



# Parasporten och dess betydelse i samhället

*En kvalitativ studie om arbetet kring att få fler personer med  
funktionsnedsättning att börja idrotta*

Av: Elin Bragnum & Patrick Mallengren

Handledare: Kjell Ljungbo

Södertörns högskola | Institutionen för samhällsvetenskaper

Kandidatuppsats 15 hp

Marknadsföring | Vårterminen 2023

Program: Sport Management

## Förord

Denna C- uppsats är skriven under vårterminen 2023 på Södertörns högskola vid institutionen för samhällsvetenskaper. Till att börja med vill vi rikta ett stort tack till samtliga informanter som deltog i studien, utan er hade det varit omöjligt att genomföra studien. Vi vill även tacka vår handledare Kjell Ljungbo för hans goda vägledning och engagemang under arbetets gång. Slutligen vill vi tacka alla studenter som tagit sig tid att läsa igenom vårt arbete och gett konstruktiv kritik.

## Sammanfattning

Inom EU och alla dess medlemsländer pågår ett ständigt arbete för att förbättra den sociala och ekonomiska situationen för personer med funktionsnedsättning. Tidigare studier indikerar att långvarig aktivitet inom idrott ger fysiska och psykiska fördelar för personer med funktionsnedsättning. Dock finns det en problematik kring att information och kunskap om idrott för personer med funktionsnedsättning inte når fram till målgruppen. Studiens syfte är därmed att undersöka vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att idrotta. Studien ämnar även att undersöka hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta. Studiens teoretiska ramverk utgörs av följande tre teorier: Användning och tillfredsställelseteorin, Kunskapsöversättning och Självbestämandeteorin.

Studien antar en kvalitativ forskningsstrategi med semistrukturerade intervjuer som datainsamlingsmetod. Fem stycken intervjuer genomförs med utgångspunkt från tre olika perspektiv: aktiva paraidrottare, parasportföreningar och parasportförbund. Resultatet och centrala slutsatser av studien visar att en kombination av digitala kanaler och personlig kontakt anses vara den mest lämpliga och trovärdiga kommunikativa vägen att gå. Det finns även en lämplig och trovärdig kommunikationskanal skapad av specialidrottsförbundet Parasport Sverige kallad Parame, men vetskapen om att den finns är begränsad. Vid arbetet av formulering av budskap visade det sig att både normalisera parasporten men även funktionsnedsättningar är viktigt, då en stöttande omgivning är vitalt för att personer med funktionsnedsättning ska våga ta steget till att börja idrotta. Studien visar även att välmående anses vara en viktig motivationsfaktor till att idrotta, då en fysisk tillvaro bidrar till ökad självkänsla och självförtroende.

**Nyckelord:** parasport, funktionsnedsättning, idrott, fysisk aktivitet, kommunikationskanaler, budskap och motivation

## Abstract

Within the EU and all its member countries, ongoing efforts are being made to improve the social and economic situation of people with disabilities. Previous studies indicate that engaging in sports activities on a long-term basis provides physical and psychological benefits for individuals with disabilities. However, there is an issue concerning the dissemination of information and knowledge about sports for people with disabilities reaching the target audience. Therefore, the aim of this study is to examine the communication channels that are considered appropriate and credible for encouraging more individuals with disabilities to engage in sports. The study also intends to explore how sports clubs and sports federations within parasports work on message formulation, as well as how individuals with disabilities are motivated to participate in sports. The theoretical framework of the study consists of the following three theories: Uses and Gratification Theory, Knowledge Translation, and Self-Determination Theory.

The study adopts a qualitative research strategy using semi-structured interviews as the data collection method. Five interviews are conducted based on three different perspectives: active para-athletes, para-sport clubs, and para-sport federations. The results and key findings of the study indicate that a combination of digital channels and personal contact is considered the most appropriate and credible communication approach. There is also an appropriate and credible communication channel established by the specialized sports federation Parasport Sweden, called "Parame", although awareness of its existence is limited. In the process of message formulation, it was found that normalizing parasports and disabilities is important, as a supportive environment is crucial for individuals with disabilities to feel confident in starting to participate in sports. The study also reveals that well-being is considered a significant motivating factor, as a physical presence contributes to increased self-esteem and self-confidence.

**Keywords:** disability sport, disability, sport, physical activity, communication channels, message and motivation

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b>	<b>8</b>
1.1 Bakgrund	8
1.1.1 Funktionsnedsättning och fördomar	9
1.1.2 Idrott som verktyg för välmående	10
1.1.3 Misskommunikation som barriär	11
1.2 Problemformulering	12
1.3 Syfte och forskningsfrågor	13
1.4 Avgränsningar	13
<b>2. Teori</b>	<b>15</b>
2.1 Användning och tillfredsställelseteorin	15
2.2 Kunskapsöversättning	16
2.3 Självbestämmandeteorin	17
2.4 Teorisyntes	18
<b>3. Metod</b>	<b>21</b>
3.1 Forskningsstrategi	21
3.2 Epistemologi och Ontologi	22
3.3 Forskningsdesign	23
3.4 Datainsamlingsmetod	24
3.4.1 Utförande	25
3.5 Dataanalys	26
3.6 Urval	27
3.7 Operationalisering	28
3.8 Trovärdighet och Äkthet	28
3.8.1 Trovärdighet	29
3.8.2 Äkthet	31
3.9 Etiska övervägande	32
<b>4. Empiri</b>	<b>34</b>
4.1 Paraidrottare	34
4.1.1 Kommunikationskanaler	34
4.1.2 Tilltalande budskap	35
4.1.3 Motivationsfaktorer till att idrotta	36
4.2 Idrottsförening	37
4.2.1 Kommunikationskanaler	37
4.2.2 Formulering av budskap	39
4.2.3 Motivationsfaktorer till att idrotta	40
4.3 Idrottsförbund	40
4.3.1 Kommunikationskanaler	41
4.3.2 Formulering av budskap	43
4.3.3 Motivationsfaktorer till att idrotta	45

<b>5. Analys</b>	<b>46</b>
5.1 Kontakt	46
5.2 Varierande budskap	48
5.3 Välmående	50
<b>6. Diskussion</b>	<b>52</b>
6.1 Vikten av trovärdighet	52
6.2 Autonomi - ingen självklarhet	53
6.3 Varierande behov av stöd	54
<b>7. Slutsats</b>	<b>56</b>
7.1 Lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler	56
7.2 Formulering av budskap	56
7.3 Motivationsfaktorer till att idrotta	57
<b>8. Kritik av den egna studien</b>	<b>58</b>
8.1 Metodkritik	58
8.2 Källkritik	59
8.2.1 Empiri	59
8.2.2 Teori	60
8.3 Teorikritik	60
<b>9. Avslutande reflektioner</b>	<b>61</b>
9.1 Studiens bidrag	61
9.2 Förslag på vidare forskning	62
<b>Källförteckning</b>	<b>64</b>
<b>Bilagor</b>	<b>68</b>
Bilaga 1- intervjuguide till idrottsorganisationerna	68
Bilaga 2 - intervjuguide till paraidrottarna	70

# Begreppsförklaring

**Kommunikationsnätverk:** Ett nätverk där personer och organisationer är länkade till varandra genom ett informationsflöde (Jaarsma, Smith & Haslett 2019).

**Kommunikationskanal:** I dagens högteknologiska samhälle finns en mängd olika kommunikationskanaler, då det exempelvis går att kommunicera via telefon, sms, mail eller sociala medier såsom Facebook och Twitter. Även radio och tv är två vanliga kommunikationskanaler. Kommunikation sker även via vanliga konversationer där människor träffar andra människor (CrewCraftSweden 2022).

**Funktionsnedsättning:** En nedsättning av fysisk, psykisk eller intellektuell funktionsförmåga (Socialstyrelsen 2019).

**Habilitering:** Insatser till en person som har en medfödd funktionsnedsättning eller som tidigt i livet har fått en funktionsnedsättning (1177 Region Västerbotten 2022).

**Rehabilitering:** Insatser till en person som har en funktionsnedsättning som uppkommit genom till exempel en olycka eller sjukdom i vuxen ålder (1177 Region Västerbotten 2022).

**Specialidrottsförbund:** Ett idrottsförbund som organiserar en eller flera idrotter (Centrum för idrottsforskning u.å.).

**Parasport:** Samlingsnamnet för sport och idrott för personer med funktionsnedsättning (Parasport Sverige 2023c).

**Parasport Sverige:** Svenska Parasportförbundet och Sveriges Olympiska Kommitté utgör tillsammans Parasport Sverige som är ett specialidrottsförbund som organiserar idrott för personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning. Förbundet leder även arbetet med Special Olympics som är bredd- och motionsidrott för personer med intellektuella funktionsnedsättningar (Parasport Sverige 2023a).

**Paraidrottare:** En person med funktionsnedsättning som har utvecklat färdigheter, fysisk uthållighet och styrka för att delta i sport eller andra fysiska aktiviteter (Karolinska Institutet u.å.).



# 1. Inledning

*I detta inledande kapitel presenteras studiens bakgrund som visar på hur samhällets värderingar och normer har satt sin prägel på det vardagliga och idrottsliga deltagandet hos personer med funktionsnedsättning. Därefter redogör kapitlet för studiens problemformulering som mynnar ut i studiens syfte, forskningsfrågor och avgränsningar.*

## 1.1 Bakgrund

Omkring 87 miljoner människor inom den Europeiska Unionen (EU) har någon form av funktionsnedsättning och många av dessa personer har inte samma möjligheter i livet som andra (Europeiska Kommissionen u.å.). Exempelvis är skolor, arbetsplatser och information inte alltid tillgängliga för personer med funktionsnedsättning och det är även vanligt att personer med funktionsnedsättning blir diskriminerade och dåligt behandlade (ibid). På den svenska arbetsmarknaden är andelen sysselsatta lägre bland personer med funktionsnedsättning än befolkningen i övrigt (Statistiska centralbyrån 2020). År 2020 var sysselsättningsgraden för personer med funktionsnedsättning 67 procent jämfört med 77 procent i befolkningen totalt (ibid). Inom EU och dess medlemsländer pågår det ett ständigt arbete för att förbättra den sociala och ekonomiska situationen för personer med funktionsnedsättning (Europeiska Kommissionen u.å.). En central del i arbetet är att genomföra informationskampanjer som ska bidra till ökad kunskap om livsvillkoren för personer med funktionsnedsättning, uppmärksamma de problem personer med funktionsnedsättning möter i vardagen och vilka verktyg som kan underlätta deras vardag (ibid). Exempelvis anordnar EU kommissionen en konferens varje år i samband med den europeiska dagen med syftet att belysa de barriärer personer med funktionsnedsättning möter i sin vardag (ibid).

Enligt Kunskapsguiden (2022) är målet för hälso- och sjukvården en god hälsa samt en vård på lika villkor för hela befolkningen, dock visar studier på att vården och hälsan hos personer med funktionsnedsättning är ojämlik. Kunskapsguiden (2022) menar att den självskattade goda hälsan bland personer med funktionsnedsättning är betydligt lägre (58 procent) än övrig befolkning (87 procent). Vidare nämner Kunskapsguiden (2022) att bristande kunskap om hälsofrämjande levnadsvanor för personer med funktionsnedsättning upplevs som särskilt bidragande till ohälsa.

Denna brist på kunskap om hälsofrämjande levnadsvanor för personer med funktionsnedsättning är intressant, då tidigare forskning har visat att fysisk aktivitet och idrott är hälsofrämjande för personer med funktionsnedsättning, men ändå är det många personer med diverse funktionsnedsättning som inte idrottar (Haslett, Fitzpatrick & Breslin 2017). Utifrån EU- kommissionens arbete och hur Kunskapsguiden (2022) belyser brist på kunskap kring hälsofrämjande levnadsvanor för personer med funktionsnedsättning, förstås det att det finns ett intresse från personer med funktionsnedsättning, men även från samhället i stort att få en djupare kunskap och hitta mer effektiva kommunikationskanaler för att skapa en inkluderande tillvaro för personer med funktionsnedsättning.

### 1.1.1 Funktionsnedsättning och fördomar

Av cirka 87 miljoner personer med funktionsnedsättning inom EU är det 52 procent som känner sig diskriminerade (Europeiska Kommissionen u.å.). Inom samhället har ett socialt förtryck och nedsättande attityder mot personer med funktionsnedsättning skapats, vilket har försvårat möjligheterna för personer med funktionsnedsättning att ha en fungerande vardag (Haslett, Fitzpatrick & Breslin 2017). Enligt Lindsay, Fuentes, Tomas och Hsu (2022) anses personer med funktionsnedsättning vara en av världens största minoritetsgrupper som upplever diskriminering som är relaterad till sin funktionsnedsättning. Vidare förklarar Lindsay et al. (2022) att negativa attityder och diskriminering är ett av de mest rapporterade hindren för den sociala inkluderingen av personer med funktionsnedsättning på arbetsplatser, vilket har resulterat i kronisk arbetslöshet hos personer med funktionsnedsättning.

Det är även vanligt inom idrotten att personer med funktionsnedsättning inte känner sig välkomna och inte får tillräckligt med stöttning (Legg, Higgs, Douer, Bukhala & Pankowiak 2022). Här är fördomar centralt då stereotypiska bilder inom idrotten av hur en atlet, men även hur en person med funktionsnedsättning ska vara, gör det svårt för personer med funktionsnedsättning att bli en del av idrottsvärlden (ibid). I skolan är det vanligt att barn med diverse funktionsnedsättningar uppmanas till att fokusera på mer akademiska ämnen, istället för att delta i fysiska aktiviteter (ibid). Det har även visat sig att fysioterapi är något som personer med funktionsnedsättning uppmanas till, då idrott anses mer vara en lyx och är därmed inte lika viktig som fysioterapi (ibid).

### 1.1.2 Idrott som verktyg för välmående

Den tidiga utvecklingen och framväxten av parasporten sträcker sig tillbaka till år 1944, då den brittiska regeringen begärde att neurokirurgen Sir Ludwig Guttmann skulle öppna National Spinal Injuries Center (NSIC) vid Stoke Mandeville Hospital i Aylesbury i England (Thomas & Smith 2008). NSIC skulle vara en plats där olika sporter och fysiska aktiviteter skulle fungera som ett verktyg för både fysisk och psykisk rehabilitering av krigssoldater och civila, som fått diverse skador och funktionsnedsättningar till följd av andra världskriget (ibid). Ett rehabiliterande synsätt växte därmed fram efter andra världskriget då idrotten sågs som en rehabiliterande metod (ibid). Detta synsätt kring rehabilitering genom idrott anammades även i Sverige och i maj år 1969 bildades Svenska Handikappidrottsförbundet (Parasport Sverige 2023d). I november samma år valdes Svenska Handikappidrottsförbundet in i Riksidrottsförbundet (RF) som femtionde specialidrottsförbund (ibid). Utvecklingen av Handikappidrottsförbundet var starten på parasporten i Sverige och idag går förbundet under namnet Parasport Sverige (ibid). Parasport Sveriges målgrupper är personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuella funktionsnedsättningar och förbundet sträcker sig över 11 olika idrotter med visionen:

"Bättre idrott för fler - tillsammans skapar vi bästa möjliga förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att idrotta och vara fysiskt aktiva" (Parasport Sverige 2023b).

Med denna vision som grund menar Parasport Sverige (2023b) att de som förbund arbetar mot tre övergripande mål:

1. Parasporten ska ha en självklar plats inom idrottsrörelsen
2. Ett livslångt idrottande för personer med funktionsnedsättning
3. Leda till framgångar i det internationella tävlandet

Att idrotten fungerar som ett verktyg för välmående är något som har konstaterats av tidigare forskning inom ämnet. I en studie av Haslett, Fitzpatrick och Breslin (2017) lyfter författarna fram hur idrotten är bra för personer med funktionsnedsättning både ur ett medicinskt perspektiv i form av förbättrad balans, rörlighet och ökad muskelstyrka, men även sett till sociala faktorer då interaktionen mellan personer med funktionsnedsättning är viktig. Haslett, Fitzpatrick och Breslin (2017) menar även att det är viktigt att ta hänsyn till det psykosociala välbefinnandet som betonar vikten av sociala relationer och interaktioner. Vidare förklarar

Haslett, Fitzpatrick och Breslin (2017) att det handlar om att belysa faran kring att personer med funktionsnedsättning utsätts för isolering, stigmatisering och diskriminering då sjukdom samt hälsa inte är en individuell fråga, utan en social samt kollektiv fråga där samhällets strukturer och relationer påverkar individens hälsa.

I en studie av Pineda, Krampe, Vanlandewijck och Van Biesen (2023) tar författarna upp hur utmaningar kring balansen kan förekomma hos personer med intellektuella funktionsnedsättningar, då det exempelvis kan vara utmanande att stå still på ett objekt som rör sig, som till exempel en tunnelbana. Pineda et al. (2023) belyser därmed vikten av långvarig sportslig aktivitet, då idrott har visat sig vara ett framgångsrikt verktyg till förbättrad balans hos personer med intellektuell funktionsnedsättning. Även Aitchison et al. (2022) lyfter fram idrottens positiva effekter på personer med funktionsnedsättning i form av ökad funktionalitet, minskad ångest, socialisering och en känsla av frihet. Dock har det visat sig i en studie av Makris och Kapetanaki (2022) att trots dessa fysiska och psykiska fördelar idrotten medför, finns det en problematik kring att få personer med funktionsnedsättning att stanna kvar inom idrotten och idrotta livet ut. Denna problematik menar Makris och Kapetanaki (2022) grundar sig i att det idag är vanligt att personer med funktionsnedsättning fastnar på enstaka aktiviteter och inte tränar eller motionerar kontinuerligt. Makris och Kapetanaki (2022) belyser därmed vikten av att förstå olika grupper av människor för att kunna formulera budskap som bidrar till att personer med funktionsnedsättning vill stanna kvar länge inom idrotten. Detta konstateras även av Mysliwiec och Damenko (2015) som betonar att det viktigaste arbetet för att få personer med funktionsnedsättning att vilja idrotta och vara fysiskt aktiva, sker på den lokala nivån.

