske aktiviteter i fritiden.  Lav opfattet fysisk evne eller viden om solo-aktiviteter blev også opfattet som en grund til at undgå fysiske bevægelser

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

<p>Moti, 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</p>	<p>USA</p>	<p>Tværsnitstudie, spørgeskema (n = 1.655)</p>	<p>Teenager piger i 12. Klasse. Gennemsnitsalder 17,7 år</p>	<p>Formålet er at undersøge direkte og indirekte effekter af oplevet adgang til lokalområdet og social støtte på selvrådet fysisk bevægelse over et år</p>	<p>Resultaterne viser, at den oplevede adgang til udstyr og oplevet social støtte var relateret til selvrådet selvtillid og at selvtillid og social støtte var relateret til selvrådet fysisk bevægelse for ældre teenagepiger. Udstyr der opfattes som tilgængeligt i hjemmet (ex. cykler og bolde) eller i lokalområdet (ex. legepladser og parker) kan fremme deltagelse i fysisk bevægelse for teenagepiger ved at øge den oplevede tro på at overvinde barrierer. Oplevet sikkerhed i lokalområdet havde hverken direkte eller indirekte effekt på selvrådet fysisk bevægelse. Resultaterne var ikke påvirket af BMI eller forældrenes uddannelse</p>
<p>Saelens, B.E., et al., <i>Neighborhood environment and psychosocial correlates of adults' physical activity.</i> Medicine and Science in Sports and Exercise, 2012</p>	<p>USA</p>	<p>Karakteristika for objektive bygget miljø blev skabt gennem "network buffers" omkring de individuelle deltagere (n=2199) udvalgt fra forskellige områder med forskellig "walkability" karakteristika og husholdningsindkomst. Deltagere blev accelerometere for at måle deres fysiske bevægelse. Selvrådet informaton om transportrelateret og fritidsrelateret gang, oplevelse af naboen, psykosociale faktorer relateret til fysisk bevægelse samt demografiske faktorer blev indsamlet. Demografiske faktorer blev også inkluderet i analysen</p>	<p>Voksne, 20-65 år</p>	<p>Målet for studiet er at undersøge på hvilken måde bygget miljø (eks. beboelseshed) og oplevede (eks. æstetik) miljømæssige faktorer omkring voksnes bopæl har betydning for fysisk bevægelse og rapporteret gangadfærd efter at have justeret for kendte psyko-sociale (eks. self-efficacy og barrierer imod fysisk bevægelse) og demografiske korrelater (alder, køn, etnicitet, uddannelse, indkomst, jobstatus) for fysisk bevægelse</p>	<p>Miljømæssige faktorer - især tilgængeligheden af nære ikkebeboelses destinationer designet til at have fodgænger adgang havde betydning for voksnes fysiske bevægelser 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 moderat til fysisk bevægelse. Studiet anbefaler, at der genereres politikker, der understøtter mange forskellige handlemuligheder i nær beboelsesområder. Herunder, mindre overflade og mere struktureret parkering, bygninger ud til fortovet. Det anbefales at bygge vertikalt frem for horisontalt for at opnå meget kritisk byggemasse med aktiviteter og destinationer tæt på beboelsen.</p>
<p>Simons, D., et al., <i>Factors influencing mode of transport in older adolescents: A qualitative study.</i> BMC Public Health, 2013</p>	<p>Belgien</p>	<p>Mixede metoder, kort spørgeskema om sociodemografiske oplysninger, transportmønstre, afstand til skole mm. Interview (n=32) 5 fokusgruppintervjuer (5-8 i hver gruppe)</p>	<p>Ældre teenager (17-18 år)</p>	<p>En analyse af faktorer, der påvirker ældre teenagernes valg af transportform</p>	<p>For ældre unge var samspillet mellem kort rejsetid, kort afstand, høj autonomi (selv at kunne vælge hvortil og hvornår), god social støtte (primært venner), lave omkostninger, god adgang til transportformer og faciliteter (cykelstier) og godt vejr vigtige faktorer for at vælge aktiv transport frem for andre transportformer til at rejse korte afstande til forskellige destinationer. Andre velkendte faktorer som sikkerhed, økologi og sundhed syntes ikke at have nogen stor indflydelse på deres valg af transportform</p>

# Forskningsspørgsmål 1: motivation, muligheder og fysisk bevægelse

<p>Saaty, 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>USA</p>	<p>Mixede metoder, spørgeskema (n=362) Fokusgruppintervjuer (n=33, 5 interviews)</p>	<p>Kvindelige universitetsstuderende, 18-45 år (18-25 år udgjorde 74%)</p>	<p>På baggrund af Theory of Planned Behaviour, at analysere motiver og barrierer hos kvinder for at imødekomme anbefalingerne til fysisk bevægelse. 41 spørgsmåls list:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Socioøkonomisk status</li> <li>- Deltagelse i fysisk bevægelse</li> <li>- Attitude</li> <li>- Intention</li> <li>- Perceived Behavioural control</li> </ul>	<p>Resultaterne viste at "Attitude", "Subjektive Norm" og "Perceived behavioural control" sammen med "vægt kontrol" og "forsøg på at tabe sig" var signifikante prædiktorer for "intention" til at følge guidelinen for fysisk bevægelse. "Viden om fysisk bevægelse" blev ikke fundet til at være signifikant.</p> <p>Fokusgruppintervjuer viste, at barrierer imod at imødekomme anbefalingerne til fysisk bevægelse var:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mangel på nogen at følges med</li> <li>- Social støtte</li> <li>- Mangel på motivation</li> <li>- Tid</li> <li>- Økonomi</li> <li>- Mangel op privatliv i træningscentret</li> <li>- Sociale normer var både en barriere samt en motiverende faktor</li> </ul>
<p>Thomson, D. and K. McAdo, <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 spørgeskemaer, "Intrinsic Motivation Inventory" samt "Perceived Competence Scale". De fem, der scorede højest i begge skemaer deltog i semistrukturerede interviews.</p>	<p>Mænd, 21 år+, 28 mænd der overholdt ACSMs anbefalinger til fysisk bevægelse i hhv. 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 udviklingen af motivation for at lave regelmæssig fysisk bevægelse er associeret med sociale og miljømæssige faktorer i barndommen, der tilbød baromet støtte og opmuntring og en bredt udbud af aktiviteter. Dette blev fortsat understøttet af en oplevelse af fysisk kompetence understøttet via opmuntring, positiv bekræftelse af lærere, trænere og jævnaldrende.</p> <p>Resultaterne viser, at deltagernes fastholdelse i en regelmæssig fysisk aktiv livsstil er betinget af at fysisk bevægelse gennem 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 væge, 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 – response rate 45%) og sportsklubber (n= 1205 – response rate = 30%).</p>	<p>Voksne (18+)</p>	<p>At undersøge forskellige i motivation for fysisk bevægelse i hhv. fitnesscentre og sportsklubber i en norsk kontekst. Variable:  1) Fitness (sundhed)  2) Udseende  3) Fornøjelse  4) Sociale faktorer  5) Mental afslapning  6) Præstation  7) Ekspressivitet  Der bliver analyseret på tværs af en fitness kontekst og en sportsklub kontekst. Forskelle i motivation i begge kontekster og imellem køn bliver</p>	<p>De personer, der primært tilkendegiver motivation som eksempelvis Fornøjelse, sociale faktorer og præstation bliver tiltrukket af sportsklubberne og består primært af mænd.</p> <p>De personer, der primært tilkendegiver mere "instrummentelle" motivationer som eksempelvis Fitness, mental rekreation og udseende, tenderer at prioritere fitnesscentre og gruppen består primært af kvinder.</p> <p>Et af hovedfundene er, at der er signifikant forskel på hvilke motiver der angives for at være fysisk aktiv i hhv. en fitness kontekst og en sportsklub kontekst. Det er ikke kun på baggrund af en kønsforskkel i andelen af mænd og kvinder, der mænd lader til i højere grad end kvinder at være motiveret af fornøjelse og præstation, hvor kvinder i højere grad end mænd lader til at være motiveret af fitness (sundhed) og udseende</p>



## Tabellrapport 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 fællestræk, 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.

### Tabellrapport

Tabel 6: Tabellrapport 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	Grækenland	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=340)	Voksne	At undersøge motiverne for at tage del i rekreativele sportsaktiviteter blandt voksne og på tværs sociodemografiske variable	De 26 items som de voksne kunne vælge imellem, blev kategoriseret i seks motiver: status, afslapning, intellektuel, det sociale, konkurrence og sundhed/fitness. Det vigtigste motiv (gemensnligt) var motivet, at de lavede rekreativele sportsaktiviteter pga. sundheden i det, derefter kom afslapningsmotiv, efterfulgt af konkurrence, intellektuel, det sociale, hvor det mindst betydende 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 i motiverne intellektueldimensionen, statusdimensionen, konkurrence-dimensionen. De universitetsuddannede scorede lavere i den sociale-dimension som motiv til fysisk bevægelse
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-midde-høj socioøkonomisk status (SES)	Undersøge medierende faktorer, der kan forklare forskelle i fysisk aktivitet mellem kvinder med forskellig SES	Studiet identificerer elleve temaer: 1) aktivitetstype (høj SES mere tilbøjelig til at være engageret i organiseret idræt), 2) historie med fysisk aktivitet (forældres deltagelse og positive erfaringer med fysisk aktivitet fremmede især for høj SES), 3) mangel på tid (særlig udtalt hos lav/middel SES som oplevede mangel på fleksibilitet og træthed som barrierer), 4) planlægning (høj SES havde oftere faste rutiner for fysisk aktivitet), 5) mangel på motivation (især lav SES), 6) værdien af inaktive gøremål (særligt tv-kigning, mest udtalt 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 middel SES dyrkede fysisk aktivitet alene), 8) arbejde (især lav og middel SES oplevede arbejdspress og træthed som en barriere), 9) sikkerhed og æstetik i lokalområdet (især barrierer for lav SES), 10) adgang til faciliteter i lokalområdet (ikke nævnt som en væsentlig barriere), 11) udgifter (ikke nævnt som en væsentlig barriere)

## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

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, mid- og højsocialklasse)	Undersøge medierende faktorer (personlige, sociale og miljømæssige faktorer), der kan forklare forskelle i gåture mellem kvinder fra forskellige socialklasser. Der skildres mellem gang i fritiden og gang som transport	Studiet viser, at det er en kombination mellem de personlige, sociale og de miljømæssige faktorer, der kan bidrage til, at der er et lavere niveau af fritidsgåture for kvinder med en lav uddannelse. Studiet nævner, at der er brug for yderligere forskning for bedre at forstå mønstret 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 respondenterne 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 barrierer for fysisk bevægelse for ældre mennesker fra forskellige lande (kulturer)	Personlige barrierer for fysisk aktivitet, såsom dårligt helbred, manglende energi, manglende motivation og bange for at 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 i god form', 'jeg har ikke energien til at træne', 'jeg er bange for skader' og 'jeg har ikke et sikkert sted at træne'
Blinde, E.M. and S.G. McCallister, <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	Kvinder, 19-54 år, med fysisk handicap, flest med cerebral parese og paraplegia, 14 var kørestolsbrugere	Undersøge handicappede kvinders oplevelser i sport og fysisk aktivitet (fokus på kønnets og handicappets rolle for oplevelserne)	Studiet fandt: 1) at en overvægt af bevægelsesaktiviteter, som kvinderne deltog i var motionsorienterede, ikke sportslige, 2) at deres primære grunde til at være aktive var: bevarelse af funktionalitet, socialt samvær og psykologiske faktorer (fx nedsættelse af stress, at have det godt med sig selv), 3) at de primært oplevede personlige gevinsts ved at bevæge sig: øget følelse af kropslige kapacitet, større selvtillid, bevægelsen som en vigtig (sjov) del af deres hverdag og øget kontrol over livet, 4) at de oplevede, at både deres handicap og deres køn gjorde det mindre forventeligt og acceptabelt, at de var fysisk aktive (sammenlignet med ikke-handicappede og handicappede mænd) pga. samfundets normer og stereotyper
Bodenmann, A., et al., <i>Gründe für sportliche Aktivität versus Inaktivität der Baselstädtischen Bevölkerung 1988</i> . Sozial- und Präventivmedizin SPM, 1990	Schweiz	Survey studie, tværsnitundersøgelse, telefoniske interview, N=778, svarprocent 81%	Voksne, 16-75 år, repræsentativ stikprøve udsaget 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, funktionstyngthed (20%), 3) sundhed (16%), 4) afslapning, adspredelse (12%). De hyppigste årsager til ikke at være aktiv var: 1) tidsmangel (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 større barriere for yngre, mens sygdom, skade var en større barriere for ældre, 2) Uddannelse: højtuddannede var mere motiverede af afslapning, adspredelse, lavt-uddannede var mere motiverede af sundhed, mens højtuddannede oftere oplevede tidsmangel og mangel på interesse som barrierer og lavt-uddannede oftere angav sygdom, skade som barrierer
Booth, A.O., et al., <i>Diet and physical activity in the self-management of type 2 diabetes: barriers and facilitators identified by patients and health professionals</i> . Primary health care research & development, 2013	Nordland	Fokusgruppeinterviewstudie, 16 informanter (6 grupper) og interviewsstudie, 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 ift. 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 ændre etablerede vaner, 2) negativt syn på foreslåede ændringer (fx mængde og form af foreslået 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 forbedringer), 6) praktiske barrierer (fx fysiske begrænsninger, mangel på grønne områder, og lign.). Facilitatorerne for livsstilsændring var mindre tydelige i studiet, men var fx at føle sig mere sund, målopfyldelse (vægt, kolesterol, mv.) samt støtte fra partnere og sundhedsprofessionelle (bl.a. opfølgning)



## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

Booth, M.L., A. Bauman, and N. Owen. <i>Perceived barriers to physical activity among older Australians.</i> Journal of Aging and Health, 2002	Australien	Tværsnitstudie, spørgeskema, hvor de 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 inaktive	Barriere ift. de fysisk inaktive: 'Jeg er allerede aktiv nok' (mænd=44% 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 den mest udbredte barriere, at man har en skade eller et handicap (40%). Barriere 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>Ceasing participation in sports activity: reported reasons and their implications.</i> Journal of Leisure Research, 1981	England	Kvalitativt studie med interview, åbne spørgsmål (n=254)	Tilfældigt udvalgte borgere fra to forstadsområder med stor socioøkonomisk forskel. 17+ år	Undersøge årsager til ifald fra sportsdeltagelse	Sportsdeltagelse er stærkt korreleret til køn (flest mænd), socioøkonomisk status og mobilitet (at have bil). 43 forskellige årsager identificeret ift. ifald for sportsdeltagelse. 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=2.260), hvor personer kunne vælge mellem 8 forskellige grunde til, hvorfor at de var fysisk inaktive. De havde mulighed for at vælge flere grunde	2.260 personer, 25-64 år, som ikke opfyldte niveauet ift. fysisk bevægelse i fritiden	Undersøge barrierer for fysisk bevægelse i fritiden på baggrund af ens sociale baggrund: Alder, uddannelse, husstandsinkomst, beskæftigelsesstatus og familietype	Den hyppigste barriere var 'mangel på tid'. Den stærkeste og mest systematiske sammenhæng med socialbaggrund og barrierer blev fundet for: Alder, beskæftigelse, status og familietype. 'Mangel på tid' blev mindre ofte rapporteret som en barriere blandt de ledige, singler uden børn og ældre mennesker. 'Manglende motivation' som en barriere var mest almindelig blandt singler uden børn. 'Høje udgifter' 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 fritiden er der ikke en enkelt løsning, da de oplåttede barrierer varierer på tværs af ens sociale baggrund
Bragg, M.A., et al., <i>Motivators of and barriers to engaging in physical activity: Perspectives of low-income culturally diverse adolescents and adults.</i> American Journal of Health Education, 2009	USA	Kvalitativt studie med 12 fokusgruppeinterview (91 deltagere i alt)	Unge (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	Motiveme og barriererne, der oftest blev identificeret blandt de unge og voksne var: social indfyldelse; tid og prioriteter; det fysiske miljø; sjov og nydelse; løbende fysiske aktiviteter; vægt/bekymringer; træthed; fysisk ubehag og det aktuelle fitnessniveau; og øjeblikkelige positive følelser. Fundene var generelt set ens på tværs af: køn, aldersgrupper, race/etnicitet
Caperchione, C.M., et al., <i>Physical activity behaviours of culturally and linguistically diverse (CALD) women living in Australia: A qualitative study of socio-cultural influences.</i> BMC Public Health, 2011	Australien	Kvalitativt studie med 12 fokusgruppeinterview (110 deltagere i alt)	Etniske kvinder (bosniske, arabiske talende, filippinske og sudanesiske)	At finde motiver og barrierer for fysisk bevægelse for etniske kvinder pga. semistrukturerede interviews	De hyppigste temaer for interviewene inkluderer: 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 luksu' riks. tog man trapperne op og ned, da der ingen elevator var, de vaskede op i hånden da der ingen opvaskemaskine var mm. og 3) virkningerne af psykologiske og sociokulturelle faktorer - familien forhindrede fysisk aktivitet, 4) miljøfaktorer - mange ville føle sig tryk når lavede fysisk bevægelse ude 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) oplættelse af dårligt helbred og skade på fysisk aktivitetsadfærd - dette er både en motivation for dem og en barriere, motivation fordi nogen får det bedre og barrierer fordi nogen får ondt af fysisk bevægelse. De specifikke temaer tydede på, at efterkrigs-trauma, religiøs tro og forpligtelser, socioøkonomisk status, socialisering og accept af traditionelle kulturelle aktiviteter i høj grad påvirkede den fysiske aktivitetsadfærd hos de etniske kvinder (bosniske, arabisk talende, filippinske og sudanesiske kvinder), som bor i samfund i hele Australien.

## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

Casey, M., et al., <i>Characteristics of physically active and inactive men from low socioeconomic communities and housing estates: A qualitative study using the socioecological model</i> . Annals of Leisure Research, 2011	Australien	Tværsnitstudie, spørgeskema og individuelt interviewet	25 mænd, 25-65 år. Fra lav socioøkonomisk status	At undersøge, hvilke faktorer (interpersonelle, organisatoriske, miljømæssige og politisk påvirkning), der kan påvirke fysisk aktivitet mellem mænd med lav socioøkonomisk 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</i> . Social Science and Medicine, 2008	Australien	To spørgeskemaer med 6 måneders mellemrum (n=2,94)	20-65-årige raske enkeltpersoner. På tværs af socioøkonomiske forskelle	Undersøger individuelle, socialt betingede mediatorer for forskelle i fysisk aktivitetsniveau mellem socioøkonomiske grupper	Samstemmende med den økologiske model, bidrager alle tre faktorer: individuelle, sociale og omgivelserfaktorer / miljømæssige faktorer til forskelle i aktivitetsniveauet mellem forskellige socioøkonomiske grupper. Self-efficacy og social support til fysisk bevægelse forklarede næsten alle forskelle i fysisk bevægelse uanset uddannelsesniveau. Fysiske barrierer og dårlig adgang til offentlige områder forklarede delvis forskellene mellem indkomstgrupperne i udendørs gåture. (Ringere udendørs arealer 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	Kvalitativt studie. En 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.	Undersøgelse af fordele og barrierer mod en forbedring af ude-miljø i form af anlag og cykelstier i et socioøkonomisk dårligt stillet område af Belfast	Motivationsfaktorer: At interventioner målrettes til dem, hvis adfærd man vil ændre At de 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 besluttede interventioner ikke bliver implementeret Manglende opmuntring til at engagere sig i forandringer Mangel på faciliteter Manglende viden og videnformidling om helbredsspekter ved fysisk bevægelse Artiklen konkluderer at lokalsamfundet skal målrette interventioner for fysisk bevægelse, vha. et grundligt 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 socioøkonomisk status udvælges af en større sample (2.400).	Kvinder med lav uddannelse	Afdække karakteristika af kvinder fra lavindkomst miljøer som laver fysisk bevægelse. Karakteristikaene bliver opdelt 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	Kvalitativt 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 opmuntrret til det af sin læge.  De fysisk inaktive angav 6 barrierer: mangel på tid, risiko for skader, manglende selvdisciplin, manglende motivation, ked-somhed, og oplevet intimidering (fx at opleve at være for langsom på et hold).  Studiet konkluderer, at hvis man skræddersyer for interventions strategier for at fremme fysisk bevægelse til de individuelle personer ift. vedkommendes aktuelle "Stage of Change" kan give bedre og mere langtidsholdbar adfærdændring

