

# ”Man kan være lidt dårlig, uden at det er farligt”



## En undersøgelse af motivation, fravalg og potentialer i bueskydning

Nanna Bugge & Søren Østergaard

Center for Ungdomsstudier 2023

Rapporten er udarbejdet for Bueskydning Danmark

## Resume

Formålet med nærværende rapport er at afdække danske bueskytters motivation, udbytte og behov i sporten, og på baggrund af disse give en række anbefalinger til, hvordan Bueskydning Danmark kan øge medlemmernes motivation og engagement. Rapporten er baseret på to spørgeskemaundersøgelser med svar fra henholdsvis 399 nuværende medlemmer og 53 forhenværende medlemmer samt interviews med 30 nuværende eller forhenværende medlemmer og fem videnspersoner.

**Opstarten:** Man starter oftest til bueskydning, fordi man enten synes, at det lyder spændende, for at slappe af eller for at opleve godt samvær. Derudover er nogle skytter inspireret af venner, familie, kulturindustrien, ønsket om en mere simpel livsstil eller jagtmulighederne. Nye medlemmer angiver, at opstarten kan gøres endnu bedre, hvis der bliver taget mere hånd om nye medlemmer bl.a. i forhold til at give mere information og introducere mere til det sociale og det tekniske.

**Træningen styres primært af skytten selv:** I alt træner kun 45% af skytterne med en træner. Næsten en tredjedel af skytterne følger ikke et hold, men træner udelukkende enten alene eller mødes med andre skytter på eget initiativ. Holdtræningen er ligeledes karakteriseret af individualitet og fleksibilitet: fx har 3 ud af 10 skytter, som går på hold, ikke en træner, og 9 ud af 10 siger, at de selv styrer deres træning. De 13-18-årige skytters træning er ofte mere struktureret og holdbaseret, men også deres træning er forholdsvis selvstyret.

**Motivationen:** Generelt er skytterne især drevet af fire motivationsfaktorer: mentalt velvære, autonomi, udvikling og socialt samvær. De unge skytter er især drevet af deres udvikling og socialt samvær, hvorimod det mentale velvære og autonomien er det vigtigste for de voksne skytter. For de uerfarne skytter er råd og vejledning den vigtigste motivationsfaktor. Når skytterne har fået 1-3 års erfaring, lægger de størst vægt på udvikling, og når de har mere end 3 års erfaring, er autonomien det vigtigste for dem. Skytter, som ikke er motiveret af stævner, er også motiveret af udvikling – men uden at det bliver et præstationsprojekt. Derudover beskriver en række skytter, at de oplever, at de til bueskydning lærer værdifulde kompetencer, som også kan bruges på mange andre af livets arenaer (fx øget koncentrationsevne eller at blive afstresset).

**Muligheder for at øge motivationen:** For nogle skytter opstår et spændingsfelt mellem ønsket om autonomi og ønsket om udvikling, hvor den meget selvstyrende træning medfører, at nogle skytter oplever manglende råd og vejledning. Dette gælder især voksne skytter og skytter med 1-3 års erfaring. Der synes således at være efterspørgsel på initiativer, som kan give skytterne ny viden og inputs, men som ikke fjerner deres autonomi. Der er især interesse for: inspiration til at udfordre sig selv, mere 3D, mere tid med en træner, fælles mental træning, workshops og uformelle stævner.

**Stævner:** Den hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke føler sig dygtig nok, og der ses generelt indikationer på, at der kan være behov for at udbyde stævner, hvor niveauet og præstationspresset er lavere og hvor mindre erfarne skytter kan deltage. Der synes dog også at være behov for at tænke i tilbud, som ikke bærer præg af konkurrence, da den næst hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke har lyst til at konkurrere.

**Fravalg af bueskydning:** Der ses indikationer på, at nogle skytter ikke trives i det selvstyrende og fleksible miljø – og derfor oplever at mangle råd og vejledning og at føle sig som en del af fællesskabet. Derudover fravælges bueskydning ofte på grund af manglende tid og fordi medlemmet flytter.

**Frivillighed:** Manglen på frivillige frivillige synes at være en gennemgående udfordring for trænere og klubledere. Der synes at være potentiale for at rekruttere flere frivillige ved at tænke i mere fleksible og mindre forpligtende frivillighedsfunktioner.

