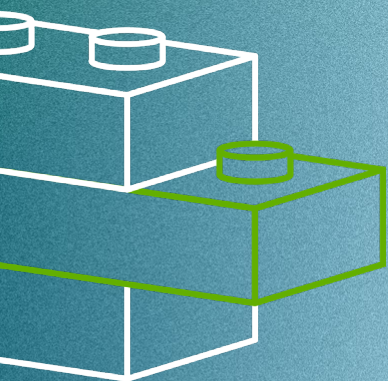


FLERE UNGE MED I FRIVILLIG- FÆLLESSKABERNE

- Barrierer og muligheder for deltagelse



INDHOLD

Forord	3
Hovedkonklusioner	4
Bag om undersøgelsen	5
Datagrundlag	5
Definition af frivillighed og foreningsdeltagelse	5
Læsevejledning	5
Tema 1: Forståelsen af frivillighed og foreningsliv	7
Profiler blandt de 16-30-årige	8
Hvorfor frivillighed og foreningsdeltagelse?	10
Forståelser af frivillighed og foreningsdeltagelse set fra unges perspektiv	12
Rollen som frivillig vs. rollen som deltager	12
Deltagelse som trappe til frivillighed	13
Frivillighed som en overskudsmarkør	13
Betydningen af begreberne frivillighed og foreningsdeltagelse	14
Tema 2: Barrierer for deltagelse	15
Barrierer i tal	16
Ti barrierer for deltagelse og engagement som frivillig	18
1. Prioriteringskonkurrencen	20
2. Lønnet arbejde	20
3. Uklart udbytte	21
4. Forpligtelse og binding	21
5. Manglende viden om vejen ind	22
6. Usikkerhed over at indgå i nye sociale sammenhænge	22
7. Alder – frivillighed er primært for ældre mennesker	23
8. Social mæthed	23
9. Transport og afstand	24
10. Renommé – jævnaldrendes syn på frivillighed	24
Tema 3: Pejlemærker og unges perspektiver på inddragelse	25
Hvornår er noget interessant? Fire pejlemærker	26
Socialt samvær	26
Personlig udvikling/mestring af evner	26
Et frirum	27
Interesser, der matcher livsfaser	27
Unge gode råd: Få flere med i fællesskaberne	28
Den direkte invitation	28
Klarhed og gennemsigtighed	28
Det nære netværk som indgang og social sikkerhed	29
Afprøvning af aktiviteter	29
Synlighed og fysisk tilstedeværelse	30
Incitamenter og en oplevelse af at "få noget ud af det"	30
Indflydelse	31
Hvordan har vi gjort?	32
Fokusgruppeinterviews	32
Kvantitative data	32
Desk research	33

FORORD

Kære læser,

Unge deltager i foreninger og fællesskaber på mange forskellige måder, og deres engagement har betydning, både for dem selv, for fællesskaberne og for samfundet omkring dem. Men ikke alle unge har erfaring med at deltage. For nogle kan det være uklart, hvor man starter, eller hvad man kan få ud af det.

Denne undersøgelse er en del af projektet BÆREKRAFT - Sammen om et levende foreningsliv, som DUF gennemfører i samarbejde med CFSA og med støtte fra Nordea-Fonden.

“Vi er meget taknemmelige for, at Nordea-Fonden har gjort det muligt at sætte fokus på de unge, som endnu ikke har fundet vej ind i foreningslivet. For vi ved, at fællesskaberne spiller en afgørende rolle – både for unges trivsel og for et levende demokrati. Derfor er det vigtigt, at endnu flere unge får mulighed for at opleve, hvad det vil sige at være en del af et fællesskab, hvor man både kan høre til, engagere sig og gøre en forskel.” udtaler Annelise Larsen, forperson for DUF.

Selvom vi allerede ved meget om unge, der deltager aktivt i foreninger, ved vi mindre om unge uden erfaring med foreningslivet, og netop deres perspektiver sætter vi her fokus på.

Med afsæt i perspektiver fra unge uden tidligere erfaring giver denne undersøgelse indsigt i, hvilke barrierer der kan stå i vejen for unges deltagelse som frivillige og aktive, hvad der vækker interesse, og hvad der kan gøre det muligt for flere at finde vej ind i foreningslivet.

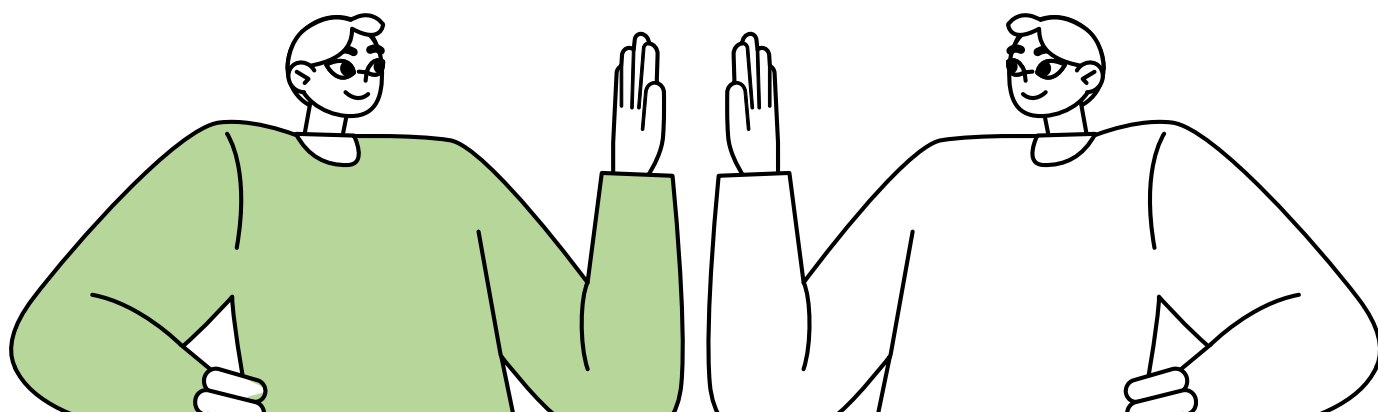
Noget af det vi særligt hæfter os ved, er behovet for tydelige og tilgængelige veje ind i foreningslivet. Undersøgelsen peger nemlig på, at interessen for at deltage ikke nødvendigvis mangler, men at det kræver, at mulighederne er til at få øje på, og at det er tydeligt, hvad det vil sige at blive del af et givent fællesskab. Unge vil gerne engagere sig frivilligt og indgå i foreningslivets fællesskaber, men manglende erfaring og kendskab betyder, at der er behov for mere tydelighed omkring udbyttet. Et udbytte, der ikke behøver at være hverken materielle goder eller erfaringer til CV'et, men som kan være dét at have det sjovt med andre unge, føle sig som del af et fællesskab eller få oplevelsen af at gøre en forskel.

Med denne analyse håber vi at inspirere til handling og dialog. Vi ønsker at bidrage til, at flere unge får mulighed for at blive en del af fællesskaber, hvor de kan engagere sig, skabe relationer og få erfaringer, der rækker ud over den enkelte.

Rigtig god læselyst!

Med venlig hilsen,

**Dansk Ungdoms Fællesråd
og Center for Frivilligt Socialt
Arbejde**



HOVED- KONKLUSIONER

Unge efterlyser en direkte invitation.

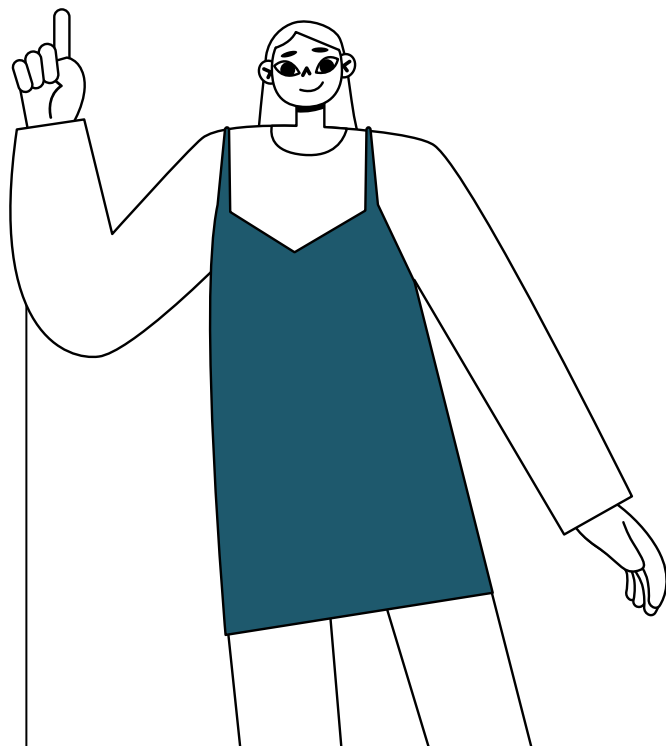
Undersøgelsen peger på, at det ikke altid er tydeligt, hvordan man bliver en del af foreningslivet. Blandt unge på 16-30 år, der aldrig har været frivillige, svarer 82 %, at de aldrig er blevet spurgt om at engagere sig, og 43 % oplever netop det som en barriere. Derfor er den direkte og personlige invitation vigtig, hvis flere unge skal se sig selv tage det første skridt ind i foreningslivet.

De største barrierer handler om praktik og usikkerhed.

Undersøgelsen viser, at tid, prioritering og forpligtelser og det at træde ind i noget nyt og ukendt, er de hyppigste barrierer for deltagelse. Unge fremhæver på baggrund af dette, at det gør en forskel, når foreninger er synlige og tilgængelige dér, hvor deres hverdag foregår.

Udbyttet skal stå klart.

Når unge ikke har erfaring med frivillighed, bliver det ekstra vigtigt, at man tydeligt kan se, hvad de får ud af at engagere sig. Udbyttet handler både om, hvad man konkret får med, men også om relationer og oplevelsen af mening. Derfor bliver klarhed om "hvad man får ud af det" vigtigt for unges deltagelse.



Relationer kan være vejen ind.

Mange unge har allerede et stærkt socialt netværk gennem venner, skole, uddannelse eller arbejde, men de nævner også, at det er netop disse relationer, der gør aktiviteter interessante. For unge, der endnu ikke har erfaring med foreningsliv, kan de nære relationer derfor være vejen ind.

Hvad vil det sige at være frivillig?

Flere unge peger på, at begrebet frivillighed kan være svært at spejle sig i, og at unge oftere identificerer sig med handlingen og det, man gør, end med mærkaten "frivillig". Hvis flere unge skal kunne genkende sig i rollen, bliver det derfor afgørende, at foreninger tydeliggør, hvad frivillighed betyder hos dem, og ikke mindst, hvordan man "er frivillig" i praksis.

BAG OM UNDERSØGELSEN

Denne undersøgelse er udarbejdet som en del af projektet BÆREKRAFT – sammen om et levende foreningsliv, der overordnet handler om at styrke bæredygtige frivilligmiljøer i foreningslivet. Bæredygtige frivilligmiljøer skal forstås som frivilligfællesskaber og foreninger, der kan bære sig selv over tid, uden at udmatte de ressourcer, der er til stede – og hvor det samtidig er bæredygtigt for den enkelte at engagere sig. En forudsætning for at skabe bæredygtige frivilligmiljøer er at sikre fødekæden, så nye kommer til, når erfarne stopper eller ønsker at skrue ned for deres engagement. Derfor har projektet især fokus på at forstå, hvordan foreninger på tværs af det sociale, kulturelle, folkeoplysende og idrætsområdet arbejder med at inddrage unge samt, ikke mindst, hvordan øget netværksdannelse på tværs af områder kan styrke ungeinddragelsen bredt set i civilsamfundet. Ungemålgruppen er i projektet defineret som personer mellem 16 og 30 år.