Dyck, D.v., et al., <i>Who participates in running events? Socio-demographic characteristics, psychosocial factors and barriers as correlates of non-participation – a pilot study in Belgium</i> . International Journal of Environmental Research and Public Health, 2017	Belgien	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=308), holdt 19 items relateret til fem motivationstyper fra "self-determination teori"	Voksne 18-75 år, opdelt ift. om man deltager i løbe event eller ej	1) At undersøge hvilke socio-økonomiske faktorer, der er relateret til at deltage i løbe events, 2) at give et overblik over de barrierer der er ift. at deltage, og 3) at undersøge forskelle i barrierer afhængigt af socialbaggrund (køn, alder og socioøkonomisk status)	ift. dem som ikke deltog i løbe events var den primære barriere: dårlig form; manglende tid og manglende interesse. Fro dem som deltog i løbe events var de primære barrierer: manglende tid, distancen til det tætteste løb og økonomien. Der er ikke fundet nogen forskelle på tværs af køn, alder og uddannelse og sammenhængen mellem løbe events. Dette er en positiv tendens og bekræfter studiets hypotese ift. at løbe events har potentiale til at stimulere aktivitet i befolkningsgrupper, som ikke er så fysisk aktive (f.eks. dem med en lavere uddannelse). Dog skal dette studie fortolkes med forsigtighed da stilprøven hovedsagelig bestod af folk der var højt uddannet (79,5%)
Eakins, J., <i>An analysis of the determinants of sports participation and time spent in different sporting contexts</i> . Managing Sport and Leisure, 2018	Irland	Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse	Voksne over 16 år	Formålet er at undersøge de determinanter for både sportsdeltagelse og den kontekst sport udøves i. Sportsdeltagelsen opdelt i fire kategorier: organiserede træningssessioner, organiserede konkurrence-deltagelse, lejlighedsvis sport i familiesammenhæng, træning alene	Studiets fund koncentrerer sig om hvorvidt de socioøkonomiske faktorer varierer med den kontekst aktiviteten foregår i. Sportsdeltagelse versus ikke-sports aktive: Dem der hyppigst deltager i idrætsaktiviteter er: mænd, har delidsarbejde, ledige, er medlem af en sportsklub. Dem der mindst hyppigt deltager i sport er: ældre og personer med en sygdom. Ingen indflydelse på sportsdeltagelse: at have børn, adgang til sport og uddannelsesniveau. Sportsudøvere, kontekstens betydning: Kvinder, tilskuere, frivillige og klubmedlemmer er mest tilbøjelige til at deltage i organiseret træning. Mænd, frivillige, klubmedlemmer og tilskuere er mere tilbøjelige til at deltage i konkurrence. Ingen konsistent effekt af uddannelse, arbejdsstatus og indkomst. Personer med børn og folk som bor isoleret deltager hyppigere i lejlighedsvis sport i familiesammenhæng. Mænd, byboer, højt uddannede, folk med en sygdom deltager hyppigere i træning alene
Enrich, E., <i>Soziale Determinanten sportlicher Aktivitäten im Alter – versuch einer empirischen Analyse</i> . Sportunterricht, 1985	Tyskland	Kvalitativt studie, Interviewundersøgelse med standardiserede spørgsmål, besvarede med ja / nej – type svar	41 ældre mænd og 34 ældre kvinder, alle over 60 år. Medlemmer af en sportsforening indenfor gymnastik, atletik, svømning, roning, bordtennis og skicløb	Motivationer for fortsat idrætsaktivitet kategoriseres i Kontinuitetshypotese og Social formidlingshypotese, Diskriminationshypotese, Integrationshypotese og Motivationshypotese	Der var sammenfald mellem fysisk bevægelse og at have en god livskvalitet. Sportsaktivitet som ældre hang ofte sammen med livslang idrætsdeltagelse, sportsaktive i omgangskredsen, kammeratskab i idrætskredsen, sundhedshensyn og bevægelse. Der var kønsforskel i rekrutteringen til idrætsdeltagelse blandt de adspurgte: kvinder var fra middel- og overklassen, mens flest mænd var fra middelklassen og det under
Godin, G. and R.J. Shephard, <i>Psychosocial factors influencing intentions to exercise in a group of individuals ranging from 45 to 74 years of age</i> , 1987	Canada	Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse	Af i alt 2500 tidligere ansatte på universitet i Toronto blev 90 tilfældigt udtrukket og stratificeret i aldersgrupper 45-54, 55-64 og 65-74 år 15 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 uddannelsesniveau 3) Tidligere adfærdsmønstre ift. 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: Dels skal de lægge vægt på at det er godt for udseende og vægt samt et meningsfuldt tidsforbrug, og dels bør de fokusere på det sociale aspekt, at aktiv familie og nære venner, har stor motiverende betydning for at blive fastholdt i fysisk aktivitet

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	Storbritannien	Interviews studie, 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	50 år+, fra høj og lav socioøkonomisk status	Undersøge motiver og barrierer for fysisk bevægelse blandt ældre voksne med høj og lav socioøkonomisk status	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: helbredsrelaterede forhold/sygdomme/livsstilssygdomme som en barrierer for fysisk bevægelse, sikkerhedem/forholdene, hvor de bor er ikke gode nok og de oplever, at det ikke er sikkert (f.eks. forlove mm.), et begrænset kendskab til retningslinjerne for fysisk bevægelse er en barrierer og vejret er en barrierer.  For gruppen med høj-socioøkonomisk status var barriererne: tiden og familien herunder børnebørnene kunne være en barrierer.  Et motiv for dem med høj socioøkonomisk status for at lave fysisk bevægelse var at de gerne ville opretholde deres FA fra ungdommen ved forsæt at være fysisk aktive
Grimes, P.S. and L. French, <i>Barriers to disabled women's participation in sports.</i> Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 1987	USA	Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse (n= 1682)	Kvinder med handicap, medlemmer af "Women Sports Foundation"	Undersøge barrierer for sportsdeltagelse blandt kvinder med handicap	Adspurg om de vigtigste barrierer mod sportsdeltagelse blandt kvinder med handicap var: Manglende muligheder for fysisk bevægelse/ træning i barndommen For få muligheder udenfor skolens rammer Manglende interesse Inkompetente trænere/manglende mulighed Mangel på udstyr og egnede faciliteter Mangel på rollemodeller Dårlig økonomi blandt kvinder med handicap
Haith-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	England	Kvalitativt studie, interview (n=36)	Asylansøgere i nord England, fra 18 forskellige lande	Undersøge barrierer for fysisk bevægelse for etniske minoriteter i England	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 fattigdom samt en midlertidig karakter af at bo et ukendt sted
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	Storbritannien	Kvalitativt studie, fokusgruppeinterview	Ældre (48-87 år)	Undersøge hvad der motiverer ældre til at træne og hvad der påvirker om de træner	Motiveme 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
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.	Columbia	Tværsnitstudie, spørgeskema (1.066 voksne kvinder og 1.036 voksne mænd)	Voksne mænd og kvinder med forskellig socialbaggrund	Undersøge prædiktører for barrierer til fysisk bevægelse på tværs af sociale baggrunde	Studiet viser, at individer fra lav socioøkonomisk status har en større risiko for at opfatte barrieren 'mangel på motivation' og 'mangel på ressourcer' som barrierer for fysisk bevægelse end dem med høj socioøkonomisk status. Individer med en partner opfattede ikke manglen på social støtte og motivation som en barrierer for fysisk bevægelse. Individer med en lav uddannelse opfattede manglende social støtte, ressourcer og frygt for skade som barrierer for fysisk bevægelse. Studiet konkluderer, at faktorer som socioøkonomisk status, om man har en partner eller ej og uddannelsesniveau er prædiktører for fysisk bevægelse

## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

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=650)	Voksne (20-65 år), med høj og lav socioøkonomisk status	Undersøge psykosociale barrierer for fysisk bevægelse mellem voksne med forskellig socioøkonomisk status	Dem med lav socioøkonomisk status rapporterede lavere niveauer af positive tanker ift. fysisk bevægelse sammenlignet med dem med høj socioøkonomisk status. Imellem de to grupper var der forskellige mønstre af sammenhænge mellem de psykosociale egeniskaber og fritidsgåture. Oplevede barrierer for fritidsgåture var stærkest forbundet med fritidsgåture i dem med lav socioøkonomisk status. Derfor kan interventioner til at fremme af fritidsgåture 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 variabelers indflydelse på denne distribution	ift. barrierer for fysisk bevægelse var barrieren 'ikke at være den sportslige type', vigtigere for dem i 'precontemplation stages' (forud-indstillings-fasen), mens barrieren 'arbejde og studieforgiftelser' var mere vigtig for de mennesker der var i 'maintenance stage' (vedligeholdelsesfasen)  Der var en variation imellem landene. De skandinaviske lande havde en tendens til at være lavere i 'precontemplation stage', (forud-indstillingsstadiet) og de sydlige lande havde en tendens til at være højere (især Grækenland og Portugal) Mænd og de yngre personer med en højere uddannelse var mere tilbøjelige til at være i 'maintenance stage' (vedligeholdelsesfasen)
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 motivationsfaktorer for at forblive aktiv sport-udøver forskellige aldersgrupper	Motiverne hos ældre for fysisk bevægelse var generelt set: Sundhed Fysisk formåen Social anerkendelse  Barrierer for fysisk bevægelse var generelt: Helbredsproblemer  Kontinuerligt fysisk bevægelse sås hyppigst, når der var mere end én af motivationsfaktorerne til stede på én gang.  Studiet viste yderligere, at jo højere alder, jo større er andelen af helt fysisk passive (fra ca. 50% til ca. 90. Mht. gang, vandreture og svømning er der en konstant kerne af fysisk aktive ældre helt op til 80 år, mens midtergrupperne 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 sundhedseffekten. Spadsreture som bevægelsesform bliver hyppigere med alderen (fra 25 op til 50%)
Kondric, 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 ift. hvad der motiverer dem til sport	Sportsstuderende (gns. alder 22,4 år)	Undersøge de unges motiver for at lave fysisk bevægelse	De seks mest fremtrædende motiver for at lave fysisk bevægelse var: at lave fysisk bevægelse med en ven, popularitet, fitness og sundhed, socialstatus, deltagelse i sportsbegivenheder og afslapning igennem aktiviteterne. Forskellen mellem kønnene (som var gældende også for alle tre lande in mellem), mænds motivation for fysisk bevægelse var at opnå popularitet i samtundet og blandt venner, hvor kvinders motiver for fysisk bevægelse, er at de oplever bevægelse som et middel til afslapning, som i princippet stemmer meget godt overens med mandlige og kvindelige stereotyper og roller



Lattimore, D., et al., Self-reported barriers of middle-aged and older adults entering a home-based physical activity program. California Journal of Health Promotion, 2011	USA	Præ- og post- interventions spørgeskema (n=380) og interview: én face to face vejlednings-session	380 borgere fra 3 Amer. Stater. Over 50 år opdelt i aldersgrupper på 50-64, 65-74 og over 75. Deltagerne var raske, og deres fysiske aktivitetsniveau var mindre end anbefalingerne.	Finde barrierer mod et telefonbaseret hjemmetræningsprogram. Delstudie i "Active for life", interventionen var: én face to face vejlednings-session, efterfulgt af telefonrådgivning. BMI over 30 blev sammenlignet med BMI under 30. Afroamerikanere blev sammenlignet med hvide.	Overordnet faldt barriererne i tre hovedkategorier: 1) Personlige: Helbred (mest udbredt blandt kvinder og de ældste) og manglende motivation (mest udbredt blandt mænd). Manglende motivation atfag som faktor med alderen. Raceforskelle i helbred som begrænsende faktor: Signifikant færre Afro Amerikanere brugte helbred som begrænsende faktor. 2) Omgivelserne: (tidsnød og vejret) Tidsnød som begrænsning atfag med alderen, mens helbred tilfag 3) Sociale barrierer: (Møget få betragtede det som barrierer (under 5%), ingen sammenhæng med hverken køn eller race.  Studiet viser overordnet, at der er unikke barrierer indenfor forskellige grupper af ældre, og at individuel tilgang til motivation og aktivitet kan være effektivt.
Lee, C., Australian migrant women and physical activity: attitudes, barriers, preferences and participation. ACHPER Healthy Lifestyles Journal, 1998	Australien	Tværsnitstudie, spørgeskema af kvinder, som frivilligt havde meldt sig til et sundhedsfremmeprogram (n=202)	202 kvindelige immigranter og anden generations immigranter fra Europa (Makedonien, Grækenland, Holland, Polen) gns. antal år 45,2. Frivilligt tilmeldt undersøgelsen.	At undersøge barrierer og motiver for fysisk bevægelse hos kvindelige immigranter	Hyppigst nævnte motivationer for fysisk bevægelse: En gruppe af træne med, videobånd (må være en træningsvideo), Motivation fra læge/sundhedsperson.  Hyppigste barrierer for fysisk bevægelse: Mangel på en gruppe at træne sammen med (som er en vigtigere faktor end for australiere), døvenskab, mangel på tid.  Der var ingen forskel i præferencer mellem de forskellige stages of change, både ift. motivationer og barrierer. 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.
Lehr, U., Gymnastics and sport in old age. Aktuelle Gerontologie, 1981	Tyskland	Litteraturoversigt	Ældre generelt	Gennemgang af motivationsfaktorer og barrierer ift. fysisk bevægelse hos ældre. Forfatteren advokerer for at tilbud til ældre skal differentieres ift. den enkelte målgruppe	I motivation af ældre gælder det om at motivere ved at betone den personlige "nytte", aktiviteten kan give. Hermed formidler man som en helhed den instrumentelle motivation ("det er sundt") med den ekspressive motivation ("det er sjovt"). Barrierer for ældres fysiske bevægelse: negativt selvbillede, tidligere manglende sportsaktivitet, fysiske handicap, dårlige sociale erfaringer med sport (fx konkurrencer), frygt for social kontakt og omgivelsernes faktorer, såsom vandplassende og larmende børn i svømmehallen. Samtidig skal man tage sig af omgivelsernes barrierer - fx øge temperaturen i svømmehallen vand, gøre adgangsførholdene til bassinet mindre glatte mv.
Lusmägi, P., et al., Changes in leisure-time physical activity levels and perceived barriers among Estonian adults over a two-year period. Acta Kinesiologica Universitatis Tartuensis, 2018	Estland	Tværsnitstudie, interviewundersøgelse af to paneler af repræsentative subgrupper fra det Estiske nationale spørgeskemaer, som er en fortløbende spørgeskemaundersøgelse: National Physical Activity Survey. Data anvendt fra 2013 og 2015. Kvantitativ analyse af interviewsvar (på forhånd opstillede svarkategorier)	1.009 estiske borgere i 2013, 1.004 i 2015	1. Beskrive ændringer i LTPA (Leisure Time Physical activity) niveauet blandt Estiske voksne i løbet af en toårs periode. 2. Undersøge relationen mellem LTPA-niveauet, socioøkonomisk status og helbredsindikatorer. 3. Undersøge oplevede barrierer mod fysisk bevægelse i relation til køn, alder og uddannelsesniveau	De vigtigste selvvurderede barrierer: Manglende interesse; uønsket at anstrenge sig; træthed efter arbejde. Derudover for de 50-74-årige: Dårligt helbred. Nævnt i mindre grad er: Manglende adgang til sportsfaciliteter og prisen. Oplevede barrierer varierede med uddannelsesniveau. Lavt uddannede lagde mere vægt på manglende adgang til sportsfaciliteter og dårligt helbred end højtuddannede.  Generelt er niveauet af fysisk bevægelse i voksenalderen ret lavt. Signifikante prædiktorer for fysisk inaktivitet: høj alder; lavt uddannelsesniveau; utilfredshed med eget helbred

## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

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 begrænsninger 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 kropsskillede, at det er sjovt og at de fysiske omgivelser er gode og adgangen hertil. 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 middle Australian women</i> . Maturitas, 2016	Australien	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=225)	Midde-aldrende kvinder (40-65 år)	At undersøge opfattede barrierer for træning	De midde-aldrende kvinder, korrelerer opfattelsen af barrierer for træning med overbevisningen om: de sundhedsmæssige fordele ved motion, træning self-efficacy samt fysisk og mental velvære. De forklarede tilsammen 41 % af variationen i opfattede barrierer for træning. Disse variabler var negativt korreleret 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 barrierer 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	Kvalitativt studie (interview og fokusgruppinterview)	Socialt dårligt stillede ældre (gns. Alder 76 år, lav socioøkonomisk status, social isolering, handicappet eller fra forskellige kulturer og sproglige baggrunde)	At undersøge fremmende faktorer og adhærens for fysisk bevægelse (rehabiliteringsforløb mm) for socialt dårligt stillede ældre	Barrierer for fysisk bevægelse for socialt dårligt stillede ældre var: forringet helbred, manglende tilhørighed og manglende motivation for fysisk bevægelse.  Studiet konkluderer, at strategierne for at overkomme disse barrierer for denne målgruppe: Tilhørighed kan fremmes ved at skabe positive og inkluderende oplevelser, sikre stigmatiske 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 tiltalende, og nydelse prioriteres
Osuji, T., et al., <i>Barriers to physical activity among women in the rural midwest</i> . Women & Health, 2006	USA	Deskriptiv tværsnitstudie (n=2.510). Telefoninterview. Delundersøgelse i en igangværende interventionsundersøgelse	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 køn og indkomstgruppers indflydelse på det fysiske aktivitetsniveau og de selvoplevede personlige- og omgivelsesmæssige barrierer for fysisk bevægelse. Afhængig variabel er sandsynligheden for ikke at opfylde anbefalingerne for fysisk bevægelse. (Som er: moderat fysisk bevægelse i min. 150 minutter pr uge)	De hyppigste barrierer for fysisk bevægelse, som mere end 50 % af deltagerne angav: træthed, mangel på tid, dårligt vejr, manglende energi og manglende motivation. Finder dosis-respons sammenfald mellem antal barrierer mod fysisk bevægelse og sandsynligheden for ikke at opfylde anbefalingerne for fysisk bevægelse. Dosis-respons forholdet var mest udtalt 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	Litteraturreview	Kvinder af etniske minoriteter	Litteraturreview af studier vedr. de socioøkonomiske grupper, der laver mindst fysisk bevægelse: kvinder, og etniske 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 anskue 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, sikkert 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 at rydde barrierer af vejen ikke nødvendigvis forbedrer fysisk bevægelse.  Sorte kvinders barrierer: ikke at ønske at svede, ødelægge frisuren, prioritere at slappe af fremfor at være fysisk aktive. Studiet konkluderer, at skræddersyede interventioner giver bedre effekt på folks fysiske bevægelse.

