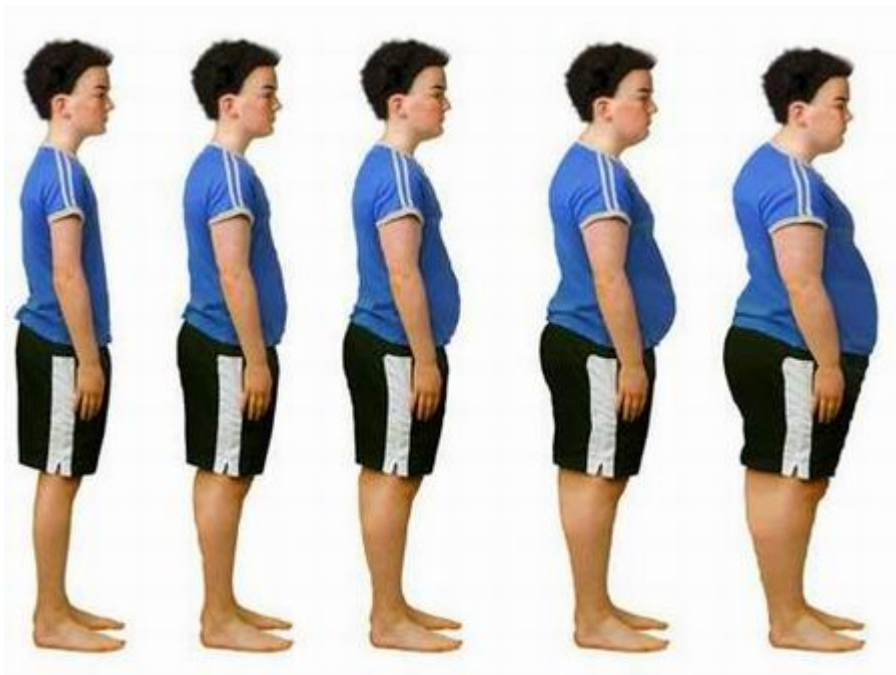


Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt

- Et kvalitativt studie i forbindelse med projekt BOB



(1)

Udgivet af:

Stine Maja Jørgensen,
Bo Brogaard Blenstrup

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Titel:

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
- Et kvalitativt studie i forbindelse med projekt BOB

Bachelorprojektet udarbejdet af:

Stine Maja Jørgensen & Bo Brogaard Blenstrup, FYS713
Fysioterapeutuddannelsen, University College Lillebælt

Intern vejleder: Peter Dirch. Jørgensen

Ekstern vejleder: Vibeke Grandt

Antal anslag: 79.180

Antal anslag importeret fra tekstboks: 1.424

Sider i alt: 80

Bilag: 28 sider

Dato for aflevering: d. 12.01.17

Denne opgave – eller dele heraf – må kun offentliggøres med forfatterens tilladelse jf.
Bekendtgørelse af lov om ophavsret nr. 1144 af 23.10.2014

I forbindelse med vores projekt vil vi takke vores interne vejleder
Peter Dirch Jørgensen og eksterne vejleder Vibeke Grandt.

Vi vil også gerne takke sundhedsmedarbejderen for korrespondance undervejs i projektet.
Derudover vil vi takke de idrætsstuderende på projekt BOB, for at vi måtte deltage i
undervisningen, og for de 4 deltageres bidrag.

Jeres hjælp har været uundværlig

Resumé

Kort titel: Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt

Udgivet af: Stine M. Jørgensen og Bo B. Blenstrup, University College Lillebælt, jan. 2017

Kontakt: stine-maja@hotmail.com, boblenstrup1989@gmail.com

Intern vejleder: Peter Dirch Jørgensen

Ekstern vejleder: Vibeke Grandt

Baggrund: Projekt BOB er et behandlingstilbud til børn med svær overvægt i Odense Kommune, hvor der gives undervisning i bl.a. fysisk aktivitet, som et led i behandling af deres overvægt. Flere undlader fysisk aktivitet og indretter i stedet dagen med stillesiddende aktiviteter. Antallet af svært overvægtige er på verdensplan stigende især blandt børn og for størstedelen vil det medføre følgesygdomme. Fysisk aktivitet kan være med til at forebygge dette og det har derfor fysioterapeutisk relevans at undersøge, hvad der motiverer børn med svær overvægt til fysisk aktivitet.

Formål: Vi vil undersøge 4 børns oplevelse af projekt BOB for at finde ud af, hvilken betydning motivationen har for fysisk aktivitet i den forbindelse. Vi undrer os over, at der ikke er flere studier på området og derfor mener vi at det er vigtigt, at bidrage med ny viden.

Metode: Vi har lavet en kvalitativ undersøgelse med en fænomenologisk og hermeneutisk tilgang. Til dataindsamling har vi anvendt semistrukturerede enkeltmandsinterview og deltagerobservationer. Vores data er beskrevet ud fra Maslows behovspyramide og Deci & Ryans selvbestemmelsesteori. Analysemetoden tager udgangspunkt i Malteruds systematiske tekstkondensering.

Konklusion: Vores undersøgelse fandt frem til, at de sociale relationer havde den største indflydelse på børnenes motivation for fysisk aktivitet i hhv. hverdagen og projekt BOB. Børnene bør derfor involveres mere med hinanden og i planlægning af legene. Det vil styrke de sociale relationer og gøre at barnet udfordres på et passende niveau. Derudover kan instruktørerne gøre brug af kropslig og verbal opmuntring, hvilket vil styrke barnets indre motivation og interessen for aktiviteten vil stige.

Perspektivering: Det kunne være spændende, at lave vores projekt som en større undersøgelse med flere børn, større tidsramme, mulighed for flere observationer og interviews af samme barn. Derudover kunne man se det fx fra forældrene el. instruktørernes synsvinkel. Sammenspillet mellem barn og instruktør kunne også være interessant at kigge på, hvor fx børnene delvist styrer dagsordenen, for at se om det ville ændre deres motivation.

Nøglebegreber: Motivation, fysisk aktivitet, svær overvægt, børn, træning, aktivitet.

Abstract

Short title: Motivation for physical activity in children with obesity

Published by: Stine M. Jørgensen and Bo B. Blenstrup, UC Lillebaelt, jan. 2017

Contact: stine-maja@hotmail.com, boblenstrup1989@gmail.com

Internal supervisor: Peter Dirch Jørgensen

External supervisor: Vibeke Grandt

Background: Project BOB is a treatment offer for children with obesity in Odense municipality, which teaches physical activity as part of the treatment for their obesity. More and more neglect physical activity and instead shape their day with sedentary activities. The number of obese people is increasing worldwide especially among children and for the majority it will cause complications. Physical activity can help prevent this and it has physiotherapeutic relevance to examine what motivates children with obesity to physical activity.

Objective: We want to examine 4 children's experience with project BOB to find out what impact motivation has for physical activity in that regard. We are surprised, that there are not more studies on this area, and we therefore believe it is important to contribute with new knowledge.

Method: Our project was a qualitative study with a phenomenological and hermeneutic approach. For data collection, we used semi-structured individual interviews and participant observations. Our data is described by using Maslows hierarchy of needs and Deci & Ryan's self-determination theory. The analytical method is based on Malteruds systematic text condensation.

Conclusion: Our study found that social relationships had the greatest impact on children's motivation for physical activity in project BOB and everyday life. The children should therefore be more involved with each other and in the planning phase. This will strengthen the social relations and make sure that the child is challenged on an appropriate level. Additionally, the instructors can make use of bodily and verbal encouragement, which will enhance the child's inner motivation and the interest for the activity will increase.

Perspective: It would be interesting to make our project into a larger study with more children, longer time frame and more observations and interviews of the same child. Additionally, you could try and see it from another point of view e.g. the parents or the instructors. The interaction between the child and the instructor could also be examined e.g. the child could be the one who controlled the agenda to see, if that would increase the motivation.

Keywords: Motivation, physical activity, obesity, children, exercise, activity.

Indholdsfortegnelse

1. Indledning.....	8
2. Problembaggrund.....	8
2.1. Svær overvægt	8
2.2. Svær overvægt og fysisk aktivitet.....	9
2.3. Motivation til fysisk aktivitet.....	10
2.4. Fysioterapeutisk relevans.....	11
2.5. Forforståelse	11
3. Formål	12
4. Problemformulering.....	12
4.1. Definitionsliste	12
5. Litteratursøgning.....	13
6. Teori	15
6.1. Maslows motivationsteori.....	15
6.1.1. Maslows behovspyramide og dens relation til målgruppen	15
6.2. Deci & Ryans motivationsteori	17
6.2.1. Selvbestemmelsesteorien og dens relation til målgruppen	17
6.2.2. Ikke-motivation, indre og ydre motivation.....	18
6.3. Behovspyramiden og selvbestemmelsesteorien.....	19
7. Metode	21
7.1. Videnskabsteoretisk tilgang	21
7.1.1. Fænomenologi.....	21
7.1.2. Hermeneutik.....	22
8. Dataindsamling.....	22
8.1. Udvælgelse af deltagere.....	22
8.2. Kontakt og etik	23
8.3. Interview	23
8.3.1. Udarbejdelse af interviewguide	23
8.3.2. Kontekst for interview.....	24
8.3.3. Valg af interviewer	24
8.3.4. Andre overvejelser i forhold til interview.....	25

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

8.4. Observation	25
8.4.1. Udarbejdelse af observationsguide	26
8.4.2. Kontekst for observation	26
8.4.3. Valg af observatører	26
8.4.4. Andre overvejelser i forhold til observation	26
9. Databearbejdning	27
9.1. Transskription af interview	27
9.2. Transskription af observationer	27
9.3. Analysemetode	28
9.3.1. Første trin - At få et helhedsindtryk	28
9.3.2. Andet trin - Fra temaer til koder	28
9.3.3. Tredje trin - Kondensering - fra koder til mening	29
9.3.4. Fjerde trin - Fra kondensering til beskrivelser og begreber	29
9.4. Analyse	30
9.4.1. Motivation for projekt BOB	30
9.4.2. Opsummering 1	32
9.4.3. Sociale relationer i projekt BOB	32
9.4.4. Opsummering 2	34
9.4.5. FA og sociale relationer i hverdagen med indflydelse på projekt BOB	35
9.4.6. Opsummering 3	36
10. Diskussion	37
10.1. Metode	37
10.1.1. Litteratursøgning	37
10.1.2. Kvalitativ og videnskabsteoretisk tilgang	37
10.1.3. Udvælgelse af deltagere	38
10.1.4. Kontakt og etik	38
10.2. Dataindsamling	39
10.2.1. Interview	39
10.2.2. Observation	40
10.3. Databearbejdning	42
10.3.1. Transskription af interview	42
10.3.2. Transskription af observation	42
10.3.3. Analysemetode	42
10.4. Fund	43

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

10.4.1. Sammenfatning af fund	43
10.4.2. Diskussion af fund	44
11. Konklusion	46
12. Perspektivering.....	47
13. Referencer.....	48
14. Oversigt over bilag	52
Bilag 1: Litteratursøgning	53
Bilag 2: Informeret samtykke	55
Bilag 3: Semistruktureret interviewguide.....	57
Bilag 4: Observationsguide	63
Bilag 5: Transskriptionsnøgle.....	65
Bilag 6: Transskriptioner af interview.....	66
Bilag 7: Uddrag af interviews	67
Bilag 8: Transskriptioner af observation.....	68
Bilag 9: Uddrag af observationer.....	69
Bilag 10: Emner	70
Bilag 11: Emner inddelt i temaer.....	72
Bilag 12: Omdannelse fra temaer til koder	74
Bilag 13: Matrice indeholdende koder og subgrupper.....	75

1. Indledning

Denne opgave tager udgangspunkt i den sundhedsmæssige udfordring, der kan være i at motivere børn med svær overvægt til fysisk aktivitet (FA) (2). Vi har derfor valgt at lave en undersøgelse på baggrund af projektet Behandling af svært overvægtige børn (BOB) (3). Det har til formål at skabe vedblivende livsstilsændringer gennem undervisning i kostvaner, psykologiske udfordringer og FA (3).

Det er en tværsektoriel indsats, som udbydes og foregår i Odense kommune og på H. C. Andersen børnehospital (3). Det er finansieret med 2.161.093 kr. af Ministeriet for sundhed og forebyggelse og med 131.093 kr. fra H.C. Andersen børnehospital (4).

Gennem vores kvalitative undersøgelser; observation og interview, vil der være fokus på børn i alderen 9-12 år og deres motivation for fysisk aktivitet. I problembaggrunden vil vi komme ind på, hvad baggrunden er for vores undersøgelse.

2. Problembaggrund

I problembaggrunden vil vi redegøre for svær overvægt og de medfølgende konsekvenser. Herefter vil vi kort fortælle om svær overvægt og FA samt inkludere et studie, der understøtter viden om dette. Der redegøres for begrebet motivation, teorien bag og hvilke studier der er på området. Afslutningsvis beskriver vi den fysioterapeutiske relevans og vores forforståelse, som danner baggrunden for vores undersøgelse.

2.1. Svær overvægt

På verdensplan er der sket en fordobling af svært overvægtige siden 1980 (5). I 2014 var mere end 1,9 milliarder voksne over 18 år overvægtige, hvoraf 600 millioner var svært overvægtige (5). Der er også sket en stigning i Danmark fra 5,6 % i 1987 til 14,1 % i 2010 (6). Stigningen har især fundet sted blandt børn og unge, hvor det har vist sig, at 70 % af børn med overvægt også bliver overvægtige som voksne. For at komme denne tendens til livs, bør børn med overvægt i højere grad dyrke FA (2).

I forbindelse med FA anbefaler Sundhedsstyrelsen børn og unge (5-17 år): *Vær fysisk aktiv mindst 60 minutter om dagen. Aktiviteten skal være med moderat til høj intensitet og ligge ud over almindelige kortvarige daglige aktiviteter* (7). Det er problematisk at flere børn og

unge efterhånden undlader FA ved høj intensitet, hvor pulsen kommer højt op. I stedet indrettes dagen med stillesiddende aktiviteter foran computer og TV (8). Samtidig er flere blevet mindre aktive ifm. transport, som ofte foregår i bil el. med kollektiv trafik (8). Det kan i forbindelse med rigelig og fedtholdig mad give risiko for udvikling af svær overvægt, dvs. at overvægt opstår, når der indtages mere energi end der forbruges (9). Over en periode udgør det ekstra indtag en vægtøgning af kroppen, hvilket er ensbetydende med belastning af kredsløb og bevægeapparat (10, s. 280). Graden af overvægt er associeret med risiko for udvikling af sygdomme, som fx hypertension, kardiovaskulære-sygdomme, diabetes 2 og forskellige kræftformer (10, s. 280). Allerede i barndomsårene kan svær overvægt give fysiske gener i form af astma, dårlig leverfunktion, ledsmerter, hypertension og tidlig diabetes 2 (2). Vedvarende overvægt i voksenlivet udgør på længere sigt en reduceret levetid (9). Der kan være flere årsager til udvikling af svær overvægt. Det er ofte børn med overvægtige forældre, som bliver svært overvægtige. Grunden til dette kan sættes i forbindelse med genetiske faktorer, familiens madvaner og/ eller FA (2). Derudover er der en sammenhæng mellem familiens socioøkonomiske status og overvægt. Jo lavere ens socioøkonomiske status er, desto større risiko er der for overvægt (2). Desuden har mange overvægtige børn det svært psykosocialt. Nogle bliver udsat for mobning og drilleri, mens andre ikke har lyst til at være sociale pga. deres overvægt. Det kan resultere i lavere selvværd, isolation, depression og ensomhed (2).

2.2. Svær overvægt og fysisk aktivitet

Evidens understreger at FA kan være med til, at forebygge de allerede nævnte fremtidige helbredsmæssige konsekvenser, der kan komme som følge af svær overvægt i barndommen (9). Derfor er det vigtigt at inddrage ekstra FA i fx skoletiden. Det er bevist i Svendborgprojektet, hvor det blev undersøgt, hvilken sundhedsmæssig effekt ekstra idrætstimer har hos folkeskoleelever (11). Her fandt man bl.a. frem til, at der er 80 % større risiko for at udvikle diabetes 2 hos børn med 2 timers idræt i skolen om ugen, end hos børn med 6 timers idræt (11). Derudover viste det sig, at børn med en høj fedtprocent har 26 % større risiko for overbelastningsskader end normalvægtige (12). For at forebygge disse tilstande, er det derfor vigtigt at behandle svær overvægt med bl.a. FA i en tidlig alder (2).