### 1.1.3 Misskommunikation som barriär

En viktig del i att förstå varför personer med funktionsnedsättning ofta är inaktiva är att det finns olika barriärer som försvårar möjligheterna för personer med funktionsnedsättning att vara fysiskt aktiva (Jaarsma, Smith & Haslett 2019). Exempelvis är höga kostnader, svårt med transporter och brist på aktiviteter vanliga barriärer som lyfts upp (ibid). Dock finns det ytterligare en signifikant barriär som ofta rapporterats av personer med funktionsnedsättning, vilket är brist på information om fysisk aktivitet (ibid). Bristen på information menar Jaarsma, Smith och Haslett (2019) leder till att personer med funktionsnedsättning inte vet var de kan träna, på vilket sätt de kan träna och vilka lokala träningsanläggningar som är tillgängliga samt utformade för personer med diverse funktionsnedsättningar. Newitt, Barnett och Crowe

(2016) menar att informationen från exempelvis vårdpersonal gällande de fysiska förmågorna en person med funktionsnedsättning har inte är tillräcklig, vilket bidrar till att personer med funktionsnedsättning undviker att idrotta.

I en studie av Anderson, Bedini och Moreland (2005) undersökte författarna möjligheterna till idrott för tonårsflickor med funktionsnedsättning i USA. Studien visade att ökad marknadsföring och kunskap till familjer samt tränare efterfrågades för att få fler flickor med funktionsnedsättning att börja idrotta. Jaarsma, Smith och Haslett (2019) menar att organisationer som exempelvis World Health Organization (WHO) arbetar med att utveckla strategier för att skapa bättre förutsättningar och möjligheter till fysisk aktivitet, samt förbättra kommunikationen kring dessa möjligheter så fler personer med funktionsnedsättning får kännedom om idrott. Vidare förklarar Jaarsma, Smith och Haslett (2019) att det har visat sig att informationen angående fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning inte når fram till de personer som är i behov av den. Därmed poängterar Jaarsma, Smith och Haslett (2019) att det finns en misskommunikation mellan de som sänder informationen (organisationerna) och mottagarna av informationen (personer med funktionsnedsättning).

## 1.2 Problemformulering

Misskommunikationen mellan organisationer och personer med funktionsnedsättning som Jaarsma, Smith och Haslett (2019) tar upp i sin studie gällande var personer med funktionsnedsättning kan träna, på vilket sätt de kan träna och vilka lokala träningsanläggningar som är tillgängliga samt utformade för personer med diverse funktionsnedsättning, visar att det finns en kunskapslucka när det kommer till hur information om parasport ska nå fram till personer med funktionsnedsättning. Denna kunskapslucka är problematisk då Sveriges riksdag (2020) redovisar siffror från Statistiska centralbyrån som visar att var femte ung person med funktionsnedsättning mellan 16 och 29 år aldrig motionerar. Detta är enligt Sveriges riksdag (2020) dubbelt så höga siffror som för övriga personer i samma ålder och ohälsa är nästan tio gånger vanligare bland personer med funktionsnedsättning jämfört med befolkningen i övrigt. Haslett, Fitzpatrick och Breslin (2017) förklarar i sin studie att misskommunikationen mellan organisationer och personer med funktionsnedsättning gör att personer med funktionsnedsättning går miste om de positiva effekterna som fysisk aktivitet bidrar till, både sett till fysiska och psykiska aspekter.

Problemet som denna studie ämnar att undersöka grundar sig därmed inom kommunikation som huvudsakligt teoretiskt fält, då det handlar om att identifiera kommunikationsstrategier som minskar misskommunikationen och kunskapsluckan mellan organisationer och personer med funktionsnedsättning. Dock är det viktigt att förstå att problemet även befinner sig inom en idrottslig kontext, mer specifikt Sport Management som teoretiskt fält, då det genom identifieringen av effektiva kommunikationsstrategier handlar om att locka fler personer med funktionsnedsättning till idrotten.

### 1.3 Syfte och forskningsfrågor

Syftet med studien är att få en djupare förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att idrotta. Studien ämnar även att undersöka hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta.

Studien utgår därmed från följande tre forskningsfrågor:

- Vilka kommunikationskanaler anses vara lämpliga och trovärdiga och i så fall varför, för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta?
- Hur arbetar idrottsföreningar och idrottsförbund med formulering av budskap inom parasporten för att locka till sig fler utövare?
- Hur motiveras personer med funktionsnedsättning till att idrotta?

### 1.4 Avgränsningar

Studien undersöker vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga, samt hur idrottsorganisationer arbetar med formulering av budskap för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta. Studien ämnar även att undersöka hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta och då det är parasporten som är i fokus, intervjuas enbart idrottsorganisationer och idrottare som är aktiva inom parasporten. En geografisk avgränsning tillämpas då det bara är svenska idrottsföreningar, idrottsförbund och idrottare inom parasporten som deltar i studien. Studien avgränsas inte till någon specifik åldersgrupp, typ av funktionsnedsättning eller idrott. För utförligare motiveringar kring varför

studien väljer att inte avgränsa till någon specifik åldersgrupp, typ av funktionsnedsättning eller idrott se metodkapitel punkt 3.6 Urval. Se även studiens teoriavsnitt för utförligare motiveringar av studiens tre valda teorier.

## 2. Teori

*Detta kapitel behandlar olika teoretiska utgångspunkter som är av betydelse för studiens syfte och forskningsfrågor. Följande tre teorier presenteras: Användning och tillfredsställelseteorin, Kunskapsöversättning och Självbestämmandeteorin. Avslutningsvis redovisas en teorisyntes som beskriver hur teorierna hör ihop med varandra.*

### 2.1 Användning och tillfredsställelseteorin

Studien ämnar att undersöka vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, därmed behövs en bakgrund till vilka kommunikationskanaler som är attraktiva. Användning och tillfredsställelseteorin är en kommunikationsteori som fokuserar på hur människor väljer och använder olika medier för att tillfredsställa sina behov, samt önskningar (Ma, Zhang, Li & Wu 2019). Till skillnad från andra kommunikationsteorier bygger denna teori på antagandet att individer inte passivt exponeras för massmedia, utan individerna gör själva ett aktivt val av vilken typ av medier de vill använda och hur de vill använda dem (ibid). Enligt teorin baseras valet av medier på individuella preferenser då exempelvis vissa personer vill läsa tidningen, titta på tv eller lyssna på radio, medan andra föredrar internet och mer digitala kanaler (ibid). Det spelar därmed ingen roll hur kraftfull en kommunikationskanal är utan faktum är att en kommunikationskanal enbart blir relevant för oss människor, om den tillfredsställer våra praktiska och psykologiska behov (ibid). Ma et al. (2019) förklarar att mottagarnas skäl till att använda olika medier kan delas in i fem olika kategorier av behov: kognitiva, affektiva, självbekräftelse, socialt och eskapism.

Kognitiva behov innebär att skaffa sig mer information, kunskap och förståelse för att främja lärande samt intellektuell stimulans (Ma et al. 2019). Affektiva behov är mer emotionella eller känslomässiga behov som en individ har och detta behov är viktigt, då de är kopplat till en individs självkänsla och önskan att känna sig uppskattad, trygg samt respekterad (ibid). Självbekräftelsebehov handlar om att känna sig accepterad av sig själv vilket leder till bra självförtroende, stabilitet och status (ibid). Det sociala behovet rör en individs sociala relationer med exempelvis familj och vänner och dessa relationer, skapar en känsla av samhörighet samt tillhörighet (ibid). Det sista och femte behovet eskapism innebär att minska påfrestningar och stress genom att fly från verkligheten, samt skapa utrymme för en paus i vardagen (ibid).



I och med att denna teori utgår från mottagarens perspektiv är det en teori som är användbar för att skapa en förståelse för varför människor väljer att använda vissa medier (ibid). Genom denna kunskap kan företag och organisationer bli mer effektiva i sina kommunikationskanaler för att nå ut med rätt budskap, till rätt målgrupp (ibid).

## 2.2 Kunskapsöversättning

Kunskapsöversättning är en teori som används för att underlätta och förbättra översättningen av kunskap från forskning, till praktisk användning i samhället (Jaarsma, Smith & Haslett 2019). Det kan exempelvis handla om identifiering av forskningsresultat, sammanställning av kunskap och utveckling av kommunikationsstrategier för att göra kunskapen tillgänglig för olika målgrupper (ibid). Jaarsma, Smith och Haslett (2019) förklarar att teorin utgår från fem principer som skapar ett ramverk för att på ett effektivt sätt överföra kunskapen:

1. Förstå målgruppen
2. Skraddarsy budskap som passar målgruppen
3. Använda trovärdiga budbärare
4. Använda effektiva metoder för att leverera budskap
5. Mäta effektiviteten av kunskapsöversättning

Dessa fem principer inom teorin är enligt Jaarsma, Smith och Haslett (2019) viktiga för att utveckla effektiva kommunikationsstrategier. Principerna kan även kopplas till Lavis, Robertson, Woodside, McLeod och Abelson (2003) som menar att organisationer både lägger ner tid och pengar på forskning och kunskapsöversättning är därmed ett bra ramverk att nyttja, så organisationernas resurser nyttomaximeras och forskningsresultaten når ut till de berörda målgrupperna i samhället.

Genom kunskapsöversättning som ramverk kan en bättre förståelse kring hur individer fungerar och interagerar med varandra inom ett kommunikationsnätverk skapas (Jaarsma, Smith & Haslett 2019). Exempelvis kan ny information och kunskap om möjligheter till fysisk aktivitet flöda inom ett kommunikationsnätverk bestående av kompisar, familjer och vårdpersonal till personer med funktionsnedsättning (ibid). Jaarsma, Smith och Haslett (2019) förklarar att det är viktigt att personer som arbetar inom organisationer för parasporten ingår i

kommunikationsnätverket, då en bra och regelbunden kontakt mellan dessa intressenter är väsentlig för att öka mottagandet av värdefull information.

## 2.3 Självbestämandeteorin

Självbestämandeteorin är en teori om mänsklig motivation som har tillämpats inom områdena hälsa, utbildning, arbete samt idrott och enligt denna teori, kommer en bra motivation inifrån då personer som är motiverade kan lära sig nya saker, samt ändra sina vanor mer effektivt än omotiverade personer (Ng et al. 2012). En beteendeförändring blir även mer varaktig om personen i fråga är motiverad (ibid). Brittain, Biscaia och Gérard (2019) beskriver hur självbestämmande ligger nära idén om bemyndigande, då en person ska ha makt och kontroll över sina egna beslut, val samt värderingar. Vidare förklarar Brittain, Biscaia och Gérard (2019) att utgångspunkten för denna teori är att självbestämmande stöds av tre viktiga begrepp: autonomi, kompetens och tillhörighet.

Begreppet autonomi är sammankopplat till att individer ska känna sig fria i sina egna handlingar då det är individen själv som ska ha kontroll över olika situationer (Brittain, Biscaia & Gérard 2019). Den största missuppfattningen som personer med funktionsnedsättning upplever är att de anses vara inkapabla till att fatta sina egna beslut (ibid). Autonomi för personer med funktionsnedsättning minskar även genom negativa attityder mot personer med funktionsnedsättning, som leder till försämrade möjligheter när det kommer till deltagande inom idrott (ibid). Begreppet kompetens innebär enligt Brittain, Biscaia och Gérard (2019) att individer vill lära sig nya färdigheter samt få nya erfarenheter och när en individ har gjort någonting bra, förstärks kompetensen. Vidare förklarar Brittain, Biscaia och Gérard (2019) att självupplevd kompetens är relaterat till idrottsdeltagande då fysisk aktivitet stärker den självupplevda kompetensen genom att en tilltro till den egna förmågan skapas, vilket gör att en person med funktionsnedsättning kan känna sig mer självständig.

Tillhörighet är det tredje och sista begreppet som utgör denna teori och ett av de starkaste behoven som finns för individer är en känsla av grupp tillhörighet, då meningsfulla relationer med andra är viktigt (Brittain, Biscaia & Gérard 2019). Idrotten är därmed en bra plats där relationer kan skapas och olika erfarenheter kan delas (ibid). Bristen på utbud och möjligheter till idrott gör det svårare för personer med funktionsnedsättning att bygga sociala nätverk och en person som saknar en känsla av tillhörighet, känner sig ofta utanför och ignorerade (ibid).

Brittain, Biscaia och Gérard (2019) beskriver hur tidigare studier har visat att möjligheter till självbestämmande försämrats om en person har en funktionsnedsättning. Brittain, Biscaia och Gérard (2019) menar att självbestämmande är en nyckelfaktor för att uppnå individuella mål och det är därmed viktigt att personer med funktionsnedsättning får vara autonoma, utveckla kompetens och känna en tillhörighet. Detta kan kopplas till Idrottsforskning (2019) som menar att självbestämmande motivation gör att en individ anstränger sig mer, har roligare och stannar kvar inom olika aktiviteter längre.

## 2.4 Teorisyntes

Användning och tillfredsställelseteorin är relevant för studien då dess teoretiska utgångspunkt kring en individs aktiva val av kommunikationskanal, kan kopplas till studiens forskningsfråga angående vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att idrotta. För att få svar på vilka kommunikationskanaler som är lämpliga och trovärdiga att använda, är det väsentligt för idrottsorganisationer inom parasporten att veta vilka kommunikationskanaler som är attraktiva hos personer med funktionsnedsättning. Kunskapsöversättningsteorin kan mer specifikt kopplas till studiens forskningsfråga gällande hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten arbetar med formulering av budskap, då teorins fem principer är centrala vid arbetet av formulering av budskap.

Användning och tillfredsställelseteorin och kunskapsöversättningsteorin hör ihop med varandra då beskrivningen av användning och tillfredsställelseteorin som presenterades av Ma et al. (2019) visar att utgångspunkten för teorin är att en individs val av kommunikationskanal, baseras på individuella preferenser och det är därmed väsentligt för organisationer att förstå sin målgrupp. Detta kan kopplas till Jaarsma, Smith och Haslett (2019) redogörelse kring teorin kunskapsöversättning där vikten av att förstå målgruppen, skrädarsy budskap som passar målgruppen och använda effektiva metoder för att leverera budskap lyfts fram. Kunskapsöversättningsteorin fungerar även som ett stöd för att förstå hur personer interagerar med varandra i ett kommunikationsnätverk. Genom kunskapsöversättningsteorin och de fem kategorier av behov som är centrala inom användning och tillfredsställelseteorin, kan en djupare förståelse kring hur olika intressenter integrerar med varandra inom ett kommunikationsnätverk tas fram.

En ytterligare del i hur användning och tillfredsställelseteorin kan kopplas samman med kunskapsöversättningsteorin är hur Ma et al. (2019) förklarar att det inte spelar någon roll hur kraftfull en kommunikationskanal är, utan en kommunikationskanal är enbart relevant om den uppfyller en individs behov. Denna utgångspunkt för användning och tillfredsställelseteorin hör ihop med Jaarsma, Smith och Hasletts (2019) beskrivning av kunskapsöversättningsteorins princip två och tre, som säger att trovärdiga budbärare och skraddarsydda budskap som passar målgruppen är viktigt. För om ett förmedlat budskap från en organisation inte är trovärdigt eller relevant för målgruppen kommer budskapet inte att nå fram och detta är oavsett hur kraftfull eller populär en kommunikationskanal är.

Tillsammans är dessa två teorier intressanta då användning och tillfredsställelseteorin utgår från mottagarnas perspektiv (exempelvis personer med funktionsnedsättning) medan kunskapsöversättningsteorin utgår från sändarnas perspektiv (företag och organisationer). De två olika perspektiven är grundläggande byggstenar för att få en djupare förståelse kring hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten kan arbeta med formulering av budskap och val av kommunikationskanaler för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, vilket är syftet med studien.

Den tredje teorin som utgör studiens teoretiska ramverk är självbestämmandeteorin. I och med att denna teori omfattar området mänsklig motivation och fokuserar på att förstå varför och hur människor motiveras till att agera samt göra olika val, ansågs teorin vara relevant för studiens tredje forskningsfråga som handlar om att få svar på hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta. Teorin har även tillämpats inom området idrott sedan tidigare vilket gör att teorin passar in med studiens syfte.

De tre begreppen autonomi, kompetens och tillhörighet som Brittain, Biscaia och Gérard (2019) beskriver som utgångspunkten för teorin, kan kopplas till de fem kategorierna av behov inom användning och tillfredsställelseteorin. Att individer ska känna sig fria i sina egna handlingar då det är individen själv som ska ha kontroll över olika situationer är viktigt för att en individ ska vara autonom. Autonomi är därmed centralt för att uppfylla en individs självbekräftelsebehov då det är svårt för en individ att känna sig accepterad och bygga upp ett bra självförtroende, om rätten till självbestämmande över att styra över sina egna handlingar inte finns. Autonomi hör även ihop med affektiva behov då en person som inte får styra över sina handlingar eller sina egna beslut, påverkas emotionellt genom att inte känna sig respekterad.

Begreppet kompetens med innebörden att individer vill lära sig nya färdigheter och få nya erfarenheter kan kopplas samman med kognitiva behov. Genom att ta del av ny information och kunskap tillgodoses en persons kognitiva behov och när en person lärt sig någonting nytt eller gjort något bra, förstärks kompetensen. Det tredje och sista begreppet som Brittain, Biscaia och Gérard (2019) redogör för är tillhörighet. Att känna tillhörighet och ha meningsfulla relationer med andra är viktigt för en persons sociala behov. Idrotten är ett bra exempel på en plats där personer erbjuds möjligheten till att bygga sociala nätverk och få uppleva känslan av grupp tillhörighet, men idrotten är även ett bra sätt att skapa utrymme för en paus i vardagen. Detta hör ihop med eskapism som är det sista behovet inom användning och tillfredsställelseteorin, då en paus i vardagen är viktigt för att minska påfrestningar och stress.

