

*Ung livsstil*

*Mars 2010*

# Ungdomars hälsa

*Har kulturskolan samma positiva effekt  
på hälsa som idrottsförening?*

Stig Elofsson



Stockholms  
universitet

## Förord

Forskningsenheten vid idrotts- och kulturförvaltningarna genomför kontinuerligt studier omkring ”Resursutnyttjande och effekter av offentligt driven eller understödd verksamhet på fritidsfältet”.

Studier om barn och ungdomars fritidsvanor och fritidspreferenser har genomförts sedan 1984. I studien, Ung livsstil, som genomförts hösten 2004 och våren 2005 i Stockholm, har vi vidgat perspektivet något och strävat efter att mer utförligt kunna beskriva och analysera ungdomars livsvillkor. I första hand står dock ungdomars situation och preferenser på fritidsområdet i centrum för vår studie. Ung livsstil är ett samarbetsprojekt mellan idrotts- och kulturförvaltningarna i Stockholms stad och institutionen för socialt arbete (Stig Elofsson) vid Stockholms universitet. I Stockholm har vi genomfört studier 1985, 1992, 1998, 2004/2005 och 2008. Studierna om Ung livsstil har också genomförts tillsammans med Haninge kommun (åren 1998, 2004 och 2008), Helsingborgs stad (åren 2000, 2003, 2006 och 2009), Jönköpings kommun (1994, 1997, 2000, 2003, 2006 och 2009), Lidingö stad (åren 2003 och 2007), Norrköpings kommun 1985, 1991, 1996 och senhösten 2008, Huddinge kommun 1998 och 2009/2010. Även i Eskilstuna 2008 har studierna från 1985 och 1993 följts upp.

Ett tack går också till de ansvariga för genomförandet av Ung livsstil i de övriga kommunerna. Det är i Haninge Stein Carlsson, i Helsingborg Peter Wennberth, i Jönköping Lena Claesson och Liz Modin, i Lidingö stad Anders Bergström och John Svensson, i Norrköping Peter Karlsson (1985) och Lars Zetterholm (2008). I Eskilstuna har fältarbetet genomförts av Elin Karlberg. Även till Karlberg ber vi att få framföra vårt varma tack.

### Från projektet Ung livsstil har följande nio rapporter publicerats:

Blomdahl/Elofsson,	<b>Vilka idrottsanläggningar vill ungdomar i Stockholms stad att det ska satsas på 2006-2010?</b>
Elofsson, S,	<b>Vilken typ av aktiviteter inom fritidsfältet önskar ungdomar i Stockholms stad att det ska satsas på?</b>
Elofsson, S,	<b>Vill gymnasieungdomar att Stockholms stad skall satsa på träffpunkter?</b>
Claesson Nordin, Å, Claesson Nordin, Å, Sjöberg, J,	<b>Deltar Stockholms barn och ungdomar i föreningslivet? God hälsa på lika villkor. Vad tycker pojkar och flickor är viktigt när de idrottar/motionerar på fritiden? – jämförelse mellan de som inte är med i en idrottsförening, respektive med i en lagidrott eller en individuell idrott.</b>
Blomdahl/Elofsson,	<b>Hur många motionerar/idrottare för lite och vilka är dom?</b> -en studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö.
Elofsson/Lengheden/Leis,	<b>Vilka webbsidor besöker gymnasieelever i Stockholms stad?</b>
Blomdahl/Elofsson/Eriksson	<b>PUNKTmedis – en utvärdering av en ungdomssatsning på medborgarplatsens bibliotek i Stockholm.</b>

Studier om de vuxnas fritidsvanor och fritidspreferenser har i Stockholm undersökts av oss 1985, 1998 och 2008.

De **vuxnas** motionsvanor, hälsa och sypunkter på vilka idrotts- och motionsanläggningar som staden ska satsa på under perioden 2009-2013 har under april månad 2008 och 2009 undersökts i Stockholms stad. De första rapporterna från denna undersökning är klar och har namnet:

Blomdahl/Elofsson/Öhman, **Vilka anläggningar/verksamheter tycker den vuxna befolkningen att Stockholms stad ska satsa på under 2009-2013?**  
Blomdahl/Elofsson/Öhman, **Vilka anläggningar/verksamheter tycker de fysiskt inaktiva vuxna att Stockholms stad ska satsa på under 2009-2013?**

Under 2010 presenteras den tredje rapporten från vuxenstudien. Författare till denna rapport är undertecknade (Blomdahl/Elofsson). Rapporten heter: **"Fysisk inaktivitet bland vuxna jämfört med barn och ungdomar"**.

Utvärderingar inom kulturförvaltningens ram har skett när det gäller Kulturskolan: Följande rapporter har publicerats:

Blomdahl/Frostensson, **Vilket betyg ger barn, ungdomar och föräldrar Kulturskolan?**  
Frostensson, C, **Lust och glädje. Hur uppfattar och värderar eleverna Kulturskolans undervisning?**  
Markensten, K, **Varför slutar du i Kulturskolans musikundervisning?**

Stockholm i mars 2010.