Undersøgelsen indgår i BÆREKRAFT for at adressere et centralt vidensbehov: Der findes meget viden om unge, der engagerer sig som frivillige, mens der mangler viden fra unge, der ikke i forvejen er frivilligt engagerede eller har tidligere erfaringer med frivillighed og engagement i foreningsliv. Med afsæt i perspektiver fra unge uden erfaring med frivillighed og foreningsdeltagelse skal undersøgelsen derfor bidrage til at underbygge udviklingen af indsatser, der kan reducere barrierer og øge deltagelsen blandt unge.



DATAGRUNDLAG

Undersøgelsen bygger på tre datakilder, der tilsammen giver både et bredt statistisk overblik og et dybt indblik i unges perspektiver. Det er sidstnævnte, der vægter tungest i undersøgelsen og ligeledes bidrager med nye perspektiver, nuancer og indsigter i forhold til engagementet blandt de 16-30-årige:

Frivillighedsundersøgelsen 2024 fra Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE): Kvantitative data fra den brede danske befolkning med fokus på frivilligt engagement samt barrierer for ikke at udføre frivilligt arbejde.

I denne sammenhæng er data segmenteret på aldersgruppen 16 til 30 år.

Ungeanalysen 2025 fra Dansk Ungdoms Fællesråd (DUF): Kvantitative data indsamlet blandt unge, der er aktive i DUF's medlemsorganisationer. Data fra ungeanalysen belyser unges deltagelse i og relation til forenings- og samfundsliv.

To fokusgruppeinterviews med unge i målgruppen 16 til 30 år, der ikke allerede er frivillige eller foreningsaktive, for at få unges egne ord på barrierer og muligheder for engagement.

DEFINITION AF FRIVILLIGHED OG FORENINGSDELTAGELSE

Projektet BÆREKRAFT arbejder med et bredt fokus på foreningsliv og frivilligt engagement, hvilket også afspejler sig i undersøgelsen af unges forståelser af barrierer og muligheder for at engagere sig. Det betyder i praksis, at der skelnes mellem to beslægtede, men forskellige begreber:

Frivillighed forstås som både frivilligt engagement og frivilligt arbejde, dvs. at bidrage med tid og indsats uden løn, typisk i en organiseret ramme som en forening eller NGO. I VIVE's frivillighedsundersøgelse spørges der specifikt til "frivilligt arbejde", derfor vil resultater på baggrund af VIVE's data afspejle dette. DUF's medlemsorganisationer taler sjældent om frivillighed som "arbejde", men nærmere som engagement eller aktiv deltagelse. Erfaringen fra Center for Frivilligt Socialt Arbejde (CFSA) er også, at frivillighedsbegrebet anvendes til at favne mange forskellige former for engagement i civilsamfundet. Derfor forsøger vi at favne en bred forståelse af frivillighed i undersøgelsen og BÆREKRAFT-projektet.

Foreningsdeltagelse forstås som at være medlem af og/eller deltage aktivt i foreningsaktiviteter, uden at det nødvendigvis indebærer, at man løfter frivillige opgaver. Dette perspektiv kobler sig særligt til unges deltagelse i foreningslivet mere bredt og ofte relateret til udøvelse af en aktivitet i foreningsregi.

Denne begrebsmæssige skelnen er vigtig, fordi unge kan være deltagere i foreningslivet uden at være frivillige, og fordi veje ind i engagement kan gå fra deltagelse til mere ansvar over tid, fx som frivillig. Samtidig hjælper denne skelnen med at læse og sammenholde de tre datakilder, som ikke nødvendigvis spørger identisk, men tilsammen belyser frivillighed, frivilligt arbejde og foreningsdeltagelse fra forskellige vinkler.

LÆSE-VEJLEDNING

Undersøgelsen er bygget op om tre temaer, som tilsammen belyser forståelser, barrierer og muligheder for inddragelse af unge i alderen 16 til 30 år, der ingen eller minimal erfaring har med frivillighed og foreningsdeltagelse.

Tema 1 belyser, hvordan 16-30-årige uden eller med minimal erfaring forstår frivillighed og foreningsdeltagelse, og hvilke forestillinger om engagement de knytter til begreberne.

Tema 2 samler de væsentligste barrierer, som ungemålgruppen peger på i forhold til at engagere sig.

Tema 3 vender perspektivet og præsenterer forskellige gode råd og greb til, hvordan foreninger og organisationer kan gøre frivillighed og foreningsdeltagelse mere tilgængelig for 16-30-årige uden eller med minimal erfaring.

De tre temaer kan læses hver for sig, men udgør også en kronologi, der kobler forståelserne til barrierer, for til sidst at præsentere grebene til bedre inddragelse.



FORSTÅElsen AF FRIVILLIGHED OG FORENINGSLIV

– TEMA 1 –

A decorative white line graphic consisting of a large, sweeping curve that starts from the right side, loops back to the left, and then curves back to the right, creating a sense of movement and flow.

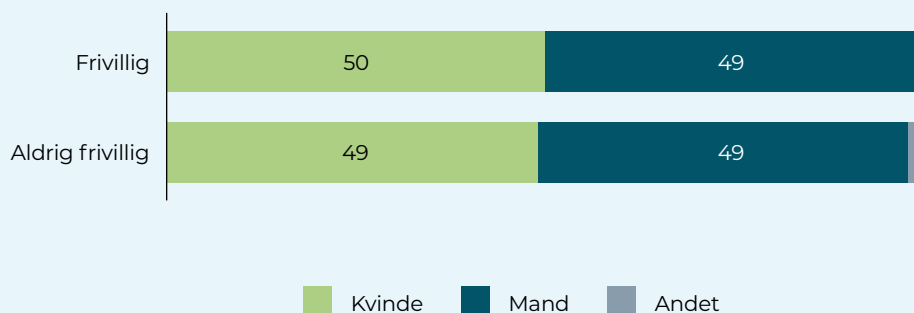
PROFILER BLANDT DE 16-30-ÅRIGE

Ifølge VIVE's frivillighedsundersøgelse svarer 33 procent af de 16-30-årige på landsplan, at de aldrig har udført frivilligt arbejde.

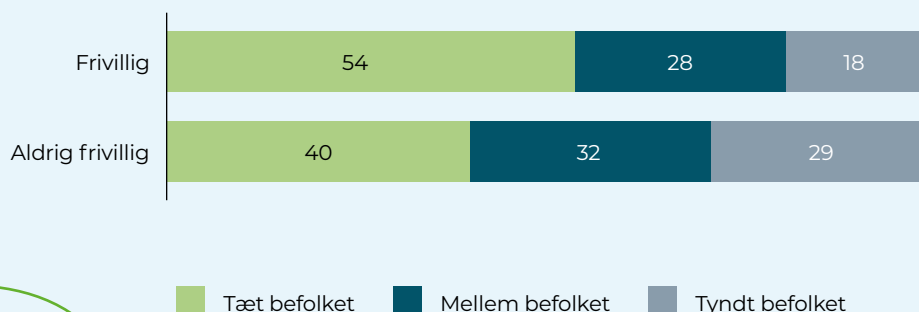
Tallene nedenfor kan give indikationer på, hvor gruppen af unge, der aldrig har været frivillige, befinder sig, og hvordan de adskiller sig fra gruppen af unge, der er frivilligt

engageret. Vi ser blandt andet, at gruppen, der aldrig har været frivillige, i højere grad er til stede i landområderne, er på arbejdsmarkedet frem for under uddannelse og har en baggrund med grundskole eller erhvervsfaglig uddannelse som højest gennemførte uddannelse, sammenlignet med gruppen af frivillige.

Kønsfordeling

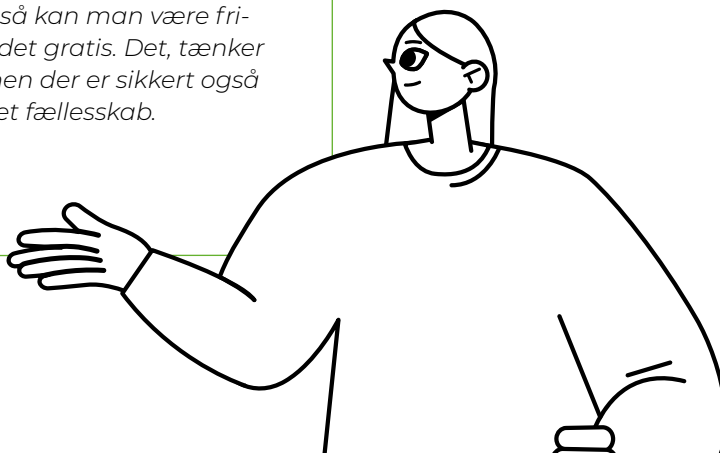


Urbaniseringsgrad

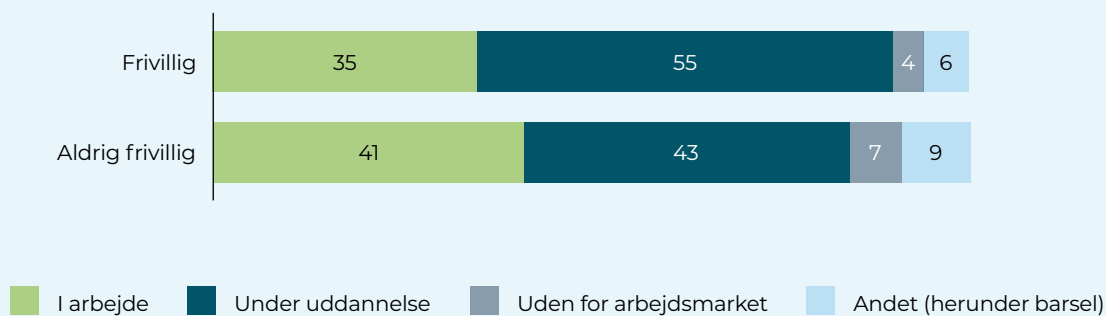


Altså jeg har ikke selv prøvet det [red. frivillighed], men der er nogle af mine veninder, som fx ikke vil købe festivalbilletterne, men så kan man være frivillig, og så får man ligesom det gratis. Det, tænker jeg, der er mange, der gør, men der er sikkert også mange, der gør det for at få et fællesskab.

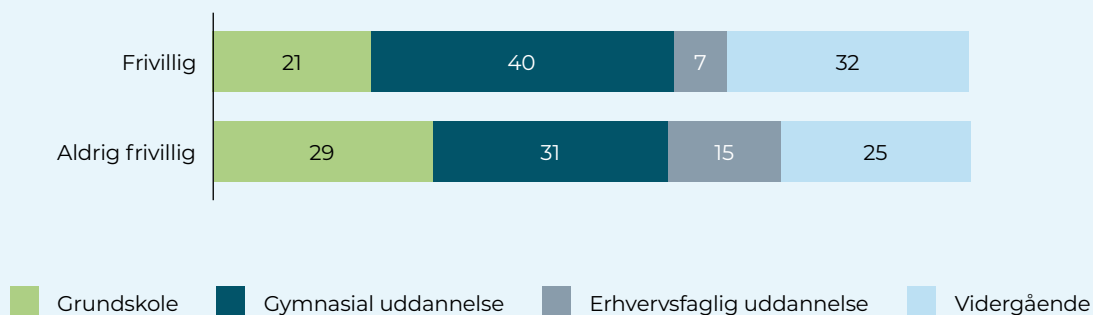
Kvinde, 21 år



Beskæftigelse



Uddannelsesniveau



Frivillighedsundersøgelsen 2024, VIVE. N = 2553

HVORFOR FRIVILLIGHED OG FORENINGSDELTAGELSE?

