



## PM - Fritidsföreningar, viktiga inslag på den goda arbetsplatsen

Fritidsvetarna/Hans-Erik Olson 2004-11-24

### Bakgrund

Fritidsvetenskaplig forskning (Leisure Science) är internationellt ett stort och ständigt växande forskningsfält. Utvecklingen beror på att forskningen har visat sig ”nyttig” för företag och organisationer inom privat och offentlig sektor, vilka strävar efter att höja människors välbefinnande och livskvalitet. I förlängningen har en god fritid också betydelse för hälsan.

Forskningsområdet är emellertid tämligen okänt i Sverige. Följaktligen är vår förståelse för fritiden inte särskilt väl utvecklad. Detta framgår tydligt i *Nationalencyklopedins* (1992) definition där fritid ses ”den del av dygnet och veckan som inte upptas av arbete, måltider och sömn”. Sådana s.k. restdefinitioner var vanliga inom fritidsvetenskapen på 1960-talet, men är idag mycket omoderna. Resultatet har blivit att vi i Sverige vanligen lågprioriterar fritiden, både i våra personliga liv och i det offentliga livet/politiken.

Motbilder saknas dock inte. Filosofen Aristoteles hävdade att fritiden – *scholé* - var själva meningen med livet. Visst var arbetet nödvändigt, men det saknade egenvärde. Det är under vår fritid som vi kan utvecklas kroppsligt och själsligt som människor.

Även i Sverige finns det motbilder. 1890 gick arbetarrörelsen ut i sina första 1:a Maj-demonstrationer. Huvudkravet var ”8 timmars arbete, 8 timmars vila, 8 timmars fritid”. Det var *balans* mellan arbete och fritid man ville ha. 1936 arrangerades i Ystad utställningen *Fritiden*. Den blev av flera skäl en av de viktigaste utställningarna i Sverige under 1900-talet och internationellt mycket uppmärksammas. Professorn i Konsthistoria, Gregor Paulsson, var en av idégivarna. Arkitekten Gotthard Johansson sammanfattade utställningens inriktning:

”Det moderna fritidsproblemet uppstod med industrialismen. Det första problemet var att skapa fritid, det andra blev att använda den. Fritiden har blivit en samhällsangelägenhet. Det måste skapas mera fritid. Fritiden är ej arbetets fiende. *Fritiden skall skapa harmoniska människor.*”

Denna balans mellan arbete och fritid tycks vi idag helt har glömt bort. I den pågående debatten om de galopperande sjukkostnaderna för stress och utmattningsdepression riktas alla blickar mot arbetslivet och dess organisation. Sveriges näringsliv får - något oförtjänt - klä skott för eländet.

Att påstå att endast brister i arbetslivet är roten till det onda är en våldsam förenkling. Redan vid en enkel analys av tillgänglig statistik och offentlig debatt är det högst rimligt att dra slutsatsen att mycket – naturligtvis inte allt – av just denna sjukskrivning kan härledas till brister i den personliga balansen mellan arbete och fritid, samt i en missriktad fritidspolitik framför allt på den kommunala nivån. Detta hänger i sin tur samman med vår bristande förståelse för fritidens betydelse. På så vis kan vi se hur ideologiska strukturer på nationell nivå och individuella förhållanden på lokal nivå i samverkan producerar de höga sjukskrivningstalen.

Denna slutsats styrks också av fritidsvetenskaplig forskning, där åtskilliga artiklar, främst skrivna av amerikaner, visar på fritidens stora betydelse som buffert mot stress och "burn-out".

## Företagen och fritiden

Det svenska näringslivet har en lång tradition med verksamheter kopplade till relationen arbete-fritid. I det förindustriella samhället hade husbonden ett socialt ansvar för alla i hushållet, från den egna familjen till drängar och pigor. Brukspatronerna kände vanligen ett motsvarande ansvar för brukssamhällets innevånare.

När industrialismen växte fram i Sverige i slutet av 1800-talet var det många företagsledare som förde med sig brukspatronernas ansvarskänsla för personalens hela livssituation in i det moderna industrisamhället.

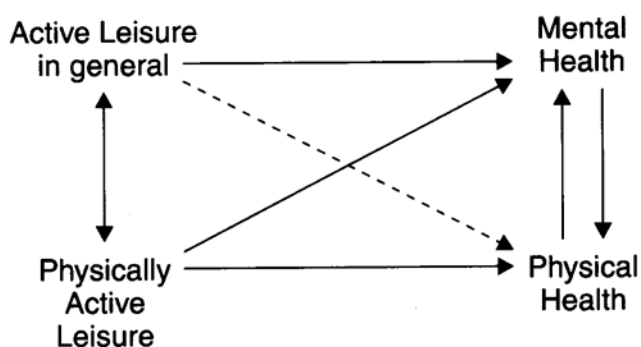
Ur detta växte företagens personalarbete och personalvård fram. Såvitt bekant är denna sektor inte alls beskriven i svensk forskning. I min egen forskning har jag sett att Svenska Tobaksmonopolet 1916 anställde sin första "fabrikssystem", senare personalkonsulent. Samma år startade hon studieverksamhet bland företagets många kvinnliga industriarbetare. Ur denna verksamhet bildades hemgården *Södergården*, som fortfarande finns kvar i Götgatsbacken.