2.3. Motivation til fysisk aktivitet

Motivation er menneskets indre drivkræfter til at udføre en handling eller løse en opgave (13). Det er svært at sige, hvad der motiverer den enkelte til FA. Nogle kan se meningen med FA, mens andre ikke kan. Derfor bliver FA et tilvalg for nogle og et fravalg for andre (8). For børn kan det være svært at gennemskue meningen med FA. De motiveres nødvendigvis ikke af sundhedsvæsenets kampagner, der fortæller at fysisk inaktivitet er ensbetydende med sygdom og død. De tager udgangspunkt i nutiden og ikke i fremtiden (8). Derfor kan det være godt at inddrage familien i et forløb. De vil kunne se meningen med en evt. livsstilsændring og støtte barnet (8). Det ses også i tværsektorielle projekter, såsom fx projekt BOB (3). I denne type af projekter inddrages familien fra første dag, barnet starter sit forløb (14). På den måde kan familien være medvirkende til, at barnet motiveres til FA (4). Der findes en del studier, der belyser dette område (8), men vores primære fokus vil være børn med svær overvægt og deres motivation for FA. I den forbindelse har vi forsøgt at finde viden på området. I Sundhedsstyrelsens rapport *Fysisk aktivitet* fra 2011 står der: ”*Kun få videnskabelige studier beskæftiger sig med, hvilke faktorer der betyder noget for børns motivation for sund livsstil*” (8). Yderligere fandt vi en artikel af psykologerne Linda Pannekoek, Jan P. Piek og Martin S. Hagger, som mener at området omhandlende børn under 12 år og deres motivation for FA, er underrepræsenteret (15). Vi fortsatte vores søgning i forskellige søgedatabaser. I den forbindelse kom vi frem til et studie med fokus på overvægt hos børn og forebyggende livsstilsændringer. I studiet beskrives der en smule omkring deltagernes motivation for interventionen (16). Derfor kan det give os overordnet viden omkring emnet. Vi kom også frem til et andet studie, som undersøgte forebyggelse af overvægt hos børn. Det sidstnævnte studie har ikke overvægtige i fokus, men interventionen er baseret på en motivationsteori (17). Denne teori beskrives i teoriafsnittet og kan bruges som understøttende viden omkring motivation igennem opgaven. Fremgangsmåden i vores søgning af studierne, samt yderligere beskrivelse af disse gennemgås i afsnittet om *litteratursøgning* og bilag 1. Derudover har vi søgt viden i bøger og på hjemmesider. På baggrund af vores søgning kom vi frem til at ved at sammensmelte eksisterende viden, motivationsteorier og vores fund vil vi forsøge at producere mere viden inden for området.

2.4. Fysioterapeutisk relevans

Fysioterapeuter kan også få viden omkring motivation for FA i forbindelse med Center for Sundhedsmotivation. Det ledes af fysioterapeut og professor Henning Langberg, som er forsker inden for dette område (13). Desuden har han været med til at skrive bogen *Motivation*, som handler om hvordan man når ens mål med træning (18). Desværre har han dog ikke lavet studier inden for vores interesseområde (19). Det er derfor vigtigt, at der bliver produceret mere viden på området. Ved at der fås mere viden, kan vi målrette en effektiv individuel behandling med motivation i fokus (13). I forbindelse med vores målgruppe vil det givetvis kunne forebygge de nævnte fysiske og/eller psykiske aspekter. Jo mere kendskab vi får til målgruppen, jo bedre kan vi muligvis som faggruppe kunne håndtere aspekterne.

2.5. Forforståelse

Vores forforståelse vil først og fremmest dannes ud fra den information, vi har indhentet i problembaggrunden. Derudover har den ene af os haft et fritidsjob, som har haft med denne målgruppe at gøre, hvilket kan give inspiration til vores videre undersøgelse.

Vi forventer at børnene vil have en forskellig tilgang til FA, som gør at de vil blive motiveret af forskellige årsager. Her kan barnets psykosociale aspekter have indflydelse. Som eksempel vil nogle af børnene sandsynligvis forbinde FA med udelukkelse fra det sociale liv og/eller mobning samt drillerier. Det kan dog frygtes, at barnet ikke ser en mening med el. har manglende forståelse for nødvendigheden af FA og deraf manglende motivation.

Forforståelsen er en dynamisk proces, dvs. at den vil ændres og udvikles gennem hele vores undersøgelse. Den ændrer sig i og med, at vi indsamler ny viden, hvilket i sidste ende vil udgøre en ny forståelse.

3. Formål

Vores formål er at finde ud af, hvordan børn med svær overvægt i alderen 9-12 år motiveres til FA ifm. projekt BOB. Det vil vi finde frem til ved at gøre brug af interview og observation. Vi undrer os over, at der ikke er flere studier på området. Derfor mener vi at det er vigtigt, at bidrage med ny viden.

4. Problemformulering

Hvad gør at børn med svær overvægt i aldersgruppen 9-12 år er motiveret til fysisk aktivitet i Odense kommunes behandlingstilbud BOB?

4.1. Definitionsliste

Ord/ begreb	Forklaring
Motivation	Menneskets indre drivkraft til at udføre en bestemt handling eller løse en opgave (13).
Fysisk aktivitet	Alle former for bevægelser, som øger energiforbruget (20, s. 18).
Svær overvægt	Når kroppens Body Mass Index (BMI) ligger over 30 (10, p. 280). BMI: objektivi må som bruges til at vurdere total mængde kropsfedt (21).
Tværasektoriel	Samarbejde på tværs af faggrupper/sektorer (22).
Moderat og høj intensitet	Moderat: fysisk aktivitet, hvor du bliver lettere forpustet og hvor kan tale med andre imens (23). Høj: fysisk aktivitet, hvor du føler dig forpustet og har svært ved at føre en samtale (23).
Stillesiddende aktivitet	Er "aktiviteter" som foregår i vågen tilstand, hvor man sidder eller ligger ned (24).
Socioøkonomisk status	Opdeling af befolkningen ud fra de sociale og økonomiske forhold (25).
Psykosocial	Omhandler de psykiske og sociale forhold (26).

5. Litteratursøgning

Fremgangsmåden i vores litteratursøgning findes i dette afsnit. Formålet med søgningen var at finde viden om svært overvægtige børns motivation for FA. For at finde frem til studier benyttede vi flere videnskabelige databaser: PubMed, PEDro og Cinahl.

Vi har anvendt studierne fra PubMed, da det var dem, som var mest relevante ift. vores formål med søgningen. På Cinahl fremkom der også et relevant resultat, men pga. bibliotekets leveringstid nåede vi ikke at få det i tide. Der fremkom ingen relevante hits på PEDro. Vores søgning foregik i perioden december 2016 til januar 2017. Tabel 1 viser hvordan vi har fundet frem til de endelige studier. Vores søgestrategier findes i bilag 1.

Tabel 1: Søgematrix

Database	Søgeord	Filtre	Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier	Antal hits	Hits efter læsning af overskrift	Hits efter læsning af abstrakt
PubMed	Children AND obesity AND physical activity AND motivation	Clinical Trial Abstract Humans English	Motivation Overweight children	Family-involvement Afroamerican children Pregnancy	39	13	2

Fra PubMed udvalgte vi:

Can early weight loss, eating behaviors and socioeconomic factors predict successful weight loss at 12- and 24-months in adolescents with obesity and insulin resistance participating in a randomised controlled trial? (16)

Kort opsummering: Et australsk RCT-studie fra apr. 2016, som undersøgte om forebyggende livsstilsændringer (tidligt vægttab, spisevaner og socioøkonomiske faktorer) i ungdommen ville kunne resultere i et længerevarende vægttab. 66 overvægtige piger i alderen 10-17 år var med i undersøgelsen. Interventionen varede 12 mdr. og havde primært kostændringer i fokus.

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Assessing the sustained impact of a school-based obesity prevention program for adolescent boys: the ATLAS cluster randomized controlled trial (17)

Kort opsummering: Et australsk RCT-studie fra aug. 2016. Formålet var at undersøge et forebyggelsesprogram for unge drenge, som var i risiko for udvikling af fedme. 361 drenge i alderen 12-14 år medvirkede i undersøgelsen, som blev foretaget på 14 skoler fra lavindkomst områder. Interventionen varede 12 mdr. og var hovedsageligt baseret på motivationsteorier.

6. Teori

I vores undersøgelse er motivation en afgørende faktor, hvilket gør at vi vælger at have motivationsteorier i fokus. I det følgende afsnit kommer vi ind på Maslows behovspyramide (27, s. 67) og selvbestemmelsesteorien (28, s. 14).

Inden hver teori beskrives forfatterne og deres baggrund for teorien meget kort. Herefter kommer vi ind på deres teori, som sættes i relation til vores målgruppe. Afslutningsvis sætter vi de to teorier op mod hinanden. Teorierne vil give viden omkring og forståelse for undersøgelsens indhold og blive anvendt i vores metodeafsnit, analyse og diskussion.

6.1. Maslows motivationsteori

Vi vælger at inddrage psykolog Abraham H. Maslows (1908-1970) motivationsteori, da han var en af grundlæggerne til humanismen (27, s. 67). I den forbindelse udarbejdede han motivationsteorien: *Maslows behovspyramide*, som er skrevet på baggrund af hans refleksioner (27, s. 95). Hans teori er anerkendt og respekteret af utallige faggrupper verden over (27, s. 67). I hans teori omtaler han overordnet en lang række forskellige behov, som kan være motiverende for den enkelte (27, s. 72). Disse beskrives i følgende afsnit.

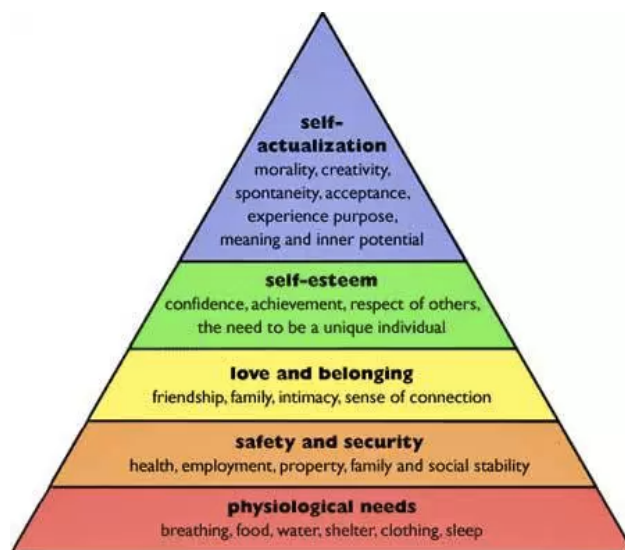
Han er modstander af detaljerede klassifikationer af behov, da han mener at hans teori vil kunne indeholde uendeligvis af komponenter (29, s. 36). Derfor bruger vi hans teori til at skabe et billede af motivationen ift. vores målgruppe, som kan have mange problemstillinger.

6.1.1. Maslows behovspyramide og dens relation til målgruppen

Grundlæggende har behovspyramiden (se fig. 1) fokus på, at individets adfærd er styret af udækkede behov. De udækkede behov er en del af en motiverende proces, og er en motivator for individet (27, s. 71). For at forstå dette skal man vide hvordan, at pyramiden er opbygget. Den er opbygget, således at de nederste behov er mest dominerende, og de øverste er mindst dominerende (27, s. 72). Det betyder at man starter fra bunden og efter det nederste behov er opfyldt, bliver det næste trin i pyramiden motiverende (27, s. 71–72). Den består af 5 forskellige behov, som indeholder følgende:

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

1. *De Fysiske behov* omhandler sult, tørst, søvn osv. og er det nederste niveau (27, s. 72). Hos børnene i BOB vil dette behov sandsynligvis være dækket.
2. *Sikkerhedsbehovet* indeholder stabilitet, beskyttelse osv. (27, s. 74). Behovet kan muligvis være påvirket hos børnene, hvis barnets forældre har en lav socioøkonomisk status. Det kan skabe usikkerhed og bekymringer, hvis der f.eks. ikke er råd til at betale de månedlige regninger.
3. *Behov for tilhørsforhold* handler om familie, venskab osv. (27, s. 75). Børnene kan opleve at have det svært socialt pga. fx mobning og drillerier. I den forbindelse kan ensomhed opstå, hvoraf barnet søger behov i form af relationer.
4. *Agtelsesbehov* omhandler respekt for sig selv og andre. Maslow deler begrebet op i hhv. indre og ydre faktorer. De indre faktorer indeholder præstation, kompetence, selvsikkerhed og frihed. De ydre faktorer har derimod fokus på anerkendelse, opmærksomhed, vigtighed og værdsættelse (27, s. 75). Her kan børnene givetvis have behov for selvværd pga. overvægten.
5. *Selvaktualiseringsbehovet* adskiller sig fra de andre behov. Her gør individet det, som han/ hun er bedst til, for at det fulde potentiale opnås. Eksempler på dette kan være, at malere maler og forfattere skriver. Jo mere behovet dækkes jo mere ønsker individet at opnå det (27, s. 75). Ingen af børnene vil sandsynligvis opnå dette, idet de ofte har andre problemstillinger i fokus. Det underbygges af Maslow, som mener at mange individer i det hele taget vil opleve, at det er vanskeligt, at opnå det øverste niveau, da lavere mangelbehov ofte opstår (27, s. 82).



Figur 1: Illustration af Maslows behovspyramide (30)

6.2. Deci & Ryans motivationsteori

Psykologerne Edward Deci (1942-) & Richard Ryan (1953-) udviklede *selvbestemmelsesteorien* op gennem 1970'erne (28, s. 20). Deres teoridannelse blev foretaget ud fra studier på skolebørn (28, s. 20–27). De var inspireret af Maslow, men mere specifikke i deres teoribeskrivelser (28, s. 14). I dag bliver teorien stadig brugt i både forskning og praksis (28, s. 15). Den anvendes også af bl.a. Langberg ved undervisning på Center for Sundhedsmotivation (13). Desuden er Deci & Ryan stadig aktive i forskningen og i 2000 udgav de: *Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions*, som en opdatering på området for den indre og ydre motivation (31).

6.2.1. Selvbestemmelsesteorien og dens relation til målgruppen

Teorien kan sættes i forbindelse med vores målgruppe, da studierne er udført på børn, som vi også har valgt at have fokus på i projekt BOB. Igennem dette afsnit vil der bruges eksempler fra deres studier, hvoraf nogle omdannes til vores egen målgruppe.

Selvbestemmelsesteorien handler grundlæggende om menneskets indre og ydre motivation (28, s. 21). Den **indre motivation** omhandler interesse, nysgerrighed og vedholdenhed i den aktivitet der udføres (28, s. 21). Det kan fx være, når elever har lyst til at lave skolearbejde pga. stor interesse. På den baggrund opstår en indre lyst, der gør at læreren ikke behøver at sætte dem i gang (28, s. 21). Den indre motivation fremmes ved tilfredsstillelse af de tre psykologiske behov: kompetence, tilhørsforhold og selvbestemmelse (28, s. 20). Ifølge Deci & Ryan bør mere end et behov opfyldes for at øge motivationen, og det er forskelligt hvilke behov, der fylder mest hos den enkelte (28, s. 21). De 3 behov indeholder oplevelse af:

- **Kompetence** er en følelse af at kunne udføre det, der kræves i en opgave (28, s. 20). Hvis der opstår mangel på *kompetence*, kan barnet føle at aktiviteten er for let el. svær. Det er derfor vigtigt, at aktiviteten rammer et niveau, som er afbalanceret, dvs. at børnene føler at aktiviteten passer til deres niveau (28, s. 20).
- **Tilhørsforhold** er en følelse af tryghed ift. de personer, grupper el. det miljø man omgiver sig med (28, s. 20). Ved mangel på oplevelse af tilhørsforhold kan det betyde, at barnet ikke har relationer til de personer, han/hun møder til fx FA. Det kan give manglende tryghed, som også kan komme pga. et utrygt miljø, som fx en træningssal (28, s. 20).
- **Autonomi** el. selvbestemmelse er når man er involveret og interesseret i det der foregår. Det er samtidig vigtigt, at der handles ift. egne værdier, og at man selv har

indflydelse på det der sker (28, s. 20). Vi forestiller os, at det kan være god idé at lave nogle aktiviteter, som har forbindelse til noget børnene kender i forvejen. Det kan fx være ift. en fritidsinteresse, såsom fodbold, håndbold, gymnastik, kampsport osv. Det kan gøre, at barnet vil udvise kontrol og ejerskab over aktiviteten (28, s. 20).

Mangel på oplevelse af et el. flere behov kan opstå på baggrund af **ydre motivation**, som styres af udefrakommende faktorer. Ved denne motivationsform forsøger individet at undgå en konsekvens, eller opnå en bestemt belønning i en aktivitet (28, s. 21). I skolen kan der fx være tale om at få en bestemt karakter, opnåelse af andres forventninger og i det hele taget klare sig godt (28, s. 21). Det er uhensigtsmæssigt, da man over tid kan blive afhængig af det ydre pres. På den måde skabes der børn som ikke kan gå i gang selvstændigt, men er afhængig af at skulle sættes i gang (28, s. 24).

6.2.2. Ikke-motivation, indre og ydre motivation

Motivation er en dynamisk proces, dvs. at den kan ændre sig hos barnet efterhånden (28, s. 21). Fig. 2 viser forskellige grader af motivation, dvs. **ikke-motivation** el. amotivation, indre og ydre motivation (28, p. 22).

	Ikke-motivation	Ydre motivation »FORDI JEG SKAL« hen imod »DET GIVER MENING«			Indre motivation: LYST	
Incitament	Manglende oplevelse af kompetence, tilhørsforhold	Ydre pres: Undgå straf eller opnå belønning	Følelse af pligt, skyld, skam, stolthed	Begyndende oplevelse af, at opgaven har betydning	Oplevelse af bredere personlig betydning	Interesse, lyst, indre tilfredsstillelse, leg, nysgerrighed
»Indre stemme«	Jeg kan ikke. Det har ikke noget med mig at gøre. Jeg er ligeglad	Jeg gør det, fordi jeg skal. Hvis jeg ikke laver noget, bliver jeg smidt ud	Det er flovt, hvis jeg ikke afleverer min opgave	Det er vigtigt, jeg laver noget, for jeg vil gerne have en god eksamen	Skolearbejdet er personligt vigtigt for mig	Jeg elsker det her fag

Figur 2: Illustration af ikke-motivation, ydre og indre motivation, hvor de 3 behov er beskrevet under hver motivationstype. Derudover står der også beskrevet *incitament* og *indre stemme* under hver type. Incitament kan både være et indre/ ydre pres, og er grunden til udførelse af en aktivitet. Den indre stemme er det, man siger til sig selv i situationen (28, s. 22).