Ulf Blomdahl  
Forskningsledare  
Idrotts- och kulturförvaltningarna  
Stockholms stad  
Tel: 08/508 28 476  
E-post: [ulf.blomdahl@idrott.stockholm.se](mailto:ulf.blomdahl@idrott.stockholm.se)

Stig Elofsson  
Fil. Dr i statistik och docent i socialt arbete  
Institutionen för socialt arbete  
Stockholms universitet  
Tel: 08/16 20 22  
E-post: [stig.elifsson@socarb.su.se](mailto:stig.elifsson@socarb.su.se)

C författaren  
Omslagsbild: Christer Lind  
ISBN 91 8676884-0

## Inledning

Bakom de offentliga satsningarna på barns, ungdomars fritid ligger mer eller mindre uttalat ambitioner/tankar att dessa satsningar skall leda till en bättre hälsa sett från ett brett perspektiv. Under de senaste åren har dessa ambitioner blivit mer uttalade i samband med en allmän oro för övervikt bland barn. Kunskapen om hur olika typer av fritidsverksamheter kan inverka på hälsan är dock begränsad (Ungdomsstyrelsen, 2007) och den forskning som finns handlar i första hand om vuxna. Att fysisk aktivitet har positiva effekter är väl säkerställt när det gäller vuxna (US Department of Health and Human Services, 1996) och det finns även några studier som visar att det finns en tydlig koppling mellan fysisk aktivitet och självskattad hälsa bland ungdomar (se t ex Blomdahl & Elofsson, 2006). Det är alltså högst rimligt att utgå från att deltagande i idrottsförening rent allmänt har en positiv hälsoeffekt.

En fråga man kan ställa sig är vilken betydelse kulturella aktiviteter, t ex deltagande i kultur- eller musikskola kan ha. Det finns många som menar att detta har en direkt hälsoeffekt men i detta sammanhang är det vetenskapliga stödet, i den utsträckning det finns, betydligt svagare. I *Uppslagsverk barn och unga* från Statens folkhälsoinstitut refererar Theorell till två kontrollerade experiment, varav det ena på barn, som ger vetenskapligt stöd för att musik främjar mental hälsa. Den randomiserade studie som genomförts på barn visar att barn som fick extra musiklektioner eller drama fick en högre ökning av IQ än en kontrollgrupp som inte fick extra musiklektioner (Schelleberg, 2004). Författaren påpekar att effekten var ganska liten men att den gällde för alla deltester i IQ-testet och för ett standardiserat mått på studief framgång. Den andra studien Theorell hänvisar till handlar om ett randomiserat försök med 28 friska vuxna där experimentgruppen deltog i en typ av musikterapi<sup>1</sup>. Resultaten visade att experimentgruppen efter 13 veckors deltagande redovisade signifikant minskning i depression, trötthet, allmänna känslomässiga störningar och i kortisolnivå<sup>2</sup>.

Vid sidan av dessa kontrollerade studier finns även analyser av samband mellan hälsa och deltagande i kulturella aktiviteter från ett projekt som Konlaan redovisar i sin avhandling (Konlaan, 2001). Som mått på hälsa används här dels överlevnad, dels självskattad hälsa. I avhandlingens olika artiklar visar författarna att

- deltagande i kulturella arrangemang, bokläsning, att sjunga i kör eller musicera har en positiv inverkan för överlevnad (under 26 år) även efter kontroll för ålder, kön, utbildningsnivå, inkomst, långvarig sjukdom, socialt nätverk, rökning och fysisk aktivitet
- att högre risk för dödlighet förelåg bland personer som sällan gick på bio, konserter, museer och konstutställningar efter kontroll för samma faktorer som i första fallet.
- en jämförelse mellan personer som under en åttaårsperiod förändrat kulturell aktivitetsnivå visar att personer som blivit mindre kulturellt aktiva och de som var inaktiva vid bägge tillfällena har 65% överrisk för låg självskattad hälsa vid uppföljningstillfället<sup>3</sup> efter kontroll för självskattad hälsa vid baseline, ålder, typ av boende, geografiskt område och utbildningsnivå.

Sammantaget kan man konstatera att det finns ett visst vetenskapligt stöd för att kulturella aktiviteter skulle kunna ha en hälsobringande effekt men det vetenskapliga stödet för att det

---

<sup>1</sup> Bonny Method of Guided Imagery and Music.

<sup>2</sup> Kortisol är ett hormon som mäter individens stressnivå.

<sup>3</sup> Här är det viktigt att påpeka att det från denna studie inte är möjligt att avgöra vilken riktning eventuell påverkan har. Å ena sidan kan det handla om att minskad eller låg kulturell aktivitet försämrar hälsa (mätt som självskattad hälsa), å andra sidan kan lika väl gälla att försämrad hälsa leder till lägre eller låg kulturell aktivitet.

skall vara så är avsevärt svagare än när det gäller de hälsobringande effekterna av fysisk aktivitet. Om vi ser till barn/ungdomar borde elever som deltar i kultur-/musikskolan ha en bättre hälsosituation än de som ej deltar i dessa verksamheter (i varje fall om de inte är fysiskt aktiva).

Syftet med denna rapport är att närmare undersöka vad det finns för samband mellan deltagande i kultur-/musikskola och hälsa, där jag som mått på hälsa använder elevernas egen skattning av sin hälsa (s k självskattad hälsa). För att renodla eventuell påverkan av deltagandet i kultur-/musikskola kontrollera jag för fysisk aktivitet genom att ta hänsyn till om eleverna deltar i idrottsförening eller ej<sup>4</sup>. Ett viktigt gemensamt drag är att det i båda fallen handlar om organiserad fritidsverksamhet vilket kan vara betydelsefullt. Det är ju mycket tänkbart att det finns en koppling mellan elevernas hälsosituation och deltagande i organiserad fritidsverksamhet mer generellt. De frågeställningar som rapporten behandlar är alltså

1. Skattar de som deltar i kultur-/musikskolan sin hälsa som bättre?
2. Kan man i så fall konstatera att de har en bättre hälsosituation efter kontroll för fysisk aktivitet (medlemskap i idrottsförening) och social bakgrund<sup>5</sup>?