Användning och tillfredsställelseteorin hör även ihop med självbestämmandeteorin på det sättet att självbestämmande ligger nära idén om bemyndigande, då en person ska ha makt och kontroll över att fatta sina egna beslut (Brittain, Biscaia & Gérard 2019). Detta kan kopplas till Ma et al. (2019) beskrivning av användning och tillfredsställelseteorin som säger att en person gör ett aktivt val när det kommer till användandet av olika kommunikationskanaler. Kunskapsöversättningsteorin och självbestämmandeteorin har begreppet kunskap som en gemensam faktor. För att forskning ska kunna gå från teori till att fungera i praktiken och samhället, är rätt kunskap om forskningen viktigt. Inom kunskapsöversättningsteorin kan det exempelvis handla om kunskap kring hur kommunikationsstrategier kan utvecklas för att bli tillgängliga för olika målgrupper. Då självbestämmandeteorin är en teori om mänsklig motivation handlar det inom detta område mer om en utökad kunskap om motivation för att en person ska kunna bli självbestämmande och ha en aktiv vardag.

### 3. Metod

*Studien antog en kvalitativ forskningsstrategi med utgångspunkt i en tvärsnittsdesign och i följande kapitel redovisas en motivering till dessa val. Kapitlet redogör även för studiens epistemologi och ontologi, samt presenteras en redogörelse för studiens utförande som baserades på intervjuer som datainsamlingsmetod. Därefter berörs studiens dataanalys, urval, operationalisering samt relevanta kvalitets- och äkthetskriterier. Slutligen granskas studien utifrån fem olika etiska principer.*

#### 3.1 Forskningsstrategi

Studien utgick från en kvalitativ forskningsstrategi vars syfte är att förstå och beskriva olika egenskaper på djupet av det som studeras genom att samla in, samt analysera textuella data (Johannessen, Tufto och Christoffersen 2020, ss. 15-16). Enligt Backman (2016, s. 62) söker den kvalitativa forskningsstrategin likheter och/eller skillnader mellan individer i olika avseenden, då det handlar om att identifiera mönster, teman och nyanser i data för att förstå underliggande processer. Då studien ämnade att skapa en förståelse för vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, samt hur idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten arbetar med formulering av budskap, ansågs en kvalitativ forskningsstrategi vara relevant då informanternas svar kunde förstås och tolkas på ett mer djupgående samt individuellt plan.

Utförandet av studien baserades på abduktion som forskningsansats och enligt Alvesson och Sköldberg (2017, s. 13) innebär abduktion en alternering av deduktiv och induktiv ansats. Hurley, Dietrich och Rundle-Thiele (2021) menar att abduktion utgår från empirisk data likt induktion, men en abduktiv ansats inkluderar även det deduktiva tillvägagångssättet genom tillämpning av befintliga teorier. Alvesson och Sköldberg (2017, s. 13) förklarar att en abduktiv ansats genom både teoretiska föreställningar och empiriska fakta, söker underliggande mönster för att skapa en bredare grund som inbegriper förståelse. En abduktiv ansats var därmed relevant för studien, då syftet med studien var att bidra till en ökad förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga, samt hur idrottsförbund och idrottsföreningar arbetar med formulering av budskap inom parasporten för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta. Studiens

deduktiva del byggdes upp av de tre teorier som utgör studiens teoretiska ramverk. Utifrån det teoretiska ramverket skapades två intervjuguider som intervjuerna utgick ifrån. Det teoretiska ramverket användes sedan för att analysera den insamlade empirin.

Studiens induktiva del utgjordes av att olika uppfattningar som visade sig vara betydande för studiens resultat kunde bildas utifrån det empiriska materialet. Dessa uppfattningar ledde fram till centrala slutsatser utifrån en samling enskildheter och enligt Alvesson och Sköldberg (2017, ss. 12-13) karaktäriserar detta en induktiv ansats.

## 3.2 Epistemologi och Ontologi

Studien utgick från kvalitativ data med fokus på att tolka och få en djupare förståelse, därmed grundade sig studiens epistemologi i ett tolkande synsätt i form av interpretativism. Bryman och Bell (2017, s. 47) menar att en studies epistemologi handlar om vilken kunskapsteoretisk inriktning en studie har och vad för typ av kunskap som är av betydelse för forskningsprocessen. Begreppet interpretativism även kallat tolkningsperspektivet, rymmer enligt Bryman och Bell (2017, s. 49) en kunskapsuppfattning som drar sig från det naturvetenskapliga synsättet. Vidare förklarar Bryman och Bell (2017, s. 49) att inom interpretativism finns det inte en objektiv och neutral verklighet som kan observeras, utan snarare att det finns flera olika tolkningar och perspektiv. Mer specifikt antogs ett hermeneutiskt synsätt i denna studien, vilket enligt Kvale och Brinkman (2014, s. 74) innebär att texter tolkas och studeras i syfte att öka förståelsen kring texternas innebörd. Det hermeneutiska synsättet passade studien väl då syftet med studien var att få en djupare förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga, samt hur arbetet kring formulering av budskap går till i olika situationer.

Begreppet ontologi handlar om synen på verkligheten och kan delas in i två inriktningar: objektivism och konstruktivism. Objektivism som ontologisk ståndpunkt innebär att verkligheten existerar oberoende av mänskliga uppfattningar eller medvetande, det finns en objektiv verklighet med absoluta sanningar (Bryman & Bell 2017, s. 52). Konstruktivism som ontologisk ståndpunkt handlar om att olika sociala händelser och deras mening är något som sociala aktörer kontinuerligt skapar (ibid. s. 53). Då utgångspunkten för denna studie var att lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler och budskap skapas i samspel mellan personer med funktionsnedsättning och idrottsorganisationer inom parasporten, antog studien

konstruktionism som ontologisk ståndpunkt. Konstruktionism som ontologisk ståndpunkt var relevant för studien då Bryman och Bell (2017, s. 58) menar att sociala händelser inte enbart skapas vid socialt samspel, utan olika sociala händelser är i ett tillstånd av ständig förändring. Vidare förklarar Bryman och Bell (2017, s. 58) att den sociala verkligheten är en produkt av mänskligt perspektiv, tolkningar och samhällseliga normer samt värderingar som förändras med tiden.

### 3.3 Forskningsdesign

En studies forskningsdesign utgör en struktur som styr och vägleder hur forskarna använder sig av en viss metod och hur den data samt information som framkommer analyseras (Bryman & Bell 2017, s. 67). Denna studies forskningsdesign baserades på en tvärsnittsdesign. En tvärsnittsdesign innebär att data samlas in vid en viss tidpunkt eller under en kort tidsperiod (Bangdiwala 2019) och det är en effektiv forskningsdesign att använda, när forskningsresurserna är knappa (Spector 2019). Eftersom denna studie är en C-uppsats skriven vid Södertörns högskola var utförandet begränsat till en specifik tidsram med begränsade resurser, därmed ansågs en tvärsnittsdesign vara relevant. Bryman och Bell (2017, s. 81) menar att forskare som tillämpar en tvärsnittsdesign är intresserade av en variation av olika fall och enligt Bryman och Bell (2017, s. 81), kan ett fall avse individer, familjer, organisationer eller nationer. Vidare förklarar Bryman och Bell (2017, s. 81) att denna variation enbart kan skapas om mer än ett fall studeras och forskare som lägger upp sin forskning på detta sätt, väljer ofta fler fall än två så tydliga skillnader mellan de olika fallen kan identifieras. Valet av tvärsnittsdesign ansågs därmed även vara relevant utifrån att denna studie undersökte fem stycken fall som utgjordes av tre olika organisationer i form av en idrottsförening och två specialidrottsförbund inom parasporten. De två andra fallen utgjordes av två individer i form av två aktiva paraidrottare. Genom denna variation av olika fall kunde författarna av studien ta del av olika perspektiv, vilket var viktigt för att ta reda på vilka kommunikationskanaler som både idrottarna, idrottsföreningarna och idrottsförbunden inom parasporten anser vara trovärdiga och lämpliga. De olika perspektiven var även viktiga för att få en inblick i hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt vilka budskap paraidrottarna anser är tilltalande.

Som forskningsdesign placeras tvärsnittsdesign ofta i ett kvantitativt sammanhang, då bedömningen av denna design bygger på kriterier som förknippas med kvantitativ



forskningsstrategi (Bryman & Bell 2017, s. 84). Innebörden av ett kvantitativt sammanhang och kvantitativ forskningsstrategi är att forskningen är inriktad på siffror och siffermässiga mätmetoder, med fokus på att den insamlade data ska bistå med generaliseringar (ibid, ss. 395-396). Det är dock viktigt att vara medveten om att även kvalitativ forskning ofta rymmer en form av tvärsnittsdesign, då ett typiskt exempel är när forskare använder sig av semistrukturerade eller ostrukturerade intervjuer med ett antal människor (ibid). I och med att denna studie är kvalitativ lagd och det empiriska materialet samlades in med hjälp av semistrukturerade intervjuer var en tvärsnittsdesign passande. Genom en tvärsnittsdesign i form av semistrukturerade intervjuer kunde en djupare förståelse av hur den nuvarande situationen ser ut för idrottsorganisationer och idrottare gällande det kommunikativa arbetet inom den svenska parasporten tas fram, vilket var syftet med studien. Detta stöds av Denscombe (2014) som förklarar att tvärsnittsstudier i form av intervjuer ger en detaljerad bild av nuläget. Även Wang och Cheng (2020) lyfter fram att resultatet från flera olika intervjuer inom en tvärsnittsstudie kan användas för att skapa en djupgående forskningsstudie.

### 3.4 Datainsamlingsmetod

Tillvägagångssättet för att samla in det empiriska materialet skedde i form av fem stycken semistrukturerade intervjuer. Innebörden av en semistrukturerad intervju är enligt Kvale och Brinkman (2014, s. 45) att intervjun liknar ett vanligt vardagssamtal, men är till viss del strukturerad i form av en intervjuguide. Kallio, Pietilä, Johnson och Kangasniemi (2016) menar att syftet med intervjuguiden är att den ska täcka studiens huvudämnen och att forskarna kan samla in liknande information från samtliga informanter, som deltar i studien. Då två av informanterna som deltog i studien intervjuades som privatpersoner i form av aktiva paraidrottare och tre av informanterna representerade olika parasportorganisationer, skilde sig upplägget kring frågorna någorlunda mellan intervjuerna (se bilaga 1 & 2). Detta var viktigt för att få ut ett empiriskt material som skildrade både paraidrottarnas och parasportorganisationernas syn på vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta. Två olika intervjuguides var även viktigt för att se vilka budskap från parasportorganisationerna som paraidrottarna anser är tilltalande.

Valet av att använda semistrukturerade intervjuer som datainsamlingsmetod baserades på hur Bryman och Bell (2017, s. 452) förklarar att det inom kvalitativa studier är önskvärt att låta intervjuerna röra sig i olika riktningar, eftersom det ger kunskap om vad informanterna upplever vara relevant och viktigt. På så sätt liknade intervjuerna som denna studie bygger på mer vardagliga samtal där informanterna gavs utrymme att prata fritt. Detta resonemang stöds även av Kvale och Brinkman (2016 s. 166) som menar att fördelen med semistrukturerade intervjuer är att samtidigt som intervjuguiden bistår med förslag till frågor för intervjuaren, så finns möjligheten till förändringar under intervjuens gång vad gäller frågornas form och ordningsföljd. Detta kan exempelvis jämföras med strukturerade intervjuer som Bryman och Bell (2017, s. 452) beskriver utgår från en tydligt formulerad uppsättning frågeställningar som ska följa en bestämd riktning och ordningsföljd.

Genom denna flexibilitet som karakteriserar semistrukturerade intervjuer kunde en mer avslappnad stämning mellan informanterna och intervjuaren skapas då informanterna kunde besvara frågorna på sitt egna sätt och beskriva personliga upplevelser mer öppet, samt att det fanns utrymme för intervjuaren att ställa följdfrågor. Denna del i studiens datainsamlingsmetod var viktig då informanterna genom att dela med sig av sina personliga upplevelser bidrog till en djupare förståelse kring studiens forskningsfrågor, vilket var syftet med studien. Att semistrukturerade intervjuer bidrar till en stämning där informanterna vågar prata öppet stöds av Kallio et al. (2016) som menar att semistrukturerade intervjuer har visat sig vara framgångsrika i att skapa ömsesidighet mellan intervjuaren och informanten.

### 3.4.1 Utförande

Samtliga intervjuer genomfördes via Microsoft Teams och tog ca 30-60 minuter. Inför intervjuerna blev informanterna upplysta om studiens syfte, hur det empiriska materialet skulle behandlas och informanternas rätt till att avbryta intervjun när de vill (se bilaga 1 & 2). För att få en så detaljerad analys som möjligt och för att fånga informanternas svar i deras egna ordalag spelades samtliga intervjuer in, men detta efter att informanterna givit sitt godkännande om att bli inspelade. Under samtliga intervjuer användes intervjuguiderna som stöd och efter varje intervju transkriberades inspelningarna och jämfördes med varandra. Studiens båda författare kunde inte närvara vid samtliga intervjuer så två av studiens fem intervjuer genomfördes med endast en av författarna.

Det faktum att två av studiens intervjuer genomfördes med endast en av författarna kan ha påverkat intervjuerna negativt, då en fördel med att vara mer än en intervjuare är att en av intervjuarna kan inta en mer passiv roll och på så sätt få en helhetsbild av hur intervjun utvecklas (Bryman & Bell 2017, s. 459). Den passiva intervjuaren kan även ingripa om intervjuaren upplever att det behövs undersökas mer kring en viss fråga (ibid). Dock kan vissa personer som intervjuas av mer än en intervjuare uppleva det hotfullt att frågas ut av exempelvis två intervjuare, samt att det kan vara olämpligt att vara mer än en intervjuare i vissa sociala grupperingar (ibid). Att en av författarna av denna studie höll två intervjuer själv behöver därmed inte enbart ses som negativt, då en intervjuare kan ha tillfört att en tryggare atmosfär skapades mellan intervjuaren och informaterna. Detta kan ha bidragit till att informaterna blev mer avslappnade och vågade prata mer fritt.

### 3.5 Dataanalys

Den insamlade empirin analyserades utifrån tematisering som analysmetod. Enligt Hjerm, Lindgren och Nilsson (2014, s. 63) innebär tematisering att enskilda koder i det empiriska materialet identifieras och tillsammans, skapar dessa koder en mer övergripande tematisk struktur i det empiriska materialet. Hjerm, Lindgren och Nilsson (2014, s. 45) förklarar att begreppet koder innebär nyckelord som i någon mening exemplifierar samma sak i det empiriska materialet. Vid analys av kvalitativ data menar Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 153) att det inte alltid är lätt att veta hur analysen ska påbörjas, då det är svårt att få en överblick över den information som finns i det empiriska materialet. Tematisering som analysmetod ansågs därmed vara ett bra analysverktyg då det empiriska materialet inledningsvis kunde ordnas grovt genom kodning. Tillvägagångssättet för kodningsprocessen inleddes med att de koder som var återkommande i samtliga intervjuer initialt rödmarkerades i transkriberingstexterna. Därefter plockades koderna ut och sorterades i form av en begreppslista. Kodningsprocessen var iterativ då flera genomgångar av materialet genomfördes tills inga nya koder tillkom och mättnad hade uppstått. Detta menar Hjerm, Lindgren och Nilsson (2014, s. 34) innebär att bearbetningen av data sker i en cirkulär process, även kallat den hermeneutiska spiralen där tolkningar växer fram växelvis mellan den befintliga kunskapen och ny kunskap.

När den uppsättning koder som identifierats började anta en mer stabil form kunde likheter och skillnader mellan koderna urskiljas. De koder som påvisade likheter kunde kopplas

samman med varandra och på så sätt bilda tematiska relationer. Avslutningsvis bröts dessa tematiska relationer ner till följande tre teman: kontakt, varierande budskap och välmående. Temana kunde sedan kopplas samman med studiens teoretiska ramverk, samt att respektive tema stod i relation till varsin av studiens forskningsfrågor.

### 3.6 Urval

Studiens urval baserades på ett snöbollsurval och enligt Bryman och Bell (2017, s. 412) är ett snöbollsurval en urvalsteknik där forskarna initialt väljer ut en mindre grupp av människor, som är av relevans för en studies forskningsfrågor. Vidare förklarar Bryman och Bell (2017, s. 412) att dessa individer föreslår andra personer som har den erfarenhet eller de egenskaper som är viktiga för forskningen. Urvalsprocessen för denna studie inleddes med att en organisation som är drivande inom svensk parasport kontaktades via mail. Därefter föreslog denne kontakt andra personer och organisationer som var av intresse för studien. Under urvalsprocessen var det viktigt att hela tiden ha i åtanke att samtliga personer och organisationer som föreslogs som potentiella intervjukandidater, valdes ut på grundval av kriterier som skulle göra det möjligt att besvara studiens forskningsfrågor. Detta stöds av Bryman och Bell (2017, s. 405) som menar att forskningsfrågorna kan ge vägledning avseende vilka individer som ska stå i fokus för uppmärksamheten och därför väljas ut. Urvalet i studien bestod därmed av totalt fem personer, varav tre personer arbetar för olika idrottsorganisationer som är drivande inom den svenska parasporten. Idrottsorganisationerna som de tre personerna representerade var en idrottsförening och två specialidrottsförbund. Urvalets resterande två personer utgjordes av två paraidrottare som idag är aktiva inom parasporten och båda har en form utav rörelsenedsättning.