Længst til venstre findes amotivation, hvor barnet ikke har lyst til at gå i gang med aktiviteten, da ingen af de 3 psykologiske behov bliver opfyldt. Ved denne motivationsform føler man sig magtesløs ift. udførelse af aktiviteten, hvilket resulterer i meningsløshed, opgivelse og at aktiviteten muligvis ikke udføres (28, s. 22). Det kan resultere i at barnet ikke møder op el. ikke deltager i aktiviteterne under FA.

I de 4 midterste kolonner findes ydre motivation, som inddeles i forskellige typer af indrestyring. Mod venstre er de motivationstyper, som er mest ydre styret, hvilket betyder at man ikke er motiveret til aktiviteten. Denne type udføres kun pga. et ydre pres i form af straf el. belønning (28, s. 22). Mod højre er de mest indrestyrede motivationstyper, hvor man stadig er styret af ydre pres, men forsøger at omdanne det indre pres, så det svarer til egne mål og værdier (28, s. 22). I vores aldersgruppe kan det være svært for et barn, at forstå at han/ hun har et problem. Det kan gøre at motivation ikke ses som en nødvendighed. For at hjælpe børnene hen mod at blive indre motiveret er det vigtigt, at der opnås en god relation mellem instruktørerne og børnene, hvilket gør at de får lyst til at efterligne instruktørernes meninger, handlinger og værdier (28, s. 23). Samtidig er det vigtigt, at instruktørerne støtter barnet i processen med opmuntring, påskønnelse og planlægning ift. FA. I sidste ende vil barnet forhåbentlig få en forståelse, der gør at han/ hun bliver mindre afhængig af det ydre pres (28, s. 23). Motivation er et arbejde i sig selv, idet man bliver nødt at erkende, at det kan være nødvendigt. Over tid kan det være noget, der sker af sig selv og det kan ende med, at det giver betydning og lyst for den enkelte til at udøve en aktivitet (28, s. 25).

6.3. Behovspyramiden og selvbestemmelsesteorien

Som tidligere nævnt er Deci & Ryan blevet inspireret af Maslow (28, s. 14). Det er svært at sige hvordan, at de er blevet inspireret af ham, men vi kan dog se en sammenhæng mellem flere af de fremsatte begreber. Derfor vil vi selv prøve at sætte de to teorier op mod hinanden. Vi ser en lighed mellem *Behov for tilhørsforhold* og oplevelse af *tilhørsforhold*, som begge handler om relationer mellem mennesker. Derudover ser vi en sammenhæng mellem *Agtelsesbehovet* og oplevelse af *kompetence* og *autonomi*. Disse kan sammenlignes, da agtelsesbehovet indeholder de indre faktorer: kompetence og frihed sv.t. kompetence og autonomi. Det er svært at sige hvad forskellen er, da Maslows behov ikke uddybes yderligere. Selvaktualiseringsbehovet har en vis lighed med indre motivation, hvor at man i begge tilfælde gør noget af lyst og interesse. Her er forskellen dog at Maslow mener, at

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

selvaktualiseringen kan afbrydes af lavere mangelbehov (27, s. 82), hvilket Deci & Ryan ikke nævner noget om. Det er svært at sige om Maslow og Deci & Ryan har haft de samme tanker omkring deres teorier, idet de har fundet frem til teorierne på hver deres måde.

7. Metode

Vi benytter os af den kvalitative metode, hvor man er optaget af hvordan noget udføres, ytres, opleves el. gradvist ændres hos mennesket (32, s. 13). I den forbindelse vælger vi at lave semistruktureret enkeltmandsinterview og supplere med deltagerobservationer.

Ved hjælp af disse metoder vil vi få en forståelse for deltagernes følelser og handlinger (32, s. 13–14). Det vil give os en dybere forståelse af deltagernes oplevelse af motivation for FA.

7.1. Videnskabsteoretisk tilgang

Inden for den kvalitative forskning findes hermeneutikken og fænomenologien (33).

Disse videnskabelige retninger kaldes også for paradigmer, og kan forklares ved at vi har taget et bestemt sæt briller på, og ser verden igennem disse (34, s. 47–48). Vores syn under dataindsamlingen er fænomenologisk, mens databearbejdningen også er hermeneutisk. I de to følgende afsnit beskrives de to retninger nærmere.

7.1.1. Fænomenologi

Fænomenologi betyder læren om det som viser sig, dvs. læren om det fænomen der fremkommer for ens bevidsthed (32, s. 217). Som central ambition er fænomenologiens ønske at vise fænomener, som de er i sig selv (32, s. 217). Det betyder at vi konsekvent bør forsøge at indleve os i menneskets livsverden, hvilket omtrent betyder det samme som dagligdagsverden (33). Vi vil altså forsøge at tage udgangspunkt i en anden persons følelser, tanker og ønsker, uden at blive påvirket af egne antagelser, teorier, tanker og fordomme (32, s. 218). I den forbindelse har psykolog Amedeo Giorgi udviklet nogle metoderegler (33). Med disse ønsker han at gøre forskerens bevidsthed mere åben for fænomenerne, så de viser sig så klare, som det er muligt. På den måde forsøger han at minimere forskerens påvirkning af egne meninger, fordomme osv. (33). De 3 vigtigste regler er: *parentesreglen*, *beskrivelsesreglen* og *ligeværdighedsreglen* (33). Parentesreglen fortæller, at vi under vores undersøgelse, bør sætte parentes om den viden vi allerede har på området. På den måde kan vi undersøge fænomenet med åben nysgerrighed (33). Beskrivelsesreglen har fokus på, at vi bør beskrive fænomenet tæt og konkret, inden vi forsøger at forstå og fortolke fænomenet (33). Ligeværdighedsreglen siger at vi ikke bør finde el. give data en bestemt betydning på forhånd, men lade det tale for sig selv (33). Vi vil bruge Giorgis metoderegler i udarbejdelsen og ved brug af interview- og observationsguide.

7.1.2. Hermeneutik

Hermeneutikken handler i bund og grund om fortolkning og forståelse af verden (35, s. 37). Som forudsætning for en forståelse vil man altid have en forforståelse, som er dannet ud fra tidligere erfaringer (35, s. 37). Det er dog forskelligt hvor meget viden man har, inden man går i gang med dataindsamling og fortolkning (35, s. 37). I vores tilfælde er vores forforståelse dannet ud fra den viden, vi har fået i opgaven indtil nu. Derudover har den ene af os tidligere arbejdet praktisk med denne målgruppe. Det gør at denne har en anden forforståelse end den, som ikke har denne erfaring. Når vi går i gang med dataindsamling og fortolkning ændres vores forforståelse efterhånden. Den viden vi har fået i opgaven el. i det praktiske liv kan enten blive ændret el. bekræftet. På baggrund af denne evt. ændring opstår en ny forståelse (35, s. 37). Denne proces kaldes også for den hermeneutiske cirkel el. spiral (36, s. 217). Det kan dog være en misvisende betegnelse, da processen ikke går i ring, men bevæger sig fremad fra en forforståelse til en ny forståelse (36, s. 217). Igennem forløbet med vores opgave vil vi hele tiden få ny viden, som bevæger os videre til en ny forståelse på højere niveau (36, s. 217).

8. Dataindsamling

I følgende afsnit forklarer vi, hvordan vi udvalgte deltagerne, tog kontakt og vores etiske overvejelser. Herefter kommer vi ind på interview og observation samt vores overvejelser hertil. Af hensyn til deltagerens anonymitet vælger vi at give børnene fiktive bogstaver, og vi nævner ikke deres specifikke alder (37, s. 65). Børnene kaldes A, B, C og D og ved omtale af os bruges initialerne for vores for- og efternavn dvs. BB og SJ. Derudover vælger vi heller ikke at nævne behandlers navne ifm. projektet, da også det vil kunne føre til identificering af deltagerne (37, s. 65).

8.1. Udvalgelse af deltagere

Vi har opsat vores egne betingelser for, at børnene kan være med i vores undersøgelse. De skal være 9-12 år gamle, da børn fra 8-12 år begynder at kunne forstå og forklare sociale hændelser, have en logisk tankegang og kunne følge med i voksnes dialoger (38, s. 112). Det tænkte vi, ville være en fordel for os ift. interview. Derudover skal de være halvvejs i forløbet (ud af 9 mdr.), så de har kendskab til FA i projektet. Vores sidste kriterium er at vi får

forældrenes samtykke i forbindelse med observation og interview. Vigtigheden af samtykke beskrives nærmere i afsnittet kontakt og etik.

8.2. Kontakt og etik

Vi tog telefonisk kontakt til de ansvarlige for projekt BOB, hvorefter første møde fandt sted med en sundhedsmedarbejder på projektet. Hun gav os mundtligt samtykke til at deltage i projektet. Her blev det aftalt, hvornår vi kunne deltage, og vi fik hendes kontaktoplysninger. Derudover fik vi kontaktoplysninger på de idrætsstuderende, som stod for FA.

Inden første møde med deltagerne og deres forældre udarbejdede vi et informeret samtykke (se bilag 2), som blev udformet på baggrund af Den Nationale Videnskabsetiske Komité's anbefalinger (37, s. 67). Efter udarbejdelsen af dette blev det godkendt af vores interne vejleder.

Ved første observation mødte 4 børn op, der alle opfyldte vores betingelser. Vi introducerede os for forældrene, hvorefter vi udleverede det informerede samtykke. Forældrene underskrev samtykket, så vi kunne foretage observation på alle deltagerne. Ud af de 4 børn fik vi samtykke til at lave interview med 3 af børnene, som ville foregå i forlængelse af FA over 3 gange med 1 uges mellemrum. Under hele forløbet havde vi løbende kontakt til sundhedsmedarbejderen og de idrætsstuderende pr. telefon og e-mail. Der skete dog kommunikationsfejl undervejs, hvor vi pludselig blev informeret om, at der var tre gange tilbage af FA, som i øvrigt var de sidste 3 gange i børnenes forløb. Andre etiske overvejelser ifm. undersøgelsesmetoderne findes under afsnittene observation og interview.

8.3. Interview

Som en del af vores undersøgelse lavede vi enkeltmandsinterview med 3 af deltagerne. Det gjorde vi for at få en forståelse for deltagernes livsverden (33, s. 48). I det følgende vil vi komme ind på udarbejdelse af interviewguide, kontekst for interview, valg af interviewer og andre overvejelser. Afsluttende vil der være et skema over, hvornår vi afholdte de forskellige interviews.

8.3.1. Udarbejdelse af interviewguide

Inden udførelse af vores interview lavede vi en semistruktureret interviewguide (se bilag 3). Det valgte vi, da det både gav intervieweren nogle spørgsmål at forholde sig til, men også friheden til at stille spørgsmål, som ikke står i guiden (39, s. 186).

Interviewguiden blev udarbejdet indeholdende temaer og forskningsspørgsmål, som vi overførte til interviewspørgsmål. Med det menes der, at de teoretiske spørgsmål blev overført til hverdagsprog, så deltagerne ville kunne forstå disse (39, s. 187). Eksempelvis overførte vi ordet motivation til ord såsom lyst, sjov og lign. så alle børnene kunne sætte det i relation til deres livsverden. Samtidig var det vigtigt for os at konstruere nogle spørgsmål, børnene ville kunne forstå ud fra deres kognitive udvikling (36, s. 191–192). Guiden var opbygget således, at den startede med åbne spørgsmål, hvorefter der kom en blanding af både lukkede og åbne spørgsmål (36, s. 207–208). Opbygningen blev valgt ud fra, hvad der anbefales ift. børn (36, s. 207–208). Inden interviewene havde vi et ønske om at lave et pilotstudie (38, s. 255), for at se om der var brug for evt. ændringer ifm. vores interviewguide, men pga. fremskyndelse i processen var det desværre ikke en mulighed.

8.3.2. Kontekst for interview

Ligesom instruktørerne kendte vi ikke konteksten på forhånd. Derfor vidste vi ikke hvor, at vi skulle foretage interviewet efter FA. Det var derfor svært at planlægge interviewsituationen, hvor fx inventar, støjniveau og vinduer kunne have indflydelse på selve interviewet (36, s. 159). Efter FA blev vi tildelt et mindre auditorium. I lokalet var en af væggene lavet af glas, hvorigennem deltageren kunne se sine forældre under interviewet. Desuden var der støj udefra. Vi placerede os ved et stort bord med stole på hver sin side.

I forbindelse med C's interview var det heller ikke muligt at planlægge konteksten, da vi foretog interviewet hjemme hos hende. I det tilfælde betød konteksten ikke så meget, da barnet ofte føler sig tryk i vante omgivelser (39, s. 201).

8.3.3. Valg af interviewer

BB blev udvalgt som interviewer, da han var deltagende observatør under 2. og 3. observation. Ved at være deltagende observatør skabes der en relation til deltagerne (34, s. 114). På den måde ville børnene sandsynligvis føle en større tilknytning til BB, og fortælle ham mere under interviewet (38, s. 159). Vi planlagde at alle interviews skulle foregå lige efter FA, så børnene kunne tage udgangspunkt i det de lige havde oplevet (38, s. 156). Det kunne dog ikke lade sig gøre pga. en pludselig presset tidsramme i projekt BOB. Derfor udvalgte vi C til interview på hendes hjemmeadresse. Vi udvalgte hende pga. hendes generthed, som vi håbede ville mindskes i vante omgivelser (39, s. 201).

Det var meningen, at BB skulle interviewe alle børnene, men SJ blev valgt til at interviewe C, da hun havde snakket med C under observationerne og det havde BB ikke. Vi mener at dette kan have skabt en bedre relation mellem SJ og C, hvilket udgjorde vores valg for interviewer (36, s. 204). Selvom interviewet med C ikke ville foregå direkte efter FA, ville hun formentlig kunne forbinde os med aktiviteterne, da hun havde mødt os i den sammenhæng.

8.3.4. Andre overvejelser i forhold til interview

Der ville fra starten af være en magtasymmetri, hvor intervieweren er den styrende (39, s. 200). Derfor overvejede vi vores påklædning og placering i lokalet. På den måde håbede vi at det ville kunne få barnet til at åbne mere op (39, s. 141). Under interviewene med B og D havde BB træningstøj på, mens SJ havde sort tøj på. Påklædningen var bestemt efter, at BB havde været deltagende observatør i AL og SJ observerende deltager. BB sad længst fremme mod interviewpersonen, mens SJ sad i baggrunden som observatør, tog notits af barnets kropssprog og kom med opfølgende spørgsmål til sidst. Hjemme hos C valgte vi at revurdere vores påklædning, så vi ikke sad i træningstøj, da det ville kunne påvirke samtalen (39, s. 140–144). SJ var iført tøj i afdæmpede farver og BB sort tøj. Vi sad begge over for C ved et køkkenbord, da det ikke var muligt for observatøren at sætte sig i baggrunden.

Oversigt over afholdte interviews

Deltagere	B	C	D
Dato	d. 19/11/16, kl. 12.30	d. 22/11/16, kl. 19.15	d. 26/11/16, kl. 12.30

8.4. Observation

Vi valgte at supplere vores interviews med 3 observationer á 4 deltagere. Vores ønske var at iagttage deltagernes individuelle og sociale handlinger så objektivt som muligt (33, p. 41). I det følgende vil vi komme ind på udarbejdelse af vores observationsguide, kontekst for observationerne, valg af observatører og andre overvejelser. Til sidst vil der være et skema over afholdte observationer.

8.4.1. Udarbejdelse af observationsguide

Vi havde tænkt os at lave strukturerede observationer, hvor vi på forhånd fastlagde nogle aspekter, vi ville iagttage (34, s. 116). Inden for observation skal man ikke følge en specifik kategorisering (40, s. 69), så vi udarbejdede vores eget skema, hvor aspekterne blev opbygget ud fra selvbestemmelsesteorien. I skemaet kunne der nedskrives feltnoter, som er en slags smånotater (40, s. 88), ud for hvert aspekt og deltager (se bilag 4). Vi snakkede om aspekterne og deres indhold inden foretagelse af observationerne, så vi kiggede efter det samme under observationerne.

8.4.2. Kontekst for observation

Vi lavede en åben observation, hvilket betød at deltagerne var klar over vores tilstedeværelse (34, s. 113). På den måde blev vi en del af en naturlig kontekst og måtte arbejde under de præmisser der var (40, s. 69). Eksempelvis kendte vi ikke konteksten på forhånd; den 1. observation foregik i en hal indendørs, mens 2. og 3. observation foregik udenfor på en atletikbane. Det var derfor svært at planlægge vores placering ift. børnene, der endte med at blive planlagt i selve situationen (40, s. 69). Det har dog ikke den store betydning, da observatøren skal iagttage det der viser sig (40, s. 69). Jo mere observatøren involverer sig med deltagerne, jo større en del bliver han/ hun af konteksten (34, s. 113–114).

8.4.3. Valg af observatører

I forbindelse med 1. observation var vi begge observerende deltagere, og iagttog deltagerne fra sidelinjen (34, s. 115). Ved 2. observation udvalgte vi BB som deltagende observatør, mens SJ blev fravalgt pga. graviditet. På den baggrund blev BB som tidligere nævnt også udvalgt som interviewer. Vi håbede at BB kunne være deltagende observatør under 3. observation, men var det kun delvist pga. familiedag. BB var skiftevis observerende deltager og deltagende observatør, da nogle af aktiviteterne udelukkende var for familierne.