Et væsentligt formål med undersøgelsen er at skabe en bedre forståelse af, hvorfor 16-30-årige fravælger frivillighed og foreningsdeltagelse – hvad er barriererne med deres egne ord? Omvendt er et lige så vigtigt formål at belyse, hvad der kan hjælpe med at skabe et engagement som frivillig såvel som aktiv deltager i det bredere foreningsliv. Allerstørst er det dog oplagt at blive klogere på det syn, som gruppen af 16-30-årige uden erfaring med frivillighed og foreningsdeltagelse har på selvsamme fænomener. Ikke mindst deres forestillinger om, hvorfor andre 16-30-årige vælger frivillighed og foreningsdeltagelse til. Nedenfor præsenteres et udvalg af ungestemmerne fra fokusgruppeinterviewene, der sætter ord på deres syn på frivillighed og foreningsdeltagelse.

På trods af, at fokusgruppetagerne ingen eller minimal erfaring har med frivillighed og foreningsdeltagelse, har de mange overvejelser om, hvorfor andre jævnaldrende vælger at engagere sig. Disse overvejelser og perspektiver matcher i høj grad også de forklaringer og motiver til frivillighed og foreningsdeltagelse, som findes i frivilligforskningen.¹ Det understreger, at mange 16-30-årige, hvad end de har egne erfaringer med i rygsækken eller ej, vil have en forståelse af frivillighed og foreningsliv som fænomen.

Samtidig er der blandt fokusgruppetagerne også en udtalt forestilling om, at frivilligheden må indeholde et udbytte for at være attraktiv at vælge til. Udbyttet kan både tage form som materielle goder, fx festivalbilletter, men også erfaring, netværk, god samvittighed eller fællesskab er goder, som de 16-30-årige forestiller sig kan være et udbytte af at engagere sig som frivillig eller deltage i foreningsaktiviteter.

Tidligere undersøgelser har vist, hvordan frivillige både kan være orienteret mod at hjælpe og gøre en forskel for andre, samtidig med at de forventer at "få noget igen" for deres engagement.² De to motiver – "at hjælpe andre" og "egen vinding" – vil således sjældent udelukke hinanden. Distinktionen mellem på den ene side at bidrage for andres skyld og på den anden side at lære, opnå netværk eller materielle goder for egen skyld kendetegner også fokusgruppetagerne fortællinger om, hvorfor andre jævnaldrende tilvælger frivillighed og foreningsdeltagelse. Samtidig står det klart, at fokusgruppetagerne sagtens kan se motiverne sameksistere.

Da jeg startede på universitetet, så sagde alle på de ældre semestre den ene ting, at hvis de skulle givet et godt råd til nye, både dem, der var nye til byen, og dem, der var nye til studiet, at de skulle melde sig ind i en eller anden frivillig forening – fuldstændig ligemeget hvad det var. Især på grund af, at man så kan danne det her netværk og lære folk at kende, og det er virkelig en drivende faktor i at blive frivillig.

Mand, 22 år



¹ Grubb, A., Holstein, E. L., Qvist, H.-P. Y. og Henriksen, L. S. (2022); Match. Rekruttering og fastholdelse af frivillige i civilsamfundsorganisationer, Aalborg Universitetsforlag, Espersen, H.H., Fridberg, T., Andreasen, A. G. og Brændgaard, N. W. (2020); Frivillighedsundersøgelsen 2020, VIVE og Hjære, M., Jørgensen, H. D. og Sørensen, M. L. (2018); Tal om frivillighed i Danmark. Frivilligrapport 2016-2018, CFSA

² Sørensen, M. L. og Hjære, M. (2024); Få Frivillige? En håndbog i frivilligrekruttering, Forlaget CFSA

HVORFOR VÆLGE AT VÆRE FRIVILLIG OG DELTAGE I FORENINGSLIVET?

Fokusgruppedeltagernes forestillinger

- For at hjælpe andre, men samtidig også selv få noget ud af det
- Skabe kontakter til andre end "sin egen kreds"
- Få erfaring, man kan komme på sit CV
- Noget man gør for andre, uden at man egentlig selv får noget for det
- Noget man gør, som man ikke får betaling for, men man kan få andre ting, fx billetter
- Selvom man ikke får noget ud af det, kan man godt få en god fornemmelse i maven bagefter
- En måde at få nye bekendtskaber på, hvis man flytter til en ny by i forbindelse med et nyt studie
- Det er en idrætsting, hvor forældre bliver frivillige, fordi deres barn fx går til en aktivitet
- Nogle gør det som et studiejob, hvis ikke de kan få et lønnet arbejde
- For at blive en del af et nyt fællesskab og danne en ny omgangskreds
- Kan være en god fritidsaktivitet – hvis ikke man har noget at lave i sin fritid, kan man lave frivilligt arbejde
- I frivillige biografer og den slags steder er det typisk lidt ældre mennesker, der er frivillige

Jeg tror også, der kan være noget om, hvis man ønsker at have indflydelse på visse ting. På min højskole – der skulle vi udnævne et barudvalg, hvor at du fik jo egentlig ikke rigtigt noget for at være i udvalget ud over en del ansvar for hele barens økonomi. Men at folk vælger så alligevel at stå i kø for at melde sig, fordi de ønskede indflydelse i, hvordan baren skulle fungere, og hvordan penge skulle bruges, og hvor mange penge der skulle spares sammen. Og der var ingen fordele, ud over at man fik lov til at bestemme.

Mand, 22 år

Det spænder vel også meget godt i tråd med fx festivaler. Jamen der har man jo ikke rigtigt problemer med at få frivillige. Der er jo ventelister på det, fordi man får noget ud af det – et par tusinde kroner, eller hvor meget det nu koster. Hvorimod, hvis man nu tænker genbrugsbutikker. Jamen det er jo meget fx ældre mennesker, der står der, fordi der får du nok ikke noget gratis af en værdi til et par tusinde.

Kvinde, 25 år

FORSTÅELSER AF FRIVILLIGHED OG FORENINGSDELTAGELSE SET FRA UNGES PERSPEKTIV

Fokusgruppetagerne betragter frivillighed og foreningsdeltagelse ud fra forskellige forståelser af, hvad det går ud på. Der er især fire forståelser, som italesættes på tværs af interviewene.

ROLLEN SOM FRIVILLIG VS. ROLLEN SOM DELTAGER

Når fokusgruppetagerne beskriver forskellen på at være frivillig og deltager i en forening, tegner der sig et tydeligt skel mellem på den ene side at benytte et tilbud som deltager og på den anden side at få tilbuddet til at fungere som frivillig. Deltagerrollen fremstilles som den "lette" rolle: Man møder op, deltager i aktiviteten og går hjem igen, når det er slut. Frivilligrollen bliver derimod forstået som den rolle, der sætter rammerne for andres deltagelse – fx ved at planlægge, koordinere, kommunikere og løse praktiske opgaver før, under og efter aktiviteten. Nogle af fokusgruppetagerne beskriver den frivillige som et slags bindeled mellem aktiviteten og deltageren. Andre italesætter den frivillige som én, der leverer en service, der gør det muligt for andre at dyrke en interesse og være en del af et fællesskab.

Fra fokusgruppernes perspektiv rummer frivilligrollen derfor også et andet krav om ansvar end deltagerrollen. Hvor deltagelse ofte forbindes med at få noget ud af en aktivitet, man interesserer sig for, kobles frivillighed oftere til at "stå for" noget og dermed at tage ansvar, bruge fritid på planlægning og binde sig til mere faste rammer. Særligt fremhæves det som en forskel, at deltagelse kan være fleksibel. Det kan til- og fravælges efter kalenderen, mens frivillighed i højere grad opleves som noget, der kræver stabilt fremmøde og løbende koordinering. Når frivillighed samtidig opfattes som ulønnet, bliver det for nogle af fokusgruppetagerne endnu mere tydeligt, at frivilligrollen kan opleves som noget, der kræver tid og energi, uden at det nødvendigvis står klart, hvad den giver tilbage.

”

Jeg tror også, det handler om muligheden for både at til- og fravælge. Nu går jeg fx selv til pilates, men der går jeg jo ind og tilmelder mig, når jeg lige synes, jeg har tid. Det gør jeg måske ugen før eller to uger, for så kan jeg jo lige se min kalender. Hvorimod hvis jeg skulle være frivillig. Jamen så er det jo nogle fastlagte tidspunkter og en masse fritid eller noget fritid, der i hvert fald skal bruges på noget planlægning også. Hvorimod når det er noget, man har valgt at gå til. Jamen så dukker du bare op og tager hjem, når det er overstået.

Kvinde, 25 år

Ja, så det er måske de frivillige, der sætter rammerne op for og planlægger alt, hvad der skal ske i forbindelse med den service der bliver ydet. Så de, der deltager i foreningen – de skal jo egentlig bare møde op og være med til alt, der er blevet planlagt af de frivillige. Og så er det de frivillige, der står for alt det praktiske og al kommunikation. Fx hvor skal vi være, bestille lokation, bestille mad osv.

Kvinde, 27 år

”



DELTAGELSE SOM TRAPPE TIL FRIVILLIGHED

En anden forståelse er, at deltagelse i foreningsaktiviteter kan være en trappe, der på sigt fører til frivillighed. Som eksempel husker nogle af fokusgruppedeltagerne, hvordan deres forældre eller ældre søskende i deres barndom har hjulpet til med små opgaver i foreningsregi uden at være frivillige, men for at holde foreningsfællesskabet kørende, og på den måde har deres engagement bevæget sig fra deltagelse til gradvist at tage mere ansvar. Fokusgruppedeltagerne reflekterer videre over, at grænsen mellem frivillig- og deltagerrollen måske ikke altid er knivskarp i praksis, hvilket denne forståelse hjælper med at udfolde.

På trods af fokusgruppernes sparsomme erfaringer med deltagelse i foreningsaktiviteter beskriver flere af dem netop, hvordan det at have mærket værdien af foreningslivet på egen krop som deltager kan skabe et ønske om at give noget tilbage. Når man som barn har deltaget i foreningsaktiviteter, fremhæver flere af fokusgruppedeltagerne, at man ofte får en interesse, der gør det lettere at forestille sig – måske senere i livet – at bidrage mere aktivt som frivillig.

Fokusgrupperne italesætter også, at denne overgang fra deltager til frivillig afhænger af, at frivilligheden knytter sig til en aktivitet, man allerede kender, måske har haft erfaring med som barn, og som man interesserer sig for. Derved kobles trappemetaphoren i høj grad til genkendelighed og relevans. Flere af fokusgruppedeltagerne vurderer fx, at sandsynligheden for et ja er større, hvis det er en aktivitet, de har dyrket som barn, end hvis det er en ukendt forening eller aktivitet uden tydelig sammenhæng til nuværende interesser og tidligere erfaringer.