**Anbefalinger:** Rapporten rundes af med en række anbefalinger.

Resume .....	2
1. Introduktion.....	4
2. Rekruttering og opstart – <i>Perspektiver på den indledende motivation</i> .....	6
3. Hvordan foregår træningen? .....	9
4. Hvad motiverer?.....	12
5. Lever virkeligheden op til behovene? – <i>Muligheder for at øge motivationen</i> .....	19
6. Stævner .....	34
7. Utilfredshed og overvejelser om at stoppe.....	40
8. Hvorfor stopper man? – <i>Perspektiver på fravalg af bueskydning</i> .....	43
9. Trænere, klubledere og dommere – <i>Frivilligheden sættes under lup</i> .....	48
10. Man lærer mere end at sende pile afsted - <i>Bueskydningens transferværdi</i> .....	55
11. Opsummering .....	57
12. anbefalinger.....	61
13. Sådan har vi gjort – Metode og data.....	66
14. Litteraturliste.....	69

## 1. Introduktion

*”Man kan være lidt dårlig, uden at det er farligt”*, fortæller en kvinde grinende. Hun er i 40’erne og er indenfor det sidste år begyndt at skyde med bue i et lokalt bueskyttelaug. Med de ord indkapsler hun et af bueskydnings mange potentialer. For i en tid, hvor mange danskere føler, at de altid skal præstere fejlfrit og optimalt (Petersen 2016), kan det være en lettelse at skyde til måls hver onsdag aften uden at frygte konsekvensen for ikke at ramme plet.

I denne rapport sætter vi fokus på de ca. 3.000 danskere, som skyder med bue. Hvad motiveres de af? Hvilke initiativer efterspørger de? Og lærer de færdigheder, som ikke kun er vigtige for at begå sig som skytte men også som menneske i det 21. århundrede? Formålet med rapporten er således at afdække danske bueskytters motivation, udbytte og behov i sporten, og på baggrund af disse give en række anbefalinger til, hvordan Bueskydning Danmark kan øge medlemmernes motivation og engagement. Rapporten tydeliggør således en række potentialer – både i forhold til, hvor der er potentiale for udvikling og forbedring, men også de potentialer som selve sporten rummer i forhold til at skabe øget trivsel blandt udøverne.

### Hvordan har vi lavet undersøgelsen?

Rapporten er baseret på to spørgeskemaundersøgelser og en række interviews:

- En spørgeskemaundersøgelse besvaret af 399 nuværende bueskytter, trænere, dommere og klubledere har besvaret. Det vil sige, at mere end hvert 10. medlem har besvaret spørgeskemaet.
- En spørgeskemaundersøgelse besvaret af 53 forhenværende bueskytter, trænere, dommere og klubledere.
- Interviews med 21 nuværende bueskytter, hvor fem også er trænere og tre er klubformænd
- Interviews med fire forhenværende bueskytter hvoraf en var tidligere træner.
- Interviews med fem videnspersoner fra danske og europæiske bueskytteforbund.

En nærmere præsentation af datagrundlaget findes i afsnit 13. Her understreges det blandt andet, at data fra spørgeskemaundersøgelserne bør læses med det forbehold, at de formodentlig er præget af en overrepræsentation af de mest engagerede medlemmer, da der ses en høj trænings- og frivillighedsfrekvens blandt respondenterne.

### Rapportens opbygning

Rapporten er baseret på følgende afsnit:

- 1) **”Introduktion”**
- 2) **”Rekruttering og opstart”** omhandler, hvorfor man starter til bueskydning og hvordan nuværende medlemmer oplevede deres opstart.
- 3) I **”Hvordan foregår træningen?”** sætter vi fokus på skytternes træning og beskriver den fleksible og selvstyrende form, som er karakteristisk for bueskydning.
- 4) Afsnittet **”Hvad motiverer”** undersøger skytternes brugertilfreds samt hvilke motivationsfaktorer, der er de vigtigste blandt skytterne.
- 5) **”Lever virkeligheden op til behovene?”** omhandler, hvad der kan udfordre skytternes motivation, og peger på en række initiativer, som vil kunne øge motivationen blandt skytterne.
- 6) I det sjette afsnit er **”Stævner”** sat under luppen. Først undersøger vi tilfredsheden med stævner blandt de stævneaktive medlemmer, og dernæst ser vi nærmere på årsagerne til, hvorfor nogle skytter vælger stævnerne fra.