8.4.4. Andre overvejelser i forhold til observation

For at skabe mindst mulig opmærksomhed havde vi taget tøj på i afdæmpede farver (38, s. 135). Derudover tænkte vi over vores placering (38, s. 135). Under 1. observation sad vi begge på gulvet, da vi mente at det ville gøre, at børnene ikke følte at vi overvågede dem. I

forbindelse med 2. og 3. observation kunne BB ikke planlægge hans placering, mens SJ alt efter aktiviteten skiftevis sad og stod op. Under observationerne gjorde vi ikke brug af video el. foto, da det kunne gøre at deltagerne følte sig udstillet (36, s. 293).

Oversigt over observationer

	1. observation	2. observation	3. observation
Dato	d. 12/11/16, kl. 10.00-11.30	d. 19/11/16, kl. 10.00-11.30	d. 26/11/16 kl. 10.00-11.30

9. Databearbejdning

I følgende afsnit kommer vi ind på vores fortolkningsproces af transskriptionerne. Derudover beskriver vi vores analyseproces vha. Malteruds analysemodel, som er inspireret af Giorgi (41, s. 96). Efter denne kommer selve analysen, hvor vi laver en analytisk test.

9.1. Transskription af interview

For at sikre at vores interviews blev transskriberet ens, udviklede vi en transskriptionsnøgle (se bilag 5) (39, s. 239–241). Intervieweren foretog transskriptioner af egne interviews, da det er mest pålideligt (32, s. 43). Vi transskriberede vores interviews i dagene, efter de var foretaget, for at have dem klart i erindringen (32, s. 43). Vi adspurgte deltageres forældre om de ville gennemlæse transskriberingen, for godkendelse af denne (42, s. 68). Det takkede de ja til, men ingen havde yderligere kommentarer til transskriberingerne. I vores bilag 7 og 9 findes der uddrag af vores interview og observationer, da der ikke var plads til den fulde længde.

9.2. Transskription af observationer

Vi nedskrev hver især feltnoter ved 1. observation (38, s. 137), hvorefter vi sammenlignede dem. Derudfra nedskrev vi en samlet tekst. I 2. observation lavede SJ feltnoter, mens BB ikke havde mulighed for at skrive ned. Derefter kiggede BB noterne igennem, hvorefter vi satte os

sammen og lavede evt. tilføjelser. Det foregik på samme måde i 3. observation. Efter hver observation satte vi os sammen og opdaterede feltnoterne til en samlet tekst.

9.3. Analysemetode

Vi anvender professor Kirsti Malteruds systematiske tekstkondensering, som er en modificeret udgave af Giorgis analysemetode (41, s. 96). Metoden er en deskriptiv tværgående analyse med fænomenologien i fokus. På baggrund af undersøgelsesfund, eksisterende teorier og litteratur bruges den til at udvikle nye beskrivelser og begreber (41, s. 96). Analysemetoden er brugt som inspiration i vores arbejdsproces, og beskrives ift. Malteruds 4 trin i det følgende.

9.3.1. Første trin - At få et helhedsindtryk

For at blive bekendt med materialet, læste vi det igennem hver for sig. Det gjorde vi for at få hvert vores helhedsindtryk og finde mulige emner (41, s. 98). Ved endnu en gennemlæsning hver for sig noterede vi de emner, som opstod undervejs. Under læsningen satte vi vores viden og erfaringer i parentes ud fra den fænomenologiske tankegang. På den måde blev emnerne datastyret, dvs. valgt ud fra refleksion og intuition (41, s. 99). Emnerne for både interview og observation kan ses i bilag 10. Efterfølgende introducerede vi emnerne for hinanden, drøftede dem ift. vores problemformulering, frasorterede de uvæsentlige og inddelte dem i overordnede temaer (41, s. 99). Emnerne fra vores interviews fik tildelt tre temaer og observation fik tildelt to. Oversigterne for disse findes i bilag 11.

9.3.2. Andet trin - Fra temaer til koder

Herefter begyndte vi at systematisere vores temaer til koder (41, s. 101). Det gjorde vi ved at gennemlæse materialet igen hver for sig med vores temaer i fokus. Efter drøftelse af evt. koder ift. vores problemformulering, omdannede vi vores temaer til koder, som var med til at identificere de meningsbærende enheder (41, p. 100–101). For interview kom vi frem til 4 følgende koder:

1. Motivation for projekt BOB
2. Sociale relationer i projekt BOB
3. Sociale relationers i hverdagen med indflydelse på projekt BOB
4. FA i hverdagen med indflydelse på projekt BOB

Vi ønskede at have de samme koder for observation, men koderne for interview blev for overordnet ift. vores observationer. Koderne for observation, samt hvorledes vores temaer blev omdannet til koder kan findes i bilag 12.

9.3.3. Tredje trin - Kondensering - fra koder til mening

Vi kondenserede koderne til subgrupper, da hver kode indeholder forskellige nuancer, dvs. emner og temaer (41, s. 104–105). Som Malterud anbefaler, udarbejdede vi en samlet matrice (43, s. 105), hvor koder, subgrupper og frasorterede enheder beskrives. I vores arbejdsproces blev vi bevidste om, at koderne for observation lignede flere af subgrupperne under interview. Derfor valgte vi at lave en sammensmeltet matrice, hvor koderne for observation blev en del af subgrupperne under koderne for interview. Derudover indeholder nogle af subgrupperne kun materiale fra vores interview, mens andre kun indeholder for observation. Matrizen er udviklet for at skabe overblik, hvoraf inddeling, beskrivelse og frasorterede enheder findes i bilag 13.

9.3.4. Fjerde trin - Fra kondensering til beskrivelser og begreber

På dette trin lavede vi en rekontekstualisering, dvs. vores fund blev sammenfattet til en sammenhængende analytisk tekst (41, s. 107). Det foregik ved, at vi udvalgte kondenserede citater fra subgrupperne (41, s. 106–107). Vi udvalgte teorier og litteratur, som passede til de kondenserede citater og supplerede med disse. I denne proces anvendte vi hermeneutisk meningsfortolkning i form af 3 fortolkningskontekster. Vi brugte **selvforståelse**, som er deltagerens egen forståelse af deres udsagn og hvordan vi forstod dem (39, s. 279). Derudover anvendte vi **kritisk commonsense-forståelse**, der indbefatter en større forståelsesramme end deltagerens egen. Dette betyder at vi var kritiske over for deltageren og indholdet i de enkelte udsagn (39, s. 280). Den sidste vi anvendte var **teoretisk forståelse**, som indebærer at vi inddrog teorier for at finde frem til udsagnets betydning (39, s. 280). På den baggrund udarbejdede vi en analytisk tekst, som indeholdte citater og teorier (41, s. 106–108). I slutningen af hvert afsnit kommer en opsummering. I det følgende afsnit findes analysen, som er lavet ud fra vores materiale.

9.4. Analyse

I det følgende besvarer vi vores problemformulering vha. af de beskrevne fortolkningskontekster. Som vi har gjort gennem hele opgaven, omtales deltagerne med de fiktive bogstaver A, B, C og D. Lige efter vores citater af interviewene henvises der til deltagerens fiktive bogstav og linje i transskriptionen. A deltager ikke i interview. Observationerne benævnes med O og efterfølgende med enten 1, 2 el. 3 ift. den udførte rækkefølge af observationerne. D er ikke til stede under 2. observation, mens A ikke er der under den sidste. De udvalgte citater er omskrevet, så de er læsevenlige, men vi har bevaret deres oprindelige mening (39, s. 209). Vi bruger begreber fra de tidligere nævnte teorier, dvs. Maslows behovspyramide og Deci & Ryans teori om indre og ydre motivation.

9.4.1. Motivation for projekt BOB

I projektet beskriver deltagerne deres motivation i forskelligt omfang. De interviewede giver alle udtryk for, hvordan de har det, når de skal afsted til BOB. I den forbindelse fortæller C, at hun er den der siger, at hun gerne vil afsted. B siger at hans far gerne vil have, at han tager afsted, hvilket ofte er det samme i D's tilfælde:

Der er nogen gange, hvor jeg ikke sådan gider. Det er ofte min far, der siger at vi skal afsted, men i dag var det mig, der sagde at vi skulle afsted (D, 18-25)

C udviser autonomi, da hun selv siger, at hun vil afsted (28, s. 20). Det er ikke tilfældet med B og D, hvilket muligvis kan skyldes manglende interesse for aktiviteterne. Alle børnene fortæller umiddelbart, at de synes det er sjovt at være til aktiviteterne. B fortæller dog, at han i starten af forløbet synes, at det var kedeligt, men at han er typen, der vænner sig til tingene. D har behov for, at der er et formål med aktiviteten, og fortæller om en aktivitet uden mening:

Det var den første gang, hvor vi bare skulle flytte sådan en madras hen ad en bane. Det synes jeg ikke var særlig sjovt. Jeg kunne ikke se, hvordan jeg skulle blive varm af det (D, 87-90).

Legene er planlagt af instruktørerne på forhånd, hvilket gør at børnene ikke får lov til at have indflydelse på aktiviteterne. Det kan gøre at børnene ikke får styrket deres oplevelse af autonomi pga. manglende selvbestemmelse (28, s. 20). Det kan være grunden til, at B og D

giver udtryk for kedsomhed og meningsløshed ifm. aktiviteterne. I observationerne viser det sig også som et mønster hos D, idet han ikke altid involverer sig i legene:

A, B og C løber rundt efter hinanden, mens D ikke løber men befinder sig et stykke væk fra de andre og går rundt ude i banens hjørner (O1, 9-10)

Det kan også betyde, at aktivitetens niveau er for lavt el. højt, hvilket kan have indflydelse på barnets oplevelse af kompetence (28, s. 20). Her oplever børnene noget forskelligt; C siger at hun er træt efter aktiviteterne, D udtaler at han sagtens kunne blive ved og B siger:

Jeg tror ikke at jeg kunne blive ved, men efter nogen tid kunne jeg godt gå i gang igen (B, 270)

Det er altså forskelligt om børnene udfordres på et passende niveau. Det kan skabe manglende interesse for aktiviteten, som bliver for kedelig el. krævende. Aktivitetens niveau kan ramme helt ved siden af, så barnet opgiver legen og amotiveres (28, s. 22). Det viser sig i et mønster under observationerne, hvor A og B går ud af nogle af aktiviteterne og sætter sig ned. A viser det på følgende måde:

A sætter sig ned med ryggen til de øvrige deltagere og siger: "Jeg vil ikke være med!". Han nægter at udføre aktiviteten og udbryder pludselig: "nu finder jeg et toilet!" (O2, 48-51)

I dette tilfælde kan det dog også skyldes, at mange af legene er ydre motiverende dvs. konkurrenceprægede (28, s. 21). I forbindelse med konkurrence fortæller D, at han ikke er et konkurrencemenneske og B siger, at han bare gerne vil have fair leg. Derimod giver C udtryk for, at hun godt kan lide konkurrence, og den aktivitet, hun synes er sjovest indeholder også konkurrenceelementer. Under observationerne er hun ligeledes den, der giver sig mest, når legen er konkurrencepræget. Det kan være fordi, at hun forsøger at overføre de ydre værdier fra legene, så de bliver hendes egne.

Fælles for de interviewede børn er dog, at de godt kan lide at være inde i springsalen. I den forbindelse udtaler B:

Jeg kan rigtig godt lide at være inde i springsalen, da jeg godt kan godt lide at springe (B, 211-216)

Grunden til at de favoriserer springsalen kan være fordi, at aktiviteten ikke er konkurrencepræget, hvilket kan styrke deres autonomi og kompetence (28, s. 20–21). Hvis de får lov til selv at bestemme aktiviteten, kan det selvaktualiserende behov blive motiverende (27, s. 71). Dette afhænger dog af, om alle andre behov er dækket (27, s. 76). Behovene er muligvis dækket hos D, som kommer frem til et kreativt forslag på en aktivitet, hvis han selv måtte bestemme:

Det skulle være noget med nogle bolde og så hockey selvfølgelig. Det er fordi at til taekwondo, er der nogen gange hvor vi skal løbe og squatte med sådan en (D, 103-104)

D vil gerne have, at der inddrages FA fra hans fritidsaktivitet. Hvis B og C fik mulighed for at komme med deres eget forslag, ville de givetvis også inddrage noget fra deres hverdag. Det ville muligvis føre til indre motivation dvs. interesse, lyst og nysgerrighed ifm. FA (28, s. 21) De sociale relationer kan også have en indvirkning på børnenes motivation, derfor kommer vi ind på dette i næste afsnit.

9.4.2. Opsummering 1

Overordnet synes børnene at det er sjovt at være til aktiviteterne. Alligevel giver B og D udtryk for kedsomhed og meningsløshed, hvilket bl.a. kan opstå hvis aktivitetens niveau ikke passer til barnet. Det kan føre til opgiveness, dvs. amotivation ifm. aktiviteterne (28, s. 22). Det viser sig også hos A, B og D under observationerne.

Den eneste der kan lide de konkurrenceprægede lege er C, hvilket kan være pga. at hun søger at overføre værdierne fra legene, så de bliver hendes egne (28, s. 22). Derudover er manglende selvbestemmelse ift. de planlagte lege også noget, der kommer til udtryk hos A, B og D som på den baggrund melder sig ud af legen (28, s. 20–22). D kommer med et forslag til en aktivitet, hvis han selv måtte bestemme. Hvis de øvrige deltagerne fik denne mulighed, ville det muligvis føre til indre motivation.

9.4.3. Sociale relationer i projekt BOB

Deltagerne opfatter de andre børn i projektet på forskellige måder. D fortæller at han ikke har behov for, at se de andre børn i projektet og vil hellere være sammen med sine venner. Hvis de er optaget, og han ikke skal noget andet, vil han gerne komme til FA. I modsætning til D giver C udtryk for, at hun glæder sig til at se de andre børn, og evt. gerne vil ses med dem

efter aktiviteterne. B kan godt lide at komme til FA, så der sker noget i hans hverdag. Han ser de andre børn som ligestillede og udtaler:

Jeg tænker dem lidt som kollegaer, men jeg glæder mig egentlig bare til at komme. Jeg vil gerne komme, da jeg ikke laver så meget i hverdagen, for der er ikke rigtig noget at lave (B, 176-183)

D får givetvis sit behov for tilhørsforhold dækket i hverdagen og har ikke behov for at se de andre børn fra projektet (27, s. 75). Det er omvendt for C, som godt kunne tænke sig at ses med de andre. B får muligvis dækket behovet, da han nævner de andre som kollegaer.

Derudover viser der sig det samme mønster, hvor A ofte går for sig selv lige inden og efter aktiviteterne, mens de andre børn går el. står samlet. Han er også det barn, der henvender sig mindst til de andre:

A går for sig selv indtil B spørger, om han vil være med til at gøre klar til næste aktivitet. A smiler, løber hen til instruktørerne, søger øjenkontakt og henvender sig til dem (O1, 37-38)

Formentlig styrkes A's oplevelse af tilhørsforhold, da B henvender sig til ham (28, s. 20–21). Det kan være grunden til, at han henvender sig til instruktørerne. Et andet mønster der også viser sig er, at børnene ikke snakker særlig meget med hinanden. Under alle observationer snakker B meget med instruktørerne og er den, der oftest henvender sig til de øvrige børn. Hvis A, B og D henvender sig til andre, er det for det meste til instruktørerne. Det følgende citat viser børnenes indbyrdes forhold:

Børnene snakker ikke med hinanden under aktiviteten, men B henvender sig flere gange til instruktørerne (O1, 7-8)

Instruktørerne kan have opnået en relation til børnene vha. verbal og kropslig støtte, hvilket kan være grunden til, at børnene oftere henvender sig til dem. Det viser sig i forbindelse med udførelse af en forhindringsbane, hvor B og C får kropslig støtte i form af at blive holdt i hånden. A får verbal støtte under samme aktivitet. Det gør at børnene gennemfører de fleste af forhindringerne. C gennemfører flere af forhindringerne vha. verbal opmuntring (28, s. 25), selvom hun ikke har troen på sig selv:

Instruktøren spørger om hun ikke vil prøve, hvortil hun med en lav og forsigtig stemme svarer: "Jeg kan ikke". Instruktøren svarer: "Det er jeg sikker på at du kan". Herefter gennemfører C forhindringen. (O2, 33-35)

Den kropslige og verbale støtte kan gøre, at børnene får en større tro på, at de kan magte opgaven. Modsat kan den støtte også udgøre en afhængighed, så barnet kun kan udføre opgaven vha. ydre motivation (28, s. 24). Det er svært at sige, hvad der gør sig gældende for C, som under flere af observationerne får verbal støtte. Her er et eksempel, hvor instruktørerne hepper på hende:

Når C har bolden hepper instruktørerne på hende ved at sige: "Du kan godt C!" og "Kom så C!". På et tidspunkt er hun lige ved at score og B siger: "Det var tæt på. Den var ellers lige ved at skifte retning" (O1, 48-50)

Ud over instruktørerne forsøger B også at opmuntre C, selvom de ikke er på hold sammen. Det gør han ved at overtage instruktørernes meninger og holdninger (28, s. 23). Opmuntringen kan være med til, at styrke børnenes indbyrdes tilhørsforhold. B efterligner ikke kun instruktørerne, men også de andre børn. Det udviser han under flere aktiviteter:

Både C og D hjælper med at gøre klar til næste aktivitet. Lidt efter hjælper B også ved, at han tager nogle kegler i hænderne og går hen til C, D og instruktørerne. A hjælper ikke til (O1, 21-23)

Flere forskellige parametre i hverdagen, såsom FA og sociale relationer, kan også have betydning for om barnet er motiveret for projekt BOB. Hvis der er nogle behov der ikke dækkes el. opfyldes i hverdagen, kan det gøre at børnene søger dette i projekt BOB (27, s. 71). Dette beskrives nærmere i næste afsnit.