Pan, S.Y., et al., <i>Individual, social, environmental, and physical correlates with physical activity among Canadians: A cross-sectional study.</i> 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, selvvurderet helbred, intention, self-efficacy, opfattelsen af barrierer og facilitetstilgængeligheden var forbundet med fysisk bevægelse. De oplevede sundhedsmæssige fordele ved fysisk bevægelse, uddannelse og familielindkomst var mere fremtrædende for ældre, mens indflydelsen af uddannelse var mere vigtig for kvinder, og indflydelsen af de oplevede barrierer var mere fremtrædende for kvinder og yngre. Facilitetstilgængeligheden var stærkere forbundet med fysisk bevægelse blandt personer med en universitetsgrad end blandt folk med et lavere uddannelsesnivea
Pano, G. and L. Marikola, <i>14-18 years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport.</i> Journal of Human Sport and Exercise, 2012	Albanien	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=1062)	Gymnasiestudierende (14-18 år)	At undersøge gymnasiestudenternes motiver og barrierer for fysisk bevægelse og sport	Motiverne for fysisk bevægelse: det er svært, for at forbedre deres fysiske image Barriererne for fysisk bevægelse: mangel på fritidstid 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., <i>Readiness to change level of physical activity in leisure time among physically inactive Danish adults.</i> 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 fritiden blandt fysisk inaktive voksne og på tværs af sociodemografiske 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 adfærden end kvinderne. Readiness to change faldt med alderen og steg med ens uddannelsesnivea. Dem der var klar til at ændre adfærd, førte en aktiv og social livsstil, der var kendetegnet ved et betydeligt sundhedsorienteret engagement, mens det modsatte kendetegnede dem, der ikke var klar til at ændre adfærd. De der var klar til at ændre adfærden (at lave mere fysisk bevægelse) ønskede hjælp og støtte fra familien. De der ikke var klar til at ændre adfærd, ville have hjælp fra en læge eller de ønskede sig slet ikke hjælp
Peisless, J., et al., <i>Acting one's age in physical exercise: do perceived age norms explain autonomous motivation among older adults?</i> Journal of Aging and Physical Activity, 2018	Belgien	Tværsnitstudie, Spørgeskema (n=409)	Ældre (55 år+)	Undersøge om opfattede træningsnormer er forbundet med højere niveauer af motivation	Ældre voksne, der opfattede mere positive træningsnormer var mere autonomt motiveret til at træne. Fundene indikerer at social identitetstilgang og self-determination teori kan være meningsfuldt integreret
Perracini, M.R., et al., <i>Physical activity in older people – Case studies of how to make change happen.</i> Best Practice and Research: Clinical Rheumatology, 2017	Flere lande, ikke angivet	Review Kvalitativt	Ældre mennesker 50+år	Formålet er at opdatere anbefalingerne for fysisk aktivitet til ældre. Til baggrund for dette oprides en række motivationsfaktorer og barrierer for fysisk aktivitet blandt ældre, på baggrund af et systematisk review (Sun et al. 2013).	Ældres motivation for deltagelse i fysisk bevægelse er: interaktion med jævnaldrende, glæde ved opmuntring fra andre, glæde ved professionel instruktion, at opnå bedre fysisk kapacitet, bedre selvvilid, fysisk uafhængighed, forbedret sundhed og mentalt velbefindende. Barrierer er: oplevelse af social akavet-hed ifm. fysisk bevægelse sammen med andre, fysiske begrænsninger (smerte eller ubehag, bekymring mht. at falde, bekymring ifm. co-morbiditeter), adgangsvanskeligheder til aktiviteter (adgangsforskeligheder, prisen for aktiviteter), prioritering af ikke-idrætsrelaterede aktiviteter, negative holdninger (beliefs) (apati, tro at idræt er irrelevant og ineffektivitet, vanens magt)
Poobalan, A.S., et al., <i>Physical activity attitudes, intentions and behaviour among 18-25 year olds: A mixed method study.</i> BMC Public Health, 2012	Skotland	Mixet 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, motiver og barrierer	Glæde, ens udseende, og det at føle sig godt tilpas var vigtige motiver for denne gruppe for at lave fysisk bevægelse. Studiet konkluderer, at en målrettet intervention ift. at forbedre og opretholde fysisk bevægelse for denne målgruppe skal inkorporere disse motiver for bevægelse



Rauzon, T.A., <i>Barriers to participation in physical activity/exercise for women with physical disabilities</i> . 2002	USA	Tværsnitstudie, spørgeskema med 76 itimes (n=149)	149 kvinder med et fysisk handicap ml. 18-65 år	1) Hvilke fysiske barrierer begrænser kvinder med fysisk handicap fra fysisk bevægelse? 2) Er begrænsningerne sammenlignelige med de begrænsninger kvinder uden handicap oplever? 3) Er der en relation mellem aktivitetens vaner (exercise behavior) og handicappets indtræden?	1) Social support fra familie og venner; troen på at kunne lave fysisk bevægelse; barrierer i omgivelserne som fx mangel på tid, pris, adgangsforskel til faciliteter, og transportmuligheder var barrierer for fysisk bevægelse. 2, 3) Der kunne ikke detekteres forskelle pga. af det lave deltagertal. Studiet advokerer for et større fokus på at appellere mere til kvinder med handicap således at det er nemmere for dem at se sig selv lave fysisk bevægelse
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 uformel foreningsbaseret sportsdeltagelse	Resultaterne viser, at kvinderne (mere end mændene) er motiveret for sport pga. det sociale element, hvorimod at mændenes motiv for fysisk bevægelse i højere grad var drevet af konkurrenceelementet. På tværs af grupperne var den indre motivation mere vigtig for fysisk bevægelse end deres ydre motivation
Romeike, K., et al., <i>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</i> . BMC Public Health, 2016	Holland	Interviews studie, 14 semi-strukturerede fokusgruppintervjuer med 90 personer fra hhv. Holland, Tyrkiet og Marokkansk (fokusgruppintervjuerne var opdelt mellem landene), som var lavt uddannede)	Lavt uddannede fra hhv. Holland, Tyrkiet og Marokko ml. 22-73 år	Undersøge barrierer, der er relateret til fysisk bevægelse og sund kost ved lavt uddannede fra Holland, Tyrkiet og Marokko	Social støtte kan motivere til et øget niveau af fysisk bevægelse. Fysisk bevægelse sammen med andre var en motiverende faktor. 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 Marokkanske og Tyrkiske (dette var ikke en faktor for hollænderne)
Santos, I., et al., <i>Motivation and barriers for leisure-time physical activity in socioeconomically disadvantaged women</i> . PLoS ONE, 2016	Australien	Longitudinelt studie	Kvinder 18-46 år, socioøkonomisk dårligt stillet	At undersøge tværsnits- og den longitudinale forbindelse mellem motivation og barrierer for fysisk bevægelse og fysisk aktivitetsadfærd hos kvinder, der er økonomisk dårligt stillet. Denne undersøgelse undersøgte også, om intentioner om vægtkontrol modererer disse sammenhænge	Indre motivation blev forbundet med fysisk bevægelse i fritiden ved kvinder der er økonomisk dårligt stillet. Fundene viser også at kvinderne, som forsøger at tabe eller opretholde vægt, rapporterer højere niveauer af indre motivation. Dvs. indre motivation for fysisk bevægelse er en væsentlig faktor ift. at opretholde ens fysiske bevægelse over tid ved kvinder der prøver at kontrollere deres vægt

Shifflett, B., C. Cator, and N. Megginson, <i>Active lifestyle adherence among individuals with and without disabilities. Adapted Physical Activity Quarterly</i> , 1994	USA	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=203)	Studerende på en bacheloruddannelse	At undersøge adhærens til en aktiv livsstil for individer med og uden fysiske handicaps	Barriere for adhærens til fysisk bevægelse for dem uden et handicap: mangel på tid, derefter manglende motivation, at have aktive venner og mangel på faciliteter i området. Barriere for adhærens til fysisk bevægelse for dem med et eller flere handicaps: der var to faktorer, der gik mest igen - manglende tid og deres skadethæmmethed pga. handicapet. Middelværdierne på tværs af barriererne for fysisk bevægelse var højere for personer med et handicap end dem uden et handicap, hvilket antyder, at disse personer finder sundhedsmæssige problemer og adgang til faciliteter (som var de barrierer studiet omhandlede) som større hindringer for opretholdelsen af en aktiv livsstil end dem uden et handicap. I modsætning hertil var middelværdierne for et flertal af de sociale støtte items (som en barriere for fysisk bevægelse) lavere for personer med et handicap, hvilket indikerer, at manglen på aktive venner til at gøre tingene med kan være mindre vigtigt for denne gruppe end skader eller sundhedsmæssige problemer
Stappen, 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 Feel4Diabetes Study</i> . International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018	Seks europæiske lande (Belgien, Bulgarien, Finland, Ungarn, Grækenland, Spanien)	Kvalitativt studie. Fokusgruppintervju, i hvert land blev der gennemført tre fokusgruppintervjuer: en med forældre, en med lærere og en med lokale samfundsarbejdere	Unge europæiske familier, der bor i sårbare områder, fra flere perspektiver (forældre, lærere, lokalsamfundsarbejdere)	At undersøge de barrierer, som unge familier fra sårbare områder oplever over for fysisk bevægelse, stillesiddende adfærd og kostvaner (der er tre vigtige livsstilsadfærd til forebyggelse af type-2 diabetes)	Denne undersøgelse identificerede for personer med lav socioøkonomisk status nogen generelle barrierer, der var beliggende på alle niveauer i den socioøkonomiske model for sundhedsadfærd: det individuelle niveau (mangel på energi og motivation for fysisk bevægelse); interpersonligt niveau (mangel på tid til fysisk bevægelse og økonomiske begrænsninger); organisatorisk niveau (mangel på faciliteter i nabolaget og derhjemme for fysisk bevægelse) og makro / offentligt politisk niveau (ugunstige vejforhold var en barriere for fysisk bevægelse). Yderligere barrierer var: mangel på forældrenes viden og mangel på forældrenes lærdigheder, blev tilvejebragt af andre interessenter (dvs. lærere og lokalsamfundsarbejdere). Resultaterne af denne undersøgelse viser den ekstra værdi af at inkludere flere perspektiver, når man udvikler en livsstilsintervention, der sigter mod at forhindre type 2-diabetes i sårbare grupper. Fremtidige livsstilsinterventioner anbefales at inkludere flere komponenter (familie, skole og samfund) og kan implementeres på tværs af europæiske lande, hvis länderspecifikke tilpasninger er tilladt
Stavridis, A., S. Kapriamis, and I. Tsirogiannis, <i>Participation's motives in dancing activities. Gender and age as differentiation factors</i> . Mediterranean Journal of Social Sciences, 2015	Grækenland	Tværsnitstudie, spørgeskema, hvor de kunne vælge mellem ni motiver for at de går til dans (n=220)	Performance dansere	Undersøge, hvad der motiverer folk til at deltage i danseaktiviteter, herunder specielt performance dans og se om der er forskel m. køn og alder	Det motiv der går mest igen er dansernes indre motivation, det at de nyder selve aktiviteten og at de finder glæde i aktiviteten. På tværs af køn ses der ingen forskel i motiverne for at danse. If. alder er de yngre en mere indre motivation en de ældre
Stadler, 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	Ældre (81-92 år)	At beskrive ældres motivation for at deltage i træning samt hvorfor de er vedholdende i en gruppebaseret træningsintervention i deres lokalområde	Deltagere fandt det motiverende at deltage, da de blev motiveret af social og professionel støtte (familie, lægen mm.), det øgede de ældres motivation for fysisk bevægelse. Deltagelse i gruppens træningssessioner betød positive ændringer i deres fysiske, mentale og sociale funktioner, der forbedrede deres motivation til at opretholde deres deltagelse og det førte til positive adfærdændringer, der var vigtige for deres hverdag
Taylor, T. and K. Toohy, <i>Ethnic barriers to sports participation. Australian Parks &amp; Recreation</i> , 1995	Australien	Litteratur oversigt / oversigtsartikel	Ikke-europæiske indvandrere til Australien	At undersøge barrierer for sportsdeltagelse hos etniske	Barrierer for fysisk bevægelse kan være religiøst påbud af tilfældighed, og patriarkalske mønstre, som forbyder kvinder at vælge, snarere en at barriererne har noget med sporten i sig selv at gøre Ikke-europæiske indvandrere (især kvinder) er stærkt underrepræsenteret i sportsdeltagelse. En del indvandrere bruger sportsdeltagelse som et middel til at opretholde deres etniske / kulturelle identitet, men sport bruges også til akkulturation i det nye land

