

4.7 Barrierer for at være fysisk aktiv i fritiden



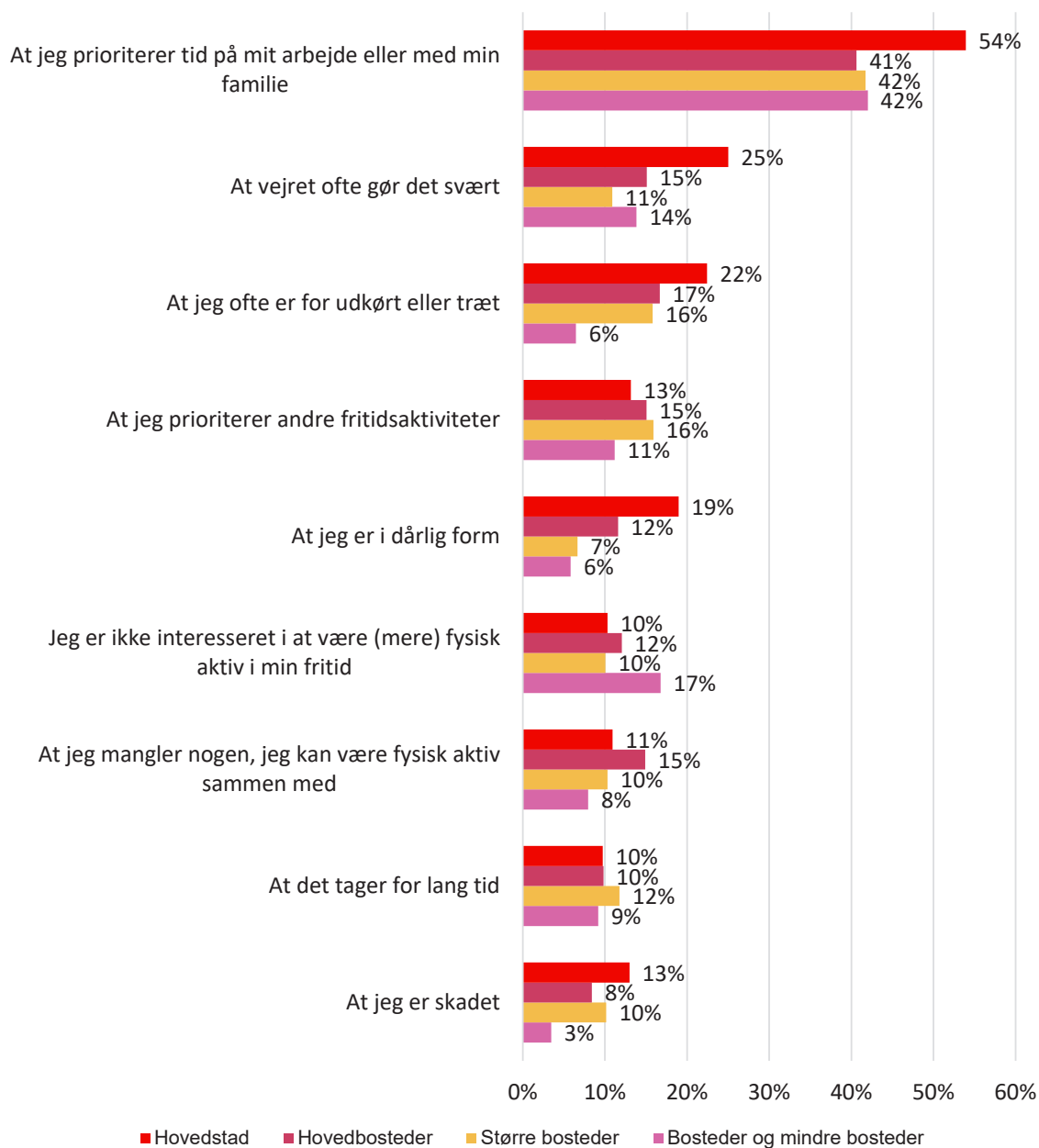
Lige som at de oplevede muligheder for at være fysisk aktiv har en betydning for om, hvordan og hvor ofte vi bevæger os, så er de oplevede barrierer for at være (mere) fysisk aktiv også af betydning for vores bevægelsesvaner og fysisk aktivitet. I dette afsnit ser vi nærmere på, hvad der afholder voksne i Grønland fra at være (mere) fysisk aktiv i deres fritid. Dette er gjort ved at se på barriereudsagn, som i særlig grad angives af voksne i Grønland. Dertil ser vi på, hvordan fordelingen af centrale barrierer ser ud på tværs af aldersgrupper, bostedstyper og beskæftigelsesgrupper. Et udvalg af relevante barrierer er præsenteret i figurer nedenfor. Den komplette liste af resultater af forhold, der afholder voksne i Grønland fra at være (mere) fysisk aktiv i fritiden, kan ses i tabel 17 i bilag.