- 7) I afsnittet **"Utilfredshed og overvejelser om at stoppe"** fokuserer vi på den gruppe af medlemmer, som enten er mindre tilfredse eller overvejer ikke at fortsætte til bueskydning.
- 8) **"Hvorfor stopper man?"** fokuserer på fravalget af bueskydning, og er baseret på svarene fra fravalgsundersøgelsen.
- 9) Vi zoomer ind på frivilligheden i afsnittet om **"Trænere, klubledere og dommere"**. Første del af afsnittet omhandler svarene fra trænere, klubledere og dommere, og undersøger bl.a. deres tilfredshed, motivation og udfordringer som frivillig. Herefter sættes der fokus på mulighederne for at rekruttere flere frivillige, og hvordan forbundet kan hjælpe klubberne i manglen på frivillige hænder.
- 10) I **"Man lærer mere end at sende pile afsted"** sættes der fokus på en række af de egenskaber, som skytter oplever at have fået gennem sporten, og som også er vigtige i deres hverdagsliv udenfor bueskyttelaug.
- 11) I **"Opsummering"** ridses rapportens vigtigste pointer op.
- 12) Rapporten afrundes med en række **"Anbefalinger"** til, hvordan forbundet kan øge motivationen blandt de nuværende medlemmer samt rekruttere nye medlemmer.
- 13) I rapporten sidste afsnit **"Sådan har vi gjort det – Metode og data"** udfoldes det metodiske design og datagrundlaget.

#### Tak til...

- De 399 nuværende medlemmer og 53 forhenværende medlemmer, der har taget sig tid til at besvare et spørgeskema.
- De 30 skytter, trænere, klubledere og videnspersoner, der har taget sig tid til at lade sig interviewe.
- Bueskydning Danmark for opgaven.
- Danmarks Idrætsforbund for støtten til initiativet.

Frederiksberg, februar 2023

Nanna Bugge & Søren Østergaard

Center for Ungdomsstudier

## 2. Rekruttering og opstart – Perspektiver på den indledende motivation

I dette afsnit ser vi nærmere på, hvorfor skytterne har valgt at starte til bueskydning og hvordan de har oplevet opstartsperioden i deres klub.

### 2.1 Hvorfor starter man til bueskydning?

Når man starter til bueskydning, skyldes det især tre motivationsfaktorer: fordi det lyder spændende (47,7%), for at slappe af og finde ro (35,7%) og for samværet (29,1%). Tabel 1 viser motivationsfaktorerne for skytter.

Hvorfor startede du til bueskydning?	
Jeg syntes, at det lød spændende	47,7%
For at slappe af/finde ro	35,7%
For samværet	29,1%
For at komme udenfor/ud i naturen	25,0%
Andet (Skriv gerne i tekstfeltet)	19,6%
Jeg havde hørt om det fra familie/venner	17,3%
For at få rørt mig (motion)	16,8%
Mit barn gik til det*	16,5%
For at deltage i stævner	16,3%
Jeg har gået til bueskydning tidligere i mit liv	10,7%
Andet (Skriv gerne i tekstfeltet)	19,6%

Tabel 1: *Hvorfor startede du til bueskydning?* Flere svar kunne vælges. \* "Mit barn gik til det" viser kun respondenter over 24 år.

"Jeg syntes, at det lød spændende" skal formodentlig forstås som et udtryk for, at mange af skytterne, allerede inden de starter, har oplevet en interesse for selve aktiviteten: at det at skyde med bue virker appellerende for dem og som noget de gerne vil prøve af. I interviewene fortæller nogle af skytterne, at de allerede som barn har været interesseret i bueskydning:

*"Jeg tror altid, at jeg har været fascineret af bueskydning. Lige fra jeg var en lille dreng har jeg leget med bue og pil og lavede dem også selv. Legede cowboy og indianer."*

I interviewene og i de åbne besvarelser i "andet"-kategorien giver nogle skytter udtryk for, at interessen for bueskydning er startet ved, at de kobledede aktiviteten sammen med noget simpelt og primitivt. Som en ny skytte fortæller:

*"Jeg tror, det er et eller andet med back-to-nature. Jeg synes nogle gange i den moderne verden, så trænger man til at skulle tilbage til det helt basale." (Skytte, under 1 års erfaring)*

Nogle skytter fortalte, at de syntes bueskydning virkede spændende på grund af karakterer fra film som fx Hunger Games, Modig og Pocahontas, eller fordi de havde gamet eventyrspil som World of Warcraft. Som en ny skytte grinende fortæller:

*"Altså jeg har jo en drøm om at blive til Pocahontas en eller anden dag." (Skytte, under 1 års erfaring)*

Derudover fortæller nogle skytter i interviewene og i de åbne besvarelser, at deres interesse er startet, efter at de har prøvet det til fx Buernes dag eller på et middelaldermarked.

Selve interessen for aktiviteten (at det lyder spændende) synes således at være den væsentligste årsag til at starte til bueskydning. Interessen kan være blevet vakt på mange forskellige måder – og her synes fx det historiske og primitive ved bueskydning samt det at have gjort sig konkrete erfaringer med bueskydning at være inspirerende.

Som tabel 1 viser, så har ens relationer også ofte betydning for, at man starter: 17,3% havde hørt om bueskydning fra venner/familie, og 16,5% af skytterne over 24 år er startet, fordi deres barn gik til det. At deltage i stævner og få motion er til gengæld sjældnere årsagen til at starte til bueskydning. For en del (10,7%) af skytterne er der tale om en genrekruttering, hvor de er startet efter at have været stoppet i en periode.

19,6% har svaret "andet". For de respondenter, som har uddybet dette, beskrives som nævnt det historiske/primitive ved bueskydning og erfaringer fra fx Buernes dag og middelaldermarkeder. Derudover er især interessen for jagt ofte angivet.



Uanset aldersgruppe er "Jeg syntes at det lød spændende" den hyppigste årsag til at starte til bueskydning (tabel 2). Dette fylder dog især for de 13-18-årige skytter (70%) sammenlignet med skytter over 25 år (41,7%). Derudover har familie og venner udgjort en lidt større inspirationskilde for de 13-18-årige end for de voksne skytter. Således har familie og venner medvirket til, at 32% af de 13-18-årige er startet til bueskydning, hvorimod det gælder for 14,9% af skytterne over 25 år. Til gengæld har det sociale samvær og muligheden for at komme ud i naturen oftere været årsager til at starte for de ældre skytter sammenlignet med dem på 13-18 år.

Hvorfor startede du til bueskydning?	13-18 år	19-24 år	25 år og over
Jeg syntes, at det lød spændende	70,0%	69,7%	41,7%
For at slappe af/finde ro	20,0%	30,3%	38,8%
For samværet	12,0%	30,3%	31,7%
For at komme udenfor/ud i naturen	6,0%	15,2%	29,1%
Andet (Skriv gerne i tekstfeltet)	10,0%	18,2%	21,4%
Jeg havde hørt om det fra familie/venner	32,0%	18,2%	14,9%
For at få rørt mig (motion)	16,0%	15,2%	17,2%
For at deltage i stævner	8,0%	21,2%	17,2%
Mit barn gik til det	0,0%	0,0%	16,5%
Jeg har gået til bueskydning tidligere i mit liv	4,0%	0,0%	12,9%

Tabel 2: Hvorfor startede du til bueskydning? Krydset med: Alder. Flere svar kunne vælges.

## 2.2 Oplevelsen af opstarten

Vi har spurgt de skytter, som har dyrket bueskydning i fem år eller mindre, hvordan de oplevede deres opstart i klubben. Som tabel 3 viser, så ses der generelt en høj tilfredshed, hvor 86% af medlemmerne svarer, at de var tilfredse eller meget tilfredse. Der er dog et potentiale for at forbedre oplevelsen for de 14%, som enten er utilfredse eller som har svaret "hverken eller".

I spørgeskemaet har vi derfor givet mulighed for at komme med forslag til, hvordan opstarten eventuelt kunne forbedres. 35 skytter har svaret, og heraf angiver 21 forslag, som omhandler en mindre løs organisering af bueskydning for nybegynderne. Forslagene handler generelt om behov for mere struktur og organisering bl.a. ift.:

- Manglende information.
- Manglende vejledning i det tekniske/skyde.
- Manglende introduktion til det sociale. Fx at det er svært at lære nogen at kende, og at man ikke introduceres til de andre.