## Metod

### Mått på hälsa

En rad studier har visat att självskattad hälsa, även mätt med en enkel fråga, har en mycket god förmåga att bland vuxna predicera (förutsäga) framtida sjuklighet och dödlighet (för referenser se Undén & Elofsson, 1998). En närmare analys av sambanden mellan självskattad hälsa visar också att individernas skattning kan kopplas till såväl fysiskt, psykiskt som socialt välbefinnande, vilket tyder på att individerna i sin bedömning inte enbart associerar till fysiskt hälsotillstånd utan även tar hänsyn till sin ”mentala” och ”sociala” hälsa (Undén & Elofsson, 1998). Däremot är kunskapen mer begränsad kring i vilken utsträckning detta gäller även bland barn/ungdomar. Vi har dock i en tidigare studie kunnat visa att det framträder en tydlig koppling mellan fysisk aktivitet och självskattad hälsa, något som skulle kunna ses som ett

<sup>4</sup> Medlemskap i idrottsförening får här ses som ett approximativt mått på att man är fysiskt aktiv, det finns givetvis en grupp elever som är fysiskt aktiva utanför idrottsföreningen. Enligt Blomdahl/Elofsson utgör dessa cirka 15 % på högstadiet och knappt 25% på gymnasiet i Stockholm (Blomdahl & Elofsson, 2006, s 20-23). I ungdomsgruppen kan man räkna med att nästan samtliga medlemmar är aktiva minst en gång per vecka. Ser man till studier som innefattar frågan om egenrapporterad fysisk aktivitet gäller följande samband mellan medlemskap och egenrapporterad fysisk aktivitet:

**Tabell.** Andel (%) som är medlemmar i idrottsförening i relation till uppgiven egen fysisk aktivitet efter stadium och kön.

	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
<i>Tränar så ofta att man blir andfädd eller svettas</i>						
N=	2593	2432	3478	3266	2270	2219
Mindre än 2 ggr	36	32	18	16	20	19
Två ggr eller mer	74	70	64	61	53	51

<sup>5</sup> Det är t ex ett känt faktum att deltagande i kultur- respektive musikskolan är högre bland elever som kommer från familjer med större resurser (Elofsson, 2009).

visst stöd för att frågan även kan fungera bra bland yngre med tanke på den stora betydelse som fysisk aktivitet har för hälsan (Blomdahl & Elofsson, 2006).

I enkäterna som analyseras ingår följande fråga kring hur eleverna bedömer sin egen hälsa:

*Hur tycker du att din hälsa är?*

*Svarsalternativ: Bra, Ganska bra, Varken bra eller dålig, Ganska dålig, Dålig*

En analys av svaren visar att det interna bortfallet på frågan genomgående är lågt, på mellanstadiet uppgår det till 2.1%, på högstadiet till 1.1% och på gymnasiet till 1.3%.

## **Deltagande i kultur-/musikskola och medlemskap i idrottsförening**

Frågan om deltagandet i kulturskolan har ställts på följande sätt i enkäterna

**Är du med i någon av Kulturskolans verksamheter?** *Svarsalternativ Ja/Nej*

*Musik, lektioner själv*

*Musik, ensemble/orkester/kör*

*Bild och form*

*Dans*

*Drama/teater*

Helsingborg och Haninge har ingen kulturskola utan enbart musikskola. I dessa kommuner studeras deltagande i musikskolan med frågan

**Är du med i någon av Musikskolans verksamheter utanför skoltid?**

*Svarsalternativ Ja/Nej*

För att kunna utnyttja hela materialet har därför även deltagande i musikskolan studerats. I kommunerna som har kulturskola betraktas som deltagare i musikskolan de av kulturskolans elever som svarat ja på *musik, lektioner själv* eller *musik, ensemble/orkester/kör*.

Uppgifter om medlemskap i idrottsförening (samt vilka idrottsgrenar ungdomarna ägnar sig åt) har hämtats från följande två frågor:

**Är Du med i någon förening eller klubb?** (Även frikyrkan är en förening)

*Svarsalternativ Ja/Nej*

**Vilken/vilka föreningar eller klubbar är Du med i och vad sysslar Ni med för aktiviteter?**

*Förening/klubb*

*Aktivitet/Idrottsgren*

*Svarsalternativ Namnet på föreningen och idrottsgrenen*

Samtliga enkäter har gått igenom av personer med god kännedom om det lokala föreningslivet. Dessa har dels kontrollerat om det handlar om förening i traditionell mening (i vissa fall har ungdomar angivet verksamheter som gym, teaterskolor, musikskolan osv) och korrigerat svarat på frågan om medlemskap. Därefter har föreningar (sammanlagt 18 huvudkategorier) och enskilda idrottsgrenar kodats.