Blandt de tre barrierer, der er de mest hyppige i Grønland, viser analysen (figur 29), at det især er i Nuuk, at voksne angiver disse barrierer. Lidt over halvdelen af voksne i Nuuk (54 pct.) angiver 'at jeg prioriterer tid på arbejde eller med min familie', mens hhv. 25 pct. og 22 pct. angiver 'at vejret ofte gør det svært', og 'at jeg ofte er for udkørt eller træt'. Dertil er det værd at bemærke, at for de ni præsenterede udsagn om barrierer, finder vi en generel tendens til, at voksne bosiddende i bosteder og mindre bosteder angiver færre barrierer og generelt ligger under landsgennemsnittet. Denne tendens understreges delvist også af den relativt større andel af voksne bosiddende i bosteder og mindre bosteder, som angiver, at de ikke er interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i fritiden (17 pct. over for hhv. 10 pct., 12 pct. og 10 pct.).

Ser vi nærmere på, hvilken sammenhæng der er mellem alder og oplevelsen af barrierer for at være (mere) fysisk aktiv, så viser der sig også interessante forskelle (se figur 30). Det ses fx, hvorledes tid ('at jeg prioriterer tid på mit arbejde eller med min familie') er et forhold, der i højere grad opleves som en barriere blandt 25-34-årige, 35-44-årige og 45-59-årige i sammenligning med de unge og de ældre. Ligeledes er andelen, som angiver 'at det tager for lang tid' som en barriere for at være mere fysisk aktiv i fritiden, en anelse højere i de samme tre aldersgrupper. Endelig viser analysen også, at voksne på 25-34 år og 35-44 år i højere grad angiver, 'at de ofte er for udkørte eller trætte' som en barriere.

Anderledes er det for gruppen på 60 år og ældre. Her er det i højere grad fysisk form, der opleves som en barriere. Det kommer til udtryk ved, at andelen, der angiver, 'at jeg er i dårlig form', og 'at jeg er skadet', er højere blandt borgere på 60 år og ældre i sammenligning med de øvrige aldersgrupper. Blandt de unge, 15-24-årige og 25-34-årige, viser analysen, at især 'at jeg mangler nogle jeg kan være fysisk aktiv sammen med', er en barriere for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden.