9.4.4. Opsummering 2

Umiddelbart virker det som om, at børnene ikke har interesse for hinanden, men det kan også være et udtryk for manglende oplevelse af tilhørsforhold, dvs. manglende tryghed ift. andre el. omgivelserne (28, s. 20). B har givetvis behov for tilhørsforhold, ift. hvad han giver udtryk for. Han er den der snakker mest med og involverer de andre børn. Han efterligner også de andre, hvilket gør at han handler aktivt under aktiviteterne. De andre børn efterligner også hinanden ved ikke at sige noget, hvilket kan være det manglende behov for tilhørsforhold, der ikke er opfyldt el. er motiverende (27, s. 71). Derudover gives der under observationerne kropslig og verbal støtte til A, B og C, som muligvis gør at de kan udfører nogle af

aktiviteterne. Ydre opmuntring kan føre afhængighed (28, s. 25), hvilket givetvis gør sig gældende ved C.

9.4.5. FA og sociale relationer i hverdagen med indflydelse på projekt BOB

Børnene har forskellige tilgange til FA i hverdagen; C spiller fodbold, D dyrker taekwondo og B cykler rundt i hans lokalområde. Både C og D har selv valgt at starte til deres fritidsaktiviteter, som de har gået til i flere år. De giver begge udtryk for, at de er glade for deres sport. D udtaler i den forbindelse:

Du kæmper for dig selv i taekwondo, det kan jeg godt lide (D, 168-169)

Det kan betyde meget at C og D selv har valgt deres fritidsinteresse, da det kan give en større oplevelse af autonomi (28, s. 20–21). B går ikke til en bestemt fritidsinteresse, og har meget fokus på hans sociale netværk i hverdagen. Han fortæller flere gange, at hans venner er tit optaget, hvilket gør at han keder sig:

Jeg laver ikke så meget, for der er ikke rigtig noget at lave. Nogen gange cykler jeg bare over på skolen og suser rundt deroppe (B, 181-186)

B får muligvis ikke styrket hans oplevelse af tilhørsforhold (27, s. 75) og det kan være grunden til, at han forsøger at styrke det i andre sammenhænge, såsom fx FA i hverdagen el. projekt BOB. C nævner også hendes sociale relationer; hun spiller fodbold med hendes veninder i skolens frikvarter og følges med en veninde hjem fra skole, som hun tager til ridning med:

Jeg har flere gange taget med en klassekammerat til ridning og det vil jeg gerne gå til (C, 163-168)

De sociale relationer kan være et udtryk for, at hun søger behov for tilhørsforhold (27, s. 75). Ved en evt. ny fritidsinteresse kan det tilfredsstillende yderligere. Det samme gør sig gældende for B, som pga. en ven, gerne vil starte til håndbold, når BOB er færdigt. Når projektet slutter kan hverken B el. C givetvis få opfyldt deres behov for tilhørsforhold i den sammenhæng, og må få dækket det på anden vis. D giver dog udtryk for, at han har et godt socialt netværk og har muligvis ikke behov for, at det bliver opfyldt yderligere.

9.4.6. Opsummering 3

Børnenes eget valg af aktivitet har betydning for, om de synes den er sjov og interessant. B keder sig i hverdagen, hvorimod C og D er meget glade for deres fritidsaktivitet. Derudover kan de sociale relationer have en påvirkning på deres motivation for FA i hverdagen. Det virker som om, at både B og C søger behov for tilhørsforhold (27, s. 75), mens D ikke har brug for at få opfyldt dette yderligere. De behov som ikke dækkes i hverdagen kan forsøges at dækkes i projekt BOB. Når projektet slutter søger B og C mod andre aktiviteter, der kan tilfredsstille deres behov (27, s. 75).

10. Diskussion

10.1. Metode

I det følgende diskuterer vi vores fremgangsmåde i undersøgelsesprocessen, dvs. at vi forholder os kritisk til vores metode. Afsnittet indeholder litteratursøgning og elementerne fra vores databearbejdning og dataindsamling.

10.1.1. Litteratursøgning

Vi forsøgte at lave en systematisk søgning, for at finde relevante studier. Alligevel var det svært at finde relevante studier inden for vores valgte område. Vi fandt frem til, at der er et stort videnshul inden for området. Derfor endte vi med at udvælge 3 studier, hvoraf vi kun nåede at modtage 2 af disse. Det er problematisk, at vi ikke nåede at modtage det sidste fra biblioteket, da det kan have indeholdt vigtig viden ang. vores målgruppe og formål. Vi vælger dog at oplyse om dette, da det kan være den nyeste viden inden for vores område. De 2 studier vi udvalgte lignede tilnærmelsesvis vores målgruppe. Vi anvendte studierne i det omfang, det var muligt at overføre til vores undersøgelse. Vores manglende erfaring kan have gjort, at vi ikke fik det fulde udbytte af søgningen (37, p. 63). Det kan også have gjort, at vi har fravalgt studier, som var mere relevante end dem vi udvalgte (37, p. 63).

10.1.2. Kvalitativ og videnskabsteoretisk tilgang

Vi fandt den kvalitative tilgang brugbar ift. belysning af vores problemformulering. I fænomenologien forsøgte vi at overholde de tidligere præsenterede metoderegler. I forhold til parentesreglen kan det ikke undgås, at man ubevidst bliver påvirket af ens egen forforståelse (33). Derfor beskrev vi vores forforståelse på forhånd og reflekterede over denne undervejs (33). Vi forsøgte at overholde beskrivelsesreglen under transskriberingen ved ikke at fortolke, men nedskrive deltagernes udsagn som de blev sagt (33). Under nedskrivning af feltnoterne kunne reglen ikke overholdes, da det var skribenten som lavede fortolkningerne (33). Ligeværdighedsreglen blev ikke overholdt under interviewene, da vi stillede spørgsmål, som vi mente var relevante, ift. det vi ville finde frem til (33). Det samme gjorde sig gældende ift. observationerne, hvor vi kiggede efter bestemte aspekter undervejs. På den måde

påvirkede vi den virkelighed som viste sig (33). På trods af manglende overholdelse fandt vi frem til nye fund inden for vores målgruppe. På den måde har deltagerne alligevel bidraget med ny viden på området. Vi har anvendt den hermeneutiske spiral undervejs i forløbet (36, s. 217). Det har gjort, at vi har fået revideret vores forforståelse til en ny forståelse (35, s. 37). Det mener vi er gavnligt, da det giver en åbenhed over for ny viden. Derudover har vi brugt 3 hermeneutiske fortolkningskontekster, som beskrives i diskussion af analysen.

10.1.3. Udvalgelse af deltagere

Aldersgruppen gav os et nuanceret billede af vores problemformulering. En af vores betingelser var at deltagerne skulle være halvvejs i forløbet, men pga. kommunikationsfejl fandt vi ud af, at de var færdige med forløbet efter vores sidste observation. Det gjorde at nogle af deltagerne kunne opfatte vores samtale som en slags slutevaluering. Det var problematisk, da det kunne påvirke svarene på vores spørgsmål.

Det var vigtigt at få forældrenes samtykke, men samtidig blev der taget en beslutning på barnets vegne. Det kan være problematisk, hvis barnet ikke har lyst til at deltage. På den måde kan barnets motivation for samtalen påvirkes (36, s. 196). Vi havde håbet, at der blev inddraget flere deltagere i projektet, så der ville kunne opnås datamætning af materialet (33). Det var ikke muligt pga. det antal deltagere, der var til rådighed.

10.1.4. Kontakt og etik

Vi oplevede nogle kommunikationsfejl undervejs, hvilket kan have påvirket de endelige resultater, da processen blev fremskyndet. På den baggrund fandt vi ud af at det er vigtigt, at have klarlagt forventninger med de involverede inden start.

I forhold til etik mener vi at vores undersøgelse er udført etisk forsvarligt; vi udarbejdede vores informeret samtykke på baggrund af Den Nationale Videnskabsetiske Komité's anbefalinger (37, s. 67). Derudover forsøgte vi at anonymisere deltagerne mest muligt, så de ikke kunne identificeres af udefrakommende (37, s. 65). Desuden fik vi mundtlig samtykke fra sundhedsmedarbejderen og skriftligt samtykke fra forældrene (37, s. 67).

10.2. Dataindsamling

Vi valgte at have interview i fokus og supplere med observationer (33). Vi oplevede at de to metoder supplerede hinanden godt til at bekræfte el. afkræfte deltagerens udsagn ift. det observerede og omvendt (33). Eksempelvis sagde B at han ikke havde interesse i sociale relationer under FA, men vi så noget andet.

10.2.1. Interview

Kontekst for interview

Det var uhensigtsmæssigt, at vi ikke kendte konteksten efter FA på forhånd. Deltagerne ville kun kunne yde deres bedste, hvis de ydre rammer var optimale (36, s. 159). Rammerne viste sig ikke at være helt optimale pga. et stort glasparti, støj og inventar. Det virkede ikke som om, at D blev påvirket af det, men det blev B givetvis. Det udviste han via hans kropssprog, da han sad uroligt ved hele tiden at skifte kropsstilling (39, s. 140). Det behøver nødvendigvis ikke at være et udtryk for uhensigtsmæssige rammer, men kan også være tegn på usikkerhed (39, s. 140–144). C blev interviewet på hendes hjemmeadresse, hvor hun følte sig tryk og blev derfor ikke distraheret af omgivelserne (39, s. 201).

Valg af interviewer

Vi forsøgte at vurdere den bedst mulige interviewer til barnet. Vi fandt efterfølgende ud af, at det ville have været en fordel, hvis det var samme person, som havde udført alle tre interviews. For jo flere interviews man har bag sig, jo mere erfaring får man som interviewer (38, s. 103).

Andre overvejelser i forhold til interview

Ved hjælp af placering og tøjvalg forsøgte vi at eliminere magtasymmetrien mellem barn, interviewer og observatør (39, s. 141, 200). Det havde givetvis ikke nogen effekt hjemme hos C, hvor observatøren ikke havde mulighed for at sætte sig i baggrunden. Vi mener at det kan have virket overvældende for C at sidde overfor to voksne. I det hele taget kan det virke

overvældende, når et barn skal fortælle noget til bare en interviewer (36, s. 202). Derfor burde vi have overvejet, om én interviewer ikke ville været nok.

Selve interviewene

I et forsøg på at ophæve evt. utryghed startede vi med at præsentere os selv og fortalte om formålet med interviewet (36, s. 203). I vores interviewguide havde vi forsøgt at overføre de teoretiske spørgsmål til hverdagssprog. Alligevel var det ikke alle deltagerne, der forstod spørgsmålene. Det kan både være pga. usikkerhed, men det kan også være pga. forskellighed i deres kognitive udvikling (36, s. 192). Vi blev udfordret som interviewere, da man skal have en del erfaring for ikke at tale under el. over et barns udviklingsniveau (36, s. 196).

Interviewet startede ud med åbne spørgsmål, hvor barnet kunne fortælle lidt om sig selv. Derefter spurgte vi: *"Kan du fortælle hvad er grunden til, at du startede i projekt BOB?"*. Det spørgsmål kom muligvis for tidligt i interviewet, da B og C havde svært ved at svare på det. Det kan være ubehageligt at snakke så direkte om noget, som kan være svært at håndtere (36, s. 194). Nogle børn prøver at tilfredsstille interviewerens ved at give det svar, de tror er det rigtige (39, s. 205). Derfor kan ledende spørgsmål være problematiske at anvende, da det kan give upålidelige svar (39, s. 200, 205). Ved C og D var det en fejl at anvende lukkede spørgsmål, da det førte til at barnet kunne svare *"ja"* og *"nej"* (36, s. 208). Det var gavnligt i forbindelse med interviewet med B, som snakkede rigtig meget, afbrød og skulle begrænses (36, s. 208). Som teknik forsøgte interviewerens at afbryde B, hvilket kun nogle gange virkede efter hensigten (36, s. 160). Det kan både være godt og skidt at afbryde, men normalt er det ikke godt at afbryde børn under et interview (36, s. 160, 206).

I vores optik burde interviewet med B ikke have været det første, men det sidste, da han var den der krævede mest erfaring. Det sidste interview gik mest efter hensigten, hvilket kan have været pga. interviewerens voksende erfaring (38, s. 103).

10.2.2. Observation

Kontekst for observation

Som observatører indordnede vi os under rammerne, som ændrede sig fra gang til gang. Vi mener dog, at konteksten kan have betydning for udarbejdelsen af feltnoterne. Vi oplevede at vores observationer blev mindre detaljeret under 2. og 3. observation. Det kan have været pga. at det var svært at bevare overblikket udendørs, hvor arealet var stort og mange elementer

blev inddraget i legene, såsom fx en forhindringsbane. Desuden kan det muligvis også have påvirket noterne, at BB kun nedskrev under 1. og delvist under 3. observation.

Valg af observatører

Det krævede meget erfaring at være deltagende observatør (33). SJ oplevede det krævende, at skulle nedskrive alt det iagttagede som observerende observatør.

3. observation var forvirrende for BB, da han skulle skifte mellem at være observerende og deltagende observatør. Vi mener at det kunne have gjort processen mindre krævende, hvis vi begge havde fastholdt rollen som observerende observatør og havde kigget på hver vores aspekter el. deltagere.

Andre overvejelser i forbindelse med observation

Selvom vi havde tænkt over tøj og placering, kunne vi ikke undgå, at deltagerne blev påvirket af vores tilstedeværelse (36, s. 268). Det oplevede vi under 1. observation, hvor A kiggede på os flere gange. Vi mener at det var godt, at vi fravalgte video el. foto, da det ville kunne påvirke deltagerens adfærd yderligere (32, s. 105).

Selve observationerne

Som uerfarne observatører oplevede vi, at det var positivt at arbejde med strukturerede observationer. Det begrænsede os i vores frie tankegang, men aspekterne i skemaet overskueliggjorde det. Derudover var det godt, at vi havde gået aspekterne igennem sammen inden observationerne. Vi fandt nemlig ud af, at vores feltnoter alligevel var forskellige, da vi satte os sammen for at sammenligne dem (36, s. 271).

Det var en fejl, at vi ikke fik præsenteret os for deltagerne inden 1. observation, hvilket kan have skabt ændret adfærd hos deltagerne. Det kan også have været grunden til, at A blev distraheret. I den forbindelse kan det ligeledes være problematisk at anvende åben observation, da deltagere agerer anderledes, end de egentlig ville have gjort (36, s. 268). Det er svært at sige om børnene gjorde dette, da vi ikke havde mødt dem på forhånd. Denne forskningseffekt kan mindskes efter en lang periode i feltet, hvor deltagerne har vænnet sig til observatøren (33). Det var ikke en mulighed for os, men vi oplevede dog hurtigt, at børnenes

ændrede adfærd over for os. Ved den 1. observation henvendte de sig ikke så meget til os, men det gjorde de ved 2. og 3. observation.

10.3. Databearbejdning

Vi transskriberede interviewene og feltnoterne, hvilket gjorde at vores materiale blev læsbart og anvendeligt ift. vores analyse (32, s. 43).

10.3.1. Transskription af interview

Vi mener at vores transskriberinger blev udført troværdigt, da det blev gjort i dagene efter hvert interview (32, s. 43) og det var interviewerens selv der transskriberede (32, s. 43). Vi mener dog, at det er svært at få alt med ift. vores transskriptionsnøgle, da interviewet aldrig vil kunne gengives på fuldstændig samme måde på skrift (38, s. 113).

10.3.2. Transskription af observation

Vi anser vores transskriberinger som pålidelige, da vi nedskrev en samlet tekst sammen lige efter hver observation. Derudover sammenlignede vi vores noter, så vi forsøgte at favne alt det iagttagede. Vi kunne dog ikke finde litteratur, som understøttede denne metode. Vi tænkte ikke, at det havde stor betydning, da fremgangsmåden for observation er op til forskeren (38, s. 135). Desuden kan det kritiseres, at det kun var SJ der nedskrev under 2. og under det meste af 3. observation, da det kan have gjort, at hun har fået mere indflydelse på disse feltnoter.

10.3.3. Analysemetode

Vi fulgte ikke Malteruds systematiske tekstkondensering fuldstændig. Det er også grunden til, at vi nøje beskrev hvordan vores arbejdsproces havde foregået. På den måde forsøgte vi at skabe konsistens, så læseren kunne følge med i denne. På 1. trin mener vi, at det lykkedes os at være datastyrede, da vi begge nedskrev alle de emner, der faldt os ind. Herefter blev processen styret med udgangspunkt i vores problemformulering. Det gjorde at vi skulle passe på ikke at medtænke teorien bag, hvilket gjorde at vi følte os udfordret ift. at holde en fuldstændig datastyret tilgang. Vi forsøgte dog ikke at lade os blive teoristyret, da vi mener at det er vigtigt ift. fremkomsten af nye fund. På den baggrund valgte vi de temaer som

umiddelbart viste sig og undlod at bruge begreber fra teorien. På 1., 2. og 3. trin frasorterede vi hhv. emner, temaer og subgrupper. Det så vi som en udfordring, da det udgjorde at noget af materialet blev fravalgt. Vi mener at det kan resultere i at relevant data overses og undlades. Vi vidste at der er meget, der kunne have indflydelse på deltagernes motivation. Derfor kunne det ikke undgås, at brugbart materiale blev fravalgt. På den baggrund valgte vi det, som havde mest indflydelse på børnenes motivation for FA.