Disse forslag skal forstås ud fra, at mange nybegyndere hurtigt overlades en del til dem selv. Eksempelvis har 44,4% af de uerfarne skytter ikke en træner, enten fordi de ikke træner på et hold, eller fordi holdet ikke har en træner. Det synes derfor vigtigt med en opmærksomhed på, hvordan man bedst får inkluderet nybegyndere i det sociale og givet dem information og mulighed for sparring. Som det beskrives i afsnit 4, er selvstændigheden og fleksibilitet dog vigtig for mange nybegyndere, og denne bør derfor ikke begrænses for meget.

Derudover oplever nogle nye skytter at mangle introduktion og træning i specifikke buetyper. Fx at klubben primært introducerer til en specifik buetype, eller at der mangler trænere i netop denne buetype. Dette synes primært at omhandle langbuer.

Der ses ingen større køns- eller aldersforskelle på tilfredsheden med opstarten.

## 2.3 Opsummering

- De hyppigste årsager til at starte til bueskydning er: at det lyder spændende, slappe af og samvær. Derudover er en del skytter inspireret af kulturindustrien, prøve-skydning, jagt eller ønsket om en mere enkelt livsstil, hvor teknologi fylder mindre.
- Der er generel høj tilfredshed med opstarten: 86% af de nuværende medlemmer er tilfredse.
- Forbedringsforslag til opstarten omhandler primært, at der bliver taget mere hånd om nye medlemmer bl.a. i forhold til mere introduktion og information.

### Til overvejelse:

Kan Bueskydning Danmark gøre mere for at understøtte klubberne i opstarten for nye skytter, så endnu flere skytter oplever at blive godt introduceret til både det tekniske og til klublivet? Der synes især at være behov for fokus på information og introduktion til både det tekniske og det sociale. Kan der gøres mere for at udbrede initiativet om Bueskole og hjælpe de klubber, som ikke har kapacitet til at afholde Bueskoler for nybegyndere yderligere på vej? Og kan det fx gøres online, så de nybegyndere, der ikke træner på hold, kan tilgå materialet?

Hvor tilfreds/utilfreds var du med din opstart i klubben?	I alt
Meget tilfreds	49,3%
Tilfreds	36,7%
Hverken eller	10,2%
Utilfreds	2,3%
Meget utilfreds	1,4%
I alt	215

Tabel 3: Hvor tilfreds/utilfreds var du med din opstart i klubben?



### 3. Hvordan foregår træningen?

I dette afsnit zoomer vi ind på skytternes træning. Hvor ofte og hvordan træner de? Hvem organiserer træningen? Og hvordan foregår bueskydning som en holdaktivitet?

Generelt har respondenterne en høj træningsfrekvens (se tabel 4). 32,5% træner minimum tre gange om ugen og 52,8% træner 1-2 gange om ugen. Det er kun en lille andel på 7,9%, som kun træner en gang om måneden eller sjældnere.

Den høje træningsfrekvens skal dog formodentlig ikke ses som repræsentativ for bueskytter generelt, men er derimod formodentlig et udtryk for, at især de mest engagerede og aktive bueskytter har besvaret spørgeskemaet (se uddybning i metodeafsnittet).

Som det ses i tabel 5, kombinerer mange af skytterne forskellige træningstyper med både holdtræning, træning alene og at skyde med andre efter aftale.

Vi har derfor også spurgt skytterne, hvordan de oftest træner, og her er holdtræning den primære træningsform for flest skytter (45,2%). 31,6% træner oftest alene, og 22,2% aftaler oftest at træne med andre.

En tredjedel (34,9%) af skytterne følger ikke et hold.

Det er dog de færreste skytter, som træner helt alene:

2 ud af 3 af de skytter, som ikke træner på hold, aftaler med andre bueskytter at mødes og skyde sammen.

Kvinder over 18 år træner generelt oftere på hold end mænd.