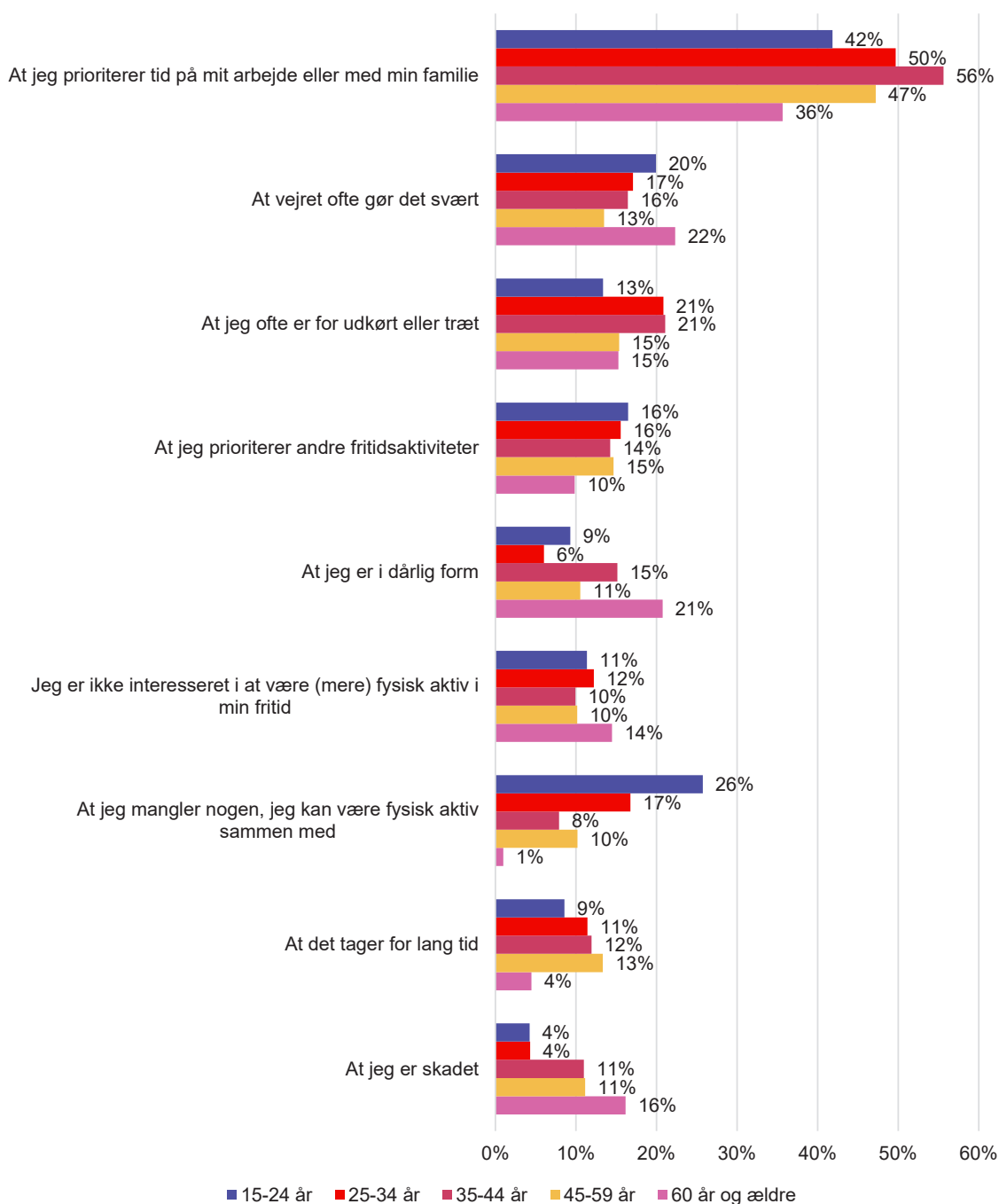
Figur 29 – Andelen af voksne i Grønland som angiver følgende forhold som barriere for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden, fordelt på fire bostedstyper.



n=959

Deltagerne i undersøgelsen havde mulighed for at angive et eller flere forhold. Aktuelt er de ni forhold, som flest i Grønland angiver som oplevede barrierer, præsenteret her. Spørgsmålet der blev besvaret lyder: 'Hvad afholder dig fra at være (mere) fysisk aktiv i din fritid?'

Figur 30 – Andelen af voksne i Grønland som angiver følgende forhold som barriere for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden, fordelt på aldersgrupper.



n=959.

Deltagerne i undersøgelsen havde mulighed for at angive et eller flere forhold. Aktuelt er de ni forhold, som flest i Grønland angiver som oplevede barrierer, præsenteret her. Spørgsmålet der blev besvaret lyder: 'Hvad afholder dig fra at være (mere) fysisk aktiv i din fritid?'

Analysen af barriererne for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden, som de forskellige beskæftigelsesgrupper angiver, viser nogle interessante forskelle (se figur 31). Voksne i job som ufaglært angiver i lavere grad, 'at jeg ofte er for udkørt eller træt', 'at jeg er i dårlig form', og 'at jeg er skadet' i sammenligning med de øvrige beskæftigelsesgrupper. Derimod er der en anelse flere i job som ufaglært, der angiver, 'jeg er ikke interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i fritiden', mens andelen, som angiver denne barriere, er lavest blandt personer i job med mellemlang eller lang videregående uddannelse. I forlængelse af dette viser analysen også, at den største andel, som angiver, 'at jeg ofte er for udkørt eller træt', er voksne i job med en mellemlang eller lang videregående uddannelse.