Jeg tror, hvis jeg blev spurgt [om frivilligt arbejde, red.], så kommer det lidt an på, hvad det var. Jeg tror helt klart, hvis det var noget, fx en forening, som jeg selv har været en del af som barn, eller en eller anden interesse jeg selv har, så vil jeg nok være mere tilbøjelig til at sige, at det vil jeg gerne hjælpe med. Fordi jeg både kender effekten af det og så fordi, at man ligesom allerede har en interesse for det, og derfor har man måske mere lyst til at bruge sin tid på det, selvom man ikke får noget, ja, materielt tilbage. Men så får man ligesom også på en eller anden måde noget ud af det alligevel. På en eller anden måde er det stadig lidt givende. Så jeg tror, det vil afhænge af, hvad det var.

Kvinde, 18 år



FRIVILLIGHED SOM EN OVERSKUDSMARKØR

En tredje forståelse er, at frivillighed, set udefra, kan opleves som en overskudsmarkør hos den frivillige.

Når frivillighed positioneres som en overskudsmarkør, handler det ikke kun om, hvad den frivillige gør, men også om, hvad handlingen "frivillighed" signalerer over for andre. Frivillighed bliver ud fra denne forståelse et tegn på, at den frivillige har et særligt råderum i sin hverdag, både tidsmæssigt og mentalt. Nogle af fokusgruppedeltagerne betragter andres frivillighed som "imponerende" og "ret sejt", netop fordi frivillighed opleves som en aktiv beslutning om at give noget tilbage, selvom man kunne vælge et alternativ, fx et lønnet job og den økonomiske gevinst, det giver.

Det peger på en vigtig pointe i forståelsen af de 16-30-åriges engagement: Frivillighed kan i nogle tilfælde blive koblet til en idé om, at man skal have overskud og mulighed for at prioritere "det ekstra" for at kunne være med. Når frivillighed samtidigt beskrives af fokusgruppedeltagerne som "arbejde, man ikke får noget for", kan det forstærke oplevelsen af, at det kræver noget særligt at engagere sig. På den måde bliver frivillighed – når den forstås som en overskudsmarkør – ikke kun en aktivitet, men også et symbol på både ressourcer, værdier og prioriteringer.

BETYDNINGEN AF BEGREBERNE FRIVILLIGHED OG FORENINGSDELTAGELSE

En sidste ting handler om fokusgruppedeltageres forståelse af egen frivillighed. Præmissen for at deltage i interviewet har været, at fokusgruppedeltagerne ikke skulle have erfaring med frivillighed og foreningsdeltagelse. Det viste sig relativt hurtigt, at en del af fokusgruppedeltagerne alligevel havde erfaringer med at gå til aktiviteter i regi af foreninger, særligt i løbet af deres børneår, hvor de havde dyrket forskellige aktiviteter.

Særligt interessant er det dog, at et par af fokusgruppedeltagerne faktisk også har relativt mange erfaringer som frivillig, de har bare ikke en selvforståelse af, "at de er frivillige" eller tidligere "har været frivillig". Det er først i løbet af interviewet, at det går op for dem, at de faktisk har erfaringer, i takt med at de får talt sig ind i, hvad frivillighed egentlig betyder for dem. Netop betydningen af begrebet frivillighed kan være meget uklar og derfor også svært at identificere sig med, en pointe, der også tidligere er afdækket i frivilligforskningen. Her er det blandt andet fastslået, at nogle foreninger kan have svært ved at tydeliggøre, hvad frivillighed betyder hos dem, og ikke mindst hvordan man er frivillig. Det har den negative konsekvens, at det bliver langt sværere for foreninger at nå ud til og tiltrække nye, fordi de færreste alene identificerer sig med det "at være frivillig". For langt de fleste er det selve handlingen bag det frivillige engagement, de identificerer sig med. Det samme gælder de to unge, der forud for interviewet ikke har haft en selvforståelse af og identificeret sig som frivillige, selvom de begge har relativt stor erfaring med at være frivillig.

BARRIERER FOR DELTAGELSE

- TEMA 2 -



BARRIERER I TAL

16-30-ÅRIGE, DER ALDRIG HAR VÆRET FRIVILLIG

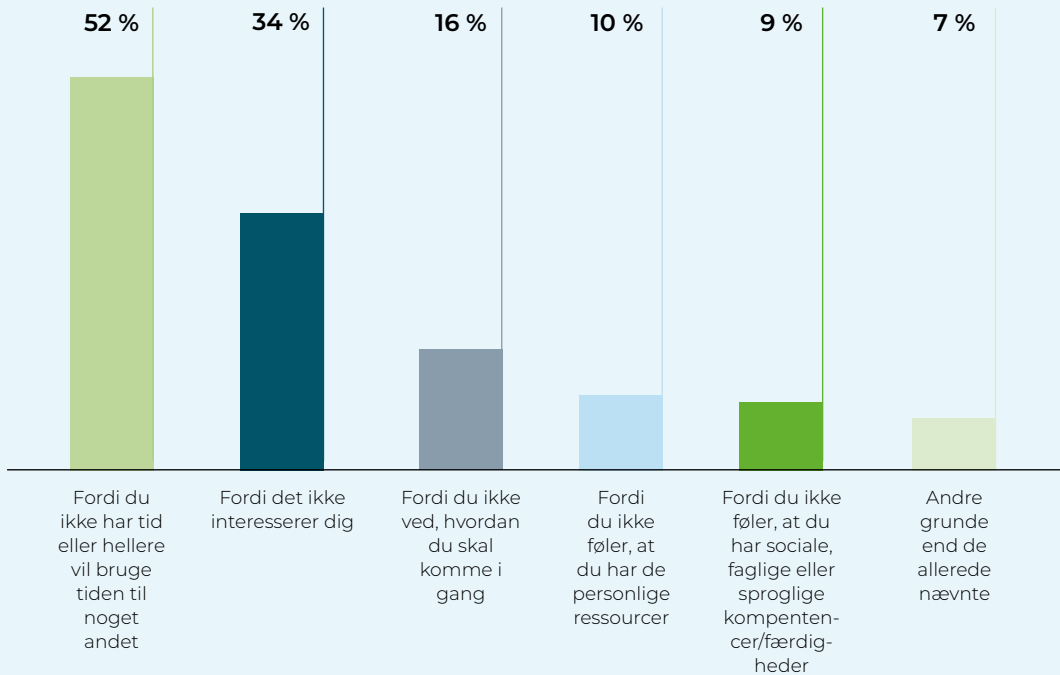


ER DU NOGENSINDE BLEVET SPURGT?

- Ja, inden for de seneste to år
- Ja, inden for de seneste fem år
- Ja, for mere end fem år siden
- Nej

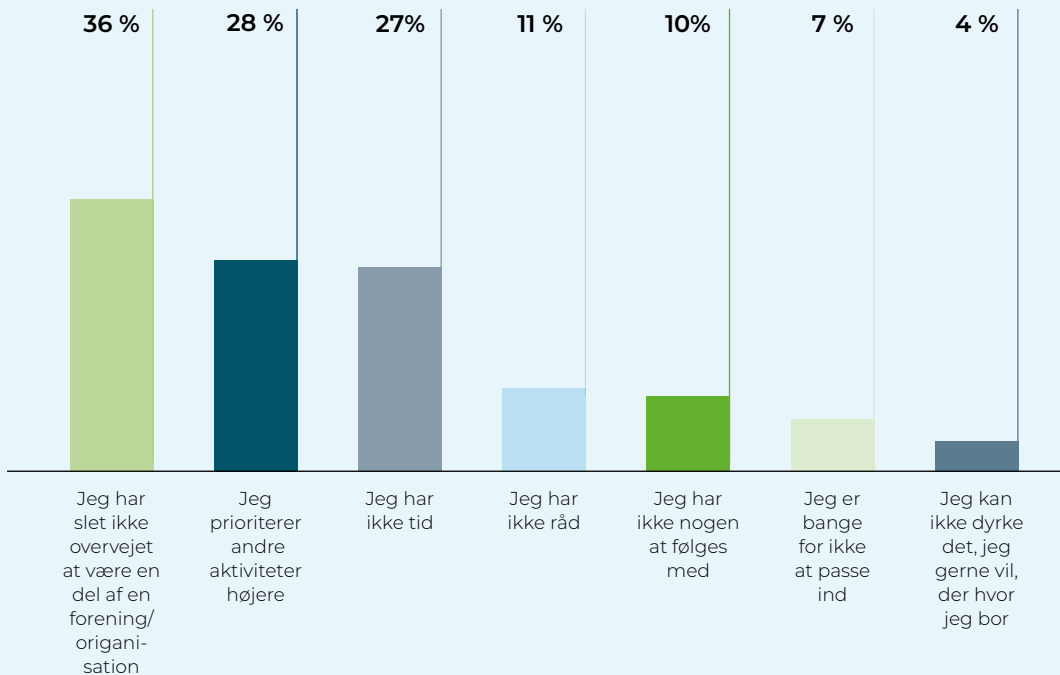
Frivillighedsundersøgelsen 2024,
VIVE. N = 890

BARRIERER FOR IKKE AT VÆRE FRIVILLIG BLANDT 16-30-ÅRIGE



Frivillighedsundersøgelsen 2024, VIVE. N = 890

BARRIERER FOR IKKE AT VÆRE MEDLEM OG/ELLER DELTAGE I FORENINGSAKTIVITETER BLANDT 16-29-ÅRIGE



Ungeanalysen 2025, DUF. N = 741

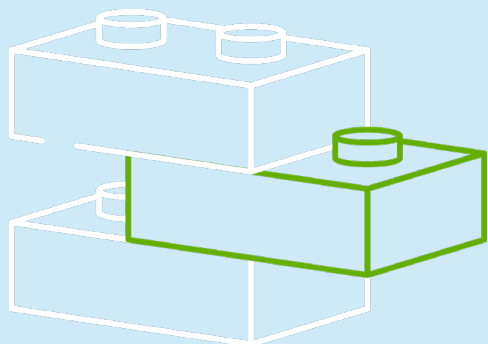
TI BARRIERER FOR DELTAGELSE OG ENGAGEMENT SOM FRIVILLIG

Her udfoldes ti barrierer, som på tværs af samtalerne med fokusgruppetagerne medvirker til, at de fravælger frivillighed og deltagelse i foreningsaktiviteter. Som det ses af tallene, er der flere overlap mellem de barrierer, som fokusgruppetagerne identificerer, og de barrierer, der på landsplan afholder 16-30-årige fra at engagere sig som frivillig

eller deltage i foreningsaktiviteter. De hyppigste barrierer handler om tid og prioritering. På landsplan svarer 52 procent, at de fravælger frivilligt arbejde, fordi de ikke har tid eller hellere vil bruge tiden på noget andet: 27 procent fravælger at være medlem og/eller foreningsaktiv på grund af manglende tid, mens 28 procent prioriterer andre aktiviteter højere.