1945 bildades *Svenska Korporationsidrottsförbundet*. Korpklubbar hade startats långt tidigare och ännu tidigare i idrottshistorien kan vi se hur företagsledare skänkte mark och byggnadsmaterial till anställda som ville anlägga en idrottsplats. När korpklubbarna formerades fick dessa vanligen ekonomiskt stöd från företagsledningen. Idrott och motion har länge haft en framskjuten position i företagens satsning på fritidsverksamhet.

Under senare tid har det blivit vanligt att "korp-idrottsklubbar" har utvecklats till att bli "korp-fritidsföreningar", där även sociala och kulturella aktiviteter arrangeras vid sidan av de klassiska fysiska aktiviteterna.

Denna breddning ligger helt i linje med såväl modern fritidsvetenskaplig teoribildning, som mycket gammal beprövad erfarenhet. Den romerske poeten Juvenalis myntade redan c:a 100 e.Kr. tesen "en sund själ i en sund kropp".

Vi har i Sverige på senare tid sett många kampanjer för ökad friskvård, där verksamheten begränsas till stimulans av fysisk aktivitet och rådgivning kring kost- och livsstilsförändringar. Sådana kampanjer är naturligtvis nyttiga, men mycket ensidiga. Det finns dokumenterad forskning som visar att social och kulturell stimulans har minst lika gott, i vissa fall t.o.m. större, hälsovärde än fysisk aktivitet/motion. Relationen har sammanfattats av den amerikanske fritidsvetaren Seppo Iso-Ahola:



Detta har också påpekats i Sverige. 1991 skrev docenten i medicin Leif Wallin en framåt-syftande artikel om framtidens friskvård, där han hävdar, att

"hälsan tycks framför allt bero av sådana existentiella grundbultar som kärlek, frihet och mening och dessa i sin tur ser ut att vara oändligt mycket viktigare än motion, fibrer, fetthalt e.t.c."

Samma tankegångar förs fram i en bok av Tommy Ljusenius och Lars-Göran Rydqvist, som menar att "friskvården" dessvärre har kommit att förknippas med "morötter och milspår". De ser i stället människan som en helhet och framhåller betydelsen även av kulturella och sociala aktiviteter. Det är en för människan själv meningsfull och aktiv fritid som leder till ökat välbefinnande och högre livskvalitet.

Som nämnts är forskningsläget i Sverige rörande denna relation i det närmaste obefintlig. Däremot finns det i andra länder en betydande forskning. I en artikel publicerad 1991 sammanfattar två amerikanska forskare sina intryck. Litteraturen visar att både arbetsgivaren och arbetstagaren är vinnare på företagets fritidsprogram. De skapar "lyckligare, friskare, mer produktiva anställda och ekonomiska fördelar för företagaren".

## **Forskningsuppgiften**

Utifrån dessa resonemang borde blir det en viktig och intressant uppgift att beforska relationen mellan företag och de anställdas fritid. Denna slutsats styrks ytterligare av att det i Sverige helt saknas forskning kring detta tema. Däremot kan vi anta att relationen berörs mer eller mindre flyktigt i studier kring arbetslivets, enskilda företags och fackförningars utveckling under 1900-talet. Det är ett omfattande arbete att gå igenom den litteraturen.

Syftet med denna PM är inte att skriva en forskningsansökan med utvecklad metod för insamlande av kvalitativa och kvantitativa data. Syftet är i stället att peka på ett vitt fält i den svenska arbetslivsforskningen och söka vinna stöd för ett försök att fylla denna kunskapslucka. Jag nöjer mig därför här med att formulera några frågor, vilka borde vara av intresse att söka svaren på:

- hur har verksamheten vuxit fram? Vilka har tagit initiativet. Vilka motiv har företagsledningen haft för att stödja verksamheten? Vilken form har detta stöd haft?
- hur ser verksamheten ut idag. Finns det variationer mellan olika företags verksamheter? Var beror i så fall dessa på?
- hur ser dagens företagsledning på olika nivåer på denna verksamhet?
- hur ser personalen i olika personalgrupper på verksamheten? Vilken omfattning och form har den? Kan man mäta några effekter av verksamheten? Vilka deltar och varför? Vilka deltar inte och varför?
- kan verksamheten effektiviseras (jfr. figur 1 nedan)?
- kan resultaten jämföras med motsvarande utländska erfarenheter och resultat?

Med tanke på kunskapsläget är det viktigt att först teckna en översiktlig bild av hur verksamheten ser ut i olika branscher av svenskt näringsliv. Efter denna kartering bör en komparativ studie mellan olika företag/branscher utföras, för att se ev. skillnader i inställning till verksamheten och till dess uppbyggnad.

Med tanke på syftet med denna PM har jag inte haft anledning att kostnadsberäkna ett ev. forskningsarbete.