## **Mått på elevernas sociala bakgrund**

Vid sidan av uppgifter om kön och stadium kontrolleras i analyserna för familjesituation, familjens ekonomiska resurser samt grad av invandraranknytning. Uppgifter om elevernas familjesituation har hämtats från frågan

*Vilka vuxna bor du med?* med svarsalternativen mamma och pappa, endast mamma, endast pappa, mamma och styvfar, pappa och styvmor, ibland mamma/ibland pappa (växelvis boende), annan vuxen, eget boende.

Huvudparten (60-70%) av eleverna bor med bägge sina föräldrar, men andelen minskar tydligt med ökad ålder. Den närmast största gruppen är de som har växelvis boende, en grupp som lika tydligt minskar med ökad ålder. Ser man till de övriga dominerar de som bor med en ensamstående mamma eller med mamma och styvpappa, två grupper som ökar med ökad ålder. På gymnasiet finns också en mindre grupp som har eget boende. Få elever bor med en ensamstående pappa eller med pappa och styvmamma.

Som beskrivning på ungdomarnas sociala bakgrund används *familjens materiella resurser*, vilket innefattar en gruppering i fem grupper med utgångspunkt från familjens boende samt tillgång till bil, båt och sommarstuga (för en närmare diskussion av måttet se Blomdahl & Elofsson, 2006). Grupperingen utgör en hierarki från familjer med mycket små till familjer med mycket stora resurser och ser ut på följande sätt:

***Mycket stora resurser:***

Bor i villa/radhus + bil + båt + sommarstuga

***Stora resurser:***

Bor i villa/radhus/insatslägenhet/andelslägenhet  
+ har två av sommarstuga, båt och bil

***Genomsnittliga resurser:***

Övriga t ex bor i hyreslägenhet + har två av sommarstuga, båt och bil

***Små resurser:***

Bor i hyreslägenhet + har tillgång till ett av sommarstuga, båt och bil

***Mycket små resurser:***

Bor i hyreslägenhet + har ej sommarstuga, båt eller bil

Teoretiskt kan detta mått kopplas till Webers definition av klass, vilket i sin tur kopplas till begreppet livschanser (Weber, 1983). Med ett likartat mått finner Tåhlin en tydlig koppling mellan ekonomiska resurser och flertalet fritids- och kulturaktiviteter även efter kontroll för ålder och socialgrupp (Tåhlin, 1985). Tåhlin har också i senare rapporter visat att individens ekonomiska resurser har en direkt inverkan på både individens fritids- och hälsosituation (Tåhlin, 1987).

En stor grupp av elever (cirka tre fjärdedelar) kommer från familjer med genomsnittliga eller ganska stora resurser. Cirka en femtedel eller något färre kommer från familjer med små eller ganska små resurser. Det är här något vanligare att flickor kommer från familjer med små eller ganska små resurser, något som torde kunna kopplas till att det är något vanligare att de bor med en ensamstående mamma.

Som grund för beskrivningen av invandraranknytning används uppgifter huruvida ungdomarna själva och deras föräldrar är födda i Sverige eller ej. Frågorna har följande formulering:

*Är du (din pappa, mamma) född i Sverige? (Nej/Ja)*

Med utgångspunkt från svaren på dessa tre frågor grupperas ungdomarna i fyra grupper i hierarkisk ordning från ungdomar utan invandraranknytning till ungdomar med stark invandraranknytning på följande sätt (för en närmare diskussion av måttet se Blomdahl & Elofsson, 2006):

*Ungdomar med svenskt ursprung*

Föräldrarna födda i Sverige. Barnet fött i Sverige.

*Ungdomar med svag invandraranknytning* innefattar tre grupper, nämligen

\* Föräldrarna födda i Sverige. Barnet fött utomlands.

\* En av föräldrarna född i Sverige. Barnet fött i Sverige.

\* En av föräldrarna född i Sverige. Barnet fött utomlands.

*Andra generationens invandrare*

Båda föräldrarna födda utomlands. Barnet fött i Sverige.

*Första generationens invandrare*

Båda föräldrarna födda utomlands. Barnet fött utomlands.

Mellan 60-70% har svenskt ursprung, en andel som är lägre på mellanstadiet än på högstadiet och gymnasiet. Mellan 18% (gymnasiet) och 25% (mellanstadiet) har en tydlig invandrarbakgrund. Andelen andra generationens invandrarelever är högre på mellanstadiet än på de båda andra stadierna medan andelen som tillhör första generationens invandrare är något högre på gymnasiet än på de båda övriga stadierna. På samtliga stadier har cirka 15% av eleverna en svagare invandraranknytning, t ex att en förälder är född utomlands eller att de är adoptivbarn.

## **Urval och studiernas genomförande**

Studierna har genomförts i form av enkäter som eleverna fyllt i under lektionstid i skolan. Urvalet av elever har genomförts som ett stratifierat klusterurval där klassen utgör urvalsenhet. Urvalsramen innefattar uppgifter om skola, klassbeteckning och antal elever i klassen. På gymnasiet ingår även uppgifter om program samt antal pojkar och flickor i varje klass. Urvalet omfattar ett lika stort urval av elever i varje årskurs på alla tre stadierna<sup>6</sup> och har genomförts som ett systematiskt urval för att få en god geografisk spridning över skolor (och därmed även olika typer av bostadsområden) samtidigt som hänsyn tas till skolornas storlek. På gymnasiet har eftersträvat att få en fördelning i urvalet mellan naturprogrammet, samhällsvetarprogrammet och övriga program som stämmer med den som gäller för staden i sin helhet. Gruppen "övriga" program har stratifierats så att man skall få en likartad representation av pojk- respektive flickdominerade program. På samtliga stadier ingår såväl privata som kommunala skolor i urvalet.