1

Prioriteringskonkurrencen



2

Lønnet arbejde



Uklart udbytte

3

4

Forpligtelse og binding



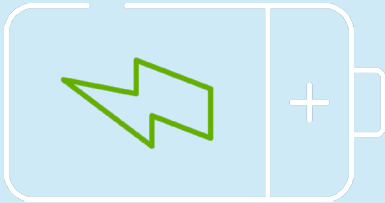
5

**Manglende viden
om vejen ind**



6

**Usikkerhed over at
indgå i nye sociale
sammenhænge**

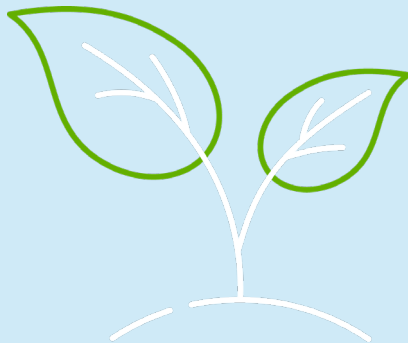


7

Social mæthed

8

**Alder - frivillighed er primært
for ældre mennesker**



9

**Transport
og afstand**

10

**Renommé - jævnaldrenes
syn på frivillighed**

1. BARRIERE

PRIORITERINGS- KONKURRENCEN

Når fokusgruppetagerne taler om "manglende tid", handler det sjældent om tid i sig selv, men om, hvad tiden skal konkurrere med. Skole, lektier, eksamener, studiejob, fuldtidsarbejde, venner og familieliv fylder allerede meget, og frivillighed eller foreningsdeltagelse kommer derfor let til at fremstå som endnu en ting, der kræver planlægning, energi og ansvar. For flere bliver det afgørende spørgsmål ikke, om frivillighed eller foreningsliv er en god idé, men om der overhovedet er plads i kalenderen, og om man kan forpligte sig til noget fast, når hverdagen i forvejen opleves omskiftelig og travl.

Samtidig bliver det tidligere omtalte "overskud" igen centralt, når unge skal prioritere. Efter en skole- eller arbejdsdag kan tanken om at skulle "hjælpe andre" eller tage ansvar i et fællesskab føles uoverskuelig, også selvom fokusgruppetagerne grundlæggende mener, at frivillighed er en god ting. Det gælder også, når frivilligrollen indebærer opgaver, der kræver kreativitet, fx at stå for kommunikation eller sociale medier, som kan opleves som et større krav, end omgivelserne måske forestiller sig. Samlet set peger fokusgruppernes fortællinger på, at frivillighed og foreningsliv ofte udkonkurreres – ikke fordi det mangler værdi, men fordi det skal klemmes ind, når alt andet allerede er planlagt.



Det er nok ikke manglende socialt overskud for mig, men det er bare mere overskud generelt. Jeg har nogle gange været frivillig, hvor man har skullet stå for deres markedsføring, Instagram og sociale medier og sådan. Og det synes jeg alligevel ... Det kræver noget at skulle være kreativ og tænke i helt nye baner, fx mens man har studeret og haft studiejobs eller været på arbejde. Nogle gange så kan det i hvert fald føles som, at de her frivillige organisationer de ligesom har krævet lidt for meget til, at man i sidste ende er endt med at bakke lidt ud.

Kvinde, 27 år

2. BARRIERE

LØNNET ARBEJDE

For nogle af fokusgruppetagerne er det et aktivt valg at prioritere et lønnet arbejde frem for at engagere sig som frivillig, og dermed bliver arbejdet en barriere for engagement i foreningslivet. Frivillighed er i den optik et fravalg – ikke fordi idéen om at bidrage virker forkert, men fordi det opleves som mindre gavnligt at "arbejde gratis", når alternativet er et (fritids)job, der giver en direkte og tydelig økonomisk gevinst.

Den økonomiske logik hænger hos flere af fokusgruppetagerne sammen med en oplevelse af, at frivillighed ikke nødvendigvis giver et udbytte, der kan måle sig med lønnet arbejde. Der bliver blandt andet givet udtryk for, at frivilligt arbejde kan føles, som om man "spilder sin tid", hvis man ikke kan se, hvad man får ud af det – i hvert fald i sammenligning med et job, hvor man får penge med hjem. Når frivillighed samtidig forbindes med ansvar, forpligtelse og faste rammer, bliver det endnu mere nærliggende at vælge det lønnet arbejde til, fordi det fremstår som en mere "retfærdig" byttehandel mellem tid og udbytte



Det der med at den tid, jeg har, så vil jeg hellere bruge den på at arbejde, fordi det kan man ligesom tjene penge på. Frem for at sige: "Hver mandag skal jeg det her – gratis." Jeg ved godt, at man får nogle ting ud af det og fællesskab og sådan. Men det, at min tid er gratis ...

Kvinde, 21 år

3. BARRIERE

UKLART UDBYTTE

For de fleste af fokusgruppedeltagerne handler udbytte om mere og andet end blot penge. Der er dog stadig forventninger til, at engagementet som frivillig skal give noget tilbage, fx oplevelser, nye relationer eller følelsen af, at aktiviteten er sjov og meningsfuld at være en del af. Udbyttet af frivilligheden og foreningsdeltagelse kan dog være svært at afkode på forhånd, særligt når erfaringen med selvsamme er begrænset. Derfor bliver det uklart for flere af fokusgruppedeltagerne, om indsatsen "er udbyttet værd".

Flere peger på festivaler, koncerter og lignende som eksempler på frivillighed, hvor udbyttet er let at afkode. Her er gevinsten tydelig: Man får en oplevelse, møder nye mennesker og kan få adgang til musik eller arrangementer, man ellers skulle betale for. Når udbyttet er så konkret, bliver frivilligheden også mere attraktiv, og der opstår endda en oplevelse af, at der kan være "rift om pladserne".

Omvendt beskriver fokusgrupperne, at frivillighed andre steder kan være sværere at tilvælge, fordi udbyttet ikke står lige så klart.

4. BARRIERE

FORPLIGTELSE OG BINDING

Det er tydeligt, at frivilligrollen opleves som mere forpligtende end deltagerrollen. Netop forestillingen om forpligtelsen, og at man binder sig til foreningen, bliver af fokusgrupperne beskrevet som en barriere for ikke at engagere sig.

For flere af fokusgruppedeltagerne bliver frivillighed beskrevet som "et stort projekt" forbundet med en høj grad af forpligtelse. Deres forestilling om det frivillige engagement er, at det ofte ligger fast og gentager sig ugentligt. Når hverdagen i forvejen opleves som travl og omskiftelig, er det svært at se, hvordan man realistisk kan passe det ind.

Samtidig er der hos flere af fokusgruppedeltagerne en erkendelse af, at de ville være mere tilbøjelige til at tilvælge frivillighed, hvis de bliver tilbudt en form med mere afgrænsede opgaver eller "enkelte aktiviteter", hvor de kan melde sig til, når de har tid, frem for at skulle forpligte sig til faste aktiviteter.



Jeg har blandt andet skrevet, at humor og det med at have det sjovt, fordi jeg vil sige ... Hvis man alligevel skal være med i en forening, der måske som hovedregel nok er ulønnet, og man skal bruge tid på det, så skal man som minimum have det sjovt sammen.

Mand, 27 år



Jeg kan godt følge det med, at det ville være nemmere, hvis det ikke er noget hver uge, men noget, du melder dig til, når du har tid.

Mand, 24 år



5. BARRIERE

MANGLENDE VIDEN OM VEJEN IND

Fokusgrupperne beretter om, at det kan være svært at komme i gang med frivillighed, fordi det ganske enkelt er uklart, hvor man skal starte, og hvem man skal tage fat i, når man ingen erfaring eller kendskab har. Flere giver også udtryk for, at de aldrig er blevet spurgt, hverken af venner, familie eller bekendte. Hvis motivationen og lysten skulle opstå, er der derfor ikke nogen idé om, hvordan man bliver en del af det. Dette afspejler på mange måder også det landsdækkende billede, hvor 82 procent af de 16-30-årige, der aldrig har været frivillige, svarer, at de heller aldrig er blevet spurgt.

Samtidig handler det ikke kun om manglende viden om udbuddet af aktiviteter, men også om uvished i forhold til omfang og indhold af foreningsaktiviteter, fx hvem der er med, og hvad man reelt siger ja til, hvis man melder sig.

Den manglende viden er også en barriere, der kan findes i VIVE's tal, hvor 16 procent af de 16-30-årige, der aldrig har været frivillige, svarer, at de ikke ved, hvordan de skal komme i gang.



Nu er jeg ikke en del af noget frivilligt. Men hvis jeg lige pludselig fik lyst til det, så ville jeg ikke have nogen idé om, hvor jeg skulle gøre det henne, eller hvordan jeg skulle komme i gang med det.

Mand, 18 år

6. BARRIERE

USIKKERHED OVER AT INDGÅ I NYE SOCIALE SAMMENHÆNGE

Fokusgrupperne peger på social usikkerhed som en tydelig barriere, både i forhold til at engagere sig som frivillig og i forhold til at møde op som deltager i en foreningsaktivitet. Usikkerheden handler især om det ukendte: at skulle træde ind i et fællesskab, hvor man ikke kender nogen, ligesom der kan være en frygt for ikke at passe ind, komme til at "gøre noget forkert" eller ikke kunne leve op til de sociale forventninger. Flere beskriver, at det kan føles grænseoverskridende at starte alene, særligt hvis der allerede er etablerede relationer i gruppen, som man skal finde sin plads i.

Samtidig kobles usikkerheden til en forventning om, at man som ny skal kunne kommunikere, være social og aflæse de sociale koder fra første dag. Fokusgrupperne peger også på, at den samme type aktivitet kan opleves meget forskelligt, afhængigt af hvor kendte eller ukendte relationerne er. Nogle gange kan en aktivitet give energi, andre gange dræner det, hvis relationerne er nye, og man skal navigere i et fællesskab, der allerede er etableret.

Jeg tænker også, man kan blive afskrevet fra det, hvis man føler, at man ikke rigtigt passer ind med de andre. Hvis de andre kender hinanden, og man ikke lige har en nem måde at komme i forbindelse med de andre på, så kan det blive sådan, man holder sig selv tilbage, fordi man tør ikke rigtigt gå ind i det, fordi man ikke har så nem adgang til det.

Kvinde, 18 år



7. BARRIERE

ALDER – FRIVILLIGHED ER PRIMÆRT FOR ÆLDRE MENNESKER

Frivillighed kobles hos flere af fokusgruppedeltagerne til en bestemt aldersprofil: Frivillige er personer, der er "oppe i alderen". Det gælder især, når fokusgruppedeltagerne omtaler frivilligaktiviteter, som de har kendskab til fra deres eget lokalområde, fx lokale frivillige biografer, idrætsforeninger eller genbrugsbutikker. Når frivillighed på den måde opleves som et rum overrepræsenteret af ældre, bliver det sværere for fokusgruppedeltagerne at se sig selv i rollen, og frivillighed kan opleves som mindre attraktivt, fordi de ikke forventer at møde jævnaldrende, de kan spejle sig i.

Samtidig viser fokusgrupperne, at aldersbarrieren er koblet til særlige aktiviteter. Hvor genbrug knyttes til ældre frivillige, bliver festivalfrivillighed tværtimod forbundet med yngre deltagere og et mere ungdomsnært miljø. Når fokusgruppedeltagerne oplever, at der "ikke er så mange unge" i de frivillige fællesskaber, de kender til, bliver aldersprofilen dermed en reel barriere – ikke kun, fordi den påvirker lysten til at deltage, men også i forhold til, om man kan se sig selv som en del af fællesskabet og spejle sig i dem, der allerede deltager.



Det er mit indtryk, at der ikke er så mange unge, der ligesom er en del af det, også derfor det måske heller ikke sådan er så attraktivt.