## **Nyttan**

Att näringslivet lämnar centrala bidrag till Sveriges materiella välstånd vet vi alla. Men det är viktigt att framhålla att näringslivet också lämnar viktiga bidrag till vårt *icke-materiella* välstånd. Företagens verksamheten med fritidsaktiviteter ger viktiga bidrag till befolkningens fysiska, kulturella och sociala välbefinnande, som har stor betydelse för att skapa harmoniska människor med hög livskvalitet.

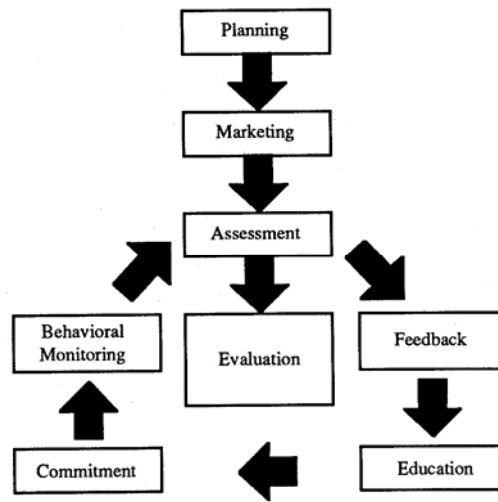
Vid sidan av denna kollektiva nyttighet kan också enskilda företag ha nytta av en studie av denna typ. Jag ser i första hand tre faktorer:

- *välståndskomponent*. Fritidsföreningar och andra satsningar på fritidsverksamheter är generellt sett en del av det goda företaget. I ett välfärdssamhälle bör alla företag se på sina anställda inte bara som produktionsfaktorer, utan också som människor vars hälsa och välbefinnande är viktiga (jfr figur 2 nedan).
- *hälsofrämjande*. En aktiv fritid är en effektiv buffert mot stress och burn-out. Fritiden blir vid sidan av arbetsorganisation, bemanning och andra rena arbetsmiljöfrågor en viktig faktor för att få ner sjukskrivningar och därmed också sjukkostnader. Detta styrks, som nämnts, av en omfattande internationell forskning.
- *konkurrensmedel*. Den svenska arbetsmarknaden står inför stora förändringar i samband med att 40-talisterna går i pension. Konkurrensen om attraktiva arbetstagare kommer att bli mycket hård. Vi vet från värderingsstudier att dagens ungdomsgeneration har andra värderingar än äldre generationer. I ungdomsgenerationen dominerar de "post-materiella värderingarna" där frågor om livskvalitet m.m. blir viktiga. Allt tyder på att företag som har ett genomtänkt koncept över relationen arbete-fritid kommer att få konkurrensfördelar framför andra företag med mer primitiv syn på dessa frågor. Vissa spetsföretag har redan insett detta.

**Fritidsvetarna** är en tankesmedja kring livskvalitet och välbefinnande. Vi hjälper företag, förvaltningar och organisationer att finna svaren på frågan hur vi skapar goda, sunda och harmoniska människor – i samhället och på arbetsplatsen!

Vi utvärderar och analyserar verksamheten. Genom utbildningar höjer vi personalens kompetens. Vi föreslår och stöder utveckling av verksamheter. Som vetenskapskonsulter knyter vi an till relevant vetenskaplig teori och empiri, vilket höjer kvaliteten i våra förslag.

Läs mer och besök **Fritidsvetenskaplig bokhandel** på [www.fritidsvetarna.com](http://www.fritidsvetarna.com)



**Fig 1.** Components of a wellness program

---

**Advantages for Employers**

- Reduced disability and death benefits
- Reduced treatment costs
- Reduced on-the-job accidents
- Increased worker health and quality of life

**Economic Benefits**

- Decreased health care costs
- Decreased absenteeism
- Increased productivity
- Decreased turnover and premature death

**Psychosocial Benefits**

- Decreased interpersonal barriers between labor and management
- Better work atmosphere and work morale
- Increased ability to recruit talented employees
- Decreased turnover and increased continuity within company
- Increased ability to retain talented employees

**Advantages for employees**

- Reduced health-related costs
- Reduced transportation and waiting time for health
- Reduced sick leave
- Increased co-worker and employer support for positive health behaviors
- Increased morale based on management's concern for health
- Increased satisfaction with health activities
- Improved health and quality of life

**Physiological benefits**

- Increased maximum volume of oxygen (MVO<sub>2</sub>)
- Reduced body weight
- Reduced percent body fat
- Reduced resting heart rate
- Reduced blood pressure
- Reduced incidence of orthopedic spinal problems
- Reduced stress-related indicators

**Epidemiological benefits**

- Reduced long-term risk of disease or death
- Demonstrated relationship between physical activity and longevity

**Psychosocial benefits**

- Increased morale
- Increased personal satisfaction
- Improved intrapersonal relations
- Increased sense of self-worth
- Better mental health
- Lowered levels of anxiety
- Improved self-image

**Advantages to society**

- Reduced health costs
  - Improved health and quality of life
  - Adoption of health promotion emphasis
- 

**Fig. 2.** Perceived benefits of organizational wellness.

Båda figurerna är hämtade ur Ellis – Taylor, "Organizational wellness", op.cit.