I och med att studiens författare var intresserade av att få en djupare förståelse kring det kommunikativa arbetet inom den svenska parasporten som helhet, tillämpades inga specifika krav gällande ålder, typ av funktionsnedsättning eller idrott vad gäller studiens urval. Detta då Jaarsma, Smith och Haslett (2019) menar att idrott och fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning är viktigt oberoende av ålder eller typ av funktionsnedsättning.

I grunden är studien en C-uppsats, därmed var utförandet begränsat till en specifik tidsram. Valet av ett snöbollsurval ansågs på så sätt vara relevant då Naderifar, Goli och Ghaljaie (2017) menar att ett snöbollsurval är en tidsbesparande urvalsteknik. I och med att studien

utgick från intervjuer som datainsamlingsmetod var det viktigt att hitta personer som var villiga att ställa upp på intervjuer. Detta är inte alltid lätt då Bryman och Bell (2017, s. 221) beskriver vikten av att intervjuaren skapar en tillitsfull relation till informanten som gör att informanten är villig eller i varje fall kan tänka sig att bli intervjuad. Då samtliga informanter som deltog i denna studie kontaktades via ett snöbollsurval var det relativt enkelt att få dem att ställa upp på en intervju, då de var bekanta med den personen som föreslog dem som potentiella intervjukandidater. Detta är enligt Naderifar, Goli och Ghaljaie (2017) en av fördelarna med snöbollsurval, då denna bekantskap frambringar en viss trygghet som skapar en förbättrad kommunikation mellan intervjuaren och informanten.

### 3.7 Operationalisering

Gången från det generella till det konkreta kan betecknas som en operationalisering och det visar hur en problemställning kan göras utforskningsbar, genom att ange vilka data som är aktuella att samla in (Johannessen, Tufte och Christoffersen 2020, s. 49). Utgångspunkten för en operationalisering kan vara en teori eller ett begrepp och det handlar om att hitta konkreta indikatorer på den teoretiska företeelsen eller det teoretiska begreppet (ibid. s. 50). I denna studie samlades all data in genom intervjuer, mer specifik semistrukturerade intervjuer. Frågorna som ställdes under intervjuerna utgick från en intervjuguide som var framtagen genom studiens tre vedertagna teorier: Användning och tillfredsställelseteorin, Kunskapsöversättning och Självbestämmandeteorin. Den insamlade datan analyserades genom tematisering där olika teman togs fram genom kodning. Slutligen tolkades resultatet utifrån studiens syfte, forskningsfrågor och tidigare forskning inom studiens ämne.

### 3.8 Trovärdighet och Äkthet

Vid bedömningen av kvaliteten på en undersökning finns det olika kriterier som är viktiga att förstå och detta är oberoende om en studie är kvalitativ eller kvantitativ lagd. Inom kvantitativ forskning så är validitet och reliabilitet två centrala kriterier medan det inom kvalitativa studier finns två andra grundläggande kriterier, som är trovärdighet och äkthet (Bryman & Bell 2017, ss. 379 - 380 ). Eftersom denna studie baserades på kvalitativ data har studien förhållit sig till begreppen trovärdighet och äkthet.

### 3.8.1 Trovärdighet

Trovärdigheten i en kvalitativ studie utgörs av fyra delkriterier: tillförlitlighet, överförbarhet, pålitlighet och konfirmering eller bekräftelse (Bryman och Bell 2017, s. 380). Kriteriet tillförlitlighet handlar om hur troliga eller sannolika resultatet av en undersökning är (ibid s. 70) och att det ska finnas en god överensstämmelse mellan forskarens observationer och de teoretiska idéer som forskaren utvecklar (ibid s. 380). För att skapa tillförlitlighet i resultaten är det viktigt att en undersökning utförs i enlighet med de regler som finns och att forskarna rapporterar resultatet till personer som är en del av den verklighet som studerats, vilket kallas deltagarvalidering (ibid s. 381). För att säkerställa denna studies tillförlitlighet har en deltagarvalidering genomförts då studiens resultat skickades till informanterna.

En kvalitativ studies överförbarhet visar på om resultatet kan tillämpas i andra kontexter (Bryman & Bell 2017, s.70). Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, ss. 222-223) menar att det inom kvalitativa undersökningar mer handlar om överföring av kunskap istället för generaliseringar och hur väl forskarna lyckas etablera beskrivningar, tolkningar, begrepp samt förklaringar som är användbara på andra områden än det som undersöks. Enligt Bryman och Bell (2017, s. 382) uppmanas därmed kvalitativa forskare till "thick description" som syftar till detaljerade och djupgående beskrivningar av det som undersöks för att notera, samt analysera detaljer som kan tyda på exempelvis underliggande normer och värderingar inom det område som studeras. Dessa utförliga beskrivningar ska sedan fungera som en hjälp vid bedömningen av resultatets överförbarhet till en annan miljö. Arbetet kring att hitta lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler behöver nödvändigtvis inte kopplas till att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, vilket denna studie undersökte. Utan begrepp, tolkningar och förklaring från denna studie kan vara behjälpliga när det kommer till att skapa en mer inkluderande tillvaro generellt för personer med funktionsnedsättning, exempelvis i form av möjligheten till att arbeta eller utbilda sig.

Kriteriet pålitlighet behandlar en studies replikerbarhet och om det skulle vara möjligt att få ett likartat resultat vid ett annat tillfälle (Bryman & Bell 2017, s. 70). Dock menar Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 221) att kvalitativa studier inte använder sig av strukturerade tekniker för datainsamlingen, vilket gör det svårt för en forskare att upprepa en annan forskares kvalitativa forskning. Eftersom det empiriska materialet för denna studie baserades på semistrukturerade intervjuer i form av en intervjuguide skulle det möjligtvis

finnas en chans till att studien skulle kunna replikeras till viss del. Dock följer inte semistrukturerade intervjuer en bestämd ordningsföljd samt att det finns utrymme för följdfrågor, vilket gör det omöjligt för en annan forskare att göra en exakt likadan tolkning gällande denna studies resultat och analys.

För att stärka en studies pålitlighet är det enligt Bryman och Bell (2017, s. 382) viktigt att en fullständig och tillgänglig redogörelse av samtliga faser av forskningsprocessen skapas. Därmed har studiens datainsamlingsmetod och utförande beskrivits så utförligt som möjligt för att underlätta för andra forskare att genomföra undersökningen. Studien belyser även vad problemet är, för vem det är ett problem och varför det är ett problem för att ledsaga både läsarna, men även andra forskare kring vad det är som behöver undersökas. Dock var samtliga informanter som deltog i studien anonyma vilket försvårar möjligheterna till att göra ett exakt likadant utförande.

Konfirmering eller bekräftelse är det sista trovärdighetskriteriet som motsvara objektivitet och detta kriterium är viktigt så att resultatet blir en följd av forskningen och inte av forskarens subjektiva uppfattningar (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 223). Det är därmed viktigt att forskarna inte medvetet låter sina personliga värderingar eller sin teoretiska inriktning påverka utförandet av undersökningen (Bryman & Bell 2017, s. 383). Objektiviteten i denna studie grundade sig i att inga personliga åsikter togs upp förrän i analysen och diskussionen. För att säkerställa en studies bekräftelse menar Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 223) att forskarna bör beskriva samtliga beslut som tas under hela forskningsprocessen så att läsarna kan följa och bedöma besluten. Vid ett sådant klargörande förklarar Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 223) att det handlar om att vara självkritisk till hur undersökningen har genomförts. Detta har denna studie tagit i beaktande då ett av studiens avslutande kapitel redovisar en metodkritik. Studiens bekräftande har även stärkts av att rapporten har skickats till informanterna som deltog i studien, då en studies bekräftande enligt Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 224) kan stärkas av att tolkningen får stöd av informanterna i undersökningen.

### 3.8.2 Äkthet

Studiens äkthet grundar sig i fem olika äkthetskriterier varav det första kriteriet som studien tagit i beaktande är "Rättvis bild". Enligt Bryman och Bell (2017, s. 383) innebär detta kriterium att undersökningen ger en tillräckligt rättvis bild av olika åsikter och uppfattningar som finns i den grupp som har studerats. Då det var både aktiva paraidrottare och drivande idrottsorganisationer inom parasporten som intervjuades har studien varit öppen för att utforska olika perspektiv och synvinklar, för att få en så rättvis bild som möjligt. Detta kriterium togs även i beaktning då de informanter som representerade idrottsorganisationerna, valdes ut på grundval av att de satt på en position inom organisationen som ansågs vara representativt utifrån studiens syfte. Idrottsföreningen som deltog i studien har hela Skåne som upptagningsområde och arbetar därmed på en regional nivå, medan idrottsförbunden som deltog i studien arbetar på nationell nivå. Detta medförde att en rättvis bild kunde skapas utifrån att både det regionala och nationella arbetet togs i beaktande.

Ontologisk autenticitet är det andra äkthetskriteriet som studien behandlat och enligt Bryman och Bell (2017, s. 383) indikerar detta kriterium på om studien hjälper de personer som medverkat i undersökningen, att komma fram till en bättre förståelse av sin sociala situation och den sociala miljön som de lever i. Då studien utgick från en kvalitativ forskningsstrategi med syftet att få en djupare förståelse kring informanternas upplevelser och att det empiriska materialet tolkades på ett mer djupgående samt individuellt plan, har studien bidragit till en bättre förståelse av informanternas sociala situation och miljö. De som deltog i studien har även fått den färdiga uppsatsen skickad till sig, vilket kan ha bidragit till en ökad förståelse kring informanternas respektive sociala situation och miljö. Det tredje äkthetskriteriet som Bryman och Bell (2017, s. 383) tar upp är pedagogisk autenticitet med innebörden om studien har bidragit till att deltagarna fått en bättre bild av hur andra personer i miljön upplever saker och ting. Även detta kriterium kan kopplas till studien, då urvalet bestod av olika aktörer i form av idrottsförening, idrottsförbund och idrottare. Detta har medfört att samtliga aktörer har fått ta del av varandras perspektiv, vilket har bidragit till att undersökningen har gjort att deltagarna fått en bättre bild av hur andra personer i miljön upplever saker och ting.

De två sista äkthetskriterierna är katalytisk autenticitet och taktisk autenticitet. Dessa två menar Bryman och Bell (2017, s. 383) avgör om studien har gjort att de som medverkat i den kan förändra sin situation, samt om studien har gjort att deltagarna fått bättre möjligheter att



vidta de åtgärder som krävs. I och med att det empiriska materialet från de fem olika intervjuerna har jämförts med varandra, analyserats, diskuterats och sedan sammanfattas i olika slutsatser, har studien bidragit till konkreta åtgärdsförslag till problemet. Dessa förslag på åtgärder kanske inte kommer att fungera som revolutionerande lösningar, men de har gjort informanterna medvetna om hur de potentiellt skulle kunna förändra sin situation. På så sätt har studien tagit katalytisk autenticitet i beaktning. Då både idrottsorganisationer inom parasporten och aktiva paraidrottare medverkande i undersökningen har taktisk autenticitet behandlats av studien genom att de idrottsorganisationer som deltog, har fått ta del av paraidrottarnas åsikter. På så sätt har undersökningen medfört att idrottsorganisationerna fått bättre möjligheter att vidta de åtgärder som krävs för att möta paraidrottarnas behov.

### 3.9 Etiska övervägande

Etiska problemställningar uppstår när forskning direkt rör människor, framförallt under en forsknings datainsamling (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 74). All verksamhet som leder till konsekvenser för andra människor ska därmed bedömas utifrån etiska regelverk (ibid). För att säkerställa att denna studie genomfördes på ett ansvarsfullt sätt togs följande etiska principer i beaktande: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitets- och anonymitetskravet, nyttjandekravet samt dataskyddsförordningen (GDPR).

Enligt informationskravet presenterades studiens syfte och vilka moment som ingick i undersökningen inför samtliga intervjuer. Detta menar Bryman och Bell (2017, s. 141) är viktigt då de berörda personerna ska vara informerade om den aktuella undersökningens syfte och de moment som ingår. Bryman och Bell (2017, s. 141) förklarar även innebörden av samtyckeskravet då de personer som deltar i en undersökning, ska upplysas om att deras deltagande är frivilligt och att de har rätt att avbryta sin medverkan när de vill. Samtliga intervjuer inleddes därmed med att intervjuaren tydligt förklarade att informanternas deltagande var frivilligt och att informanterna hade rätt att avbryta intervjuerna när de ville (se bilaga 1 & 2).

Vad det gäller konfidentialitets- och anonymitetskravet ska privat data som identifierar deltagarna inte avslöjas (Kvale & Brinkman 2019, s. 109). Om en undersökning publicerar information som potentiellt kan kännas igen av andra, bör undersökningsspersonen godkänna att denna identifierbara information lämnas ut (ibid). I och med att denna studie intervjuade

personer med diverse funktionsnedsättningar finns det privat data kring informanternas funktionsnedsättning som kan kännas igen av andra. Därmed avslutades de intervjuer som gjordes med aktiva paraidrottare med att intervjuaren frågade hur mycket av informantens funktionsnedsättning som fick redovisas i studien. Denna etiska princip var av betydelse för studien då Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 77) menar att personer som deltar i olika undersökningar ska utsättas för minsta möjliga belastning. Vidare förklarar Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 77) att en forskare på så sätt har ett ansvar att undvika skada, då det är viktigt att avgöra om insamling av data kan beröra känsliga områden som kan vara svåra att bearbeta och lämna bakom sig. I samförstånd med informanterna hölls samtliga informanter anonyma. Dock benämndes idrottsföreningen och idrottsförbunden med namn i studien, men detta efter ett skriftligt samtycke från informanterna via mail. Informanten som representerade idrottsföreningen och informanten som representerade det ena idrottsförbundet gav sitt godkännande till att deras respektive yrkesroller redovisades i studien. Informanten från det andra idrottsförbundet hade önskemål om att även yrkesrollen skulle förbli anonym, således begränsades benämningen av yrkesrollen till kommunikation.

I överensstämmelse med nyttjandekravet informerades informanterna om att intervjumaterialet kommer att raderas efter undersökningen och det kommer inte att publiceras någonstans. Detta menar Bryman och Bell (2017, s. 141) är viktigt då de uppgifter som samlas in om informanterna endast får användas för forskningens ändamål. För att säkerställa att studien hanterat samtliga personuppgifter enligt GDPR har studien följt Södertörns högskolas (2022) riktlinjer. I studien behandlades personuppgifter i form av e-postadresser och videoinspelningar via Microsoft Teams. Inför intervjuerna gavs det även samtycke för ljudinspelning i transkriberingsyfte och ljudinspelningarna raderades efter att transkriberingen var klar.

## 4. Empiri

*Detta kapitel behandlar empirin från studiens fem intervjuer. Intervjuerna presenteras utifrån tre olika perspektiv: paraidrottare, idrottsförening och idrottsförbund. I den löpande texten benämns informaterna med varsin siffra från ett till fem. Varje avsnitt inleds med en kortare presentation av respektive perspektiv och sedan redovisas det insamlade empiriska materialet.*

### 4.1 Paraidrottare

Nedan kommer den insamlade empirin från paraidrottarnas perspektiv att presenteras. Två paraidrottare har intervjuats och i texten kommer de att benämnas som informant 1 respektive informant 2. Båda informanterna har en funktionsnedsättning i form av rörelsenedsättning och frågorna som ställdes under intervjuerna utgick från intervjuguiden som ligger under bilaga 2.

#### 4.1.1 Kommunikationskanaler

På frågan kring vilka kommunikationskanaler som informant 1 och 2 själva anser är bäst att vända sig till för att få information om fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning, var kommunikationskanalen Parame båda informanternas svar. Parame är en webbplats som specialidrottsförbundet Parasport Sverige har utvecklat och på denna webbplats, kan idrottsföreningar registrera sig och tala om att de har para-aktivitet på något sätt och den sökande kan även fylla i ett geografiskt område för att hitta aktiviteter som ligger i närheten av ens egna boende. Dock påpekade både informant 1 och 2 att det inte har varit lätt att hitta information då man måste veta vart man ska leta. Informant 1 är även osäker på om informanten själv skulle veta att Parame existerar om informanten exempelvis låg på sjukhus idag.

De kanaler som informant 1 själv använt sig av mest för att få information om parasporten är Google och Youtube och genom dessa kanaler, kom informanten in på olika föreningssidor och parasport.se. Detta var dock för 12 år sedan och informanten förklarade att det idag finns massor av andra kommunikationskanaler som exempelvis Instagram och TikTok, men de är enligt informanten inga bra sökmotorer då exempelvis en film på TikTok inte alltid anses vara trovärdig. Informant 2 menar dock att Instagram som informationskanal går att lita på, men framhävde att det troligast var genom informantens ena förälder som det blev möjligt att få

information om parasporten. Utan föräldrarnas kontaktnät är informant 2 osäker på om informationen kring olika paraidrotter hade nått fram, detta trots att informanten använder sig av sociala medier. Informant 2 poängterade här att information är bäst när den är personlig, samt att mer reklam borde användas vid exempelvis större idrottsevenemang för att nå så många som möjligt.

Informant 1 lyfte även upp vikten av att veta vad som finns där ute och vad som passar en själv och beskrev det på följande sätt:

Det finns flera olika lager då man dels ska hitta en idrott som man gillar och en idrott som ligger i närheten och det är svårt att veta vilken utrustning som finns där ute om man inte vet vilka kanaler man ska vända sig till. (Informant 1)

Informant 1 menar därmed att Parame är ett viktigt nätverk då det är bra att ha en samlingsplats för all information. Dock är det inte så många som känner till Parame och ett viktigt steg är att gå ut med information om Parame. Mer information om Parame menar informant 1 är av betydelse då många personer med funktionsnedsättning inte har så bra självförtroende och självkänsla, samt känner sig osäkra och så fort man inte hittar tillräckligt med information om någonting, så vågar man inte ta sig dit för att man tycker det är läskigt eller för att man inte vet om det kommer att fungera eller inte.