## Forskningsspørgsmål 2: motivation, social baggrund og fysisk bevægelse

Tischer, U., I. Hartmann-Tews, and C. Combrink. <i>Sport participation of the elderly – the role of gender, age and social class</i> . European Review of Aging and Physical Activity, 2011	Tyskland	Dataene bygger på forskellige undersøgelser med data fra tværnsitstudier 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 de unge voksne
Ubeda-Colomer, J., J. Devis-Devis, and C.H.P. Sit. <i>Barriers to physical activity in university students with disabilities: Differences by sociodemographic variables</i> . Disability and Health Journal, 2019	Spanien	Tværnsitstudie, spørgeskema (n=1.219)	Universitetsstuderende med et handicap (handicap på mindst 33%), 18-76 år	At identificere barrierer for fysisk bevægelse for universitetsstuderende med et handicap og mellem forskellige sociodemografiske variabler	Ud fra den socio-økonomiske model, var de vigtigste barrierer de intrapersonlige: træthed, smerte, manglende motivation. Dette var især tilfældet for kvinder, studerende med flere handicaps, dem med et højere grad af handicap og ældre, efterfulgt af det organisatoriske (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 mellempersonlige (interpersonale) 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. Høller i gaderne eller andre offentlige rum var den største barrierer 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. Resultaterne 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-økonomiske model
Varsamis, P. and A. Papadopoulos. <i>Effects of disability and gender on the perceived reasons for participating in sport</i> . International Journal of Learning, 2013	Grækenland	Kvantitativt og kvalitativt studie. Motionskvalitet. Psykolog samtaler og kognitive test / interview. Selvvurderede 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 aktiviteter blandt unge med fysisk / mentalt handicap	Overordnet ligner motivationen den, man finder i normalbefolkningen. De 5 hyppigst angivne motivationsfaktorer er: Helbred og sundhed, social interaktion og venskab, sjov og underholdning, fysisk træningseffekt og at lære sin kropsgrenser og ydeevne at kende
Verloigne, M., et al. <i>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</i> . PLOS ONE, 2016	Belgium	Survey studie, tværnsitundersøgelse, 6 erhvervsskoler eller tekniske skoler, 10. klassens elever, N=226 piger deltog, svarprocent på 88%	Unge piger på omtrent 16 år (+/- 1 år) i erhvervsskoler eller tekniske skoler (lavt uddannelsesniveau)	Undersøge betydningen af venner og forældre for unge pigers fysiske aktivitetsvaner samt undersøge medierende 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 lave fysisk bevægelse sammen med respondenten, og 3) hyppighed af opfordringer til respondenten om at lave fysisk bevægelse og respondentens fysiske aktivitetsniveau (idræt og aktiv transport). De medierende personlige faktorer var gennemgående: 1) self-efficacy (f. fysisk bevægelse, 2) glæden ved at være aktiv, 3) at fysisk bevægelse modvirker kedsohed, og 4) socialt sammenhold med venner og at møde nye mennesker (sidstnævnte dog kun medierende mellem venne-faktorer og respondentens fysiske aktivitetsniveau). Til gengæld fandt studiet, at oplevede barrierer for fysisk bevægelse (ikke at være god til fysisk bevægelse eller oplevet mangel på transportmuligheder til faciliteter) medierede de samme forhold. Eneste barrierer, der medierede udvalgte sammenhænge, var det ikke at kunne lide at lave fysisk bevægelse
White, S.M., T.R. Wojcik, and E. McAuley. <i>Social cognitive influences on physical activity behavior in middle-aged and older adults</i> . Journals of Gerontology – Series B Psychological Sciences and Social Sciences, 2012	USA	Survey studie, longitudinelt med målinger med 18 måneder imellem, N <sub>baseline</sub> = 321 og N <sub>follow-up</sub> = 227, 80% kvinder deltog	Middaldrende og ældre på 50+ år, rekrutteret gennem flyers og emails til ansatte på universitetet	Undersøge anvendeligheden af 'Social Cognitive Theory (Bandura) til at forklare midaldrende og ældre fysiske aktivitetsmønstre (både direkte og indirekte effekter)	Studiet identificerer direkte og indirekte, positive sammenhænge mellem self-efficacy (operationaliseret som deres tro på at kunne fastholde regelmæssig fysisk aktivitet) og det fysiske aktivitetsniveau (skala med 11 items, PASE). Self-efficacy havde således også en signifikant positiv påvirkning på respondenternes forventede fysiske gevinst ved fysisk aktivitet (physical outcome expectations), som påvirkede det fysiske aktivitetsniveau. Studiet fandt desuden, at self-efficacy var positivt korreleret med forventede fysiske, selv-evaluerede (respondenternes selvbillede) og sociale gevinst ved fysisk aktivitet samt med opstillede mål for fysisk aktivitetsadfærd og med oplevelsen af færre fysiske begrænsninger for fysisk aktivitet. Endelig var ændringer i self-efficacy fra baseline til follow-up korreleret med ændringer i de samme variable som beskrevet ovenfor

<p>Young, D.R. and A.C. King. <i>Exercise adherence: determinants of physical activity and applications of health behavior change theories</i>. Medicine, Exercise, Nutrition &amp; Health, 1995</p>	<p>USA</p>	<p>Litteratur review/oversigtsartikel</p>	<p>Ældre, rygere, overvægtige, personer med lav self-efficacy ift. træning, og andre grupper med særlige udfordringer ift. fastholdelse til at være fysisk aktiv</p>	<p>Gennemgang af determinanter for fysisk aktivitets adfærd, kategoriseret i</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) personlige karakteristika,</li> <li>2) omgivelserne,</li> <li>3) den fysiske intervention i sig selv</li> </ol>	<p>Motivationsfaktorerne: troen på helbreds 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)</p> <p>1) demografiske faktorer, helbredsstatus, viden og tiltro til helbredseffekt samt tidligere erfaring med fysisk aktivitet diskuteres.                  Det anbefales 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) social support, livsbegivenheder, nudging, tilgængelighed til idrætsfaciliteter diskuteres. Opmærksomhed på risikofaktorer for irralid og instruktion i forebyggelse af irralid påpeges som vigtige.                  3) Der skal være fokus på effektive måder at fjerne barrierer på, samt at udvikle aktiviteter med bred appel (fx gang til ældre og kvinder)</p>
<p>Zunft, 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</p>	<p>EU-lande</p>	<p>Tværsnitundersøgelse, interview-assisteret face-to-face spørgeskema (n=15.239).</p>	<p>Folk fra alle EU-medlemslande</p>	<p>Undersøge folks opfattelse af motiver og barrierer for fysisk bevægelse mellem forskellige sociale baggrunde (alder, køn, uddannelse)</p>	<p>Den vigtigste motivation for fysisk bevægelse var at opretholde et godt helbred, at få 'løsnet' kroppen op og at komme i god form.                  Betydningen af sundhedsargumentet er højest blandt de ældre og for folk med en grunduddannelse.                  Den vigtigste barriere ift. at øge fysisk bevægelse er arbejde eller studieforpligtelser. Den næste barriere er fordi, at de ikke er den 'sporty type'. Der er forskellige mønstre imellem landene 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 landene ligger ml. 6-22%</p>

## Tabellrapport 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, øvrigt 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.