I den analytiske tekst beskrev vi ikke hvornår vi hhv. brugte selvforståelse, kritisk commonsense og teoretisk forståelse. Det kunne have været en fordel for læseren, så det ikke blev op til ham/ hende selv at vurdere. I forbindelse med den teoretiske forståelse anvendte vi de samme kilder som i teori afsnittet, da der ikke fandtes specifikke studier, vi kunne henvise til. Derudover ser vi det som en fejl, at vi ikke benyttede flere af vores feltnoter i analysen, da det ville kunne give mere troværdighed ift. at understøtte citaterne fra interviewene, samt givet et bredere billede af motivation.

10.4. Fund

I dette afsnit præsenteres der først en kort sammenfatning af vores fund, hvorefter vi forholder os kritisk til disse. Vi vil forsøge at sætte dem i forbindelse med de tidligere nævnte teorier og litteratur.

10.4.1. Sammenfatning af fund

Vi har fundet frem til, at vores målgruppe motiveres til FA på forskellige måder. Ens for alle var dog, at det har indflydelse på motivationen, om børnene oplever tilhørsforhold ifm. BOB samt i hverdagen. Under FA viste det sig, at aktiviteternes niveau havde betydning for om børnene gennemførte aktiviteten el. opgav. Hertil viste det sig, at verbal og kropslig støtte kunne have indflydelse på dette. Desuden blev en motiveret af konkurrence, mens de andre børn oplevede det som en ydre motiverende faktor. Derudover udviste en selvbestemmelse ift. at møde op til FA, mens de øvrige ikke havde indflydelse på dette. Desuden fandt vi ud af at det givetvis har en betydning for børnene om de selv fik lov til at vælge, samt være med til at planlægge legene.

10.4.2. Diskussion af fund

Det fund som havde størst indflydelse på børnenes motivation var deres sociale relationer, dvs. oplevelse af tilhørsforhold jf. selvbestemmelsesteorien (28, s. 20). Det overraskede os, da vi forventede, at deltageres behov ville være mere ligeligt fordelt på oplevelse af kompetence, tilhørsforhold og autonomi. Vi havde denne forventning, da både selvbestemmelsesteorien (28, s. 20) og et studie har vist, at alle 3 parametre har indflydelse på børns motivation for FA (17). Deltagerne havde alle en forskellig oplevelse af tilhørsforhold, hvor det viste sig, at dem der ikke oplevede det i hverdagen, søgte det i projekt BOB. Det kan være et udtryk for udækkede behov jf. Maslow behovsteori (27, s. 67). Vi er dog kritiske ift. at anvende denne teori, idet man selv tillægger trinene i pyramiden betydning (29, s. 36). I vores interview kunne vi have spurgt ind til mobning og drillerier, da vi ved at det kan have indflydelse på målgruppen. Det fravalgte vi da vi mener, at det kunne påvirke interviewets udfald.

Et andet fund som viste sig hos alle børnene var at aktivitetens niveau, dvs. oplevelse af kompetence, kunne være for højt el. lavt (28, s. 20). Det udviste deltagerne på forskellige måder; A og B meldte sig nogle gange ud af legen, mens D ikke altid involverede sig. Ifølge selvbestemmelsesteorien kan der være tale om ydre motiverende faktorer (28, s. 21). Problemet med ydre motivation er at det kan udvikle sig til amotivation (28, s. 22). På trods af amotivation kan barnet dog godt udføre aktiviteten, hvilket udfordrer os som fagpersoner ift. at ramme et passende aktivitetsniveau.

Det behøver nødvendigvis ikke at være aktivitetens niveau, der er problemet. Det kan også være fordi at legene var for konkurrencepræget og planlagte på forhånd. Det beskrives ligeledes som en ydre motiverende faktor jf. selvbestemmelsesteorien (28, s. 21, 24). C fortalte dog, at hun syntes legene var sjove, hvilket både kan være pga. indre og/ eller ydre motiverende faktorer (28, s. 21). Noget der kan bekræfte, at der er tale om indre motivation er, at deltageren selv siger, at hun vil afsted til aktiviteterne.

Den indre motivation kan også styrkes ved, at der anvendes opmuntring verbalt og kropsligt. Det gjorde sig gældende under observationerne med A, B og C hvilket gjorde, at de gennemførte aktiviteterne. Ifølge selvbestemmelsesteorien er opmuntring gavnlig, men problematisk ift. at der kan skabes en afhængighed hos deltageren (28, s. 25), hvilket også kan være tilfældet med C. Derudover ved vi begge fra praksis, at det ikke er alle som bryder sig om kropslig kontakt. Derfor bør den kropslige og verbale støtte vurderes ift. det enkelte barn, så det kan bruges som et værktøj til at motivere på den bedst mulige måde.

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Vi fandt ud af at de interviewede alle bedst kunne lide springsalen. Vi kender desværre ikke den præcise grund til det, men vi har tænkt at det evt. kunne være pga. fri leg, hvor børnene jf. deltagelsesbegrebet blev involveret i legen (44, s. 89-90). Det bør undersøges nærmere, da vi ikke kan vide dette. I den forbindelse mener vi selv, at vi kunne have spurgt mere ind til nogle ting, såsom fx springsalen. Mange af vores fund omhandler, at børnene i bund og grund gerne vil have en oplevelse af selvbestemmelse (28, s. 20-21). Ved at børnene fratages indflydelse på fx legene påvirkes andre komponenter, såsom oplevelse af kompetence.

11. Konklusion

I dette afsnit vil vi sammenfatte essensen af diskussionen, fundene og sætte det ift. vores problemformulering (37, s. 86). Det har været relevant at undersøge motivationen for FA hos børn med svær overvægt, da det kan ses som en sundheds- og samfundsmæssig udfordring (2). Derudover er der et stort videnshul inden for området, hvilket gør at det er vigtigt at bidrage med ny viden. Vores formål var at undersøge motivationen for FA hos børn med svær overvægt i alderen 9-12 år i behandlingstilbuddet BOB (3). Ved hjælp af den kvalitative tilgang har vi haft barnets egen oplevelse af motivation for FA i fokus. For at finde frem til det har vi anvendt interview og observationer som metode.

Undervejs i processen gik ikke alt som vi havde planlagt, hvilket gjorde at vi måtte improvisere. Vi oplevede at både rollen som interviewer og observatør kræver erfaring, hvilket vi endnu ikke er i besiddelse af. Vores fejl kan tydes som manglende troværdighed, men var nødvendige valg at tage i processen. Som uerfarne interviewere blev vi også udfordret af, at børn ofte giver svar som han/ hun mener at interviewerens gerne vil høre, hvilket kan have givet falske svar (36, s. 205). Alle vores valg blev taget ud fra, hvad vi mente der ville give den bedst mulige data, og disse valg har i sidste ende påvirket opgavens udfald. Under analysen fandt vi frem til temaer, som kan sættes i relation til vores fund. Vores fund kan bekræfte Deci og Ryans selvbestemmelsesteori, hvor den indre motivation vækkes hvis de 3 psykologiske behov for oplevelse af tilhørsforhold, kompetence og selvbestemmelse tilfredsstilles (28, s. 20-21). Det fund som havde størst indflydelse på deltagernes motivation var sociale relationer i hhv. hverdagen og projekt BOB. Dette fund læner sig også op af Maslows behovspyramide, herunder behov for tilhørsforhold (27, s. 75). Et andet vigtigt fund var at flere af børnene var ydre motiveret, dvs. drevet af udefrakommende faktorer, såsom konkurrenceelementer og manglende selvbestemmelse ift. projekt BOB.

Ud fra vores fund kan det derfor konkluderes, at det ser ud til at børns motivation for FA påvirkes af, om de får mulighed for socialt at involvere sig med hinanden og om de er med i planlægning af legene. Større involvering af børnene vil formentlig betyde, at deres sociale relationer styrkes, og at barnet udfordres på et passende niveau, der hverken er for nemt el. for svært, da de selv er med til at præge øvelsen. På den måde kan barnets indre motivation styrkes og interessen for aktiviteten vil stige. Slutteligt vil vi nævne, at vi oplevede at instruktørerne gjorde brug af kropslig og verbal opmuntring. Deci og Ryan påpeger at barnet kan blive afhængig af ydre opmuntring, hvilket ikke styrker børnenes indre motivation og

egen lyst til fysisk aktivitet. For megen eller overdreven opmuntring kan dermed virke mod hensigten for børnene i projekt BOB.

12. Perspektivering

Vi vil perspektivere vores fund i en større sammenhæng og sætte dem ift. fysioterapien.

Det har vist sig, at der er et stort videnshul på området. Samtidig opnåede vi ikke datamætning i vores undersøgelse. Derfor kunne det være spændende, at lave vores projekt som en større undersøgelse, hvor der indgik flere børn, tidsrammen var længere og der var mulighed for at lave flere observationer, samt interviews af samme barn.

Det kunne også være spændende, at undersøge projektet fra en helt anden synsvinkel end barnets, som fx fra forældrene el. instruktørernes synspunkt, da de kan være med til at påvirke barnets motivation. Hertil kunne sammenspillet mellem barn og instruktør også være interessant at kigge på. I den forbindelse kunne der opsættes et tilbud, hvor børnene delvist styrer dagsordenen, for at se om det ville ændre deres motivation.

Vores fund kan bidrage til at fysioterapeuter og andre faggrupper får mere viden omkring motivation for FA hos børn med overvægt. Den nye viden gør at vi bedre ved hvordan at vi kan håndtere denne målgruppe ift. hvordan de motiveres. På samfundsplan vil vores undersøgelse og evt. fremtidige undersøgelser betyde færre økonomiske udgifter forbundet med flere raske borgere.

13. Referencer

1. University of Georgia. Obesity Initiative [Internet]. kl. 08.43 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <http://obesity.ovpr.uga.edu/expertise-and-members/obesity-cause/>.
2. Sundhedsstyrelsen. Opsporing af overvægt og tidlig indsats for børn og unge i skolealderen [Internet]. kl. 09.05 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2014/~media/F7C0D97FB5F840C69CE9388A0BAB4E1B.ashx>.
3. Odense Kommune. Behandling af svært overvægtige børn (BOB) [Internet]. kl. 09.17 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <http://www.odense.dk/borger/familie-boern-og-unge/sundhedsplejen/andre-sundhedstilbud/behandling-af-svaert-overvaegtige-boern>.
4. Ministeriet for sundhed og forebyggelse. Behandling til svært overvægtige børn og deres familier i Odense, en tværsektoriel indsats [Internet]. kl. 09.32 [cited 2017 Jan 11]. Available from: https://docs.google.com/document/d/1fKi9VhUBRC38LJdGk67cs9nKflTWG2Wwcm_BzW93NpQ/edit?usp=sharing.
5. World Health Organization. Obesity and overweight [Internet]. kl. 09.50 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.
6. Statens Institut for Folkesundhed. Danskerne bliver tungere og tungere [Internet]. kl. 09.55 [cited 2017 Jan 11]. Available from: http://www.si-folkesundhed.dk/Ugens%20tal%20for%20folkesundhed/Ugens%20tal/46_2015.aspx.
7. Sundhedsstyrelsen. 60 minutter om dagen ved moderat til høj intensitet [Internet]. kl. 10.08 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <https://www.sst.dk/da/sundhed-og-livsstil/fysisk-aktivitet/anbefalinger/5-17-aar>.
8. Sundhedsstyrelsen. Fysisk aktivitet [Internet]. kl. 10.15 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <http://www.sst.dk/~media/6B3A4AE698BC42139572C76C5854BA76.ashx>.
9. Statens Institut for Folkesundhed. Overvægt og fedme [Internet]. kl. 10.18 [cited 2017 Jan 11]. Available from: http://www.si-folkesundhed.dk/upload/kap_21_overv%C3%A6gt_og_fedme.pdf.
10. Schibye B, Klausen K. Menneskets fysiologi: hvile og arbejde. 3. udgave. København: FADL; 2012.
11. Svendborg Projektet. De første resultater [Internet]. kl. 11.29 [cited 2017 Jan 11]. Available from: <http://svendborgprojektet.dk/category/artikler/>.

12. Svendborg Projektet. Verdens største og længst varende forskningsprojekt af sin art [Internet].
kl. 11.36 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<http://svendborgprojektet.dk/wp-content/uploads/2016/10/magasinsvendborgprojektet.pdf>.
13. Center for Sundhedsmotivation. Motivation i praksis [Internet].
kl. 15.14 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
sundhedsmotivation.dk/wp-content/uploads/2016/08/Motivation-i-praksis.pdf.
14. Familieerne skal være med når overvægtige børn skal tage sig [Internet].
kl. 15.29 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<http://www.sum.dk/Aktuelt/Nyheder/Forebyggelse/2013/December/Familien-skal-vaere-med-naar-overvaegtige-boern-skal-tabe-sig.aspx>.
15. Pannekoek L, Piek JP, Hagger MS. Motivation for physical activity in children: A moving matter in need of study [Internet].
kl. 15.35 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016794571300095X>.
16. Gow ML, Baur LA, Ho M, Chisholm K, Noakes M, Cowell CT, et al. Can early weight loss, eating behaviors and socioeconomic factors predict successful weight loss at 12- and 24-months in adolescents with obesity and insulin resistance participating in a randomised controlled trial? [Internet].
kl. 15.41 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4818484/>.
17. Lubans DR, Smith JJ, Plotnikoff RC, Dally KA, Okely AD, Salmon J, et al. Assessing the sustained impact of a school-based obesity prevention program for adolescent boys: the ATLAS cluster randomized controlled trial [Internet].
kl. 15.45 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4992277/>.
18. Langberg H, Overkær B, Pyrdol N. Motivation: nå i mål med din træning! København: FADL; 2014.
19. Center for Sundhedsmotivation. Vi forsker i klinisk praksis [Internet].
kl. 16.13 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<http://sundhedsmotivation.dk/2474-2/>.
20. Beyer N, Lund H, Klinge K. Træning i forebyggelse, behandling og rehabilitering. 2. udgave. København: Munksgaard Danmark; 2010.
21. Lægehåndbogen. BMI - kropsmasseindeks [Internet].
kl. 16.32 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/hormoner-og-stofskifte/undersogelser/bmi-kropsmasseindeks/>.
22. Sundhedsstyrelsen. Tværdisciplinær og tværsektoriel indsats over for patienter med ondt i ryggen [Internet].
kl. 16.37 [cited 2017 Jan 11]. Available from:

<https://www.sst.dk/da/udgivelser/2010/~~/media/2FCE05AE5D984BEEA08BF50E41C7CAD3.ashx>.

23. Sundhedsstyrelsen. Intensitetsformer [Internet].
kl. 16.35 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.sst.dk/da/sundhed-og-livsstil/fysisk-aktivitet/intensitetsformer>.
24. Lægehåndbogen. Stillesiddende adfærd og helbred [Internet].
kl. 16.40 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/sundhedsoplysning/overvaegt/stillesiddende-adfaerd-og-helbred/>.
25. Danmarks Statistik. Danmarks Statistiks Socioøkonomiske Klassifikation [Internet].
kl. 16.43 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<http://www.dst.dk/Site/Dst/Udgivelser/GetPubFile.aspx?id=4799&sid=socio>.
26. Den Store Danske, Gyldendal. Psykosocial [Internet].
kl. 16.45 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
http://denstoredanske.dk/Sprog_religion_og_filosofi/Sprog/Fremmedord/ps-p%C3%A5/psykosocial.
27. Hein HH. Motivation: motivationsteori og praktisk anvendelse. København: Hans Reitzel; 2009.
28. Ågård D. Motivation. Frederiksberg: Frydenlund; 2014.
29. Madsen KB. Abraham Maslow. København: Forum; 1981.
30. Hive Health Media. Climbing The Maslow Hierarchy – Why To Keep Your House And Body Clean [Internet].
kl. 17.40 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://www.hivehealthmedia.com/climbing-maslow-hierarchy-%E2%80%93-house-body-clean/>.
31. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions [Internet].
kl. 17.57 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
<https://mmrg.pbworks.com/f/Ryan,+Deci+00.pdf>.
32. Brinkmann S, Tanggaard L. Kvalitative metoder: en grundbog. 2. udgave. København: Hans Reitzel; 2015.
33. Hovmand B, Præstegaard J. Kvalitative forskningsmetoder i fysioterapi - en introduktion [Internet].
kl. 19.47 [cited 2017 Jan 11]. Available from:
https://www.ucviden.dk/portal/files/32098588/kvalitative_forskningsmetoder.pdf.
34. Launsø L, Rieper O, Olsen L. Forskning om og med mennesker: forskningstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning. 6. udgave. København: Nyt Nordisk Forlag; 2011.