#### 4.1.2 Tilltalande budskap

När informant 1 skulle börja med parasport kände informanten att det var viktigt att ha folk runt om sig som lotsade in informanten i idrotten, så informanten själv inte behövde dra i det så mycket. Även förebilder var viktigt då det handlade om att se någon med liknande funktionsnedsättning som idrottade, just för att se att det var möjligt. Förebilder och ambassadörer är därmed något informant 1 anser är viktigt då känslan av att kunna identifiera sig med någon är värdefull i ett budskap. Informant 1 tilltalas även mycket av folk som är "nördiga" inom sin sport, det vill säga folk som är väldigt intresserade av sin sport och som är passionerade. Informant 1 uttryckte sig på följande sätt:

Folk som är engagerade och passionerade med sin idrott och bara vill möjliggöra för folk att kunna idrotta, oavsett ekonomiska förutsättningar, det tror jag

inspirerar mig att vilja idrotta, att den här passionen för sin idrott, att se folk ha den. (Informat 1)

Genom att skapa förebilder inom parasporten förklarade informant 1 att förebilderna själva kan nyttja sina sociala kanaler för att hjälpa och styra folk. Här berättade informant 1 att informanten själv får en del förfrågningar i sina privata sociala kanaler från personer med funktionsnedsättning som undrar vart de kan vända sig för att börja idrotta. På så sätt kan informanten hänvisa folk till olika föreningar eller specifika personer. Informant 1 menar även att det är viktigt att ha en variation i budskapen då det krävs olika typer av budskap för olika målgrupper, beroende på vad personerna vill få ut av sin sport. För vissa kanske det är mer den sociala biten som är viktig och då kanske det är viktigt att de ser att det är kul att idrotta och att det går att hitta kompisar genom idrotten.

Informant 2 förklarade att det var informantens ena förälder som gjorde det möjligt för informanten att börja idrotta. Genom sitt arbete hade föräldern ett kontaktnät inom parasporten i staden de bor i och föräldern själv var aktiv inom idrotten. Vidare berättade informant 2 om en händelse där informanten själv följde med på en parasport-tävling och fick därigenom upplevelsen av att det var möjligt att idrotta. Likt informant 1 blev även informant 2 inspirerad av att se andra personer med liknande funktionsnedsättning idrotta och kände på så sätt att det var möjligt själv att idrotta. Informant 2 påpekade dock att det som främst lockade till att börja idrotta var att få vara en del av en gemenskap.

#### 4.1.3 Motivationsfaktorer till att idrotta

När det kommer till olika motivationsfaktorer till att idrotta förklarade informant 1 att idrotten ofta stärker mångas självförtroende och bidrar till känslan av att vara bra på någonting. Vidare förklarade informant 1 att informanten själv har känt att om man har en funktionsnedsättning är man lite medelmåttig för att man har svårare att göra olika saker för att man sitter i rullstol, man är alltid lite tyngre och lite tröttare. Idrotten är därmed ett viktigt verktyg för att stärka sig själv och på så sätt bli mer självbestämmande. Även informant 2 lyfte fram att idrott och fysisk aktivitet gör att man mår bra och informant 2 formulerade sig på följande sätt:

”Man mår väl bra av att träna, man känner sig pigg. Även om man känner sig trött blir man pigg av träning”(Informat 2).

Vidare förklarade informant 2 att det är viktigt att känna att man vågar, att man vågar testa utan rädslan att skada sig på något sätt. Detta svar från informant 2 kan kopplas till hur informant 1 berättade att det är vanligt att föräldrar är överbeskyddande och gärna bestämmer över sina barn som har funktionsnedsättning och fattar därmed besluten åt barnen.

Avslutningsvis förklarade informant 1 att det allra viktigaste är att man tycker sin idrott är kul, oavsett vilken nivå man håller på med. Informant 1 sade följande:

”Drivkraften ligger i glädjen till idrotten man ska njuta av sin idrott, sen så finns det dem som går på ren viljestyrka för att de ska bevisa någonting” (Informat 1).

## 4.2 Idrottsförening

Den idrottsförening som intervjuades var FIFH Malmö som står för “Föreningen Idrott för Handikappade” och föreningen är en av Europas största parasportföreningar. Föreningen har hela Skåne som upptagningsområde och erbjuder ett stort antal sporter, bland annat rullstolsbasket, para-ishockey, para-innebandy och frame fotboll. Föreningens idrottssektioner riktar sig till tre målgrupper: rörelsenedsättning (som är den största målgruppen), intellektuella funktionsnedsättningar och synnedsättning. Informanten som intervjuades arbetar med rekrytering i form av att rekrytera nya paraidrottare till föreningen. Informantens yrkesroll innebär även att skapa ett nätverk med sjukvården, allt ifrån barn- och ungdomshabiliteringen till vuxenhabilitering och föreningen ska finnas överallt där deras målgrupp finns. Frågorna som ställdes under intervjun utgick från intervjuguiden som finns under bilaga 1. I texten kommer informanten att benämnas som informant 3.

### 4.2.1 Kommunikationskanaler

De kommunikationskanaler som föreningen arbetar mycket med är sociala medier i form av Facebook och Instagram. Föreningen arbetar med att uppdatera sina kanaler så regelbundet som möjligt genom att lägga ut vad som händer i föreningen och uppmärksamma föreningens idrottare. Informant 3 förklarade att föreningen arbetar med information i fysiskt material då affischer sätts upp och flyers delas ut på olika habiliteringsmottagningar. Här berättade informant 3 att planen är att placera ut information på precis de platser där deras målgrupp

finns. För att bredda sig så mycket som möjligt berättade informant 3 att föreningen samarbetar med olika företag, Malmö stad som kommun och Region Skåne som marknadsför föreningen. Informant 3 lyfte fram arbetet med Malmö stad och beskrev det på följande sätt:

Vi arbetar jättenära Malmö stad med våra olika evenemang som exempelvis Malmö Open som ett av världens största parasportevenemang och där är Malmö stad väldigt drivna med att promota tävlingen och sprida information om tävlingen runt om i staden och till invånarna. Så det är just marknadsföringen Malmö stad hjälper oss mycket med, då de skickar ut i sina kanaler och det är ju en super stor hjälp för då når man ju ut till tusentals människor. (Informant 3)

Vidare förklarade informant 3 att Malmö stad är väldigt drivna med att aktivera personer med funktionsnedsättning till fysisk aktivitet. På så sätt skapas det en win-win situation mellan Malmö stad och FIFH som förening, då FIFH tar det arbetet från kommunen medan kommunen bistår med att marknadsföra FIFH.

En ytterligare viktig del i föreningens kommunikativa arbete är enligt informant 3 personliga möten. Dessa personliga möten genomförs i form av att föreningen bjuder in föräldrar och vårdpersonal till föreningens anläggning. Dock menar informant 3 att det finns en viss problematik med dessa möten, då föreningen inte kommer i direkt kontakt med barnen. På grund av olika regler tillåts inte föreningen komma till olika barn- och ungdomshabilitering och träffa patienterna fysiskt, utan föreningen måste förmedla till fysioterapeuter eller arbetsterapeuter. Informant 3 uttryckte:

Personalen får komma och se vår anläggning, de får testa exempelvis rullstolsbasket och så tar de med sig det tillbaka till sitt för att sen förmedla det vidare till sina patienter. Mer än så går tyvärr inte att göra för att nå ut till de här barnen som går på habiliteringen. (Informant 3)

Informant 3 berättade att det även är svårt att få ut budskapet kring förebilder till de barn och ungdomar som träffar fysioterapeuter och arbetsterapeuter, då barnen eller ungdomarna måste ha besökt FIFH och träffat de här förebilderna för att det ska få effekt. Vidare förklarade informant 3 att det är svårt att exempelvis berätta för en förälder till ett barn med funktionsnedsättning att det finns en förening med så här många idrotter. Det handlar om att

barnen måste komma till föreningen och träffa personerna så att den personliga kontakten byggs upp. Dock beskrev informant 3 hur den direkta kontakten med barnen kan skapas via skolan då föreningen arbetar mot olika särskolor, både gymnasieskolor och grundskolor. Dessa möten menar informant 3 är viktiga då skolan är den plats där barnen och ungdomarna finns. Under dessa besök visas en film som beskriver föreningens olika sektioner.

#### 4.2.2 Formulering av budskap

När det kommer till arbetet kring formulering av budskap förklarade informant 3 att föreningen har tryckt väldigt mycket på förebildstänket. Informant 3 uttryckte:

När man är ung och sitter i rullstol eller om man har några andra rörelsenedsättningar så är det svårt att identifiera sig med sådana som Zlatan, Messi eller Ronaldo. Man kan ha dem som idoler, men det är inget man kan identifiera sig med att man kan bli som dem i framtiden. (Informat 3)

Därmed förklarade informant 3 att FIFH ska vara en plats där exempelvis yngre personer som sitter i rullstol får se äldre och mer erfarna personer som sitter i rullstol utöva olika idrotter och på så sätt, hittar de här yngre personerna sina förebilder. Informant 3 berättade även om hur de positiva effekterna av parasporten är ett viktigt budskap att förmedla, då föreningen vet vad parasporten gör för kroppen och vad parasporten betyder för personer med funktionsnedsättning. Ett ytterligare viktigt budskap som föreningen arbetar med är betydelsen av självständighet. Informant 3 menar att idrotten är ett viktigt verktyg när det kommer till att klara av det privata livet på egen hand. Här ligger det mycket på föräldrarna till barn med funktionsnedsättning att de inte blir för överbeskyddade och informant 3 formulerade sig på följande sätt:

Detta kanske låter lite tufft, men det handlar om att låta barnet slå sig, låta barnen klara av saker själva för när man kommer då exempelvis 10 år framåt så finns ju inte föräldrarna där för en lika mycket som när man var 10 år gammal. (Informat 3)

Enligt informant 3 är det därmed viktigt att i ung ålder försöka klara av så mycket som möjligt då ett barn med funktionsnedsättning i framtiden ska klara av att ha ett aktivt liv, ha ett jobb och ha en familj. Det handlar om att få personer med funktionsnedsättning att förstå



att allting är möjligt och här blir återigen förebildstänket viktigt i form av att “kan den här personen, så kan också jag”.

#### 4.2.3 Motivationsfaktorer till att idrotta

Genom idrotten menar informant 3 att en ökad kompetens om ens funktionsnedsättning skapas då lärdomen kring vad en person kan göra och inte göra hela tiden utvecklas.

Informant 3 beskrev det på följande sätt:

Det ser vi ju med alla barn vi träffar, att efter ett tag så lär de sig att plocka upp bollen själv. I början fick man höra väldigt mycket att jag kan inte eller att jag är dålig på det här och ibland är det att ja men.. jag önskar att jag inte satt i rullstol och sådana saker... (Informant 3)

Vidare förklarade informant 3 att negativa tankar kring sin funktionsnedsättning är vanligt att höra bland de yngre, men när barnen och ungdomarna får höra att de är duktiga på vissa saker och får beröm, skapas en bredare kompetens och kunskap. Denna ökade kompetens och kunskap om sig själv bidrar till att de klarar av att göra mer saker. Det handlar mycket om att lära känna kroppen och ju längre en person idrottar och är aktiv, desto mer lär personen känna sin kropp. FIFH som förening ska därmed finnas som en stötspelare och visa vägen för personer med funktionsnedsättning på vad de kan göra och på så sätt öka deras självkänsla. Ju bättre en person är på någonting, desto bättre självkänsla och självförtroende får personen. Informant 3 menar även att idrotten är en viktig del i att skapa tillhörighet då informant 3 förklarade följande:

”När man väl kommer in i föreningen så är man låst, just för att man känner den här tillhörigheten och att man känner att man är en del av ett lag. Man är precis som alla andra” (Informant 3).

### 4.3 Idrottsförbund

Det tredje och sista perspektivet är från två olika specialidrottsförbund: Parasport Sverige och Svenska Friidrottsförbundet. Parasport Sverige som specialidrottsförbund täcker flera olika varumärken, då det är Svenska Parasportförbundet och Sveriges Paralympiska kommitté som tillsammans utgör Parasport Sverige. Förbundet organiserar idrott för personer med

rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuella funktionsnedsättningar och informanten som intervjuades arbetar med kommunikation. Svenska Friidrottsförbundet är ett specialidrottsförbund med uppgift att främja, utveckla, organisera och administrera friidrotten i Sverige. Informanten som intervjuades är projektledare inom parafriidrotten. Den anställde på Parasport Sverige kommer i texten att benämnas som informant 4 och den anställde från Svenska Friidrottsförbundet kommer att benämnas som informant 5. Frågorna som ställdes under de båda intervjuerna utgick från intervjuguiden under bilaga 1.

#### 4.3.1 Kommunikationskanaler

När det kommer till idrottsförbundens kommunikativa arbete berättade både informant 4 och 5 om inkluderingsresan, vilket innebär att paraidrotter som tidigare har tillhört parasportförbundet nu flyttas in till sina respektive specialidrottsförbund. Exempelvis att parafotbollen har inkluderats inom fotbollsförbundet. Detta menar både informant 4 och 5 är rimligt då det är på respektive specialidrottsförbund som kompetensen finns. Informant 5 förklarade att förhoppningen med inkluderingsresan är att parasporten ska få en större plats inom idrottsrörelsen, då den nuvarande uppdelningen mellan idrotten och parasporten har bidragit till att parasporten har hållit sig i ett egna hörn.

Vad det gäller kommunikationskanaler visar det sig att båda förbunden använder sig mycket av sina hemsidor för att delge information. Dock förklarade informant 4 att Parasport Sverige som förbund har en utmaning då förbundet täcker flera olika varumärken. Detta gör att förbundet har tre olika hemsidor varav en hemsida för förbundet, en hemsida för Special Olympics och en hemsida för Paralympics och dessa hemsidor konkurrerar med varandra. Informant 4 nämnde även förbundets egna rekryteringssajt Parame som är en bra kanal för inhämtning av information om parasporten och det är till den sajten, förbundet hänvisar till när folk frågar vad det finns för aktiviteter. Även informant 5 lyfte fram Parame som en bra kanal som förbundet hänvisar till. Dock finns det en osäkerhet här kring om olika föreningar och distriktsförbund även länkar till Parame, vilket skulle vara ett effektivt sätt att synliggöra Parame mer. Informant 4 förklarade att arbetet med Parame som kommunikationskanal även innehåller ett förebildstänk. Detta innebär att om det är en paraidrottare som varit väldigt synlig i media i exempelvis kälkhockey, nyttjar förbundet denna mediala uppmärksamhet och försöker koppla an detta genom att länka till Parame och lista upp vilka föreningar som erbjuder kälkhockey.

Utöver hemsidorna och Parame berättade informanterna hur deras respektive förbund arbetar med andra sociala kanaler. Inom Parasport Sverige förklarade informant 4 att dessa sociala kanaler är till viss del renodlade för ett av varumärkena och vissa kanaler är synkade mellan varumärkena. Informant 4 uttryckte:

Vi har exempelvis en LinkedIn, tre Facebookkonton då det är en för special olympics, en för Parasport Sverige som förbund och en för Paralympics. På Instagram så har vi slagit ihop förbundet och Paralympics och en renodlad för special Olympics. (Informat 4)

Informant 5 förklarade att de som förbund arbetar med sociala medier i form av Instagram och Facebook. Förbundet försöker lägga ut så mycket nyheter som möjligt och vara lyhörd med vad som händer ute i distrikten och föreningarna för att kunna lägga ut saker som händer där. Här önskas dock en bättre kontakt med föreningarna då föreningar inte nås av dessa kanaler.

Informant 4 menar även att en stor del av rekryteringsarbetet för att få fler personer till parasporten sker på regional nivå. För Parasport Sverige handlar det därmed om att föra en dialog med distriktsförbunden som arbetar med rehabiliteringen regionalt. Via distriktsförbunden kan kontakten med den regionala sjukvården skapas då exempelvis Stockholms distriktsförbund har kontakt med Stockholm Rehab. Denna kontakt mellan distriktsförbunden och vårdmottagningarna menar informant 4 innebär att det på vårdmottagningarna kan finnas informationsblad som erbjuder möjligheten att anmäla sig till exempelvis rullegrupp, med syftet att lära sig köra rullstol.

Likt informant 4 belyser även informant 5 vikten av det regionala arbetet då skolor och kommuner är en viktig ingång till att nå ut till barn och ungdomar med funktionsnedsättning. Informant 5 förklarade att Svenska Friidrottsförbundet har nio distrikt runt om i landet som ska förmedla kunskap och utbildningar till idrottsföreningar. Dessa distrikt är den huvudsakliga kommunikationskanalen som förbundet har till idrottsföreningar, aktiva personer med funktionsnedsättning och icke-aktiva personer med funktionsnedsättning. Vad det gäller kontakten med idrottsföreningarna är förbundets föreningsansvariga en viktig kanal ut till idrottsföreningarna och informant 5 arbetar med att förse de föreningsansvariga med

exempelvis information, kunskap och rätt utbildning. Att förse de föreningsansvariga med rätt utbildning är väsentligt för att idrottsföreningarna ska få de underlag de behöver för att kunna erbjuda personer med funktionsnedsättning en givande idrott.

Informant 5 nämnde även vikten av den personliga kontakten då Svenska Friidrottsförbundet närvarar på olika "prova på dagar" som Parasport Sverige anordnar. Dessa "prova på dagar" innebär att personer med funktionsnedsättning blir inbjudna till att testa och se vilka paraidrotter och idrottsföreningar som passar bäst. Informant 5 menar att dessa "prova på dagar" är viktiga att närvara vid för att synas som förbund och på så sätt, interagera med målgruppen och locka fler till parafriidrotten.