<sup>6</sup> I studierna från Jönköping ingår endast årskurs 5 på mellanstadiet, årskurserna 7 och 9 på högstadiet samt årskurs 2 på gymnasiet.

## Undersökningsgrupp

I tabell 1 nedan redovisas antalet elever som deltagit i de olika undersökningarna som utgör materialet för rapporten.

**Tabell 1.** Antal elever som besvarat enkäterna efter kön, stadium och ort.

Ort, stad, år	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Stockholm, 2004	#	#	#	#	723	803
Haninge 2008	372	335	377	291	409	351
Helsingborg, 2006	#	#	429	376	423	401
Jönköping, 2006	358	341	634	609	506	453
Jönköping, 2009	372	354	551	574	551	503
Lidingö, 2007	##	##	306	272	238	238
Norrköping, 2008	##	##	610	568	334	328
Totalt	1102	1030	2907	2690	3184	3077

# I denna enkät ingick inte frågan om självskattad hälsa. ## Här gjordes inga studier på mellanstadiet.

Svarsfrekvensen i de olika studier är på mellanstadiet och högstadiet 85 % eller högre (på mellanstadiet oftast högre än 90 %) och på gymnasiet 75% eller högre. Bortfallet innefattar nästan enbart elever som var frånvarande vid den lektion då studien genomfördes (endast ett fåtal närvarande elever har inte besvarat enkäten eller lämnat svar som bedömts som icke seriösa). Antalet elever som besvarat enkäter där frågan om självskattad hälsa ingår är ungefär lika många på högstadiet och gymnasiet men lägre på mellanstadiet, där denna fråga endast ingår i studien från Haninge 2008 och studierna från Jönköping åren 2006 och 2009.

## Statistiska metoder

Resultatredovisningen inleds med en presentation av hur pojkar och flickor på de olika stadierna skattar sin hälsa. Efter detta följer en jämförelse mellan medlemmar och icke medlemmar i idrottsförening respektive deltagare och icke deltagare i kultur-/musikskola, vilket gör det möjligt att studera om de elever som är med i kultur-/musikskolan har en bättre hälsa än övriga elever. Som parallell studeras här också om medlemmar i idrottsförening skiljer sig från övriga elever när det gäller självskattad hälsa. För att få en mer renodlad bild av vilka hälsoeffekter kultur-/musikskolan kan ha kontrolleras därefter för medlemskap i idrottsförening (ett mått på fysisk aktivitet) genom att separera ut en grupp som enbart är med i kultur-/musikskolan. Denna grupp kan sedan jämföras med de som varken är med i kultur-/musikskolan eller är med i idrottsförening. För att ytterligare renodla analysen av kultur-/musikskolans hälsoeffekter avslutas analysen med att studera sambanden med självskattad hälsa efter kontroll för social bakgrund med hjälp av logisk regressionsanalys<sup>7</sup> (Edling & Hedström, 2003).

<sup>7</sup> Logistisk regression används för att studera de direkta sambanden mellan en dikotomiserad (tvådelad) beroende variabel och ett antal "förklaringsvariabler". I analyserna studeras hur olika "förklaringsvariabler" inverkar på den beroende variabeln efter kontroll för övriga variabelers inverkan. Resultaten från en logistisk regression redovisas i form av oddskvoter, vilka anger hur vanligt det är att en viss grupp t ex vill ha satsningar på träffpunkter respektive tycker det är viktigast att träffpunkter placeras i ett visst område i relation till den grupp som används som bas (vilken får oddskvoten=1) efter kontroll för andra variabler. Som resultat redovisas även Pseudo R<sup>2</sup>, vilket är ett uttryck för hur mycket av variationen i den beroende variabeln som tillsammans kan förklaras av de ingående "förklaringsvariablerna".

## Resultat

I tabell 2 redovisas mer allmänt hur eleverna skattar sin hälsa i relation till stadium och årskurs

**Tabell 2. Självskattad hälsa. Andel (%) efter kön och stadium.**

Hälsan är	Mellanstadiet #		Högstadiet ##		Gymnasiet ##	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Bra	68	60	57	43	51	36
Ganska bra	25	34	31	41	33	42
Varken bra eller dålig	5	5	9	13	12	16
Ganska dålig	1	1	2	4	3	5
Dålig	0	0	1	1	1	1

# Ej signifikant skillnad mellan pojkar och flickor; ## Skillnad mellan pojkar och flickor ( $p > 0.001$ );

Huvuddelen av eleverna skattar sin hälsa som bra eller ganska bra. Andelen elever som gör detta minskar tydligt med ökad ålder både bland pojkar och bland flickor men mest tydligt bland flickor. På mellanstadiet är skillnaden mellan pojkar och flickor ganska begränsad även om det finns en tendens till att fler pojkar skattar sin hälsa som bra, flera flickor väljer alternativet ganska bra i stället för bra. På högstadiet och gymnasiet framträder däremot tydligt att pojkar i genomsnitt skattar sin hälsa bättre än vad flickorna gör.

Frågan är då vad det finns för samband mellan medlemskap i idrottsförening respektive deltagande i kultur-/musikskolan och självskattad hälsa. I tabell 3 jämförs elever som är medlemmar i idrottsförening med dem som ej är medlemmar samt de som deltar i kultur-/musikskolan med dem som ej deltar vad gäller andelen som skattar sin hälsa som bra eller ganska bra. För säkerhets skull har analyser även jämförts när det endast gäller andelen som skattar sin hälsa som bra. Dessa resultat redovisas i bilaga, tabell B.1.