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

35. Koester T, Frandsen K. Introduktion til psykologi: teori, anvendelse, praksis. 2. udgave. København: Frydenlund; 2005.
36. Kruuse E. Kvalitative forskningsmetoder i psykologi og beslægtede fag. 6. udgave. Virum: Dansk Psykologisk Forlag; 2007.
37. Lindahl M, Juhl C. Den sundhedsvidenskabelige opgave: vejledning og værktøjskasse. 3. udgave. København: Munksgaard; 2016.
38. Glasdam S, Beedholm K. Bachelorprojekter indenfor det sundhedsfaglige område: indblik i videnskabelige metoder. 2. udgave. København: Nyt Nordisk Forlag; 2015.
39. Kvale S, Brinkmann S. Interview: det kvalitative forskningsinterview som håndværk. 3. udgave. København: Hans Reitzels Forlag; 2015.
40. Koch L, Vallgård S. Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab. 3. udgave. København: Munksgaard Danmark; 2007.
41. Malterud K. Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring. 3. udgave. Oslo: Universitetsforlaget; 2011.
42. Lindahl M, Juhl C. Den sundhedsvidenskabelige opgave - vejledning og værktøjskasse. 2. udgave. København: Munksgaard Danmark; 2010.
43. Malterud K. Kvalitative metoder i medisinsk forskning. 2. udgave. Oslo: Universitetsforlaget; 2004.
44. Simovska V, Jensen JM. Sundhedspædagogik i sundhedsfremme. København: Gads Forlag; 2012.

Anvendt referencestandard: Vancouver med brug af Zotero.

14. Oversigt over bilag

- 1) Litteratursøgning
- 2) Informeret samtykke
- 3) Semistruktureret interviewguide
- 4) Observationsguide
- 5) Transskriptionsnøgle
- 6) Transskriptioner af interview
- 7) Uddrag af interviews
- 8) Transskriptioner af observation
- 9) Uddrag af observationer
- 10) Emner
- 11) Emner inddelt i temaer
- 12) Omdannelse fra temaer til koder
- 13) Matrice indeholdende koder og subgrupper

Bilag 1: Litteratursøgning

Søgedatabase: PubMed

Dato og tid: d. 21/12-2016, kl. 13.33

Fremgangsmåde:

Vi brugte følgende søgeord: Children AND obesity AND physical activity AND motivation, hvilket gav 281 resultater. Herefter tilføjede vi filtrene: *Clinical trial, Abstract, Humans, English* og der fremkom 39 resultater. Vi læste artiklernes overskrifter, hvor 13 artikler passede på vores inklusions- og eksklusionskriterier. Ud af disse valgte vi 2 studier:

- Artikel nr. 1:
 - *Assessing the sustained impact of a school-based obesity prevention program for adolescent boys: the ATLAS cluster randomized controlled trial*
- Artikel nr. 2:
 - *Can early weight loss, eating behaviors and socioeconomic factors predict successful weight loss at 12- and 24-months in adolescents with obesity and insulin resistance participating in a randomised controlled trial?*

Søgedatabase: Cinahl

Dato og tid: d. 21/12-2016, kl. 15.52

Fremgangsmåde:

Vi brugte følgende søgeord: Children AND obesity AND physical activity AND motivation NOT family, hvilket gav 59 resultater. Herefter tilføjede vi filtrene: *Published Date: 20070101-20161231, child: 6-12 years, europe, english* og der fremkom 17 resultater. Vi læste artiklernes overskrifter, hvor 3 artikler passede på vores inklusions- og eksklusionskriterier. Ud af disse valgte vi 1 studie:

- Artikel nr. 1:
 - *Impact of a supervised exercise program supporting autonomy on the adoption of an active lifestyle among obese adolescents: a self-determination theory perspective.*

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Søgedatabase: PEDro

Dato og tid: d. 21/12-2016, kl. 16.20

Fremgangsmåde:

Vi brugte følgende søgeord: Children AND obesity AND physical activity AND motivation, hvilket gav 1 resultat, som vi ikke fandt relevant.

Bilag 2: Informeret samtykke

Kære forældre

Vi er to fysioterapeutstuderende, som er i gang med at skrive vores afsluttende eksamensopgave. Det vil vi gøre gennem en undersøgelse med fokus på motivation for fysisk aktivitet hos børn.

I undersøgelsen vil vi gerne observere 2-3 træningssessioner. Derudover vil vi også gerne tale med dit barn om fysisk aktivitet. I anledning af dette interview vil vi høre, om det er i orden, at vi snakker med dit barn i ca. 20-30 min.

Efter analyse af interviewet, vil lydfilerne blive slettet. Alle udtalelser fra dit barn vil blive anonymiseret i opgaven, og dermed gjort uigenkendeligt for andre.

Du kan til enhver tid trække dit samtykke tilbage, hvis du skulle fortryde dit barns deltagelse. Hvis du har nogle spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.

Tak for hjælpen.

Med venlig hilsen

Stine Maja Jørgensen og Bo Brogaard Blenstrup

University College Lillebælt

Blangstedgårdsvej 4

5220 Odense SØ

Telefon (mobil): 31 50 65 18

Telefon (mobil): 22 88 10 66

E-mail:

smj01@stud.ucl.dk

bbbl@stud.ucl.dk

Vejleder:

Peter Dirch Jørgensen

E-mail: pdjo@ucl.dk

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Telefonnummer: 51157879

Jeg er indforstået med, at mit barn deltager i observation og interview til brug i nævnte bachelorprojekt.

Dato: _____ Underskrift: _____

Bilag 3: Semistruktureret interviewguide

Briefing

Indledning	Vi har fået lov til at snakke med dig af dine forældre
Præsentation af os	Jeg hedder Bo og det er Stine. Vi går på fysioterapeutuddannelsen, hvor vi lærer at hjælpe andre med at bevæge sig efter fx en skade el. sygdom. Vi er ved at skrive en opgave, hvor vi skriver om projekt BOB
Formål med interview	Selve formålet med interviewet er, at vi gerne vil snakke med dig om, hvordan at du har det før, under og efter <i>aktiv lørdag</i> i projekt BOB
Tidsramme for interview	Interviewet vil tage 20-30 min.
Optagelse	Vi bruger en diktafon (mobiltelefon) til at optage vores samtale, men det er kun os (Stine og Bo), der kommer til at høre optagelsen. Grunden til at vi optager det, er at det kan være svært at huske alt det vi snakker om
Rollefordeling u. interview	Det er mig som vil snakke med dig undervejs og Stine tager noter, starter diktafonen og kommer med spørgsmål, hvis der er noget hun er i tvivl om.
Redegørelse	Er der eller noget du er i tvivl om el. gerne vil spørge om inden vi starter? Ellers må du gerne spørge undervejs. Hvis der er et spørgsmål du ikke har lyst til at svare på, må du sige til.
Præsentation af informant	Du kan starte med at fortælle lidt om dig selv (Navn, fritidsaktiviteter, skole) Kan du fortælle hvad er grunden til at du startede i projekt BOB?

Selve interview

Forskningsspørgsmål	Spørgsmål
<p>Tema: Indre/ydre motivation (Selvbestemmelsesteorien)</p>	
<p><i>Hvad gør at barnet bliver påvirket af hhv. ydre eller indre motivation inden opmøde til aktiv lørdag (AL)?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af autonomi lige inden AL?</i></p> <p><i>Er den ydre motivation (fx konkurrence elementer) grunden til at barnet nogle gange ikke kommer afsted til AL? Hvad gør at denne motivationsform er dominerende?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af kompetence, tilhørsforhold og autonomi inden opmøde til AL?</i></p> <p><i>Hvad gør at barnet bliver mere indrestyret der ville kunne gøre at han/hun ville møde op til AL?</i></p>	<p>Hvordan har du det lige inden du skal til aktiv lørdag (AL)?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hvordan kommer du hen til AL? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvem sørger for at I kommer afsted? (dig/ dine forældre?) ○ Kører I i bil, på cykel? ● Er der nogen gange at du ikke kommer afsted? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvordan kan det være? ● Har du lyst til at komme? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis ja, er det fordi at det er sjovt? Er det fordi at du glæder dig til at se de andre? Er det fordi at du godt kan lide at bevæge dig? ○ Hvis nej, er det fordi at I laver noget der ikke er sjovt? ○ Hvad kunne så gøre at du synes det er sjovt? ● Når du så kommer hen til aktiv lørdag,

<p><i>Hvordan er barnets oplevelse af kompetence, tilhørsforhold og autonomi lige når de møder op til AL?</i></p>	<p>bliver du så genert/ glæder du dig? Tænker du: <i>Det her er bare for fedt og nu skal jeg i gang?</i></p>
<p>Tema: Indre (/ydre) motivation (Selvbestemmelsesteorien)</p>	
<p><i>Fremmer legene hhv. den ydre eller indre motivation under AL?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af kompetence og autonomi under AL?</i></p> <p><i>Er den ydre motivation (fx konkurrence elementer) dominerende hos barnet? Hvad kan gøre at barnet bliver mindre ydrestyret?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af tilhørsforhold under AL?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hvordan har du det så, når du kommer i gang med legene? ● Synes du det er nogle sjove ting I laver, når du er her? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis ja, hvad synes du er det sjoveste I har lavet/ laver? Gør det at du får lyst til at bevæge dig/ lege? ○ Hvis nej, hvad kunne du så godt tænke dig at I lavede i stedet? ○ Ville det give dig lyst til at bevæge dig/ lege? ● Hvordan har du det med de andre børn? <ul style="list-style-type: none"> ○ Snakker du med dem? <ul style="list-style-type: none"> ■ Hvis ja, er det fordi at du godt kan lide dem? ■ Hvis nej, er det fordi at du ikke tør/ er genert?
<p>Tema: Indre (/ydre) motivation (Selvbestemmelsesteorien)</p>	

<p><i>Hvad gør at barnet er påvirket af hhv. ydre eller indre motivation lige efter AL?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af kompetence, tilhørsforhold og autonomi lige efter AL?</i></p> <p><i>Hvordan er barnets oplevelse af tilhørsforhold efter AL?</i></p>	<p>Hvordan har du det lige efter AL?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kan du mærke det i kroppen? (fx gør det dig glad?) ● Bliver du glad af at komme herud? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis ja, er det fordi at du ser nogle af de andre børn? Er det fordi at du laver noget andet end du plejer? ○ Hvis nej, hvad gør at du ikke bliver glad? ● Ser du nogle af de andre børn efter aktiviteterne/ i hverdagen? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis ja, hvad laver I sammen? ○ Hvis nej, er det noget du har lyst til?
<p>Tema: indre/ ydre motivation (selvbestemmelsesteorien)</p>	
<p><i>Bliver barnet mere indre/ ydrestyret ift. FA i skoletiden efter deltagelse i AL? På hvilken måde? (opnås der selvrealisering?)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Når du har været til AL betyder det så, at du får lyst til at bevæge dig mere i skolen? ● Hvad laver du i frikvarteret? <ul style="list-style-type: none"> ○ Laver du noget sammen med dine klassekammerater?

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

<p>Tema: indre/ ydre motivation (selvbestemmelsesteorien)</p>	
<p><i>Er barnet blevet mere indre/ ydrestyret ift. FA i fritiden efter deltagelse i AL?</i></p> <p><i>Har barnets oplevelse af kompetence, tilhørsforhold og autonomi ændret sig? På hvilken måde?</i></p> <p><i>Hvad gør at den ydre motivation er dominerende efter deltagelse i AL? Hvordan ændres denne?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Når du har været til AL betyder det så, at du får lyst til at bevæge dig mere i fritiden? <ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis ja, hvad laver du når du kommer hjem fra skole? <ul style="list-style-type: none"> ■ Er det noget du altid har gjort? Er det noget nyt? Leger du mere efter du er startet her? ■ Gør du det sammen med andre/ dine venner? ○ Hvis nej, laver du så noget andet, når du kommer hjem fra skole? Hvad skal der til for at du har lyst til at bevæge dig/ lege?
<p>Tema: Motiverende behov (Maslows behovspyramide)</p>	
<p><i>Hvordan bliver behov for tilhørsforhold motiverende og tilfredsstillende hos barnet i fritiden?</i></p> <p><i>Hvordan bliver agtelsesbehov motiverende og tilfredsstillende hos barnet i fritiden?</i></p> <p><i>Hvorledes bliver det selvaktualiserende behov motiverende hos barnet?</i></p>	<p>Du fortalte at du gik til (fritidsaktivitet)?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hvor tit går du til det? ● Hvad gør dig glad i forbindelse med aktiviteten? ● Er det noget du eller dine forældre har bestemt? ● Hvordan kan det være at du synes det er sjovt?

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
Bachelorprojekt – januar, 2017

Tema: Motiverende behov (Maslows behovspyramide)	
<i>Hvordan bliver behov for tilhørsforhold motiverende og tilfredsstillende hos barnet?</i> <i>Hvordan bliver agtelsesbehov motiverende og tilfredsstillende hos barnet?</i>	Hvad laver I ellers sammen derhjemme? <ul style="list-style-type: none">• Plejer I at cykle/ gå en tur?• Ser I nogle spændende tv programmer?• Hvad kan I godt lide at spise hjemme hos jer?• Laver I mad sammen?

Debriefing

Afrunding af interview	Nu er interviewet ved at være slut
Opsummering	Du har fortalt os følgende... Er det rigtig forstået at...? Har du ellers nogle spørgsmål her til sidst?
	Tusind tak for din hjælp. Du (el. dine forældre) må gerne kontakte os, hvis der er noget I gerne vil spørge om

Bilag 4: Observationsguide

I venstre kolonne beskrives de aspekter der observeres ift. selvbestemmelsesteorien. Ud fra hvert aspekt står der felter med teksten: *inden, under og efter*, som betyder at deltagerne observeres lige inden, under udøvelse af/ og efter AL. Det er i disse felter at vi nedskriver vores feltnoter. Aspekterne indeholder de tre psykologiske behov: *Kompetence, tilhørsforhold* og *autonomi*, som tilsammen udgør indre motivation. Derudover har vi også aspekterne ydre motivation og amotivation med i skemaet. Alle aspekter beskrives i *teoriafsnittet*.

Ift. aspekterne observerer vi følgende:

- Kommunikation
 - Verbalt
 - Opmuntring, påskønnelse, tilbagemeldinger (kompetence, autonomi)
 - Efterligner andres meninger, fx instruktørerne (tilhørsforhold)
- Handlinger
 - Udfører deltagerne aktiviteterne? (kompetence)
 - Efterligner deltagerne udførelse af aktiviteter? (tilhørsforhold)
 - Går deltagerne selvstændigt i gang med aktiviteterne? (autonomi)
 - Melder deltagerne sig ud aktiviteten fra starten af el. undervejs? (ydre motivation og amotivation)

Aspekter	Barn A	Barn B	Barn C	Barn D
Kompetence: Kommunikation og handlinger	Inden: Under: Efter:	Inden: Under: Efter:	Inden: Under: Efter:	Inden: Under: Efter:

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

<p>Tilhørsforhold: Kommunikation og Handlinger</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>
<p>Autonomi: Kommunikation og handlinger</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>
<p>Ydre incitament: Handlinger</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>
<p>Amotivation: Handlinger</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>	<p>Inden: Under: Efter:</p>

Bilag 5: Transskriptionsnøgle

- Intervieweren angives med initialer, dvs. Bo Blenstrup (BB) og Stine Jørgensen (SJ). Deltagerne angives med de tildelte fiktive bogstaver B, C el. D, som også bruges i afsnittene *Dataindsamling* og *Databearbejdning*.
- Hvis deltagerne nævner navne på familiemedlemmer, venner el. bekendte skrives der X i stedet for personens navn.
- Der skiftes til en ny linje, når en ny person taler.
- Der skrives (), hvis der grines.
- Ved afbrydelser skrives der (...). Derudover bruges der parentes efter citater, hvis der er noget som bør bemærkes. Det kan være kropssprog, pauser, ophold, støj, uforståelig snak el. lign.
- Der undlades *Øh* og hvis der forekommer mange gentagelser i en sætning med forbehold at sætningens betydning vil være den samme.
- Hvis steder, som fx adresser og butiksnavne nævnes skrives dette som (lokalitet)
- Ved arbejdspladser el. lign står der (job)
- Ved klassetrin står der (klassetrin)
- Hvis der skrives: "Mmm..." (lyd) betyder det ja.
Hvis der skrives: "mmm...mmm..." betyder nej.