#### 4.3.2 Formulering av budskap

Vad det gäller budskap lyfte både informant 4 och 5 fram förebilder då informant 4 förklarade vikten av att använda aktiva paraidrottare för att nå bredare och inspirera exempelvis familjer med barn som har funktionsnedsättning till ett aktivt hälsosamt liv. Informant 4 uttryckte:

"Huvudmålet är inte att få dem i organiserad idrott även om vi ju såklart tycker det är bra, men där är ju mer att hitta sätt att inspirera till ett aktivt hälsosamt liv" (Informant 4).

Informant 5 berättade att Svenska Friidrottsförbundet arbetar mycket med förebilder i samband med till exempel större tävlingar, där de kan synliggöra de som tävlar för landslaget. Här lyfte informant 5 fram en tävling som ska hållas i Uppsala i juni år 2024 som de hoppas på ska skapa intresse för parafriidrotten och på så sätt få mer aktiva. När det kommer till rekryteringen förklarade informant 4 att det är av relevans att arbeta med rekrytering i tidigt skede och fånga upp barn med funktionsnedsättning. Här belyser informant 4 vikten av att påverka föräldrarna genom budskapen. Även informant 5 tog upp betydelsen av att förmedla budskap som får föräldrar och vårdnadshavare att känna att det inte ska vara ett hinder att ta barnen till idrotten, därmed förklarade informant 5 att tillgänglighet är något de arbetar med vid formulering av budskap. Även trygghet är en viktig del och här uttryckte sig informant 5 på följande sätt:

Barn med funktionsnedsättning kan ju tycka att det är lite läskigt att komma till nya miljöer och det känner vi väl alla någon gång ibland. Men för personer med

funktionsnedsättning kan det vara extra jobbigt och just få dem att känna trygghet är någonting som vi jobbar med, för det ska kännas tryggt och bra för att man ska våga. (Informat 5)

Informant 4 förklarade att budskapen skiljer sig mellan förbundets olika kommunikationskanaler och vad syfte med budskapet är, men det som förbundet i grunden vill få sagt är att det finns möjligheter för alla. Här ser förbundet att både föräldrar och målgruppen själv inte alltid vet vad som finns, vilket är en utmaning. Informant 4 uttryckte:

Har man en synnedsättning eller har om man har ett barn med Downs syndrom, vad söker man på då? För det är inte säkert att man söker en idrottsaktivitet utan man vill bara att ens barn eller en själv ska hitta ett socialt sammanhang. Om man inte har ett barn med en funktionsnedsättning så är det lättare, för då förstår man att det finns en fotbollsskola på sommaren, det är så etablerat. (Informat 4)

Informant 4 berättade även om olika läger som de kallar för "Start Your Impossible Camp" som sker under Sveriges Paralympiska kommitte med budskapet att:

Du kan påbörja din paralympiska dröm

Du kan elitidrotta trots att du har en CP skada.

Du kan också få chansen att åka till Los Angeles 2028. (Informat 4)

Därmed förklarade informant 4 att budskapen skiljer sig mellan motions- och elitidrotten, då budskap riktade till motionsidrotten ligger mer i att få de som redan idrottar att stanna kvar då coronapandemin orsakade ett väldigt stort tapp av atleter inom parasporten. Både informant 4 och 5 tog här upp vikten av att lyfta fram det som är roligt med idrotten och viktiga budskap från förbundens sida är "Idrott hela livet" och "Kom och testa på". Informant 4 berättade även om ett relativt nytt budskap som handlar om att personer med funktionsnedsättning även kan bli ledare och på så sätt vara en viktig förebild för blivande paraidrottare. Detta uttalande från informant 4 kan kopplas till hur informant 5 pekar på problemet med att få ideella ledare och passionerade människor som är villiga att spendera sin fritid för att driva parafriidrotten på föreningsnivå. Informant 4 ville även belysa budskapet om att stärka paraidrottarnas prestationer och verkligen lyfta fram att paraidrott också är idrott, en paraidrottarens prestationer är lika mycket värd som andra idrottarens prestationer.

Ett viktigt budskap som informant 5 ville framhäva är att funktionsnedsättning inte är något konstigt och även om det inte ingår i normen, är det inget som är ett problem eller något man ska känna obehag kring. Detta är ett problem som inte bara existerar inom idrotten utan även i samhället generellt. Informant 5 målade upp ett scenario där människor kan känna obehag när de möter en person med funktionsnedsättning i form av att de inte vet hur de ska hälsa eller undrar om personen ser, hör och förstår. Informant 5 berättade att en del av budskapet som inte når fram är att föreningar inom idrotten är inställda på att det är problematiskt med parasport, men här var informant 5 tydlig med att poängtera att så är inte fallet.

#### 4.3.3 Motivationsfaktorer till att idrotta

Kring motivationsfaktorer till att börja idrotta var både informant 4 och 5 inriktade på att idrotten är ett viktigt verktyg för välmående och det är de förbunden arbetar för. Informant 5 lyfte fram betydelsen av tillhörighet då idrotten är en plats där man kan träffa kompisar och vara en del av en grupp. Svaret från informant 4 kunde mer kopplas till den självupplevda kompetensen då informanten tog upp exemplet om rullegrupperna. Genom dessa rullegrupper skapas en självupplevd kompetens i form av att personen i fråga blir tryggare i att hantera sin rullstol. Detta gör att exempelvis ett trappsteg eller en trottoarkant inte kommer att ses som en lika stor utmaning. En förstärkt självupplevd kompetens kan på så sätt fungera som en motivationsfaktor till idrotta eller åtminstone, vara fysiskt aktiv.

## 5. Analys

*I följande kapitel tolkas den insamlade empirin med bakgrund i studiens tre valda teorier: Användning och tillfredsställeseteorin, Kunskapsöversättning och Självbestämandeteorin. Det empiriska materialet har analyserats utifrån tematisering som analysmetod och följande tre teman har identifierats: kontakt, varierande budskap och välmående.*

### 5.1 Kontakt

Temat kontakt grundar sig i att vetskapen om vart personer med funktionsnedsättning kan vända sig när det kommer till idrott och fysisk aktivitet, visar sig genom det empiriska materialet vara bristfällig. Både informant 4 och 5 från de två idrottsförbunden och paraidrottarna lyfter fram Parame som en lämplig och trovärdig kommunikationskanal, då Parame är lämplig utifrån att all information finns samlad på en och samma plats, samt att den sökande kan fylla i ett geografiskt område för att hitta aktiviteter som ligger i ens närområde. Att Parame i grunden är ett projekt som Parasport Sverige utvecklat stärker kanalens trovärdighet, dock visar det sig från paraidrottarnas sida att Parame är en sida som inte så många känner till. Det finns därmed en störning i kommunikationen då viktig kunskap kring parasporten genom Parame inte får tillräcklig spridning ut till allmänheten.

En viktig del i att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta ligger i att synliggöra Parame mer och ett potentiellt steg i den riktningen, skulle vara inkluderingsresan som informant 4 och 5 från idrottsförbunden berättar om. Genom att parasporterna inkluderas inom sina respektive specialidrottsförbund är ett naturligt steg i marknadsföringen att specialidrottsförbunden och distriktsförbunden länkar till Parame på sina hemsidor för större spridning. Den begränsade kännedomen om Parame visar även på vikten av utveckling av kommunikationsstrategier för att göra kunskap tillgänglig för olika målgrupper. Detta visar på en koppling mellan studiens empiri och teori då en central del inom teorin kunskapsöversättning, är att underlätta och förbättra översättningen av kunskap från forskning till praktisk användning i samhället. I detta fall innehar Parasport Sverige kunskap som finns samlat på Parame, men denna kunskap lyckas inte sprida sig på ett effektivt sätt till allmänheten.

I studiens teorisyntes konstateras det att användning och tillfredsställelseteorin kan kopplas samman med teorin kunskapsöversättning då Ma et al. (2019) förklarar att det inte spelar någon roll hur kraftfull en kommunikationskanal är, utan en kommunikationskanal är enbart relevant om den uppfyller en individs behov. Denna utgångspunkt hör ihop med den tredje principen inom kunskapsöversättningsteorins, som säger att trovärdiga budbärare till målgruppen är viktigt. Relevansen av dessa ståndpunkter i de två teorierna visar sig genom det empiriska materialet vara av betydelse, då informant 3 från idrottsföreningen lyfter fram vikten av den personliga kontakten utöver användningen av digitala kommunikationskanaler. Den personliga kontakten som idrottsföreningen skapar med barn och ungdomar med funktionsnedsättning via skolbesök visar att även fast digitala kanaler i form av sociala medier är väldigt kraftfulla i dagens samhälle, behöver det inte alltid betyda att de är det mest lämpliga eller trovärdiga. Även informant 5 från Svenska Friidrottsförbundet lyfter fram den personliga kontakten, men då i form av en personlig kontakt med personer nära målgruppen såsom exempelvis föräldrar, skola och kommun. För de personer som finns runt om personer med funktionsnedsättning anses vara trovärdiga budbärare för målgruppen.

Både informant 4 och 5 som utgör idrottsförbundens perspektiv nämner att sociala medier och förbundens respektive hemsidor är en stor del av deras kommunikativa arbete. Från paraiddrottarnas perspektiv råder det dock delade meningar angående sociala medier, då trovärdigheten hos sociala medier som kommunikationskanal kan ifrågasättas. Paraidrottaren som i studien benämns som informant 1 menar att exempelvis Instagram och TikTok inte alltid är några trovärdiga sökmotorer, då det kan vara svårt att lita på en film från exempelvis TikTok om man inte har någon erfarenhet från parasport sedan tidigare. Den andra paraiddrottaren (informant 2) menar att det finns en tillit till sociala medier, dock framhäver informant 2 att den personliga kontakten är den bästa.

Kring studiens första forskningsfråga angående vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga och i så fall varför, för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, anses sociala medier utifrån lämplighet vara en bra kommunikationskanal. Detta då mycket information kan nå ut till många på kort tid, samt att det är en kommunikationskanal som passar in i vår samtid. Dock är det viktigt att förstå att en lämplig kommunikationskanal inte automatiskt medför trovärdighet och då vi lever i ett samhälle där vi ständigt blir exploaterade för massreklam, kan trovärdigheten bland sociala medier ibland ifrågasättas. Detta stärks av den ena paraiddrottaren (informant 1) då det finns en tvetydighet



när det kommer till trovärdigheten hos sociala medier. I och med att det råder en osäkerhet kring vilka möjligheter det finns för personer med funktionsnedsättning att idrotta och att personer med funktionsnedsättning ofta inte vet var eller vad de ska leta efter, så är behovet av trovärdiga kommunikationskanaler stort. Här kan den personliga kontakten som samtliga informanter tar upp ses som ett bra komplement till de sociala kanalerna och det är därmed viktigt, att den personliga kontakten inte underskattas eller förbises bara för att vi lever i en sådan digitaliserad värld.

Det empiriska materialet visar även att en nära kontakt mellan distriktsförbund, idrottsföreningar, vård- och habiliteringsmottagningar, kommuner samt skola på regional nivå är väsentligt för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, inte minst när det kommer till rekryteringen av barn och ungdomarna. Genom dessa samarbeten skapas ett kommunikationsnätverk där information och kunskap om möjligheter till fysisk aktivitet kan flöda. Detta bekräftar kunskapsöversättningsteorin då teorin enligt Jaarsma, Smith och Haslett (2019) menar att information och kunskap om möjligheter till fysisk aktivitet kan flöda inom ett kommunikationsnätverk bestående av kompisar, familjer och vårdpersonal till personer med funktionsnedsättning.

## 5.2 Varierande budskap

Det andra temat som identifierats och som är gemensamt för de tre olika perspektiven är betydelsen av varierande budskap. Här stödjer det empiriska materialet den första och andra principen inom kunskapsöversättningsteorin, som handlar om att förstå målgruppen och skrädarsy budskap som passar målgruppen för att utveckla effektiva kommunikationsstrategier. Samtliga informanter anser att budskapen måste anpassas kring vad syftet med idrotten är då budskap riktade mot elitidrotten exempelvis kopplas ihop med Paralympiskt, medan budskap kring motionsidrotten mer bygger på att förmedla känslan att våga testa på. I och med att personer med funktionsnedsättning som aldrig har testat på parasport ofta känner en osäkerhet och tveksamhet till att idrotta verkligen är möjligt, är dessa skrädarsydda budskap som passar målgruppen viktiga. Ett budskap som exempelvis uppmanar till elitsatsning och kopplas samman med Paralympiskt kan i en nybörjares ögon verka skrämmande och frånstötande, vilket kan leda till att personen i fråga tar avstånd från att idrotta. Likväl kan det även fungera åt andra hållet då en elitsatsande paraidrottare kan förlora motivationen om budskapen skulle vara för enformiga och enbart fokusera på

motionsidrott. Det empiriska materialet visar även att formuleringen av budskap inte enbart kan rikta sig till utövarna, utan det krävs en variation i budskapen som är tilltalande för föräldrar och vårdnadshavare till barn med funktionsnedsättning. För när det kommer till idrott och barn med funktionsnedsättning är det många föräldrar som är överbeskyddande och på så sätt hindrar barnen från att idrotta.

Att förstå målgruppen och skraddarsydda budskap visar sig genom empirin även vara viktigt när det kommer till att nå ut till personer med funktionsnedsättning som redan idrottar och att rekrytera nya paraidrottare till parasporten. Mot de paraidrottare som redan finns inom parasporten påpekar både informant 3 från idrottsföreningen och informant 4 samt 5 från respektive idrottsförbund, att de handlar om att förmedla budskap som lyfter fram att paraidrott också är idrott, en paraidrottares prestationer är lika mycket värd som andra idrottares prestationer. Förmedlingen av detta budskap är viktigt för att få dessa redan aktiva paraidrottare att stanna kvar inom idrotten. Budskapen som riktar sig till icke-aktiva personer handlar om att normalisera parasporten och att även fast man har en funktionsnedsättning så är allt möjligt. Ett viktigt budskap som båda paraidrottarna ansåg vara tilltalande och som idrottsförbunden samt idrottsföreningen arbetar mycket med är förebilder. Genom empirin visar det sig att förebilder även ses som trovärdiga budbärare hos personer med funktionsnedsättning, vilket stärker princip tre i kunskapsöversättningsteorin att använda trovärdiga budbärare vid förmedlingen av information och kunskap.

Kopplat till studiens andra forskningsfråga hur idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten arbetar med formulering av budskap, kan det utifrån detta tema konstateras att idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten har en hårfin gräns att förhålla sig till när det kommer till arbetet kring formulering av budskap. Det handlar om att både förstå syftet med budskapet, men även förstå målgruppen för att budskapet ska kunna anpassas till de olika målgrupperna. Kunskapsöversättningsteorin visar sig här vara ett användbart ramverk, då tre av fem principer som teorin utgår från berörs av empirin.

### 5.3 Välmående

Det tredje och sista temat som identifierats är välmående som kan kopplas till självbestämmandeteorin. Genom det empiriska materialet noteras det att det finns ett samband mellan självbestämmande och en persons välmående, då det är viktigt att själv få styra över sina individuella mål och lära sig av sina misstag. I det tidigare teoriavsnittet konstateras det av Brittain, Biscaia och Gérard (2019) att självbestämmande utgörs av tre centrala begrepp: autonomi, kompetens och tillhörighet. Dessa tre begrepp kom på tal under samtliga intervjuer och genom kodningsprocessen blev det tydligt att välmående var det övergripande temat. Utifrån empirin visar det sig att autonomi, kompetens och tillhörighet är tre viktiga faktorer till hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta, vilket kan kopplas till studiens tredje forskningsfråga som ämnar undersöka hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta.

Informant 3 som representerade idrottsföreningen lyfter specifikt fram idrottens betydelse för kompetensen, då personer med funktionsnedsättning genom idrotten får en bättre förståelse om sin funktionsnedsättning. Begreppet autonomi är sammankopplat till att individer ska känna sig fria i sina egna handlingar och den största missuppfattningen som personer med funktionsnedsättning upplever, är att de anses vara inkapabla till att fatta sina egna beslut. Denna teoretiska ståndpunkt förstärks av studiens empiri då majoriteten av informanterna tar upp hur självbestämmandet lätt tas ifrån personer med funktionsnedsättning, då föräldrar och vårdnadshavare till barn med funktionsnedsättning ofta är överbeskyddande. Autonomi kan även kopplas till hur informant 1 (paraidrottare) framhäver att idrotten är ett viktigt verktyg för att stärka sig själv och på så sätt bli mer självbestämmande. Enligt självbestämmandeteorin är tillhörighet ett av de starkaste behoven som finns för individer, då känslan av grupp tillhörighet och meningsfulla relationer med andra är viktigt (Brittain, Biscaia & Gérard 2019). Detta kan kopplas till studiens empiri då informant 3 från idrottsföreningen och informant 5 från det ena idrottsförbundet lyfter fram betydelsen av tillhörighet, då idrotten är en plats där man kan träffa kompisar och vara en del av en grupp, för inom ett lag är man precis som alla andra.

Självbestämmande är därmed en nyckelfaktor för en persons välmående då det är viktigt att personer med funktionsnedsättning får vara autonoma, utveckla kompetens och känna tillhörighet. En person som mår bra och känner sig motiverad anstränger sig även mer

och har roligare, vilket kan göra att fler personer med funktionsnedsättning kan lockas till att börja idrotta. Att identifiera konkreta motivationsfaktorer är viktigt för att få fler personer med funktionsnedsättning att stanna kvar länge inom idrotten, då Ng et al. (2012) menar att en central del i självbestämmandeteorin är att en beteendeförändring blir mer varaktig om personen i fråga är motiverad.