**Tabell 3. Andel (%) som skattar sin hälsa som bra eller ganska bra i relation till medlemskap i idrottsförening respektive deltagande i kultur-/musikskola efter kön och stadium.**

Stadium	Kön	Medlem i idrottsförening		Deltar i kulturskolan		Deltar i musikskolan	
		Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja
Mellanstadiet	P	89	96***	93	96	93	95
	F	91	96**	95	94	94	93
Högstadiet	P	80	94***	86	87	88	87
	F	76	91***	81	84	83	84
Gymnasiet	P	77	94***	84	82	84	80
	F	72	89***	77	84*	78	81

+  $p < 0.10$ ; \*  $p < 0.05$ ; \*\*  $p < 0.01$ ; \*\*\*  $p < 0.001$

**Ser man till medlemskap i idrottsförening gäller genomgående, oberoende av stadium och kön att medlemmar i idrottsförening i genomsnitt skattar sin hälsa högre än elever som ej är med i idrottsförening.** Däremot skiljer sig de som deltar i kultur- eller musikskola obetydligt från dem som ej deltar. Endast i ett fall framträder ett tänkbart stöd för att deltagande i kulturskolan skulle kunna leda till bättre hälsa. Bland gymnasieflickorna gäller att de som är med i kulturskolan skattar sin hälsa som bättre än de som ej deltar. Ser man enbart till andelen som skattar sin hälsa som bra försvinner denna skillnad (Bilaga, tabell B.1). Resultaten förändras obetydligt om man endast ser till hur många som skattar sin hälsa som bra (se bilaga, tabell B.1).

Nu kan man kanske säga att dessa senare jämförelser i viss utsträckning är orättvisa eftersom i gruppen som ej deltar även ingår de som är medlemmar i idrottsförening. Det kan ju tänkas att det finns en positiv effekt av deltagandet men att denna är mindre än för idrottsförening fast fortfarande av betydelse. För att analysera detta har jag delat in eleverna i följande fyra grupper (jag har här valt att koncentrera mig till musikskolan eftersom det ger störst underlag för analyserna). Genom denna indelning blir det möjligt att vara för sig studera sambanden med medlemskap i idrottsförening och deltagande i kultur-/musikskola.

- endast medlem i idrottsförening
- medlem i idrottsförening och deltar i musikskolan
- endast deltagande i musikskolan
- övriga

I tabell 4 nedan studeras hur många som skattar sin hälsa som bra eller ganska bra i dessa grupper uppdelat efter stadium och kön. För säkerhets skull har analyser även jämförts när det endast gäller andelen som skattar sin hälsa som bra. Dessa resultat redovisas i bilaga, tabell B.2.

**Tabell 4. Andel (%) som skattar sin hälsa som bra eller ganska bra i relation till medlemskap i idrottsförening och deltagande i musikskola efter kön och stadium.**

Stadium	Kön	Endast medlem i idrottsförening	Medlem i idrottsförening och deltar i musikskolan	Endast deltagande i musikskolan	Övriga
Mellanstadiet	P***	94	91	73	78
	F*	95	96	88	72
Högstadiet	P***	95	91	82	79
	F***	91	88	78	75
Gymnasiet	P***	94	91	73	78
	F***	89	92	74	92

+ p<0.10; \* p<0.05, \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001

Här framträder signifikanta skillnader mellan grupperna i samtliga fall. Skiljelinjen går uppennbart mellan de som är medlemmar i idrottsförening (oberoende av om de deltar i musikskolan eller ej) och övriga. **En klart högre andel av de som är med i idrottsförening skattar sin hälsa som bra eller mycket bra.** I detta fall tycks deltagande i musikskolan ha en begränsad inverkan. Skillnaden mellan de som enbart deltar i musikskolan och de som varken deltar i musikskolan eller är med i idrottsförening är liten och går åt olika håll. En analys av skillnaden mellan endast dessa båda grupper (resultaten redovisas ej) visar också att det inte framträder några signifikanta skillnader mellan dessa båda grupper. Tar vi dessutom hänsyn till att de som deltar i musikskolan i högre utsträckning kommer från familjer med större resurser så kan man konstatera att **det inte finns något stöd för att deltagande i kultur-/musikskola kan kopplas till bättre hälsa.** Mönstret blir likartat om man endast ser till andelen som skattar sin hälsa som bra (bilaga, tabell B.2).

För att ändå studera de skillnader som gäller efter kontroll för social bakgrund presenteras resultat från logistisk regressionsanalys i tabell 5.