Kvinde, 17 år



8. BARRIERE

SOCIAL MÆTHED

For nogle af fokusgruppedeltagerne er fællesskabet ikke et trækplaster, men snarere en barriere. Når hverdagen allerede er fyldt med venner, relationer fra deres uddannelse og en omgangskreds, der skal passes og plejes, kan tanken om at træde ind i endnu et fællesskab opleves som en ekstra forpligtelse. I den optik handler fravalget ikke om, at fællesskaber ikke er attraktive, men om, at der allerede er mange sociale relationer i spil, og at flere relationer betyder endnu mere "socialt vedligehold".

Det betyder samtidig, at det klassiske rekrutteringsgreb – "kom og vær en del af fællesskabet" – kan få den modsatte effekt for nogle. Her er fællesskabet ikke en værdi i sig selv, fordi det allerede findes andre steder i fokusgruppedeltagerens tilværelse – der skal noget andet til, hvis frivillighed skal opleves som meningsfuldt at vælge til. For flere bliver det afgørende, at engagementet tydeligt giver noget tilbage (fx en oplevelse eller en konkret gevinst), før det kan konkurrere med de relationer og forpligtelser, der allerede eksisterer i deres liv.



Altså for mig er fællesskabet ikke nok, for det har jeg også sammen med mine venner. Så altså for mig ville jeg skulle få noget ud af det, om det så var en eller anden speciel tur eller en eller anden fest eller altså et eller andet.

Kvinde, 21 år

9. BARRIERE

TRANSPORT OG AFSTAND

Fokusgruppetagerne bor i forskellige dele af landet, og for dem, der bor uden for de større byer, opleves udbuddet af aktiviteter som småt, og derfor bliver afstand og transport en helt konkret barriere. Ikke nødvendigvis fordi lysten til at deltage mangler, men fordi det kræver ekstra tid og planlægning at komme frem og tilbage. Når frivillighed samtidig forbindes med fast ugentligt fremmøde, kan transporttid og afstand gøre det endnu sværere at få det til at hænge sammen i en travl hverdag.

På den måde hænger afstand og transport ofte sammen med andre barrierer, særligt prioriteringskonkurrencen og forpligtelse og binding, fordi den ekstra rejsetid gør det mindre attraktivt at tilvælge foreningsliv og frivillighed.



Det er en lille by, jeg bor i, jeg tror også, det er begrænset, hvad der er af ting, man kan lave her. Jeg tror, du skal til de større byer, som er mindst en halv time væk. Men jeg kan godt følge, at det ville være nemmere, hvis det ikke er noget, man skal hver uge, men noget, man lige melder sig til, når man har tid.

Mand, 24 år

Man er måske mere tilbøjelig, tænker jeg, til at søge over i en aktivitet eller noget, man kender andre, der laver. Altså de ting, som der måske ikke er så mange, der laver ... Det har man ikke lige hørt så meget om og måske heller ikke helt forstået, hvorfor folk synes er fedt. Og så er det nok også sådan, at chancen for, at man så selv prøver det, er måske mindre, fordi man ligesom ikke får det anbefalet af nogen. Det er heller ikke noget, man kan gøre sammen, hvis ikke at man ligesom får kendskab til det igennem nogle andre.

Kvinde, 17 år



10. BARRIERE

RENOMMÉ - JÆVNALDRENDES SYN PÅ FRIVILLIGHED

En sidste barriere, som ikke er så iøjnefaldende, men alligevel dukker op mellem linjerne i interviewene, handler om andre jævnaldrenes syn på frivillighed og det renommé, som frivilligheden har. Status og renommé har i tidligere ungdomsforskning vist sig at have relativ stor betydning for, hvilke fællesskaber unge orienterer sig imod.⁴ Barrieren er tæt koblet til forståelser af frivillighed præsenteret i tema 1. Det skyldes, at forståelser og forventninger til, hvad frivillighed indebærer, er med til at præge synet på frivillighed i de ungdomsmiljøer, hvor fokusgruppetagerne befinder sig. Når deltagerne spørges direkte, mener de som udgangspunkt ikke, at andre unges syn har betydning for de fritidsaktiviteter, som fokusgruppetagerne vælger at bruge deres tid på. Men læses der mellem linjerne, spiller det alligevel ind, hvorvidt man foretager sig aktiviteter, der af andre jævnaldrende er eftertragtede eller har et godt ry. På den måde fungerer renommé ikke som en åbenlys "jeg gør det for, at det ser godt ud"-logik, men som en mere subtil barriere, der påvirker, hvad der overhovedet bliver opfattet som relevant og legitimt at bruge tid på.

PEJLEMÆRKER OG UNGES PERSPEKTIVER PÅ INDDRAGELSE

– TEMA 3 –



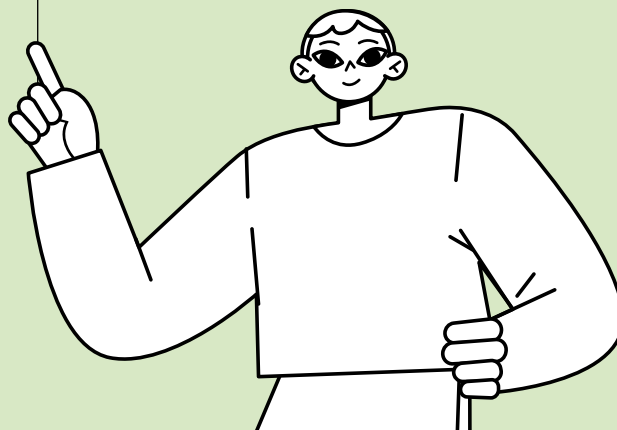
PEJLEMÆRKER OG UNGES PERSPEKTIVER PÅ INDDRAGELSE

Hos samtlige fokusgruppetagere er det tydeligt, at interesse fungerer som en slags filter for, hvordan de tilrettelægger og prioriterer indhold og aktiviteter i deres tilværelse. Fra VIVE's frivillighedsundersøgelse er "egen interesse" også den klart hyppigste anledning til at blive frivillig blandt de 16-30-årige. 67 procent i denne aldersgruppe giver udtryk for, at de engagerer sig frivilligt på grund af egen interesse. For personer over 60 år er det 56 procent, der svarer det samme. Derfor er det afgørende at tale til interessen hos de 16-30-årige.

HVORNÅR ER NOGET INTERESSANT? FIRE PEJLEMÆRKER

Men hvad gør noget interessant? Det hjælper fokusgruppetagerne med at nuancere. Flere beskriver, at en aktivitet i princippet godt kan være interessant, men stadig ikke

interessant nok til, at man får den prioriteret i kalenderen. Hvis det frivillige engagement eller foreningslivet, man kender til, ikke matcher ens interesser, bliver det sjældent undersøgt nærmere. Endelig træder en ekstra nuance frem: Interesse kan godt være til stede, men hvis aktiviteten ligger uden for det, man har erfaring med, kan der opstå tvivl om, hvorvidt man overhovedet kan finde ud af det. Ud fra fokusgruppetagernes refleksioner kan der identificeres fire pejlemærker for, hvad der får de 16-30 år uden erfaring med frivillighed og foreningsdeltagelse til at opleve det, de beskæftiger sig med, som interessant.



SOCIALT SAMVÆR

Socialt samvær beskrives som en af de stærkeste pejlemærker for, hvad der opleves som interessant i hverdagslivet blandt fokusgruppetagerne. Aktiviteter bliver attraktive, når de giver anledning til at være sammen med andre, i særlig høj grad venner, hvor man er sammen om en aktivitet og har det sjovt undervejs. Det sociale bliver dermed både en grund til at starte med en aktivitet og en grund til at blive ved, fordi relationerne gør, at det føles meningsfuldt at bruge tid på aktiviteten. Det er værd at bemærke, at social mæthed samtidig blev fremhævet i forrige tema som en barriere for deltagelse i foreningsliv og frivillighed. Det sociale samvær som pejlemærke indeholder i den forstand en dobbelthed. Når det sociale samvær vægtes som positivt, er det ofte, når det er koblet på eksisterende venskaber og relationer. Omvendt kan det opleves som social mæthed, hvis der er tale om, at nye relationer skal skabes og etableres.



PERSONLIG UDVIKLING / MESTRING AF EVNER

Oplevelsen af at lære noget og blive bedre til noget er også et klart pejlemærke for, om det, fokusgruppetagerne beskæftiger sig med i deres liv, opleves som interessant. Fokusgruppetagerne peger på, at aktiviteter bliver interessante, når de giver en fornemmelse af udvikling, fx at øve sig, mestre et instrument eller oplevelsen af at blive stærkere gennem fysisk træning. Den personlige udvikling går ofte hånd i hånd med det sociale, hvor motivationen både handler om at mestre nye evner eller udvikle sig og samtidig dele udviklingsprocessen med andre jævnaldrende venner og nære relationer.



ET FRIRUM

Et tredje pejlemærke består i, at aktiviteter opleves som interessante, når de tilbyder et frirum fra pligter og hverdagskrav.

Frirummet kan se ud på mange måder. For nogle er det et frirum at kunne koble af, finde ro og være i "sin egen verden". For andre handler det om at være i en kontekst, hvor man ikke oplever at skulle præstere fagligt eller socialt. Når en aktivitet giver plads til fordybelse og fravær af krav udefra eller præstationspres, bliver den interessant, netop fordi den tilbyder noget andet end de pligter og krav, som fokusgruppetagerne oplever at møde i fx uddannelsessystemet eller på arbejdsmarkedet.



INTERESSER, DER MATCHER LIVSFASER

Det fjerde pejlemærke er koblet til livsfaser, og om aktiviteten matcher den aktuelle livsfase. Det, der opleves attraktivt og interessant i én livsfase, fx som studerende, kan være svært at prioritere i en anden livsfase, fx når studiet bliver erstattet af fuldtidsarbejde. Fokusgruppetagerne beretter om, at livsfaser kan se ud på mange måder og skifte adskillige gange. Det kan handle om at starte nyt studie, flytte til en ny by eller overgangen fra barn til teenager. På den måde bliver spørgsmålet ikke kun, hvad man interesserer sig for, men også, hvornår man interesserer sig for det, og om engagementet kan tilpasses de skiftende rammer, som ungdomstilværelsen byder på.

Pejlemærkerne giver et indblik i, hvad 16-30-årige, der ingen eller minimal erfaring har med frivillighed og foreningsdeltagelse, betragter som væsentligt, når de skal stykke et interessant ungdomsliv sammen.

UNGES GODE RÅD: FÅ FLERE MED I FÆLLESSKABERNE

I forlængelse af pejlemærkerne præsenteres fokusgruppedeltagernes refleksioner over, hvad de mener, der har en positiv indflydelse på at tilvælge frivillighed eller deltagelse i foreningsaktiviteter. Hvor barriererne er med negativt fortegn, er de gode råd med positivt fortegn. Rådene kan bruges af foreninger og organisationer som greb til at imødekomme gruppen af 16-30-årige uden eller med minimal erfaring med frivillighed og foreningsdeltagelse.