## 6. Diskussion

*I detta kapitel tolkas det empiriska materialet på ett övergripande sätt och kopplas ihop med den tidigare forskning som togs upp i studiens inledande kapitel. Även egna reflektioner och tolkningar kring studiens undersökning presenteras. Kapitlet är indelat i tre underrubriker: vikten av trovärdighet, autonomi - ingen självklarhet och varierande behov av stöd.*

### 6.1 Vikten av trovärdighet

I tidigare studier har det visat sig att det finns brist på information gällande parasporten då Jaarsma, Smith och Haslett (2019) i sin studie förklarar att många personer med funktionsnedsättning inte vet var de kan träna, på vilket sätt de kan träna och vilka lokala träningsanläggningar som är tillgängliga, samt utformade för personer med diverse funktionsnedsättning. Denna problematik bekräftas av samtliga informanter som deltog i denna studien, då det under intervjuerna uppmärksammades att det finns en osäkerhet kring vart personer med funktionsnedsättning kan vända sig för att få information om idrott och vilka möjligheter det finns till att idrotta. Den rådande osäkerheten som finns bland personer med funktionsnedsättning och idrott gör att behovet av trovärdiga kommunikationskanaler är stort och genom den personliga kontakten kan trovärdigheten byggas upp. Här är exempelvis skolbesöken som informant 3 från idrottsföreningen lyfter fram ett bra exempel på hur barn och ungdomar får ett kvitto på att allt är möjligt, då de får träffa äldre personer med samma eller liknande funktionsnedsättningar och höra om deras erfarenheter. Utifrån lämplighet är den personliga kontakten även bra då exempelvis idrottsföreningen genom skolbesöken kan stärka parasportens position inom skolan. Detta är viktigt då tidigare studier genom Legg et al. (2022) har visat att skolan ofta uppmuntrar barn och ungdomar med funktionsnedsättning att fokusera på mer akademiska ämnen än att delta i fysiska aktiviteter.

I och med att vi lever i en sådan digitaliserad värld skapas nya arenor för kommunikation hela tiden. Vi lever med mobiltelefoner, datorer, multimedia och sociala medier och därav glöms den traditionella, samt väldigt enkla personliga kontakten bort. Att den personliga kontakten skulle vara så pass central i arbetet var inget som denna studie hade en uppfattning om i det inledande skedet. Uppfattningen om den personliga kontakten har därmed enbart skapats utifrån det empiriska materialet och utgör på så sätt studiens induktiva del. Då det empiriska materialet även visar att majoriteten av informanterna lyfter fram vikten av att rekryteringen

av personer med funktionsnedsättning till parasporten ska ske i ett tidigt skede, skulle en nära kontakt eller samarbeten med olika fritids vara ett sätt att få fler barn och ungdomar till parasporten. Fritids är en miljö där kraven på de akademiska studierna inte är lika höga som i skolan och det är även en plats dit exempelvis föräldrarna och vårdnadshavare, varje dag, kommer och hämtar sina barn. Då båda paraidrottarna nämner vikten av att ha stöttande och drivande personer runt om sig för att våga ta steget till att börja med parasport, är fritids en plats där idrottsförbunden och idrottsföreningarna inom parasporten både kan komma i direkt kontakt med den tilltänkta målgruppen, men även nå ut med information till personerna som finns i målgruppens omgivning.

## 6.2 Autonomi - ingen självklarhet

En bidragande faktor till hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta är autonomi. Autonomi hos personer med funktionsnedsättning är ingen självklarhet då Legg et al (2022) i sin studie både tar upp hur skolan uppmanar barn med funktionsnedsättning att fokusera på mer akademiska ämnen istället för att uppmuntra till fysisk aktivitet, samt att idrott ses som en lyx och att personer med funktionsnedsättning borde fokusera på fysioterapi istället. Att definiera idrott som lyx och istället uppmåna personer med funktionsnedsättning till fysioterapi gör det svårt för personer med funktionsnedsättning att motiveras till att idrotta. Självklart är en noggrann och fungerande rehabiliteringsprocess en förutsättning till att rent fysiskt kunna idrotta, men genom att definiera utövandet av idrott som lyx, byggs psykologiska barriärer upp som gör att personer med funktionsnedsättning begränsar sig mer än nödvändigt. Idrotten är därmed ett viktigt verktyg för att personer med funktionsnedsättning ska bli mer autonoma, då det utifrån det empiriska materialet kan konstateras att idrotten bidra till ökad självkänsla och självförtroende, vilket är vitalt för att personer med funktionsnedsättning ska återta rätten till självbestämmande. En viktig del i att bli autonom ligger även i en ökad kompetens om sin funktionsnedsättning. En ökad kompetens är därmed en ytterligare faktor till hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta, då idrotten är en plats där personer med funktionsnedsättning kan testa sina gränser och lära sig mer om sig själv. Denna ökade kompetens bidrar till att en tilltro till den egna förmågan byggs upp och att man klarar av att göra mer saker på egen hand.

## 6.3 Varierande behov av stöd

Utifrån studiens undersökning kan det konstateras att idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten befinner sig i en komplex situation när det kommer till att rekrytera fler utövare till parasporten. Komplexiteten har sin grund i att förbunden och föreningarna hela tiden måste ha i åtanke att graden av funktionsnedsättning varierar mellan olika individer och därmed varierar även behovet av stöd från omgivningen. Detta gör att valet av kommunikationskanal och arbetet kring formulering av budskap är komplext och till ett försök att illustrerar detta, har målgruppen (personer med funktionsnedsättning) delats in i tre olika undergrupper baserat på grad av behov av stöd: mindre behov av stöd, mer behov av stöd och mycket behov av stöd.

Undergruppen “mindre behov av stöd” avser de personer med funktionsnedsättning som i sin vardag till stor del klarar sig själva men behöver stöd från omgivningen vid enstaka tillfällen, exempelvis att de behöver hjälp med transport för att ta sig någonstans. Denna undergrupp har möjligtvis störst sannolikhet att på egen hand hitta exempelvis informationskanalen Parame och på så sätt få information om fysisk aktivitet. Vad det gäller budskap som kan vara tilltalande för denna grupp kan det vara budskap som exempelvis uppmuntrar till hård fysisk träning med framgångsrika idrottsliga prestationer som målsättning.

Undergruppen “mer behov av stöd” avser de personer med funktionsnedsättning som i en högre utsträckning behöver stöttning från sin omgivning, exempelvis hjälp hemma med olika vardagliga sysslor. I och med att denna grupp är mindre autonom kan osäkerheten kring idrott vara större och på så sätt krävs mer övertygande och trovärdiga kommunikativa medel, exempelvis personlig kontakt. Denna grupp kan därmed attraheras av mer “prova på dagar” än enbart information från Parame. Här kan även sannolikheten att personen i fråga vet om att Parame existerar vara lägre än i undergruppen “mindre behov av stöd”. För denna grupp kan budskap mer riktade mot gemenskap och idrotta för att utvidga sitt sociala nätverk vara mer tilltalande än framgångsrika idrottsliga prestationer.

Den sista undergruppen “mycket behov av stöd” behandlar de personer med funktionsnedsättning som behöver en hög form av stöd och har andra typer av utmaningar i sin vardag än de andra två undergrupperna. Dessa personer har på egen hand svårt att hitta information om idrott och är på så sätt beroende av personerna i sin omgivning. Det

kommunikativa arbetet kring denna grupp behöver därmed rikta sig mot att nå fram till omgivningen, exempelvis familj, kompisar eller vårdpersonal, med budskapet att idrott för personer med funktionsnedsättning inte är så komplicerat eller problematiskt som det verkar. Det handlar om att förmedla budskap som visar på möjligheter och lösningar, inte svårigheter och problem.

Denna illustration vill uppmärksamma att valet av rätt kommunikationskanal, i kombination med ett tilltalande budskap, är viktigt för idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten för att locka personer med funktionsnedsättning till idrotten. De tre undergrupper som har nämnts kan inte behandlas lika då deras varierande behov måste tas i beaktande. Detta för att en kommunikationskanal ska anses vara trovärdig och att rätt budskap når fram till rätt målgrupp.



## 7. Slutsats

*I följande kapitel presenteras de viktigaste delarna utifrån studiens resultat i punktform. Slutsatspunkterna är indelade i tre olika delar: lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler, formulering av budskap och motivationsfaktorer till att idrotta. Samtliga delar kopplas samman med studiens syfte och forskningsfrågor.*

### 7.1 Lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler

- Vad som visade sig vara viktigt när det kommer till lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler, var en kombination av digitala kanaler och personlig kontakt. Detta grundar sig i att steget från att vara inaktiv till att bli aktiv hos en person med funktionsnedsättning präglas av osäkerhet.
- Parame visade sig vara en lämplig och trovärdig kommunikationskanal, men problemet är att det är få som vet om Parame. Här krävs det att Parame får större genomslag i samhället generellt, exempelvis genom inkluderingsresan.
- En viktig del i det kommunikativa arbetet handlar om att ligga steget före och förutspå var målgruppen (personer med funktionsnedsättning) och personer i målgruppens omgivning kommer att befinna sig såsom exempelvis vård- och habiliteringsmottagningar, skola samt fritids.

### 7.2 Formulering av budskap

- I och med att parasporten förknippas med något som är problematiskt och komplicerat är en viktig del i arbetet med formuleringen av budskapet att både normalisera parasporten, men även funktionsnedsättningar. Detta är ett viktigt budskap riktat mot framförallt föräldrar och idrottsföreningar, då en stöttande omgivning är vitalt för att ett barn eller en ungdom ska våga ta steget till att börja idrotta.

- Att förstå målgruppen och skraddarsy budskap som passar målgruppen är väsentligt då det handlar om att skilja på elit- och motionsidrotten, samt redan aktiva och inaktiva vid formuleringen av budskap.
- Studien visar vikten av att förstå behoven hos målgruppen och att formuleringen av budskap behöver anpassas efter graden av behov av stöd. Det handlar om ett strategiskt arbete där olika budskap måste nå fram till fler platser än exempelvis en särskild webbplats.

### 7.3 Motivationsfaktorer till att idrotta

- Förebilder visade sig vara en värdefull faktor när det kommer till hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta. Att se personer med liknande funktionsnedsättning utöva en idrott är ett tydligt bevis på att allt är möjligt. Detta kan kopplas till den personliga kontakten då förebilder som motivationsfaktor får störst effekt om exempelvis barn och ungdomar med funktionsnedsättning får träffa förebilderna personligen.
- Välmående anses vara en motivationsfaktor då en fysisk tillvaro bidrar till ökad självkänsla och självförtroende, vilket gör att vardagslivet generellt blir lättare och mindre utmanande.
- En ytterligare viktig motivationsfaktor är självbestämmande som uttrycker sig genom autonomi, kompetens och tillhörighet. Denna motivationsfaktor visade sig vara viktig framförallt hos barn och ungdomar med funktionsnedsättning, då de i framtiden behöver klara sig utan sina föräldrar, kunna arbeta samt bilda egen familj.

## 8. Kritik av den egna studien

*Detta kapitel redogör för olika kritiska aspekter av den egna studien i form av en metodkritik som tar upp de brister som finns inom kvalitativa studier. Kapitlet tar även upp en källkritik som redovisas utifrån två delar: empiri och teori. Avslutningsvis presenteras kritik mot studiens tre teorier: Användning och tillfredsställelseteorin, Kunskapsöversättning och Självbestämmandeteorin.*

### 8.1 Metodkritik

I och med att studien utgick från en kvalitativ forskningsstrategi är undersökningen svår att replikera och detta menar Bryman och Bell (2017, s. 393) är en vanlig kritik inom kvalitativa studier. Enligt Bryman och Bell (2017, s. 393) grundar sig denna kritik i att metoderna inom kvalitativa studier är ostrukturerade och ofta utformade efter forskarnas individuella kreativitet och intressen. Då studiens datainsamling genomfördes med hjälp av intervjuer har studiens replikerbarhet även påverkats av intervjuareffekten. Intervjuareffekten innebär enligt Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 150) att forskarens egenskaper kan påverka informantens svar, då författarnas egenskaper som kön, ålder, etnisk bakgrund, beteende och utseende både kan skapa avstånd och närhet mellan forskaren och informanten.

Ytterligare kritik mot kvalitativa studier är konfirmeringen då kvalitativa undersökningar tenderar att vara subjektiva (Bryman & Bell 2017, s. 393). Fullständig objektivitet är svårt i och med att forskarna etablerar nära förhållanden med undersökningsspersonerna under längre observationer eller intervjuer (ibid). Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020, s. 104) menar att valet av informanter inom kvalitativa undersökningar även har ett tydligt syfte, då det handlar om att välja ut informanter som är av intresse för studiens mål och syfte. Då det under denna studies urvalsprocess var viktigt att hela tiden ha i åtanke att samtliga personer och organisationer som föreslogs som potentiella intervjukandidater, valdes ut på grundval av kriterier som skulle göra det möjligt att besvara studiens forskningsfrågor, baserades urvalet på ett icke-sannolikhetsurval. Det går därmed inte att generalisera studiens resultat till en population. Informanterna som deltog i studien kan inte uppfattas som representativa för en population då de inte valdes ut på slumpmässig basis, vilket har påverkat studiens överförbarhet. En annan aspekt gällande kritik mot studiens metod är snöbollsurvalet som studien använde sig av. Genom detta urval var det endast personer som redan är aktiva inom parasporten som intervjuades, därmed saknar studien bredd i form av att studien inte

inkluderade personer med funktionsnedsättning som inte är fysiskt aktiva idag. På så sätt utblev viktig information och kunskap om varför dessa personer med funktionsnedsättning inte idrottar eller är fysiskt aktiva.

Både Bryman och Bell (2017, s. 394) och Johannessen et al. (2020, s. 69) lyfter fram att transparensen i kvalitativa studier kan vara en utmaning. Bristande transparens kan ibland göra att det kan vara svårt för läsarna av studien att förstå vad forskaren konkret har gjort, eller hur forskaren har kommit fram till sina slutsatser. Det kan även uppstå funderingar kring hur olika personer har valts ut för intervju. För att minska förekomsten av dessa oklarheter har författarna i denna studie så detaljerat som möjligt, försökt beskriva samtliga steg i urvalsprocessen och hur dataanalysen genomfördes.

## 8.2 Källkritik

### 8.2.1 Empiri

I de intervjuer som hölls fanns det en medvetenhet kring att egna värderingar skulle kunna påverka svaren, därmed undveks ledande frågor och mer öppna frågor ställdes som gav informanterna utrymme att reflektera över sina egna tankar och åsikter. Dock hade ingen av författarna någon tidigare erfarenhet av parasport, vilket medförde att båda författarna inför varje intervju inte hade några personliga erfarenheter att utgå ifrån och gick därmed in med inställningen att vara öppen, samt lära sig av informanternas erfarenheter. I och med att författarnas erfarenhet kring parasport var bristfällig kan dock intervjufrågorna och följdfrågorna som ställdes under intervjuerna ha formats på ett mindre bra sätt. Detta jämfört med en person som har kunskap och erfarenhet av parasport och förstår problematiken på ett bättre sätt och som därmed, hade kunnat ställa mer djupgående frågor kring ämnet.

En senare uppföljning av empirin har även utförts då informanterna har fått ta del av resultatet. De informanter som intervjuades valdes då de ansågs ha relevant information kring studiens valda ämne och de informanter som representerade organisationerna, hade en aktiv ställning inom respektive organisation. Avslutningsvis undveks partiskhet genom att ingen av författarna till studien kände eller hade någon nära koppling med någon av informanterna.

## 8.2.2 Teori

Den sekundärdata som används i studien har hämtas från pålitliga källor såsom databaser för vetenskapliga artiklar, studentlitteratur och noga utvalda webbplatser. Majoriteten av de webbplatser som använts som källa är från antingen statliga organisationer, hälso- och vårdinstitutioner eller etablerade organisationer inom parasporten såsom exempelvis Parasport Sverige. Samtliga vetenskapliga artiklar som har använts i studien är Peer Reviewed. Ett kritiskt förhållningssätt tillämpades genom att flera olika källor användes, så det som har poängterats kan styrkas av flera forskare inom ämnet. Detta framgår främst i teori- och metodkapitlet.

## 8.3 Teorikritik

Kritik mot studiens teorier är att användning och tillfredsställelseteorin antar att individer är aktiva mediekonsumenter som aktivt söker upp medieinnehåll för att tillfredsställa sina behov. Dock är många individer inte så aktiva som teorin säger och människor kan påverkas av externa faktorer som till exempel marknadsföring. Användning och tillfredsställelseteorin fokuserar även främst på individuella val och behovstillfredsställelse och lämnar därmed mindre utrymme för sociala faktorer som kan påverka individers mediekonsumtion. Likt användning och tillfredsställelseteorin har även självbestämmandeteorin fokus på individuella faktorer, vilket gör att vikten av sociala och samhällsliga faktorer i motivation och välbefinnande förbises. Att enbart utgå från individen och dess uppfattning förutsätter att individerna är kapabla och har förutsättningarna att utveckla egna åsikter. Personer med funktionsnedsättning i form av exempelvis kommunikationssvårigheter blir svårare att tolka genom dessa teorier, vilket indikerar på att användning och tillfredsställelseteorin, samt självbestämmandeteorin till viss del inte är heltäckande för studiens syfte. Kritik mot kunskapsöversättningsteorin är att teorin fokuserar för mycket på effektivisering och standardisering av kunskapsöversättning, snarare än att ta hänsyn till sociala, politiska och ekonomiska faktorer som kan påverka överföringen av kunskap.