**Tabell 5. Andel (%) som skattar sin hälsa som bra i relation till medlemskap i idrottsförening och deltagande i musikskola#. Resultat från logistisk regression efter kontroll för social bakgrund och skolframgång. Oddskvoter och förekomst av signifikanta samband efter kön och stadium.**

Variabel	Mellanstadiet		Högstadiet		Gymnasiet	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Pseudo R <sup>2</sup> (%)	6.8	6.1	11.6	9.2	10.2	8.5
<i>Familjetyp</i>			*	***		+
Båda föräldrar	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Ensamstående mamma	0.50	0.90	0.95	0.40***	1.04	0.84
Ensamstående pappa	>100	>100	0.48*	0.48+	0.61*	0.96
Mamma + annan vuxen	1.17	0.43*	0.72+	0.61**	0.89	0.84
Pappa + annan vuxen	>100	>100	1.82	0.53*	0.99	0.70
Växelvis boende	0.77	0.46*	1.04	0.99	1.08	1.08
Annat			0.34*	0.33*	1.61	0.42**
Ensam					0.83	0.73
<i>Familjens resurser</i>			**			*
Mycket stora	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Stora	0.91	0.83	0.54*	0.86	0.95	0.88
Medel	0.69	0.76	0.48*	0.98	0.89	0.91
Ganska små	0.76	0.93	0.49*	1.08	0.78	0.62*
Små	1.08	1.75	0.20***	1.20	0.62	0.67
<i>Invandraranknytning</i>			+			**
Svenskt ursprung	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Svag	0.81	0.74	0.90	1.03	0.72*	0.91
Andra generation	1.37	1.45	1.45+	0.98	0.90	0.70*
Första generation	2.33	1.14	1.87+	1.45	0.87	1.61**
<i>Medlemskap i IF och deltagande i musikskola</i>	**	+	***	***	***	***
Enbart medlem i IF	2.97***	1.85*	4.36***	3.15***	4.60***	3.05***
Medlem i IF + deltar i musikskola	3.18*	2.06	2.16**	2.37***	2.59*	4.38**
Enbart deltar i musikskola	1.24	0.70	1.21	1.11	0.71	1.09
Övriga	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00

+ p<0.10; \* p<0.05, \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001; Resultaten gäller en analys där kön ingår som beroende variabel. # I de kommuner som har kulturskola de som inom kulturskolan ägnar sig åt musik.

Resultaten visar att elever som är medlemmar i idrottsförening genomgående redovisar bättre hälsa än övriga, andelen som anger sin hälsa som bra eller ganska bra ligger betydligt högre än bland övriga. I de flesta fall, dock inte alltid, gäller också att de som enbart är med i idrottsförening har bäst hälsa. Ser man till gruppen som enbart är med i idrottsförening tycks effekten av detta att vara högre för pojkar än för flickor. Elever som endast deltar i musikskola har inte bättre hälsa än elever som varken deltar i musikskola eller är medlemmar i idrottsförening. **Resultaten stärker alltså i hög grad den redan konstaterade slutsatsen, nämligen att det inte finns något stöd för att deltagande i musikskola kan kopplas till hälsoeffekter** (mätt i form av självskattad hälsa). Däremot finns en mycket tydlig sådan koppling när det gäller medlemskap i idrottsförening.

## Slutdiskussion

Ser man till sambanden mellan självskattad hälsa och medlemskap i idrottsförening stämmer resultaten väl med forskningen som visat att fysisk aktivitet har en klar hälsoeffekt (Brun Sundblad G. 2006). Aktiva i idrottsförening (som i genomsnitt är mer fysiskt aktiva) skattar sin hälsa som bättre än övriga elever. När det gäller hälsoeffekter av deltagande i kulturaktivi-

teter, här representerat av kultur-/musikskola, är som redan påpekats det vetenskapliga underlaget avsevärt svagare. Mycket av argumentering för kulturaktiviteternas effekter bygger på mer allmänna resonemang och den forskning som finns handlar främst om att man kan se ett samband, främst bland vuxna, mellan hälsa och kulturell aktivitet. Det problem som finns i detta sammanhang är svårigheterna att avgöra om det handlar om kausala samband och om detta skulle vara fallet i vilken riktning sambandet går. En tolkning kan vara att kulturell aktivitet är orsaken till hälsan, en annan att påverkan går i motsatt riktning, dvs att friska personer är mer kulturellt aktiva medan "sjuka" personer är mindre aktiva. Ett annat problem är givetvis att avgöra vilken betydelse just kulturell aktivitet har. Det finns flera studier som pekar mot att aktiv fritid kan kopplas samman med bättre hälsa (Konlaan, 2001; Hyypä, 2005). Här handlar det alltså om att separera effekten av kulturella aktiviteter från att man allmänt är aktiv på sin fritid.

**Resultaten av analysen ovan är entydig, det finns inget stöd för att enbart deltagande i kultur- eller musikskolan skulle ha en hälsobringande effekt.** Detta tyder på att det knappast är hållbart att använda hälsoeffekter som ett argument för vikten av att ungdomar skall syssla med kultur, vilket självklart inte hindrar att det kan finnas andra viktiga argument för detta. En kritiker skulle möjligen kunna hävda att det mått vi använt är alltför starkt inriktat mot den fysiska hälsan och att det inte tillräckligt tar hänsyn till andra aspekter av hälsan. Mot detta kan man argumentera att de studier som gjorts kring vad som inverkar på individens bedömning av sin hälsa har visat att denna bedömning inte bara är kopplad till fysisk hälsa utan även har en stark koppling till såväl mentalt som socialt välbefinnande (Undén & Elofsson, 1998). I slutdiskussion menar författarna att självskattad hälsa kan bedömas ligga nära WHO's ofta citerade definition av hälsa "Hälsa är ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte enbart frånvaro av sjukdom och svaghet (WHO, 1946). I det aktuella materialet kan jag också finna en tydlig koppling mellan självskattad hälsa och elevernas skattning av livskvalitet liksom med förekomst av psykosomatiska besvär och användning av lugnande medel, sömnmedel, värktabletter, vilket pekar på att eleverna i sin skattning av hälsa inte enbart kopplar detta till fysiska besvär utan även till mentalt välbefinnande (resultaten redovisas ej). De samband vi i tabell 5 ovan finner mellan självskattad hälsa och familjesituation samt familjens resurser pekar ju också mot att man även tar in socialt välbefinnande i bedömningen. **Det är alltså svårt att finna något stöd för att deltagande i kultur- eller musikskola skulle ha en direkt hälsobringande effekt, vilket givetvis inte är detsamma som att säga att det inte har andra positiva effekter.**

