

Summary in English

This thesis focuses on children and adolescents' (hereafter children) participation in physical activity and the importance of the social environment. Children who are physically active obtain health benefits such as low risk of overweight and type 2 diabetes and a range of psychological benefits such as wellbeing and enhanced learning.

Children are involved in a number of social contexts often connected to each other. There is a substantial variation in how much these social contexts facilitate a healthy and varied life. Most children are involved in sport and physical activity on a regular basis but a minority are physically inactive. Involvement in physical activity cannot be separated from the social context; the children grew up in families and involve with friends who exert important influence on the children's perception of what physical activity is and what it is like to participate in physical activity. Although there is abundant research about the importance of social relations for children's physical activity, many important issues remain unknown.

The overall aim of this thesis is to contribute to a deeper understanding of the importance of parents and the school contexts for children's physical activity and physical inactivity. The thesis includes quantitative and qualitative research methods. The theoretical perspective is a combination of critical theory and Berkman et al.'s theory on social relations and health behaviour.

The first study addressed how socioeconomic background influenced children's physical inactivity. Study 1 builds on the Health Behaviour in School-Children study with 6269 11-15-year old participants. The analyses showed that the odds ratio (OR) for physical inactivity was 2.10 (95% CI 1.39-3.18) among children from lower compared to higher social classes. The study also analysed whether negative social relations – in this case exposure to bullying – could explain this association. OR for physical inactivity was 2.27 (1.59-3.26) for children exposed to vs. not exposed to bullying. Exposure to bullying did not explain the social inequality in physical inactivity but there was a statistical interaction between bullying and low social class which suggests that children from lower social classes were more vulnerable to the negative consequences of exposure to bullying.

My next study addressed the importance of social support from parents for children's participation in physical activity. Parents are role models for their children and teach them to be physically active and it is interesting to study whether support from parents may help children to maintain their physical activity throughout adolescence. The study used data from the Schoolchild Study Århus 2008 which included 2100

11-15-year-olds. I examined four kinds of parental social support for physical activity: encouragement, participation together with the children, spectating when the children were physically active and talking about physical activity with their children. All four kinds of social support were significantly associated with the offspring's physical activity level. The pattern of associations, were similar for boys and girls and similar for social support from fathers and mothers.

Building on these observations, I changed my focus to a qualitative study in order to get a deeper insight into the processes which connect social relations and physical activity among children. The study was an almost five month long field study in a seventh grade class which provided a unique insight into the importance of the school context and the participants' reasons for participating or not participating in physical activity. All participants were physically active in their leisure time but this was not obvious in my observations of the children in the school context. The social relations within the group of classmates were of key importance for physical activity during school hours. In particular, fear of exclusion from social activities was a stronger reason for being physically active or inactive than one's own desire and motivation for physical activity. All participating schoolchildren considered themselves to be physically active, regardless of their level of physical activity. Their perception was that they always involved in some kind of meaningful activity. The combination of quantitative and qualitative methods facilitated a deeper and more nuanced insight into children's social relations and physical activity. Further, this combination of methods contributed to a critical reflection about my empirical findings, the applied concepts and the methodological potentials and challenges.

My studies confirm important aspects of Berkman et al.'s theory on social relations and health behaviours, e.g. the importance of social support for being physically active. From a critical psychology perspective, the key concept is *participation*. Participation is an analytical concept which makes us understand why and in which contexts children are more or less physically active. The concept participation makes us see physical activity as a way to participate in the daily life, within and across social contexts. The concept helps us identify aspects of the social context which influence children's physical activity.

The thesis provides important insight into children's social relations and how these relations shape physical activity patterns. It was my intention to present a nuanced discussion about children's physical inactivity which according to the qualitative study is different from not doing anything. The qualitative study suggests that fitting into the social hierarchy in the class is much more important than being physically active. For children who perceive themselves to be excluded from social relations, being physically active appears irrelevant. If the parents provide social support to maintain physical activity, then the children can maintain a

physically active lifestyle outside the school context. My findings suggest that it is important to apply a more nuanced and contextual perspective on social relations within research about health behaviour.

Resumé

Denne afhandling handler om børn og unges deltagelse i fysisk aktivitet og deres sociale omgivers betydning for dette. Børn og unge, der dyrker fysisk aktivitet, har en række sundhedsmæssige fordele som for eksempel lav risiko for overvægt og type 2 diabetes. Men derudover er der en række psykiske fordele såsom højere trivsel og bedre indlæring.

Børn og unge indgår i mange forskellige kontekster, og alle kontekster har betydning for hinanden. Nogen børns grundlæggende forudsætninger er bedre end andres, idet de vokser op i nogle omgivelser der i højere grad er med til at facilitere et sundt og varieret liv. De fleste børn dyrker sport og fysisk aktivitet regelmæssigt. Alligevel er der et stabilt mindretal af børn og unge, der ikke dyrker fysisk aktivitet. Det at være fysisk aktiv kan ikke adskilles fra den sociale kontekst som vi indgår i. Børnene vokser op i familier og introduceres til venner, der må tænkes at have stor betydning for børns og unges forståelse af hvad det vil sige at deltage i fysisk aktivitet. Selvom der findes en solid og omfangsrig litteratur om sociale relationers betydning for fysisk aktivitet, er der stadig mange uafklarede områder der kan belyses.