## 9. Avslutande reflektioner

*Detta avslutande kapitel redogör för studiens bidrag i form av två teoretiska bidrag inom de teoretiska diskurserna kommunikation och Sport Management, samt tre olika praktiska bidrag. Kapitlet presenterar även de kunskapsluckor studien har lyckats att täcka och ger förslag på vidare forskning inom studiens ämne.*

### 9.1 Studiens bidrag

Syftet med studien är att bidra till en ökad förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga, hur idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta. Med stöd av studiens analys visar det sig att studien fyller en kunskapslucka genom att bidra till en medvetenhet kring att det inte är så många som vet om att kommunikationskanalen Parame existerar. Studien bidrar på så sätt med ett teoretiskt bidrag inom den teoretiska diskursen kommunikationsteori, då specialidrottsförbundet Parasport Sverige innehar samlad kunskap och information om parasport på Parame, men denna kunskap lyckas inte sprida sig på ett effektivt sätt till allmänheten. Den bristfälliga kännedomen om kommunikationskanalen Parame är ett intressant bidrag från studien som kan kopplas till studiens problemformulering, där misskommunikationen mellan organisationer och personer med funktionsnedsättning kring var personer med funktionsnedsättning kan träna, på vilket sätt de kan träna och vilka lokala träningsanläggningar som är tillgängliga, samt utformade för personer med diverse funktionsnedsättning lyfts fram. Genom detta teoretiska bidrag har nya insikter och perspektiv vuxit fram, vilket kan användas av andra forskare och bidra till vidareutveckling inom detta ämne.

Studien bidrar även med ett teoretiskt bidrag som kan kopplas till den teoretiska diskursen Sport Management, då studien har bidragit till att belysa vikten av variation när det kommer till hur idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten arbetar med val av kommunikationskanal och formulering av budskap för att locka fler personer med funktionsnedsättning till idrotten. Detta teoretiska bidrag inom diskursen Sport Management går även att ses utifrån ett praktiskt bidrag, då studien genom analys av det empiriska materialet bröt ner målgruppen (personer med funktionsnedsättning) till tre olika

undergrupper baserat på grad av behov av stöd. Här har studien bidragit med att först belysa och uppmärksamma ett komplext och omfattande arbete vad gäller att nå fram till fler personer med funktionsnedsättning. Studien har sedan brutit ner och konkretiserat detta komplexa arbete genom att koppla ihop undergrupperna med lämpliga och trovärdiga kommunikationskanaler, tilltalande budskap samt specifika mervärden till att idrotta. Detta för att framföra att strategierna hos idrottsföreningar och idrottsförbund inom parasporten när det kommer till att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta, behöver utvecklas men framförallt anpassas utifrån graden av behov av stöd.

Slutligen bidrar studien med praktiska bidrag i form av inkluderingen av fritids som en givande informationskanal för att både få direkt kontakt med barn och ungdomar med funktionsnedsättning, men även nå ut till föräldrar samt vårdnadshavare till barn med funktionsnedsättning. I och med att studien utgår från tre olika perspektiv bidrar studien även till att idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten får ett bredare perspektiv på sitt arbete genom att få ta del av paraidrottarnas åsikter. Detta medför även att paraidrottarna själva får en medvetenhet kring hur organisationer inom parasporten arbetar.

## 9.2 Förslag på vidare forskning

Studiens resultat visar på hur viktigt det är för personer med funktionsnedsättning att ha personer runt sig som stöttar och uppmuntra till idrott och fysisk aktivitet. Förslag på vidare forskning är därmed att undersöka hur personerna runt om personer med funktionsnedsättning ser på kommunikationskanaler och olika budskap. Exempelvis skulle föräldrar eller vårdnadshavare till barn och ungdomar med funktionsnedsättning kunna intervjuas, eller vårdpersonal i form av läkare och fysioterapeuter. Då resultatet även visade att skolan är en viktig plats för den personliga kontakten skulle det vara intressant och givande för framtida forskning att ta del av lärarnas perspektiv. Här skulle även fritids kunna inkluderas för att se hur de ser på sin roll i det hela och vad de skulle kunna bidra med för att få fler barn och med funktionsnedsättning att bli fysiskt aktiva. I denna studie var det två aktiva paraidrottare som intervjuades och förslag på vidare forskning skulle därmed vara att undersöka vad inaktiva personer med funktionsnedsättning har för inställning till parasport.

Ytterligare förslag på vidare forskning är att göra en kvantitativ undersökning kring kommunikationskanalen Parame. Här hade det varit intressant och givande att få konkret statistik på hur många som egentligen vet om Parame, både vad gäller personer med funktionsnedsättning men även personer i samhället generellt. I och med att arbetet på regional nivå är viktigt och att distriktsförbunden är en viktig kontakt för de nationella idrottsförbunden ut till exempelvis olika vårdmottagningar, hade det varit intressant att undersöka hur distriktsförbunden arbetar med kommunikationskanaler och formulering av budskap. Detta hade bidragit med kunskap om hur exempelvis kontakten och samarbetet mellan Stockholms Parasportförbund och Stockholm Rehab fungerar.



## Källförteckning

- 1177 Region Västerbotten (2022). *Vad är habilitering och rehabilitering?*  
<https://www.1177.se/Vasterbotten/behandling--hjalpmedel/habilitering/habilitering-och-rehabilitering/> [2023-05-12]
- Aitchison, B., Rushton, A. B., Martin, P., Barr, M., Soundy, A., & Heneghan, N. R. (2022). The experiences and perceived health benefits of individuals with a disability participating in sport: A systematic review and narrative synthesis. *Disability and Health Journal*, 15(1), doi:10.1016/j.dhjo.2021.101164
- Alvesson, M. & Sköldberg, K. (2017). *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. 3 uppl., Lund: Studentlitteratur AB.
- Anderson, D. M., Bedini, L. A., & Moreland, L. (2005). Getting All Girls into the Game: Physically Active Recreation for Girls with Disabilities. *Journal of Park & Recreation Administration*, 23(4), ss. 78–103.
- Backman, J. (2016). *Rapporter och uppsatser*. 3 uppl., Lund: Studentlitteratur AB.
- Bangdiwala, S. I. (2019). Basic epidemiology research designs I: cross-sectional design. *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*, 26 (1), ss. 124-126. doi:10.1080/17457300.2018.1556415
- Baxter, P.E., & Jack, S.M. (2008). Qualitative Case Study Methodology: Study Design and Implementation for Novice Researchers. *The Qualitative Report*, 13(4), ss. 544-559. doi:10.46743/2160-3715/2008.1573
- Brittain, I., Biscaia, R., & Gérard, S. (2019). Ableism as a regulator of social practice and disabled peoples' self-determination to participate in sport and physical activity. *Leisure Studies*, 39(2), ss. 209-224. doi:10.1080/02614367.2019.1694569
- Bryman, A. & Bell, E. (2017). *Företagsekonomiska forskningsmetoder*. 3 uppl., Stockholm: Liber.
- Centrum för idrottsforskning (u.å.). *Medlemmar*.  
<https://idrottsstatistik.se/foreningsidrott/medlemmar/> [2023-05-20]
- CrewCraftSweden (2022). *Vad är kommunikation*. <https://www.crewcraft.se/om-oss/artiklar/vad-%C3%A4r-kommunikation> [2023-05-12]
- Denscombe, M. (2014). *The Good Research Guide For small-scale social research projects*. 5 uppl., New York: Mc Graw Hill Education.

- Eisenhardt, K.M., & Graebner, M.E. (2007). Theory Building from Cases: Opportunities and Challenges. *The Academy of Management Journal*, 50(1), ss. 25-32.
- Europeiska Kommissionen (u.å.). *Sysselsättning, Socialpolitik och inkludering*.  
<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=sv&catId=1137> [2023-03-27]
- Haslett, D., Fitzpatrick, B., & Breslin, G. (2017). The psychological influences on participation in Wheelchair Rugby: a social relational model of disability. *AUC Kinanthropologica*, 53 (1), ss. 60–78. doi:10.14712/23366052.2017.5
- Hjerm, M., Lindgren, S. & Nilsson, M. (2014). *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys*. 2 uppl., Malmö: Gleerups.
- Hurley, E., Dietrich, T., & Rundle-Thiele, S. (2021). Integrating Theory in Co-design: An Abductive Approach. *Australasian Marketing Journal*, 29 (1) ss, 66-77.
- Idrottsforskning (2019). *Den viktiga inre motivationen - så stödjer du den som idrottsledare*.  
<https://www.idrottsforskning.se/den-viktiga-inre-motivationen-sa-stodjer-du-den-som-idrottsledare/> [2023-03-14]
- Jaarsma, E., Smith, B., & Haslett, D. (2019). Improving Communication of Information About Physical Activity Opportunities for People With Disabilities. . *Adapted Physical Activity Quarterly*, 36(2), ss. 185-201. doi:10.1123/apaq.2018-0020
- Johannessen, A., Tufte, P.A., & Christoffersen, L. (2020). *Introduktion till samhällsvetenskaplig metod*. 2 uppl., Stockholm: Liber.
- Kallio, H., Pietilä, A.M., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of Advanced Nursing*, 72(12), ss. 2954-2965. doi:10.1111/jan.13031
- Karalinska Institutet (u.å). *Para-Athletes*. <https://mesh.kib.ki.se/term/D000080050/para-athletes> [2023-05-12]
- Kunskapsguiden (2022). *Rätt till bästa möjliga hälsa*. <https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/funktionshinder/rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning/ratt-till-basta-mojliga-halsa/> [2023-03-27]
- Kvale, S. & Brinkman, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3 uppl., Lund: Studentlitteratur AB.
- Lavis, J.N., Robertson, D., Woodside, J.M., McLeod, C.B., Abelson, J. (2003). How Can Research Organizations More Effectively Transfer Research Knowledge to Decision Makers? *The Milbank Quarterly*, 81(2), ss. 221-248.

- Legg, D., Higgs, C., Douer, O. F., Bukhala, P., & Pankowiak, A. (2022). A Framework for Understanding Barriers to Participation in Sport for Persons with Disability. *Palaestra*, 36(1), 13.
- Lindsay, S., Fuentes, K., Tomas, V., & Hsu, S. (2022). Ableism and Workplace Discrimination Among Youth and Young Adults with Disabilities: A Systematic Review. *Journal of Occupational Rehabilitation*, 33, ss. 20-36. doi:10.1007/s10926-022-10049-4
- Lins, S., Melo, C.F., Alves, S.G., & Silva, R.L. (2019). "Our Voices, Our Meaning": The Social Representations of Sports for Brazilian Athletes With Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 36(1), ss. 42-60. doi:10.1123/apaq.2017-0206
- Ma, S., Zhang, S., Li, G., & Wu, Y. (2019). Exploring information security education on social media use. Perspective of uses and gratifications theory. *Aslib Journal of Information Management*, 71(5), ss. 618-636. doi:10.1108/AJIM-09-2018-0213
- Makris, A., & Kapetanaki, A. (2022) Practice-based social marketing to improve well-being for people with intellectual disabilities. *Journal of Marketing Management*, 38(11-12), ss. 1178-1202. doi:10.1080/0267257X.2022.2091641
- Myśliwiec, A., & Damentko, M. (2015). Global Initiative of the Special Olympics Movement for People with Intellectual Disabilities. *Journal of Human Kinetics*, 45(1), ss. 253–259. doi:10.1515/hukin-2015-0026
- Naderifar, M., Goli, H., & Ghaljaie, F. (2017). Snowball Sampling: A Purposeful Method of Sampling in Qualitative Research. *Strides in Development of Medical Education*, 14(3), doi:10.5812/sdme.67670.
- Newitt, R., Barnett, F., & Crowe, M. (2016). Understanding factors that influence participation in physical activity among people with a neuromusculoskeletal condition: A review of qualitative studies. *Disability and Rehabilitation: An International, Multidisciplinary Journal*, 38(1), ss. 1–10. doi:10.3109/09638288.2014.996676
- Ng, J.Y.Y., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., Deci, E.L., Ryan, R.M., Duda, J.L., & Williams, G.C. (2012). Self-Determination Theory Applied to Health Contexts: A Meta-Analysis. *Perspectives on Psychological Science*, 7(4), ss. 325-340. doi:10.1177/1745691612447309
- Parasport Sverige (2023a). *Om oss*. <https://www.parasport.se/om-forbundet/om-oss> [2023-05-12]
- Parasport Sverige (2023b). *Strategi 2025*. <https://www.parasport.se/om-forbundet/om-oss/strategi-2025> [2023-03-08]

- Parasport Sverige (2023c). *Så funkar parasport*. <https://www.parasport.se/trana-och-tavla/sa-funkar-parasport> [2023-05-12]
- Parasport Sverige (2023d). *Vår historia*. <https://www.parasport.se/om-forbundet/om-oss/var-historia> [2023-05-12]
- Pineda, R. C., Krampe, R. T., Vanlandewijck, Y., & Van Biesen, D. (2023). Athletes with intellectual disability: The effects of cognitive deficits and sports practice on bipedal standing balance. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities : JARID*, 36(1), ss. 96–105. doi:10.1111/jar.13038
- Socialstyrelsen (2019). *Stöd inom funktionshinderområdet*. <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/funktionshinder/> [2023-05-12]
- Spector, P. E. (2019). Do Not Cross Me: Optimizing the Use of Cross-Sectional Designs. *Journal of Business and Psychology*, 34, ss. 125-137. doi:10.1007/s10869-018-09613-8
- Statistiska Centralbyrån (2020). *Lägre andel sysselsatta bland personer med funktionsnedsättning*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/arbetsmarknad/funktionsnedsattning/situationen-pa-arbetsmarknaden-for-personer-med-funktionsnedsattning/pong/statistiknyhet/situationen-pa-arbetsmarknaden-for-personer-med-funktionsnedsattning/> [2023-03-27]
- Sveriges Riksdag (2020). *Idrott och hälsa för personer med funktionsnedsättning*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/idrott-och-halsa-for-personer-med\\_H802305](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/idrott-och-halsa-for-personer-med_H802305) [2023-03-12]
- Thomas, N., & Smith, A. (2008). *Disability, Sport and Society*. London och New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies: Strengths, Weaknesses, and Recommendations. *Chest Journal*, 158 (1), ss. 65-71. doi:10.1016/j.chest.2020.03.012

# Bilagor

## Bilaga 1- intervjuguide till idrottsorganisationerna

### Intro

Det här är en kandidatuppsats som vi skriver inom Företagsekonomi med inriktning på marknadsföring och Sport Management vid Södertörns högskola. Syftet med studien är att få en djupare förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta. Studien ämnar även att undersöka hur idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta.

Den information som vi erhåller under intervjun kommer endast att användas i forskningssyfte. Vi är väldigt tacksamma att du ställt upp men vi vill även upplysa dig om att du när som helst har rätt att avbryta din medverkan, ditt deltagande är frivilligt. Jag kommer under intervjuns gång ställa frågor och beroende på svar kan det tillkomma följdfrågor, som du får möjlighet att besvara i lugn och ro. Har du några frågor till mig innan vi börjar?

### Inledande frågor om informanten:

- Vem är du och vad är din roll?
- Hur länge har du arbetat med detta?
- Vad är din bakgrund/ingång till att arbeta med personer med funktionsnedsättning?

### Frågor rörande organisationens arbete:

- Hur arbetar ni som organisation med olika kommunikationskanaler?
- Är det några specifika kanaler ni använder och i så fall vilka?
- Hur tänker ni kring eran målgrupp, är det några specifika personer ni vill nå ut till?
- Vad är ert budskap till personer med funktionsnedsättning som vill börja idrotta?
- Vad är ert budskap till de personer med funktionsnedsättning som är aktiva idag?
- Hur tänker du kring om idrotten kan vara ett verktyg för välmående?

## Frågor kring informantens åsikter:

- Vilken väg anser du att er organisation ska ta härnäst för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta?
- Vad enligt dig är problemet idag till att fler personer med funktionsnedsättning inte idrottar eller utövar någon fysisk aktivitet och vad tror du kan bli lösningen?
- Vad tror du samhället behöver göra?
- Finns det någonting personer med funktionsnedsättning själva kan göra?
- Är fördomar och stereotypiska bilder från idrottsvärlden av hur en atlet och en person med funktionsnedsättning vara, något ni möter i ert vardagliga arbete? Om ja, kan du berätta på vilket sätt?

## Bilaga 2 - intervjuguide till paraidrottarna

### Intro

Det här är en kandidatuppsats som vi skriver inom Företagsekonomi med inriktning på marknadsföring och Sport Management vid Södertörns högskola. Syftet med studien är att få en djupare förståelse kring vilka kommunikationskanaler som anses vara lämpliga och trovärdiga att använda för att få fler personer med funktionsnedsättning att börja idrotta. Studien ämnar även att undersöka hur idrottsförbund och idrottsföreningar inom parasporten arbetar med formulering av budskap, samt hur personer med funktionsnedsättning motiveras till att idrotta.

Den information som vi erhåller under intervjun kommer endast att användas i forskningssyfte. Vi är väldigt tacksamma att du ställt upp men vi vill även upplysa dig om att du när som helst har rätt att avbryta din medverkan, ditt deltagande är frivilligt. Jag kommer under intervjuns gång ställa frågor och beroende på svar kan det tillkomma följdfrågor, som du får möjlighet att besvara i lugn och ro. Har du några frågor till mig innan vi börjar?

Inledande frågor om informanten:

- Vem är du och vad är din roll?
- Hur länge har du varit aktiv?
- Vad fick dig att börja med idrott?

Frågor rörande kommunikationskanaler och budskap:

- Hur fick du information om idrotten?
- Vilka kanaler anser du är bäst att vända sig till för att få information om fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning?
- Vad anser du är trovärdiga kommunikationskanaler som du litar på?
- Om någon frågade dig om information för idrott, vad hade du hänvisat till?
- Vad för typ av budskap tilltalar dig mest?

Frågor kring informantens åsikter

- Hur tänker du kring om idrotten är ett verktyg för välmående?
- Om du styrde en organisation som organiserar idrott för personer med funktionsnedsättning, vad skulle nästa steg vara?

- Vad är problemet till att det är få personer med funktionsnedsättning som idrottar idag och vad tror du är lösningen?
- Har du någon gång känt dig diskriminerad eller dåligt behandlad i ett idrottsligt sammanhang?
- Vad enligt dig behöver samhället göra?
- Vad behöver personer med funktionsnedsättning göra?