## Referenser

- Blomdahl U, Elofsson S.** *Hur många motionerar/idrottar för lite och vilka är dom? – en studie av den unga befolkningen i Stockholm, Haninge, Helsingborg, Jönköping och Lidingö.* Stockholm stad: Idrottsförvaltningen, forskningsenheten, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete. Stockholm, 2006.
- Brun Sundblad G.** *Perceived health in Swedish school students: a longitudinal prevalence study,* Diss. (sammanfattning) Stockholm: Karolinska institutet, 2006, Stockholm, 2006  
<http://diss.kib.ki.se/2006/91-7140-809-6/>
- Edling C, Hedström P.** *Kvantitativa metoder: grundläggande analysmetoder för samhälls- och beteendevetare.* Lund: Studentlitteratur, 2003.
- Elofsson S.** *Kulturskolan 1998. Kön och social bakgrund.* Stockholm stad: Idrottsförvaltningen, forskningsenheten, Stockholms universitet: Institutionen för socialt arbete. Stockholm, 2009.
- Eriksson, L. Bremberg, S.** *Fritidsaktiviteter bland unga – hälsoeffekter*  
<http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Fritidsaktiviteter-bland-unga--halsoeffekter/>
- Hyypä M T, Mäki J, Impivaara O, Aromaa A.** *Leisure participation predict survival: a population-based study in Finland.* Health Promotion International, Vol 21 No 1, 2005.
- Konlaan B.** *Cultural experience and health: the coherence of health and leisure time activities,* Univ., Diss. Umeå : Univ., 2001,Umeå, 2001
- McKinney C H, Michael H, Kumar M, Tims F C, McCabe P H.** *Effects of guided imagery and music (GIM) therapy on mood and cortisol in healthy adults.* Health Psychology. Vol 16(4), 1997, 390-400.
- Schellenberg E G.** *Music Lessons Enhance IQ.* Psychological Science vol 15(8), 2004, 511-514.
- Statens folkhälsoinstitut.** *Uppslagsverk barn och ungdom.*  
<http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/>
- Tåhlin M.** *Fritid i välfärden: svenska folkets fritids- och kulturvanor.* RSFH:s förl., Stockholm, 1985.
- Tåhlin M.** *Arbetets värde och kostnader: en studie av lönearbetets konsekvenser för individen.* Institutet för social forskning, Diss. Stockholm : Univ., Stockholm, 1987.
- Undén A-L, Elofsson S.** *Självupplevd hälsa. Faktorer som påverkar människors egen bedömning.* Stockholm: Forskningsrådsnämnden, rapport 98:7, 1998.
- Ungdomsstyrelsen** *Ungdomar, fritid och hälsa: en forskningsöversikt om fritidens skydds- och riskfaktorer.* Ungdomsstyrelsen, Stockholm, 2007  
[http://www.ungdomsstyrelsen.se/order\\_item](http://www.ungdomsstyrelsen.se/order_item)
- U.S Department of Health and Human Services.** *Physical Activity and Health: A Report of Surgeon General.* U.S Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Atlanta, 1996.
- Weber M.** *Ekonomi och samhälle: förståendesociologins grunder. 1, Sociologiska begrepp och definitioner. Ekonomi, samhällsordning och grupper.* Lund: Argos, 1983
- World health organisation (WHO)** *Final act of international conference, constitution of organisation, arrangement establishing interim commission, and protocol relating to the international office of public health.* WHO, New York, 1946.

## Bilaga. Samband med andel (%) som skattar sin hälsa som bra.

**Tabell B.1. Andel (%) som skattar sin hälsa som bra i relation till medlemskap i idrottsförening respektive deltagande i kultur-/musikskola efter kön och stadium.**

Stadium	Kön	Medlem i idrottsförening		Deltar i kulturskolan		Deltar i musikskolan	
		Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja
Mellanstadiet	P	64	78***	76	71	73	74
	F	61	67+	65	65	65	63
Högstadiet	P	54	73***	63	62	65	64
	F	45	57***	49	51	50	56
Gymnasiet	P	54	71***	61	60	61	61
	F	41	56***	47	43	47	43

+ p<0.10; \* p<0.05, \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001

**Tabell B.2. Andel (%) som skattar sin hälsa som bra i relation till medlemskap i idrottsförening och deltagande i musikskola efter kön och stadium.**

Stadium	Kön	Endast medlem i idrottsförening	Medlem i idrottsförening och deltar i musikskolan	Endast deltagande i musikskolan	Övriga
Mellanstadiet	P***	78	75	70	63
	F	67	66	58	62
Högstadiet	P***	74	71	55	53
	F***	55	67	40	45
Gymnasiet	P***	71	64	58	53
	F***	57	46	41	41

+ p<0.10; \* p<0.05, \*\* p<0.01; \*\*\* p<0.001