### Tabellrapport

Tabell 7: Tabellrapport 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 og 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, uddannelse) på sammenhænge mellem gang og det bebyggede miljø (gangvenlighed)?	Reviewet finder, at omgivelserne 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 fritid. Endelig forklares forskellen også med en metodisk mangel på inddragelse af sociofaktorer i miljøet (social støtte og tryghed i nærområdet), der kan være en vigtig medspilende faktor
Billaudeau, 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.</i> Health and Place, 2011	Paris og Frankrig	Rumlige analyse af idrætsfaciliteter og lokalområders karakteristika	Analyse på områdeniveau	At se på distributionen af idrætsfaciliteter og tilgængeligheden til disse i Paris og betydningen af lokalområdets socioøkonomiske status og kvaliteten af faciliteterne	Studiet finder ingen sammenhænge mellem lokalområdets socioøkonomiske status og en mindre tilgængelighed af idrætsfaciliteter eller af 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. tennisbaner og fitnesscentre. Tilgængeligheden af idrætsfacilitetstyper som boldbaner og større fællesarealer mere tilgængelige her end i områder med høj socioøkonomisk status. Det diskuteres hvorvidt distributionen af visse typer af faciliteter hænger sammen med prisene på byggegrunde og de foretrukne aktiviteter hos befolkningen i de respektive områder (høj/lav socioøkonomisk status)



Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

Boone-Heinonen, J. and P. Gordon-Larsen. <i>Life stage and sex specificity in relationships between the built and socioeconomic environments and physical activity.</i> Journal of Epidemiology and Community Health, 2011	USA	Både tværsnit og longitudinelt studie (n=20.745)	Unge 11-22 år	Hvilken betydning har løn og alder for sammenhængen mellem fysisk bevægelse (moderat til hårdt fysisk bevægelse) og det fysiske miljø?	Et varieret bebygget miljø og mindre kriminalitet har ens (positive) betydning for unge piger og drenge (fysiske aktivitetsniveau (MVPA)). Tættere bebyggede områder med et mere udbygget og sammenhængende vejnet havde en negativ sammenhæng for pigernes fysiske bevægelse, men ingen betydning for drengenes. 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 drengenes eller pigernes fysiske bevægelse
Burton, N.W., G. Tur-Participation in recreational physical activity: Why do socioeconomic groups differ? 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, gadebelysning og gode stier. Gruppen med højst indkomst var mere tilbøjelig til at se flere fordele ved fysisk bevægelse fx socialt netværk og balancere et inaktivt arbejde med en aktiv fritid. For gruppen med lavest indkomst var adgang til faciliteter og transportmuligheder i mere fremtrædende barrierer. Denne gruppe talte også mere om dårligt helbred og fysisk som en barriere. Kønsforskellene bestod i at mændene oftere gav udtryk for en indre motivation og glæde ved fysisk bevægelse og konkurrence, mens kvinderne oftere gav udtryk for sundhed- og vægtrelaterede motivationsfaktorer
Cerin, 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 uddannelser 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 holdsportsfaciliteter, men mindre æstetiske indbydende omgivelser og færre individuelle sportsfaciliteter. Mediationsanalyserne omkring sammenhængen mellem socioøkonomisk status og fysisk bevægelse viste, at de personlige og sociale faktorer forklarer størstedelen. Indsatsen i områder med lavere socioøkonomisk status skal derfor 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 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 uddannelse	Afdække karakteristikaene hos kvinder fra lav socioøkonomisk status, som laver fysisk bevægelse. Karakteristikaene bliver opdelt på hhv. de personlige-faktorer og de 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 omgivelserfaktorer er mindre forklarer faktorer til, hvorfor kvinder med lav socioøkonomisk status er fysisk aktive
Compennolle, 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 spørgeskemaer ud (n=5.205) Sammenholdes med 'objektive' analyser af konteksten med google street view	Voksne	Undersøger sammenhænge mellem den opfattede og objektive lokalområder (sikkerhed, æstetik, destinationer og funktionalitet) med stillesiddende adfærd	Mindre stillesiddende 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 modererende faktorer peger i forskellige retninger - der kan ikke drages entydige konklusioner i dette studie

### Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

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 analyser af lokalområder ift. walkability, faciliteter, sikkerhed, socioøkonomisk status osv.	Voksne	Sammenhængen mellem objektive og subjektive vurderinger af faciliteter, naboindflydelse på fysisk bevægelse	Studiet finder at adgang til faciliteter (objektivt målt) sammen med personlige faktorer som alder, køn og uddannelsesniveau samt self-efficacy øger chancen for at individer deltagere i de anbefalede mængder fysisk bevægelse. Der var dog ikke sammenhæng mellem individens opfattelse af adgangen til faciliteter og deres fysiske bevægelse. Der er således forskel på objektiv og subjektiv vurdering af omgivelserne. Flere forhold 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	Er der en sammenhæng mellem deltagelse i bestemte idrætsgrene og tilgængeligheden af faciliteter til samme aktiviteter. Opdelet på by- og landområder	Studiet finder, at der er stor variation i idrætsdeltagelse og facilitetstætheden i staten, hvilket tilskrives forskelle i befolkningstæthed og facilitetstætheden 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 deltagelse og bedre facilitetsdækning end byområder. Studiet kan dog ikke sige hvilken retning kausaliteten går - om det er øget udbud af faciliteter, der driver aktivitetsdeltagelsen eller om det er en øget deltagelse, der øger efterspørgslen 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, 2016	Skotland	National tværsnitstudie (n=6.365) samt GIS-data	Voksne	At sammenkæde individuelt sundhedsfærd (BMI, alder, køn, sygdom, kostvaner, adgang til bil og urbanisering)	Studiet 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, kostvaner, adgang til bil og urbanisering
Ferguson, N.S., et al., <i>Access to recreational physical activities by car and bus. An assessment of socio-spatial inequalities 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 tværs af forskellige socioøkonomisk status	Studiet finder, at folk med bil har en høj tilgængelighed til idrætsfaciliteter - uanset om de bor i rige 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 planlæggere af idrætsfaciliteter ikke kun bør fokusere på rigfattig i lokalområderne når der skal placeres faciliteter. Ejerskab eller adgang til bil har mindst lige 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 studier)	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 gangvejenligheden mellem destinationerne i miljøet for voksne i landdistrikterne. Fortove, trafikken og gadebelysningen 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 til fysisk bevægelse måler de personers selvpfattede adfærd for fysisk bevægelse og socioøkonomisk status	Studiet finder at respondenter i lav-socioøkonomiske områder har bedre adgang til faciliteter (undtagen tennisbaner og strande). Men selvom tilgængeligheden er større, er de mindre tilbøjelige til at bruge faciliteterne (med undtagelse af svømmefaciliteter). Resultaterne viser også at sociale og kulturelle faktorer tilnærende forskellige socioøkonomiske status områder kan have betydning for deltagelse i fysisk bevægelse såvel som de opfattede barrierer for at benytte faciliteter

Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

Higginson, 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 adgang gratis til bestemte idrætscentre. Analyse af data fra indgangscentre (medlemsregistrering). N=1.556.563	Alle voksne over 16 år	Hvilken ændring sker der i brugen af idrætsanlæg, hvis adgang er gratis og en eget marketing og involverings indsats?	Indsatsen var gratis adgang til fitnesscentre og svømmehaller, sammen med introduktionsarrangementer og marketing-indsats for at engagere flere borgere i byen (150.000 indbyggere). Der kunne måles en fremgang på 64% i brugen af faciliteterne efter indsatsen. Målingen på befolkningsniveau viste en stigning på 4% i andelen af borgerne der lavede fysisk bevægelse, hvilket var mere udtalt 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 accelerometere 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/nabolag for at være aktive, hvorfor karakteren ved et nabolag dermed er 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, nabolag og bil ejere
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 anden undersøgelse. Kombineret med forskellige geografiske og demografiske databaser med respondenternes GIS-oplysninger.	6-79 år	Undersøger om idrætsdeltagelse afhænger af urbaniseringsgrad (højere på landet end i byen pga. bl.a. trykthed) og/eller større variation af idrætsanlæg samt nærhed 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 understreger 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 mulighederne for fysisk bevægelse ift. socioøkonomiske faktorer?	Resultaterne blev opdelt på gang-cykkelvenlighed, adgangen til grønne områder og adgangen til faciliteter (legepladser og sport). For gang-cykkelvenlighed var der blandede resultater. Generelt set var der en tendens til at stier og faciliteter for gang og cykling var bedre i områder med højere socioøkonomisk status, mens der var tættere bebyggelse 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 holdidrætter, ketcherspil, svømming og fitness. Sammenholdt med GIS-oplysninger om idrætsanlæggs placering	Voksne over 30 år	Finde sammenhænge mellem spatial tilgængelighed til specifikke typer af idrætsfaciliteter og udøvelsen af de pågældende idræts-grene 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 ketsjersport. Visse socioøkonomiske faktorer kan 'ophæve' den geografiske komponent, eks. uddannelsesniveau og lokalområdets indkomstsgrundlag



Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

Kokolakis, T., F. Lera-Lopez, and P. Castellanos. <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 forskellige i uddannelse, indkomst, etnicitet og indbyggertal kan forklare noget af variationen. Andelen af frivillige er også en betydende faktor, mens adgang til sportsfaciliteter eller kommuners økonomiske støtte til området ikke var med til at forklare forskellene. Der peges på, at faciliteter ikke er ubetydelige, men at fordelingen mellem kommunerne ikke er stor pga. politiske og kapitalistiske mekanismer
Lamb, K.E., et al., <i>Socio-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 transportnetværk	Studiet finder, at dem der bor i mere velhavende kvarterer/nabolag, har dårligere adgang til idrætsfaciliteter, men dette opvejes når adgang til bil tages med i modelerne
Langøien, L.J., et al., <i>Systematic mapping influencing physical activity and sedentary behaviour in ethnic minority groups in Europe: ADEDIPAC 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 mangel på kulturrelevante faciliteter var de mest udbredte faktorer ift. omgivelsesens betydning for fysisk bevægelse for minoritetsgrupper i Europæiske lande
Lee, R.E., C. Cubbin, and M. Winkleby. <i>Cumulative disadvantage in the distribution of socioeconomic status and physical activity resources to women</i> . Journal of Epidemiology and Community Health, 2007	USA	Longitudinelt, spørgeskema (n=2672) 1980, 1985 og 1990	Kvinder – 25-75 år	Er adgang til muligheder/mediator for forholdet 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/områder/nabolag, som dog dyrker mere idræt pga. mere fritid. Bedre adgang for kvinder fra lav-socioøkonomisk områder/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	Brugere af idrætsfaciliteter – fokus på fem bestemte målgrupper (yngre, ældre, handicappede, lav socioøkonomisk status og minoritetsgrupper)	Er målgrupperne underrepræsenteret i deres brug af idrætsfaciliteter?	Målgrupperne: ældre borgere (60+) og dem med lav socioøkonomisk status er generelt underrepræsenteret i brugen af idrætsfaciliteter

### Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

Mayne, D.J., et al., <i>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.</i> Population Health Metrics, 2017	Australien	Tværsnitstudie, spørgeskemaundersøgelse (n=95.837)	Voksne +45 år	Hvilke sammenhænge er der mellem et områdes gangvenlighed og respondenternes fysiske bevægelse?	Gangvenlighed defineret som tættere bebyggede områder, med flere destinationer og forgrønet vejnetværk var korreleret med gang, og de levede op til anbefalingerne om fysisk bevægelse. Individuelle faktorer som uddannelse, indkomst og alder har ligeledes 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 stillesiddende adfærd?	Generelt set var sammenhængen mellem miljømæssige faktorer og stillesiddende adfærd svag og varierende. Der var dog mere konsistens i at adgangen til grønne områder nedsatte den stillesiddende tid, og at folk der bor i mere landlige omgivelser, bruger længere tid på stillesiddende transport. Der var meget få analyser af interaktionen af socioøkonomisk status og omgivelserne ift. stillesiddende 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 Husstandsomdelt	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 områdevariable (swimming pools og gyms)	25-74 år	Sammenhængen mellem sportsfaciliteter, socioøkonomi og jogging, svømning 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 udøvere
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	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=6607)	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

### Forskningsspørgsmål 3: muligheder, social baggrund og fysisk bevægelse

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 områdevariable (økonomi og sportsfaciliteter)	16-74 år	Har områdets økonomiske tilstand betydning for befolkningens fysiske inaktivitet og kan det forklares med antal sportsfaciliteter?	Studiet viser, at lavere økonomisk velstand i provinserne er korreleret med højere fysisk inaktivitet. Der var samtidig en høj sammenhæng mellem provinsernes økonomiske velstand og antallet af sportsfaciliteter. Der blev ikke udført direkte interaktionsanalyser, men studiet foreslår, at antallet af sportsfaciliteter er en god indikator for en provins økonomiske velstand i Spanien
Pence, 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	Sammenhæng mellem fysisk bevægelse og individuelle og miljømæssige faktorer	Studiet finder, at det er mest på de individuelle faktorer (self-efficacy) og meget mindre på muligheder, der har betydning for fysisk bevægelse for kvinder mellem 18-65 år. Afstand på mere en 0.4 miles til faciliteter er korreleret med mindre fysisk bevægelse
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	Sammenhængen mellem brug af lokale faciliteter og forskellige faktorer (køn, alder, ses, FA)	Studiet viser, at kvinder oftere bruger de lokale faciliteter, hvis de bor i mindre byer eller mere velhavende områder, eller er i den unge eller ældste gruppe; eller er mest aktive. Denne variation kan ikke findes for mænds brug af faciliteter, hvilket indikerer at lokale forhold kan spille en større rolle for kvinder end mænd ift. facilitetsbrug
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 voksnes aktivitetsmønstre kategoriseres og hvilken sammenhæng har det med individuelle og miljømæssige faktorer?	Studiet kategoriserer deltagerne i tre clusters baseret på spørgeskemadata: Lav aktivitet; Aktiv fritid; og Aktivt job. Lav aktivitet er generelt lidt aktive i alle fire livsdomæner (transport, job, fritid og hjem). Aktiv fritid er væsentligt mere aktiv i fritiden, mens aktivt job lave mere fysisk bevægelse på jobbet. Deltagerne kategoriseret som aktivt job var oftere mænd, havde lidt lavere indkomst og bosiddende i områder med lavere gennemsnitsindkomst. Aktiv fritid havde det højeste antal minutters objektive mål fysiske aktivitet og lavere BMI. Samtidig havde de væsentligt større sociale support fra venner og familie og angav færre barrierer og flere fordele for fysisk bevægelse. Ift. omgivelserne angav aktiv fritid lidt flere idrætsfaciliteter i nærområdet
Saebu, 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	Sammenhænge mellem fysisk bevægelse og faktorer for voksne med fysiske handicap	De personlige faktorer for fysisk bevægelse var en større forklarende faktor end omgivelsernes faktorer. Adgangsforhold, hjælpemidler, transport og social støtte er blandt de fremhævede betydende variable for at personer med et handicap laver fysisk bevægelse

Salvo, G., et al., <i>Neighborhood built environment influences on physical activity among adults: A systematized review of qualitative evidence</i> . International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018	Flere lande	Review (n= 36 kvalitative studier)	Voksne	Hvilken betydningen har miljøet for fysisk bevægelse?	De 36 studier har forskellige populationer ift. køn, alder og etnicitet. På tværs af disse finder forfatterne, at sikkerhed fra kriminalitet og i trafikken oftest bliver omtalt. Derudover er passende destinationer både ift. aktiv transport og ift. idrætsdeltagelse også meget omtalt. Endelig bliver æstetiske og funktionelle faktorer også omtalt i ca. halvdelen af studierne. Her nævnes fx grønne områder og vedligeholdelse af stier og fortove. Forfatterne nævner også, at omgivelserne kan have større eller måske direkte omvendt betydning for forskellige grupper. Der lægges bl.a. meget vægt på ældres muligheder for et trygt og sikkert nærområde og destinationer tæt på, og for etniske minoriteters mulighed for at være fysisk aktive i passende kulturelle sammenhænge
Smith, M., et al., <i>Systematic literature review of built environment effects on physical activity and active transport – an update and new findings on health equity</i> . International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2017	Flere lande	Review af interventioner	Børn og voksne	Hvilken effekt har interventioner i det bebyggede miljø for fysisk bevægelse og aktiv transport, og er der forskellige effekter for forskellige befolkningsgrupper?	På trods af de relativt få og forskelligartede studier finder de fleste studier en effekt af interventionerne (besøg, brug eller fysisk bevægelse). De mest lovende interventioner er gang- og cykelfaciliteter, tilføjelse af fitnessudstyr, stier eller belysning, og øgning af idrætsfaciliteter. Ud af de 28 studier undersøger 4 af dem forskelle mellem befolkningsgrupper. Et studie finder en øget brug af renoverede parker for hvide amerikanere, men ikke for sorte. Et studie finder en forskel i brug af ny cykelinfrastruktur ift. deltagernes indkomst, men ikke en forskel i cykel- eller gangadfærd. I de to sidste studier- omhandlende brugen af en ny cykelsti og idrætsdeltagelsen som følge af flere idrætsfaciliteter - fandt man ingen forskel i effekten
Todd, M., et al., <i>GIS-measured walkability, transit, and recreation environments in relation to older adults' physical activity: A latent profile analysis</i> . Preventive Medicine, 2016	USA	Tværsnitstudie, spørgeskema (n=714) og GIS analyser	Ældre 66-97 år	Kategorisering af det bebyggede miljø og sammenhængen med ældres aktivitet og demografi	Tre område profiler – lav, medium og høj gangvenlighed/transit/rekreation. Der er flere aktive ældre i områder med høj gangvenlighed/transit/rekreation – men her bor kun 7% af deltagerne. Mindre (ikke signifikante) forskelle mellem medium gangvenlighed/transit/rekreation i det bebyggede miljø og lav gangvenlighed/transit/rekreation i det bebygget miljø. Der er således en sammenhæng mellem, hvor aktive de ældre er og gangvenligheden/transit/rekreationen i det bebyggede miljø

## 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.



- Compernelle, 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*. *Osterreichische Zeitschrift für Soziologie*, 1992. 17(4): p. 24-37.
- Kondrič, 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).
- Osuji, 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. McAadoo, *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. Devis-Devis, 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](http://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. Dalgas, Nicoline Klokke, Nadia K. Rasmussen, Thomas V. G. Bredahl og Karsten Elmoose-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 Dalgas, Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen. Idræt, fritid og kultur i Vordingborg Kommune - aktiviteter og faciliteter.
- 2019:10 Jan Arvidsen, Mathilde Skov Kristensen, Karsten Elmoose-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 Høyer-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 Dalgas og Bjarne Ibsen. Organiseringen af 'Hold Hjernen Frisk'
- 2019:1 Christian Røj Voldby, Christina Meisner Jørgensen og Bjarne Ibsen. Undersøgelse af Idrætspuljen under Åben Skole i Odense Kommune.
- 2018:6 Jens Høyer-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 Høyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen. Børn og voksnes deltagelse i idræts-, fritids- og kulturaktiviteter i Faxe Kommune.
- 2018:3 Jens Høyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen. Børn og voksnes 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 Høyer-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 Høyer-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 Elmoose-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 Høyer-Kruse og Jan Arvidsen. Børn og unges hverdagsfriluftsliv.
- 2016:1 Jens Høyer-Kruse, Peter Forsberg, Christian Gjersing Nielsen og Casper Due Nielsen. Undersøgelse af idræt- og fritidsfaciliteter i Lejre Kommune.
- 2015:10 Signe Højbjerg Larsen, Lise Specht Petersen, Bjarne Ibsen og Ilir Hasani. Parkourfaciliteter i Danmark.
- 2015:9 Jens Høyer-Kruse, Trygve Laub Asserhøj og Casper Due Nielsen. Skoleelevers og voksne borgeres 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 arbejde - 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 Høyer-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](https://www.sdu.dk/da/om_sdu/institutter_centre/c_isc/publikationer/movements)