Bilag 6: Transskriptioner af interview

Link:

https://docs.google.com/document/d/1fjFobo_aZk9UVtpuadcbyWkU-SWNIrIO_k2kKGkgQQk/edit?usp=sharing

Bilag 7: Uddrag af interviews

Interview med B

Linje 150-158:

Barn B: *Ja nogen gange har jeg det sjovt og nogen gange er det bare sådan lidt, ja okay jeg hører jo bare efter nu sådan lidt*

BB: *Ja*

Barn B: *Nogle gange er det sjovt*

BB: *Ja, hvad gør det sjovt for dig?*

Barn B: *Det er sådan lidt forskelligt*

BB: *Ja*

Barn B: *Jeg kan rigtig godt lide alting, men det kommer også an på om jeg synes det er fair fordi så længe det ikke er fair, så synes jeg ikke, så bliver jeg ked af det*

Interview med C

Linje: 22-23:

SJ: *Ja... ehm... Er det dig selv der spørger om I skal afsted eller er det din far der siger?*

Barn C: *Nej, det er mig*

Interview med D

Linje 18-21:

Barn D: *Der er nogen gange, hvor jeg ikke sådan gider, fordi at jeg vil hellere være sammen med mine venner*

BB: *Ja okay. Er det din far der sådan siger, at nu skal vi afsted eller er det?*

Barn D: *Ja nogenlunde*

Linje 96-104

BB: *Okay. Men hvis der var noget du sådan kunne tænke dig, at i egentlig lavede på de her lørdage, hvad skulle det så være, hvis du måtte komme med dit eget indslag?*

Barn D: *Noget med nogle bolde... og så hockey selvfølgelig (griner)*

BB: *Ja selvfølgelig (griner). En blanding af de to eller?*

Barn D: *Ja og sådan*

BB: *Ja hvordan kan... nu hvor du sagde at træne med bolde, er der en grund til at du sagde det, er det fordi du har oplevet noget sjovt med det?*

Barn D: *Ja der er sådan nogle vægtbolde vi godt.. Det er fordi til træning, der er nogen gange hvor vi skal løbe.. skal squatte med sådan en*

Bilag 8: Transskriptioner af observation

Link:

https://docs.google.com/document/d/1MB_k-NepEYYkLitS4c_sInzUeEX_6nyH6I9gfmZRFoc/edit?usp=sharing

Bilag 9: Uddrag af observationer

1. Observation

Under 1. aktivitet:

Linje 7-8: Under legen smiler både C og B. Børnene snakker ikke med hinanden under aktiviteten, men B henvender sig flere gange til I1 og I2.

Linje 9-11: A, B og C løber rundt efter hinandens "haler", mens D ikke løber, og mest befinder sig ude i hjørnerne. Efter ca. 10 min. går B ud og sætter sig på sidelinjen. Han siger til I1: *"Jeg er træt pga. at jeg har været til fødselsdag i går"*

Under 3. aktivitet:

Linje 45-50: Da D scorer sætter A sig ned på gulvet i 5 sek. men rejser sig derefter op igen. Begge hold scorer flere gange, men B, D og I2 scorer flest mål. De giver hinanden high fives, når der scores. I anden halvdel af aktiviteten spørger C I1: *"Må jeg spille?"*, hvorefter I1 stiller sig på mål. Når C har bolden hepper I1 og I2 på hende ved bl.a. at sige: *"Du kan godt C!"* og *"Kom så C!"*. På et tidspunkt er C lige ved at score og B siger: *"det var tæt på. Den var ellers lige ved at skifte retning"*

2. Observation

Under 1. aktivitet:

Linje 15-17: Da der er gået ca. 8-10 min. går B ud af banen. Han trækker vejret højthorakalt og siger for sig selv: *"jeg har noget med min vejrtrækning"*.

Under 2. aktivitet:

Linje 33-35: I2 spørger om C ikke vil prøve, hvortil hun med en lav og forsigtig stemme svarer: *"Jeg kan ikke"*. I2 svarer: *"Det er jeg sikker på at du kan"*. C begynder at hoppe over de mange snore i stedet for at kravle nede på jorden.

Linje 39-40: I3 fortæller at de skal igennem forhindringsbanen på tid. Hvortil A med en høj stemme siger: *"Nej"*. Dernæst går han hen til aktiviteterne i et langsomt tempo

3. Observation

Under 1. aktivitet:

Linje 9-11: I4 starter med at være forrest i rækken. D går lige efter I4 og efterligner ham. De resterende deltagere går i et langsomt tempo og kommer bagud flere gange. Både B og C er nogle af de helt bagerste i rækken. B og D ses begge røde i kinderne. C fører an til sidst.

Bilag 10: Emner

Vi fandt frem til emnerne ved at sætte vores viden i parentes, så vi ikke blev påvirket af vores forforståelse, teoretiske viden el. praktiske erfaring.

Ved interview fandt vi frem til følgende emner:



Ved observation fandt vi frem til følgende emner:



Stædighed	Manglende tro på egne evner	Oprør
Generthed	Sociale relationer	Træthed
Nye indtryk	Isolation	Spejlning
Utilfredshed	Tryghed	Frygt
Forhold til forældre	Hjælpsom	Succesoplevelse
Tage chancer	Familieinddragelse	Selvstændighed
Aktivitetens niveau	Kropslig støtte	Distraheret
Fysiske begrænsninger	Tiltro	Autoritetstro
Undskyldninger	Utryghed	Åbner sig op
Samarbejde	Ordrer	Tillid
Teamwork	Konkurrence	Forældre støtte
Usikker på sig selv	Bestemmende	Vejrforhold
Verbal støtte	Provokerende	Opgivelse
Giver sig ikke fuldt ud	Benægtelse	Initiativ
	Meningsløshed	

Bilag 11: Emner inddelt i temaer

Interview

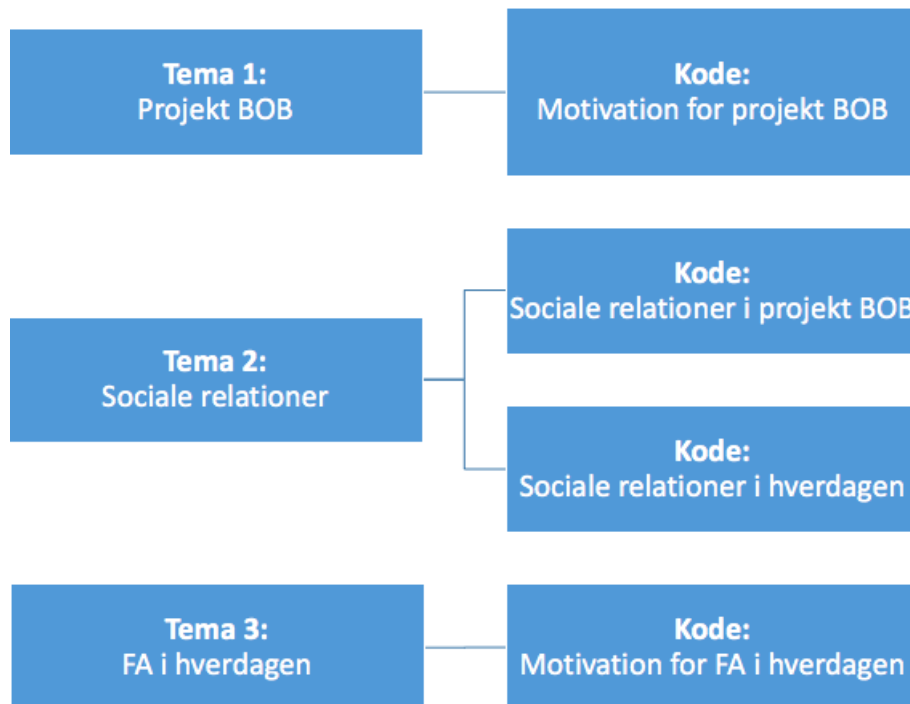
Tema 1: Projekt BOB	Tema 2: Sociale relationer	Tema 3: Fysisk aktivitet i hverdagen
<ul style="list-style-type: none"> • Favorit aktivitet • Meningsløshed • Initiativrig • Fællesskab • Vejrforhold • Konkurrence • Aktivitetens niveau • Undskyldninger • Kreativitet • Manglende inddragelse • Autoritetstro • Kedsomhed • Selvstændighed • Hverdagspause • Transport til FA 	<ul style="list-style-type: none"> • Opfattelse af andre børn i BOB • Forældres støtte • Forældrerolle • Sammenligne sig med andre • Venskab • Generthed 	<ul style="list-style-type: none"> • Initiativrig • Fællesskab • Fritidsinteresse • FA i frikvarter • Tidligere fritidsaktivitet • Meningsløshed • Passion for fritidsaktivitet • Stolthed over fritidsinteresse • Det frie valg • Konkurrence • Kreativitet • Autoritetstro • Kedsomhed • Selvstændighed • Transport til/ fra skole • Forældrerolle

Observation

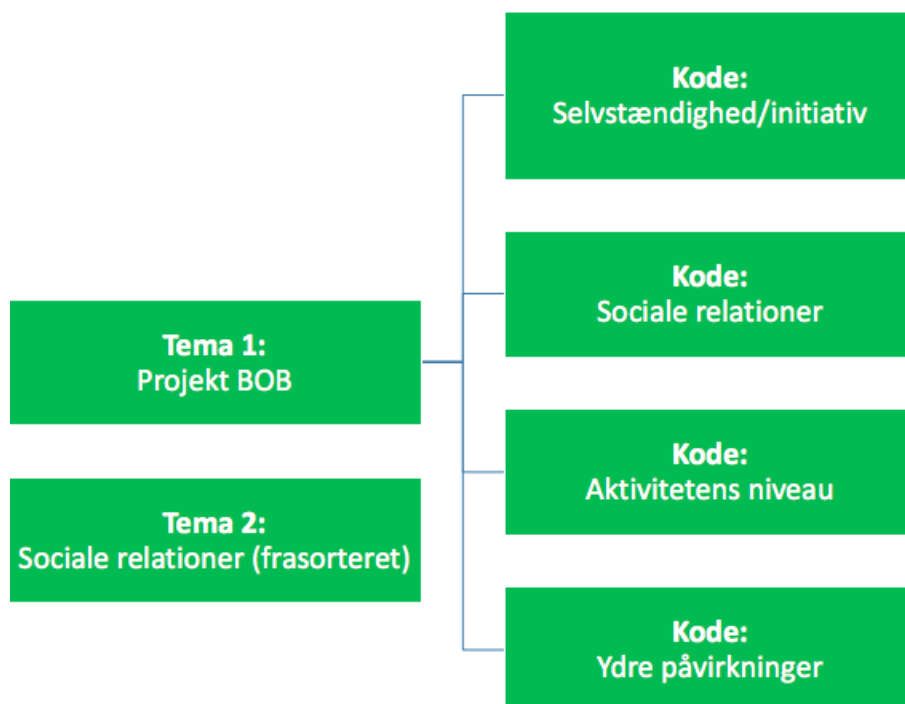
Tema 1: Projekt BOB	Tema 2: Sociale relationer	
<ul style="list-style-type: none"> ● Selvstændighed ● Manglende tro på egne evner ● Forhold til forældre ● Familieinddragelse ● Tage chancer ● Succesoplevelse ● Kropslig/verbal støtte ● Ordre ● Fællesskab ● Initiativrig ● Undskyldninger ● Konkurrence ● Autoritetstro ● Aktivitetens niveau ● Kedsomhed ● Vejrforhold ● Meningsløshed ● Giver sig ikke fuldt ud 	<ul style="list-style-type: none"> ● Forældres støtte ● Generthed ● Nye indtryk ● Tryghed ● Spejlning ● Kropslig/verbal støtte ● Samarbejde 	

Bilag 12: Omdannelse fra temaer til koder

Interview



Observation



Bilag 13: Matrice indeholdende koder og subgrupper

Nedenstående model viser vores samlede matrice for hhv. interview og observation.

Nogle af subgrupperne indeholder dog kun enten information fra interview el. observation.

De delte subgrupper adskilles dog med:

- I = interview + B, C el. D (deltagernes fiktive bogstaver). A nævnes kun ifm. observation, så flere af felterne er ikke udfyldt under det bogstav.
- O1 = Første observation
- O2 = Anden observation
- O3 = Tredje observation

Under hver interviewperson har vi skrevet linjenummer for hvor subgruppen befinder sig i materialet. Vi har taget de citater med, som vi fandt mest relevante ift. vores problemstilling.

A deltager ikke i interview og 3. observation, mens D ikke deltager i 2. observation.

Koder	Subgrupper	A	B	C	D
1. Motivation for projekt BOB	1.1 Selvstændighed og lyst ift. at skulle afsted til FA		I: 57-59, 61- 63,	I: 23, 25, 27, 30, 32, 36	I: 5-6, 18-19, 21, 25, 31- 32, 36, 49, 52
	1.2 Glæde og lyst ift. aktiviteter i BOB		I: 3, 153, 155, 179, 211, 238, 240, 257, 263- 265, 580 O1: 7 O2: 14-15, 61- 62	I: 38, 40, 64, 67, 73, 76, 111 O1: 7, 31-32 O2: 22-23, 53, 61-62, 72	I: 71, 73, 77, 79, 83, 119, 125, 127, 212

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

			O3: 37	O3: 37, 49	
	1.3 Selvstændig/ initiativ (Igangsættelse og udførelse af aktiviteter)	O2: 13, 24, 26, 28-29, 31, 33, 35-37, 44-45, 61- 62	O1: 21-22, 32- 33, 36-37 O2: 13, 26, 28- 29, 31, 33, 36-38, 40- 41, 49, 55- 56, 61-62, 65-66 O3: 15, 45, 48- 49	O1: 19-21, 32-33, 36-37, 47 O2: 30, 34-38, 40-41, 42-43, 49, 61-62, 72-74 O3: 11, 19-20, 33, 37-38	O1: 19-21, 36-37 O3: 45, 50
	1.4 Aktivitetens niveau (For højt/ for lavt)	O1: 8-9, 28, 52 O2: 15, 44, 56, 73	I: 270 O1: 8-9, 10-15 O2: 15-17, 25- 26, 44, 51- 52, 54-56, 65-67, 77- 78	I: 89, 91, 94 O1: 8-9 O2: 25-28, 44, 56	I: 111, 113, 115 O1: 8-10

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

			O3: 9-11, 13-18, 35-37	O3: 9-11, 19-20	O3: 38
	1.5 Ydre påvirkninger (Konkurrence, ordre, autoriteter)	O1: 33-35, 45- 46 O2: 37-38, 39-40, 48- 51, 70-71	I: 150-151, 157-158, 161, 168, 260-261 O1: 12-14 33, 35, 45- 46, 53 O2: 19-20, 70- 71 O3: 44, 46-47	I: 76 O1: 31, 33, 35, 45-46, 48-50 O2: 27, 45, 70, 74, 76 O3: 39, 46-47	O1: 33-35, 45-46, 53 O3: 44
	1.6 Opgivenhed, meningsløshed, kedsomhed	O1: 28, 45, 52 O2: 37-38, 39- 40, 48-51, 58-59			I: 87-88, 90, O1: 9-10 O3: 24-26, 34, 38, 49-50
	1.7 Kreativitet				I: 98, 100, 103-104, 108

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

2. Sociale relationer i projekt BOB	2.1 Hvordan deltagerne opfatter de andre børn		I: 173, 176,	I: 84	I: 55-56, 58, 61, 63, 75
	2.2 Sociale relationer mellem børn og øvrige aktører (instruktører, observatører, forældre)	O1: 1-3, 6, 7, 9, 16-17, 23-26, 28-29, 37-41, 43-44, 50-51 O2: 4-6, 10-11, 14-15, 22, 24-25, 32, 41-42, 49-50, 56-57, 61-64, 77	I: 598 O1: 3-4, 6-8, 9, 21-26, 30-31, 36-37, 41, 46-47, 49-50, 56 O2: 6-11, 14-15, 17-20, 22, 32, 45, 47, 53-54, 61-62, 77 O3: 3-5, 7-8, 13-18, 32, 34, 42-45, 48-49, 50-52	I: 43, 45, 49, 51 O1: 1-2, 6-7, 9, 16-17, 23-26, 31-32, 36-37, 40-41, 49-50, 57-58 O2: 22-23, 27-32, 49, 52-54, 61-62, 68-70, 72, 77 O3: 6-7, 19-22, 29-30, 33-34, 42-43, 45, 49	65, 67 O1: 3-4, 6-7, 9-10, 17, 19, 23-26, 36-37, 40-41, 46-47 O3: 1-2, 5, 23-27, 33-34, 45, 48-49
	2.3 Spejlning af øvrige aktører (børn, instruktører, observatører,		O1: 21-22 O3: 16-17, 51-52		O3: 9

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

	forældre)				
	2.4 Kropslig/verbal støtte til børnene fra øvrige aktører (børn, instruktører, observatører, forældre)	O2: 24-25, 30- 31, 41-42	O2: 29-31, 41- 42, 53-54 O3: 14-15	O1: 48-50 O2: 28-32, 34, 41-42, 53-54, 68,	
3. Sociale relationer i hverdagen	3.1 Venner/familie		I: 7, 9-10, 12, 23-25, 207, 347-348, 396, 400, 402, 405- 406, 411- 412, 437- 438, 440, 445-446, 572-573	I: 153, 157, 159, 161, 163	I: 18-19, 139, 154
4. Motivation for FA i hverdagen	4.1 Selvstændig- hed, glæde el. lyst ift. fritidsaktivitet/ FA		I: 185-186, 188, 190- 191, 244, 248, 516, 524, 582, 585-586	I: 9, 136, 138, 142, 144, 200, 202	I: 36, 158, 162-164, 167-169, 171, 212
	4.2 Konkurrence			I: 2, 76, 81, 126, 128	I: 134, 205, 217-218

Motivation for fysisk aktivitet hos børn med svær overvægt
 Bachelorprojekt – januar, 2017

	elementer				
	4.3 Forældrerolle indflydelse på FA		I: 72, 76, 80, 246, 288-289, 294, 308- 309, 313	I: 19, 21, 180, 182, 189	I: 27, 178, 180, 182, 184, 186
	4.4 Sociale relationers inddragelse fritidsaktivitet/ FA		I: 371, 373, 410, 421, 425, 431, 573-574	I: 133	I: 232-233
	4.5 Kedsomhed		I: 5, 181, 183, 284- 286, 462, 569-570		
Frasorterede enheder	Undskyld- ninger		I: 91-92, 213-214, 272-273 O1: 17-18 O2: 17-19		I: 92-93, 95
	Uselvstændig			O2: 26-28	
	Manglende tro på egne evner			O2: 33-34	