Som en del af undersøgelsen og analyserne er der udført logistiske regressionsanalyser for 22 udsagn, som er valgt/ikke valgt af respondenterne i undersøgelsen. Disse udsagn og analyserne heraf viser, hvorfor voksne i Grønland afholder sig fra at være (mere) fysisk aktiv i fritiden. Udvalgte resultater fra analyserne præsenteres i det følgende (for yderligere resultater se tabel 20a, 20b, 20c og 20d i bilag).

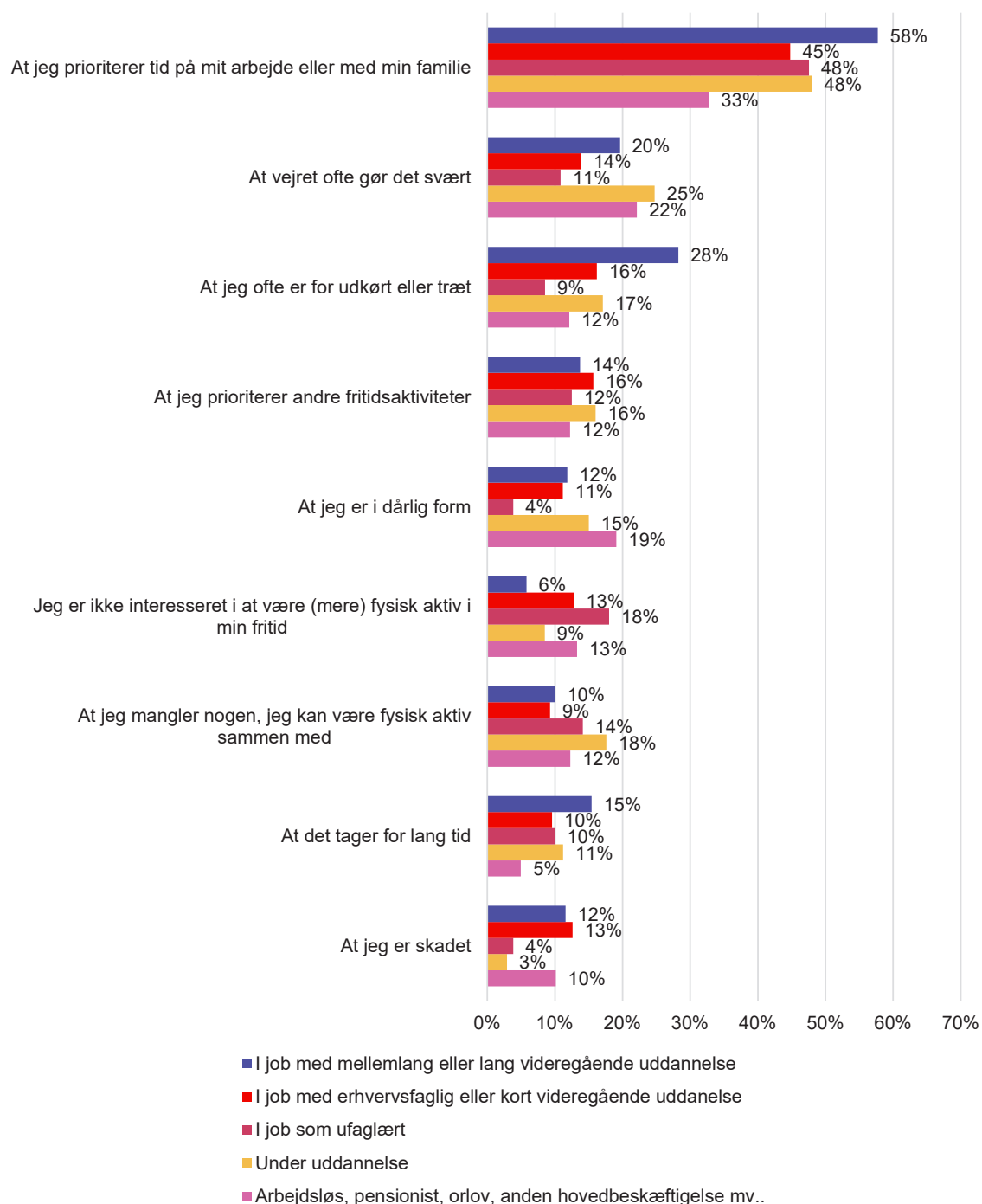
Flere mænd end kvinder angiver følgende barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden. 'At det tager for lang tid', 'at jeg har et handicap eller en kronisk sygdom' samt 'at vejret ofte gør det svært'. Dertil viser analysen, at mænd i højere grad end kvinder angiver, 'at jeg ikke er interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i fritiden'. Omvendt viser analysen, at mænd i Grønland i mindre grad end kvinder oplever følgende barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden: 'At jeg er bekymret for at blive skadet', 'at jeg er bekymret for ikke at passe ind', 'at jeg mangler faciliteter og egnede steder til at være fysisk aktiv', 'at jeg ikke kan praktisere de aktiviteter, jeg gerne vil, der hvor jeg bor' og 'at jeg ikke har kunne finde en aktivitet, som passer til mig'.