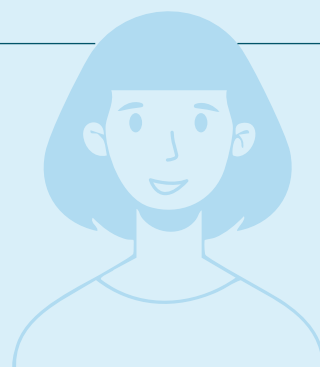
DEN DIREKTE INVITATION

På tværs af fokusgruppeinterviewene bliver den direkte invitation fremhævet som en afgørende faktor for, at frivillighed eller foreningsdeltagelse bliver en mulighed for den enkelte. Flere fokusgruppedeltagere fortæller, at de sjældent eller aldrig er blevet spurgt. Det samme gør sig gældende i den brede ungebefolkning, hvor 82 procent af de 16-30-årige, der aldrig har været frivillige, også svarer, at de aldrig er blevet spurgt. Når invitationen derimod er konkret og personlig, forestiller fokusgruppedeltagerne sig, at det både bliver lettere at tage stilling og at se sig selv i rollen, fordi nogen tydeligt giver udtryk for, at deres hjælp er ønsket.

Samtidig beskrives invitationen som en måde, hvor der bliver brudt flere barrierer på én gang: Den direkte invitation kan gøre vejen ind mere synlig og på samme tid mindske uvisheden om, hvad man siger ja til. De deltagere, som tidligere har overvejet at engagere sig som frivillig, men afholdt sig fra det, vurderer, at invitationen ville have givet dem et positivt skub.

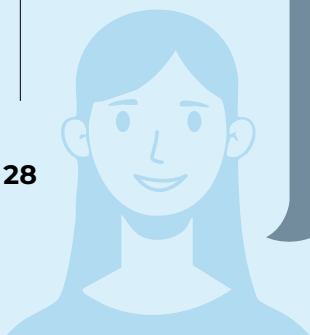
Det ville måske løse problemet med, at man ikke ved, hvad der er af foreninger derude. Så hvis man blev spurgt lidt mere direkte, så skulle man også tage stilling til det. Det ville også gøre, at det er mere personligt, hvis man bliver spurgt. Så er der faktisk nogle, der gerne vil have din hjælp. Så tror jeg, man ville overveje det mere at blive frivillig. Man kunne i hvert fald spørge mere ind til det og finde ud af noget mere omkring det.

Kvinde, 27 år



KLARHED OG GENNEMSIGTIGHED

Fokusgruppedeltagerne peger på, at frivilligroller og opgaver kan fremstå som uklare og "fluffy", når man ikke har tidligere erfaringer at læne sig op ad. Når forventningerne opleves som diffuse, er det svært at vurdere, om man kan løfte opgaven. Foreninger kan altså med fordel gøre roller, opgaver og tidsforbrug konkrete og gennemsigtige: Hvad går det ud på? Hvor lang tid tager det? Hvad forventes der, og hvem hjælper, hvis man er i tvivl? Fokusgruppedeltagerne beskriver fx, at introduktioner, hvor andre unge forklarer deres roller og giver et realistisk billede af opgaverne, gør det langt lettere at se sig selv i engagementet. På samme måde nævnes "små og afgrænsede" opgaver som en vigtig nøgle, fordi det reducerer uvished og gør det muligt at tage første skridt uden at føle, at man siger ja til et stort projekt.



DET NÆRE NETVÆRK SOM INDGANG OG SOCIAL SIKKERHED

Med den direkte invitation in mente er det dog ikke helt ligemeget, hvem der spørger. På tværs af fokusgrupperne fremhæver deltagerne, at betydningen af at blive inviteret forstærkes, hvis invitationen kommer fra personer i deres netværk, med venner og familie som de mest tungtvejende. Når invitationen kommer fra venner eller familie – eller alternativt hvis de inviteres til frivillighed eller aktiviteter sammen med venner – opleves det som mere sikkert at træde ind i en ny social kontekst. De barrierer, der er forbundet med usikkerhed over at indgå i nye sociale sammenhænge, nedbrydes, hvis de nye sammenhænge kobles med eksisterende venskaber og relationer.

I frivilliglitteraturen har det af flere omgange været dokumenteret, at majoriteten af de frivillige, der rekrutteres gennem netværk, i mindre grad rekrutteres af nære relationer, men derimod af bekendte, der ikke kan karakteriseres som hverken venner eller familie. Derfor er det uhyre interessant, at den omvendte logik gør sig gældende for fokusgruppedeltagerne, hvilket understreger, at når erfaringen og kendskab til frivillighed er begrænset, er det måske netop vigtigt, at det er kendte og nære relationer, som inviterer ind. Ligeledes kan foreninger og organisationer være opmærksomme på at rekruttere i grupper, så det bliver muligt for venner eller nære relationer at følges ad.

”

Det der med at få folk derud, hvor aktiviteten sker, så man lige får prøvet det af. Fordi én ting er at høre om det, der kan man jo synes, det lyder skræmmende, eller uh, det ville ikke være noget for mig. Men hvis man faktisk kommer ud og prøver det, kan det godt være, at det går op for en, at det er ikke så slemt igen, eller det da var meget hyggeligt. Især hvis der så også er noget god mad eller sådan noget. Det, tror jeg, kunne lokke mange.

Mand, 18 år

AFPRØVNING AF AKTIVITETER

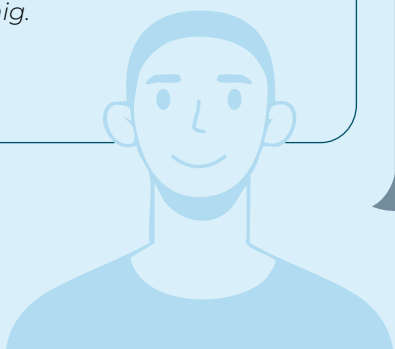
Flere fokusgruppedeltagere peger på, at det gør det mere overskueligt at deltage, hvis det er muligt at afprøve en aktivitet eller en frivilligrolle, før de siger ja til noget mere fast. Når første møde udspiller sig som fx et åbent hus, en introaften eller en afgrænset opgave, reducerer det den barriere, der handler om forpligtelse og binding. Afprøvning bliver dermed et greb, som ifølge fokusgruppedeltagerne giver mulighed for at mærke stemningen, få et indtryk af fællesskabet og finde ud af, om aktiviteten passer til deres hverdag og interesser.

Samtidig fremhæver fokusgrupperne, at afprøvning oplagt kan kombineres med at blive taget imod og introduceret af personer med erfaring med roller og opgaver. På den måde handler afprøvning ikke kun om at teste selve aktiviteten, men også om at gøre det lettere at tage det første skridt socialt. Hvis første erfaring føles overskuelig og positiv, øger det sandsynligheden for, at man får lyst til at komme igen – og først derefter overveje en mere fast tilknytning.

”

Jeg vil nok have større tilbøjelighed til at gå i gang med et eller andet frivilligt, hvis det er sammen med nogen, jeg kender, eller sammen med nogle af mine gode venner. Fordi der ligesom er lidt den der sociale sikkerhed i, at man har nogle, man ved, man kan snakke med, og man ligesom kan være sammen med. Så bliver det nok lidt mere attraktivt for mig.

Mand, 17 år



SYNLIGHED OG FYSISK TILSTEDEVÆRELSE

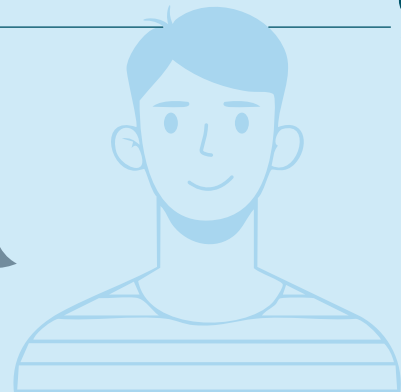
Et andet råd – som fokusgruppedeltagerne også fremhæver – er, at foreninger og organisationer skal være mere synlige og fysisk til stede dér, hvor de 16-30-årige befinder sig i deres hverdag. Især bliver uddannelsesinstitutioner fremhævet som meget vigtige.

Foreninger og organisationer skal gøre det nemt at få øje på både muligheder og vejen ind. Uddannelsesinstitutioner fremhæves som en central arena, fordi det netop er her, fokusgruppedeltagerne oplever, at de kan blive præsenteret for konkrete muligheder, få kontakter og få en mere håndgribelig forståelse af, hvad man kan være en del af.

Synlighed handler samtidig om at gøre frivillighed konkret og nærværende: Når foreninger kommer ud fysisk, fortæller om aktiviteter, viser, hvem der allerede er med, og gør deres virke visuelt og let at forstå, bliver tærsklen for deltagelse ifølge fokusgruppedeltagerne lavere.

Det der med at foreningerne, at hvis de er proaktive, at de rent faktisk kom ud og skilte med, hvad de har ... Dem, jeg kender, som er i en forening, de er i en studierelevant forening, altså i en tutorforening, i barudvalg, i et studenterudvalg. Og det er jo fordi, at de foreninger kommer ud til studiet og fortæller, hvad det handler om, og hvordan man melder sig. Men jeg kender ikke nogen, der er i en sportsforening. For de er aldrig ude og reklamere med det.

Mand, 22 år



INCITAMENTER OG EN OPLEVELSE AF AT "FÅ NOGET UD AF DET"

På tværs af fokusgrupperne fremstår incitamenter og oplevelsen af at få noget ud af sit engagement som en vigtig nøgle til at gøre frivillighed og foreningsdeltagelse attraktivt. For flere fokusgruppedeltagere handler det om, at udbyttet skal være tydeligt og let at afkode – særligt når man endnu ikke har egne erfaringer at læne sig op ad. Oplevelsen af "at få noget ud af det" kan være mange ting: adgang til aktiviteter, man ellers skulle betale for, nye kompetencer eller blot følelsen af at have været en del af noget sjovt og meningsfuldt. Derved nedbrydes barrieren, der handler om uklart udbytte, som i høj grad gør sig gældende blandt fokusgruppedeltagerne på grund af deres manglende eller sporadiske erfaringer med frivillighed og foreningsliv.

Samtidig peger fokusgrupperne på en vigtig nuance: Incitamenter virker sjældent alene. At opnå en gevinst – fx mad, billetter eller andre små goder – får størst betydning, når det kobles med de andre faktorer: at blive inviteret og starte sammen med nogle, man kender, eller at få en introduktion, der gør det overskueligt at møde op. Lidt forsimplet er en gratis pizza ikke i sig selv en løsning, men som del af en ramme – hvor man samtidig bliver taget godt imod, får et realistisk billede af aktiviteterne og føler sig tryk, fordi man følges med nogle, man kender – kan den være med til at gøre det første skridt mere attraktivt.

”

Så tror jeg også desværre, kan man næsten sige, at man måske skal appellere lidt mere til det egoistiske i folk. Altså hvis der er en eller anden form for udbytte af at være frivillig, det kan være noget så simpelt, som at du får indflydelse.

Mand, 22 år



Jeg vil da ikke være bleg for at indrømme, at jeg har prøvet at være frivillig nogle gange for at få noget ud af det. Om det så var kompetencer eller en gratis billet til Roskilde Festival eller Smukfest eller gratis mad eller et eller andet. Det har i hvert fald motiveret mig nogle gange.

Kvinde, 27 år

”



INDFLYDELSE

Et særligt "udbytte", som dukker op i fokusgrupperne, er muligheden for indflydelse. Her handler udbyttet ikke om noget materielt, men om at få medbestemmelse og sætte retning: være med til at beslutte, hvordan noget skal fungere, hvordan ressourcer bruges, eller hvordan et fællesskab udvikler sig. Flere fokusgruppemedtagere giver udtryk for, at indflydelse er vigtig, hvis de skal forestille sig at engagere sig i frivillighed og foreningsliv.