Det overordnede formål med denne ph.d.-afhandling har været, at bidrage til en øget forståelse for forældre og skolens betydning for børns og unges fysisk aktivitet og fysisk inaktivitet. Afhandlingen bygger på både kvantitative og kvalitative forskningsmetoder. Afhandlingens teoretiske grundlag er kritisk psykologi samt Berkman et al.'s teori om sociale relationers betydning for sundhedsadfærd.

Det første studie sætter fokus på de socioøkonomiske vilkår som børnene vokser op i og hvilke betydning det har for børns og unges fysiske inaktivitet. Studie 1, som bygger på Skolebørnsundersøgelsen med 6269 11-15-årige, viser at odds ratio (OR) for at være fysisk inaktiv er 2.10 (95 % sikkerhedsinterval 1.39–3.18) blandt børn i lavere sammenlignet med højere socialgrupper. Især sætter jeg fokus på om negative sociale relationer i form af eksponering for mobning kan forklare denne sammenhæng. De børn, der bliver mobbet, har en højere risiko for at være fysisk inaktive, OR = 2.27 (95 % SI 1.59–3.26). Mobning synes ikke at forklare sammenhængen mellem socialgruppe og fysisk inaktivitet. Dog ser det ud til at social position modificerer sammenhængen mellem mobning og fysisk inaktivitet, idet børn fra familier med lav socialgruppe er ekstra sårbare overfor de negative konsekvenser af mobning.

Dernæst flytter jeg fokus og studerer betydningen af støtte fra forældre for børns og unges fysiske aktivitet. Forældrene er dem der som rollemodeller introducerer børn og unge til det at være fysisk aktive. Som børnene vokser op og bliver teenagere med større autonomi, er det interessant at undersøge om støtte fra forældrene fortsat fastholder de unge i gode fysisk aktivitetsvaner. Studiet bygger på data fra Skolebørnsundersøgelsen Århus 2008 med 2100 11-15-årige deltagere. Studiet definerer fire former for social støtte: Opmuntring, deltagelse, kigge på og tale med børnene om fysisk aktivitet. Alle fire former for

social støtte viser en klar og signifikant sammenhæng de unges fysiske aktivitetsniveau. Om støtten kom fra mor eller far havde ingen betydning, og resultaterne var ensartede for piger og drenge.

Med den erfaring i rygsækken flyttede jeg fokus til at studere fænomenet børn og unges fysiske inaktivitet og sociale relationer kvalitativt for at få en dybere forståelse for de processer, som frembringer de statistiske sammenhænge. Via en næsten fem måneder lang feltundersøgelse i en syvendeklasse fik jeg et unikt blik ind i skoleverden og de unges begrundelser for at deltage eller ikke deltage i fysisk aktivitet. Jeg fandt, at alle eleverne var meget fysisk aktive i deres fritid, men at den aktivitet var svær at se i skolekonteksten. Det var helt centralt for de unge at være socialt sammen med venner. Dette er en af de vigtigste grunde til at deltage i sport og fysisk aktivitet uden for skoletiden. Men samtidig bliver de sociale relationer til de andre i klassen lige så bestemmende for, om man er fysisk aktiv i skoletiden. Angsten for at blive ekskluderet fra de sociale sammenhænge fylder mere end ønsket om at forfølge ens egen motivation for fysisk aktivitet. Ligeledes fandt jeg, at eleverne aldrig anså sig selv som fysisk inaktive, i det de altid deltager i aktiviteter med et mål og mening.

Den kombinerede tilgang med kvalitative og kvantitative metoder muliggjorde en dyberegående og nuanceret undersøgelse af børn og unges sociale relationer og fysiske inaktivitet og bidrog desuden til en kritisk refleksion over de empiriske fund, de anvendte teoretiske begreber og de metodiske potentialer og udfordringer.

Afhandlingen bekræfter væsentlige sider af Berkman et al.'s teori om sociale relationers betydning for sundhedsadfærd, for eksempel den stærke sammenhæng mellem social støtte og fysisk aktivitet. Ud fra et kritisk psykologisk perspektiv er nøglebegrebet *deltagelse*, et analytisk begreb, der skal hjælpe med at forstå, hvorfor og i hvilke sammenhænge børn og unge er mere eller mindre aktive. Det handler om at forstå fysisk aktivitet som deltagelse i det daglige liv, i en konkret kontekst og på tværs af kontekster. Begrebet hjælper til at rette blikket mod det der i den sociale kontekst og de betingelser, som former børn og unges fysiske aktivitet.

Afhandlingen giver en vigtig indsigt ind i børn og unges sociale relationer og relationernes betydning for det at være fysisk inaktivitet. Jeg har forsøgt at nuancere diskussionen om børn og unges fysiske inaktivitet til andet end det ikke at lave noget. Indsigten fra det kvalitative studie om hvordan det at passe sin plads i det sociale hierarki giver god mening, når vi ser resultaterne fra det første studie. Hvis de unge allerede føler sig ekskluderet fra de sociale relationer, bliver det at være fysisk aktiv irrelevant. Men hvis ens sociale relationer i hjemmet er aktivt deltagende og fastholder eleverne i aktiviteterne, kan eleverne have et aktivt liv uden for

skolekonteksten. Mine fund bekræfter, at det er væsentlig at anvende en mere nuanceret og kontekstuel forståelse af sociale relationer inden for forskning om sundhedsadfærd.