Kigger vi på alder og forskelle i oplevelsen af barrierer på tværs af aldersgrupper, så viser undersøgelsen, at sandsynligheden for, 'at jeg har et handicap eller en kronisk sygdom', 'at jeg er i dårlig form' og 'at jeg er skadet' opleves som barrierer, er væsentligt højere blandt voksne på 60 år og ældre sammenlignet med de 15-24-årige. Barrieren 'at jeg mangler nogle at være fysisk aktiv sammen med', 'at jeg er bekymret for ikke at passe ind', og 'at jeg mangler faciliteter eller egnede steder til at være fysisk aktiv' opleves i væsentlig mindre grad blandt de 45-59-årige og 60-årige og ældre sammenlignet med de 15-24-årige. Det er altså tre barrierer, som i væsentlig højere grad opleves blandt unge end blandt midaldrende og ældre i forhold til at være (mere) fysisk aktiv i fritiden.

Analyserne påviser også barrierer som i varierende grad er udbredt blandt voksne fra de fire forskellige bostedstyper. Analysen finder en lavere sandsynlighed for, at voksne i 'hovedbosteder' og 'større bosteder' angiver, 'at jeg prioriterer tid på mit arbejde eller med min familie' som en barriere for at være fysisk aktiv i fritiden sammenlignet med voksne fra 'hovedstaden'.

Analysen finder også, at der er en væsentlig lavere sandsynlighed for, 'at jeg har et handicap eller kronisk sygdom', samt 'at jeg er i dårlig form' opleves som barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden blandt voksne fra hovedbosteder, større bosteder samt bosteder og mindre bosteder i sammenligning med hovedstaden. 'At de aktiviteter, jeg gerne vil gå til, er for dyre', samt 'at vejret ofte gør det svært' er ligeledes barrierer, som i mindre grad opleves

Figur 31 – Andelen af voksne i Grønland som angiver følgende forhold som barriere for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden fordelt ved beskæftigelsestype.



n=959

Deltagerne i undersøgelsen havde mulighed for at angive et eller flere forhold. Aktuelt er de ni forhold, som flest i Grønland angiver som oplevede barrierer præsenteret her. Spørgsmålet, der blev besvaret, lyder: 'Hvad afholder dig fra at være (mere) fysisk aktiv i din fritid?'

blandt voksne i hovedbosteder, større bosteder samt bosteder og mindre bosteder sammenlignet med voksne i hovedstaden. Omvendt viser analysen, at en større andel af voksne i større bosteder samt bosteder og mindre bosteder angiver, 'at jeg ikke kan praktisere de aktiviteter, jeg gerne vil, der hvor jeg bor', end borgere i hovedstaden angiver som en barriere.

Den oplevede barriere, 'at de aktiviteter, jeg gerne vil gå til, er for dyre', angives i væsentlig mindre grad af voksne i arbejde med erhvervsfaglig eller kort videregående uddannelse samt af voksne i arbejde med mellemlang eller lang videregående uddannelse i sammenligning med voksne i arbejde som ufaglært. Dertil er sandsynligheden for, 'at jeg er i dårlig form', samt 'at vejret ofte gør det svært' opleves som barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden væsentligt større blandt 'personer under uddannelse' og 'personer udenfor job eller uddannelse (pensionister, folk på orlov, kontanthjælp mv.)' i sammenligning med voksne 'i arbejde som ufaglært'.