Indflydelse som en betydningsfuld faktor for engagement er stort set altid i spil, når motiver kortlægges blandt frivillige med erfaring og kendskab til foreningsdeltagelse. Det er interessant, at gruppen af 16-30-årige uden erfaring ligeledes nævner betydningen af indflydelse, hvis de skal forestille sig at engagere sig som frivillig eller deltage i foreningslivet. Det understreger, at foreninger og organisationer har en vigtig opgave i at tydeliggøre, hvordan indflydelse ser ud hos dem, og hvad man som frivillig eller deltager kan have indflydelse på.

HVORDAN HAR VI GJORT?

Fokusgruppeinterviews

De kvalitative data består af to fokusgruppeinterviews med unge i alderen 16 til 30 år, fordelt i to aldersgrupper:

FOKUSGRUPPE 1:
16-20 ÅR, SYV DELTAGERE

FOKUSGRUPPE 2:
21-30 ÅR, SEKS DELTAGERE

Deltagerne er rekrutteret af Epinion og sammensat med fokus på variation på køn, geografi og uddannelsesbaggrund, så der både indgår unge fra større byer og landkommuner samt unge med videregående uddannelser, erhvervsfaglige uddannelser og igangværende ungdomsuddannelser samt unge i fuldtidsbeskæftigelse. Rekrutteringskriterierne er tilrettelagt for at sikre bredde i livssituationer og hverdagsvilkår, som kan påvirke mulighederne for engagement.

Alle deltagere er inviteret ud fra en præmis om, at de ikke har nogen eller kun minimal erfaring med frivillighed og/eller aktiv foreningsdeltagelse. I interviewene viste det sig dog, at to deltagere alligevel havde relativt omfattende erfaringer fra frivilligt engagement i forskellige sammenhænge. For at fastholde undersøgelsens særlige blik på unge uden erfaring tones disse to deltageres udsagn derfor ned i de dele af analysen, hvor fokus eksplicit er rettet mod barrierer og perspektiver hos unge uden erfaring.

Kvantitative data

De kvantitative data i denne undersøgelse er hentet fra Ungeanalysen 2025 (DUF) og Frivillighedsundersøgelsen 2024 (VIVE). I begge undersøgelser er der adgang til rådata, og det har derfor været muligt at opdele data i relevante kategorier og målgrupper for BÆREKRAFT-undersøgelsen.

DUF's spørgeskemaundersøgelse fra ungeanalysen er en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse besvaret af 1.500 unge mellem 16 og 29 år. Formålet er at afdække unges holdninger til en lang række spørgsmål om ungdomslivet. Dataindsamlingen og -behandlingen er lavet af Epinion fra november 2024 til januar 2025. I BÆREKRAFT-undersøgelsen har vi segmenteret på den andel af de 1.500 respondenter, som svarer, at de aldrig har været medlem og/eller aktiv deltager i en forening.

VIVE's spørgeskemaundersøgelse fra frivillighedsundersøgelsen er internetbaseret med opfølgning pr. telefon. Dataindsamlingen er gennemført af Danmarks Statistik og Norstat i perioden fra den 19. februar til den 14. juni 2024. 8.754 personer har besvaret spørgeskemaet. Frivillighedsundersøgelsen er en repræsentativ befolkningsundersøgelse, der siden 2004 har fulgt udviklingen i danskernes frivillige arbejde. I BÆREKRAFT-undersøgelsen har vi segmenteret på den andel af de 8.757 respondenter, der er mellem 16 og 30 år, og som svarer, at de aldrig har udført frivilligt arbejde.

Desk research

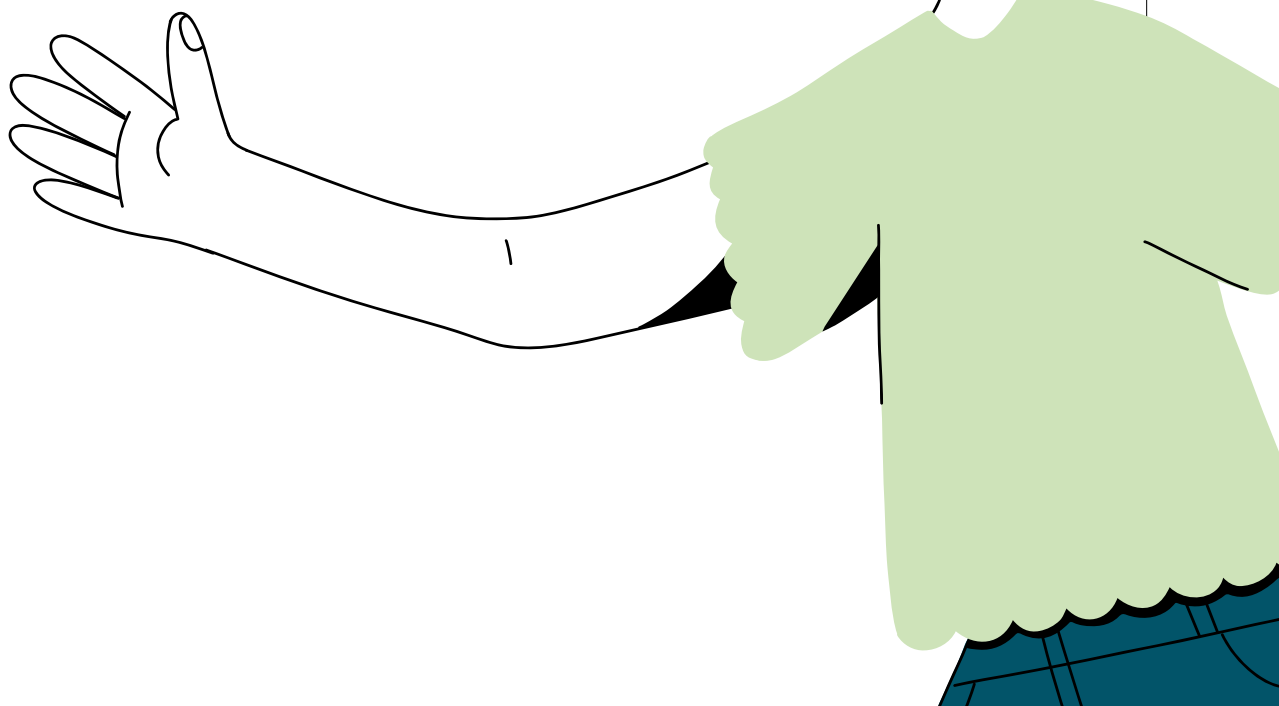
Forud for undersøgelsen er der lavet en desk research for at finde relevant litteratur. Litteraturen har været læst og brugt som ramme for at udforme blandt andet spørgeguide til fokusgruppeinterviews.

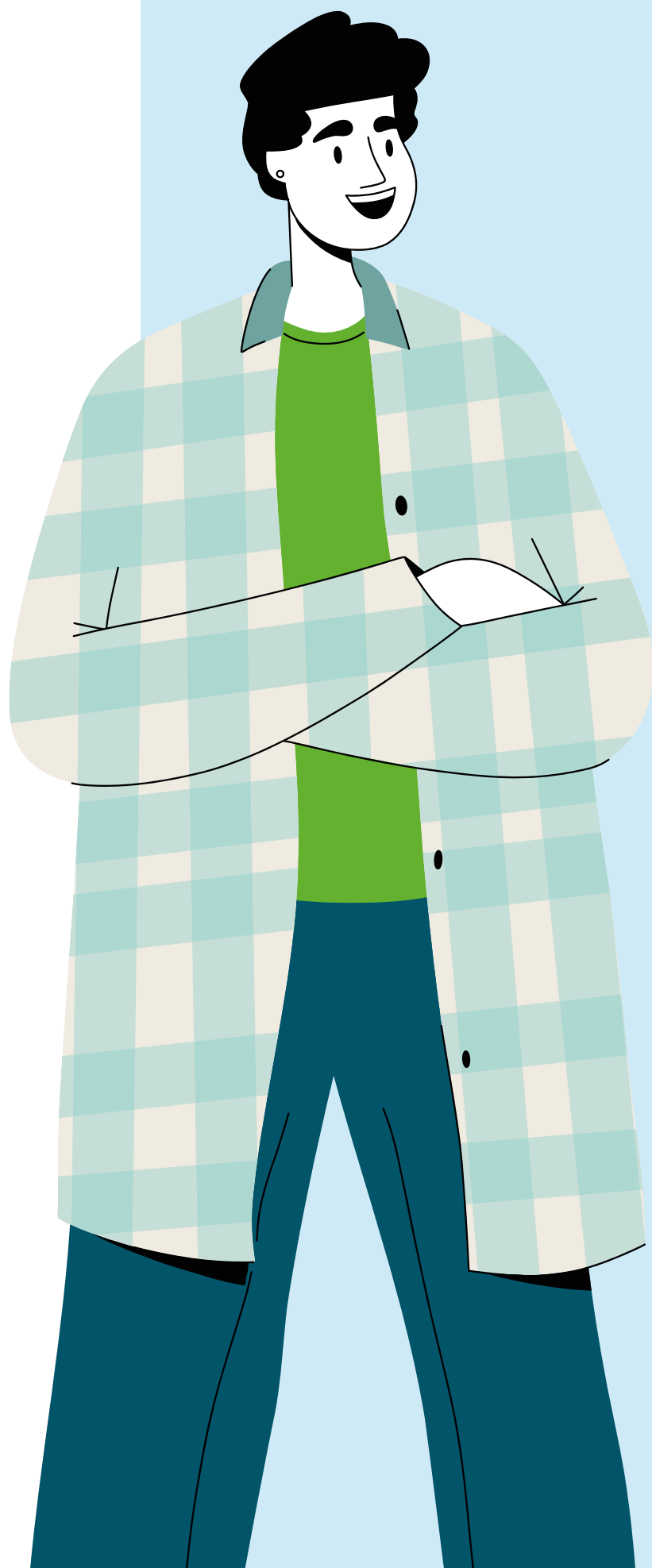
Udgangspunktet for litteratursøgningen var:

- Litteraturoversigt fra DUF
- Gennemgang af litteraturen i CFSA's litteraturoversigt på frivillighed.dk
- Gennemgang af udgivelser fra en række videnscentre og forskningsinstitutioner: Videnscenter for Folkeoplysning (Vifo)/Idrættens Analyseinstitut (Idan), Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund ved Syddansk Universitet samt VIVE, Center for Ungdomsforskning, Danmarks Idrætsforbund (DIF) og Kulturens Analyseinstitut.

Resultatet af ovenstående gav en liste på:

- 45 rapporter, bøger, specialer og afhandlinger
- 11 artikler og bogkapitler





FLERE UNGE MED I FRIVILLIGFÆLLESSKABERNE

- BARRIERER OG MULIGHEDER FOR DELTAGELSE

Udgivet i april 2026 af Dansk Ungdoms Fællesråd
og Center for Frivilligt Socialt Arbejde, 1. udgave

Publikationen kan frit citeres
med angivelse af kilden.

REDAKTION:

Aline Højholt

Katrine Marie Hald Berg

Mette Wang

Malthe Lindholm Sørensen

GRAFISK OPSÆTNING:

Grafisk Afdeling ApS

DUF er en paraply- og interesseorganisation for **78** samfundsengagerende
børne- og ungdomsorganisationer.

DUF fremmer unges deltagelse i foreningslivet og demokratiet.