Hvor ofte træner du bueskydning?	I alt
Mindst 5 gange om ugen	10,5%
3-4 gange om ugen	22,2%
2 gange om ugen	33,4%
1 gang om ugen	19,4%
2-3 gange om måneden	6,6%
1 gang om måneden eller sjældnere	7,9%

Tabel 4: Hvor ofte træner du bueskydning?

Hvordan træner du bueskydning?	I alt
Jeg træner på et hold. (Hold er, når man træner en bestemt ugedag, hvor man ved, at der er træning i klubben).	65,1%
Jeg træner alene.	61,7%
Jeg aftaler med nogle andre bueskytter, at vi mødes og skyder sammen.	49,5%
Ved ikke.	1,0%

Tabel 5: Hvordan træner du bueskydning? Flere svar kunne vælges.

#### 3.1 Bueskydning er en individuel sport – også selvom du går på hold

For de 34,9% af skytter, som ikke deltager på et hold, må bueskydning ses som en meget individuel sport, hvor man selv er ansvarlig for sin træning. I spørgeskemaet har vi spurgt de skytter, som træner på hold, hvordan denne træning forløber. Her tegner der sig ligeledes et billede af, at også holdtræningen er præget af høj selvstændighed og fleksibilitet (tabel 6). Eksempelvis bestemmer skytter i høj grad selv over deres træning: Kun 7 ud af 10 af dem, der går på hold, har en træner, og mere end 9 ud af 10 siger, at de selv styrer deres træning. Rammerne er ofte yderst fleksible (kun 1 ud af 4 skal ankomme til træning på et bestemt tidspunkt) og der er sjældent fælles træning (kun 13,3% følger et fælles program og 26,7% laver fælles øvelser sammen).

	Ja	Nej	Ved ikke
Har I en træner?	69,4%	26,7%	3,9%
Er det fleksibelt, hvad tid man ankommer til træningen?	71,4%	25,1%	3,5%
Laver I sammen på holdet øvelser som fx opvarmning, udstræk eller styrketræning?	26,7%	69,0%	4,3%
Er der et fælles program for træningen?	13,3%	77,3%	9,4%
Styrer du selv din træning (fx tempoet, øvelserne og fokuset for træningen)?	92,5%	3,9%	3,5%

Tabel 6: Spørgsmål om holdtræning.

Da en tredjedel af skytterne ikke træner på et hold og kun 7 ud af 10 af skytterne på et hold har en træner, betyder det, at 55% af skytterne ikke har en træner.

En skytte sætter ord på de meget fleksible rammer til træningen:

*”Der er egentligt ikke så frygteligt meget struktur. Med min baggrund i anden sport var der mere ”styr på det”, hvor man på forhånd vidste, hvad der skulle ske. Det ved man ikke her, man møder bare op, gør sit udstyr klar og så skyder man lidt det, man har lyst til. (...) Og altså vi har trænere på, hvis man gerne vil det, men de fleste foretrækker at stå og skyde lidt selv.”*  
(Skytte, erfaren)



Som skytten beskriver, er træningen således ikke nødvendigvis præget af struktur, selvom der er en træner til stede, og skytterne styrer i høj grad selv deres egen træning.

En del nybegyndere må også tidligt stå på egne ben: 24,1% af skytterne med under 1 års erfaring går ikke på hold, men træner alene eller aftaler med andre skytter at træne sammen.

### 3.2 Der er mere struktur på de unges træning

Både i spørgeskemaundersøgelsen og i interviewene fremgår det, at de unge (13-18 år) bueskytters træning foregår væsentlig mere struktureret og mindre selvstændigt end de voksnes skytters træning. De klubber, som er store nok, har ofte separate børne- og ungdomshold, hvor der er tilknyttet en træner og hvor træningen er mere struktureret. 92% af de 13-18-årige træner således på et hold, og som det ses i tabel 7, er holdene mere struktureret end på voksenholdene. De unges træning er dog fortsat præget af stor selvstændighed og fleksibilitet. Eksempelvis svarer 71,7% af de 13-18-årige, at de selv styrer deres træning.

	13-18 år	19-24 år	25 år og op
Er det fleksibelt, hvad tid man ankommer til træningen?	65,2%	70,8%	73,0%
Laver I sammen på holdet øvelser som fx opvarmning, udstræk eller styrketræning?	54,3%	62,5%	15,1%
Er der et fælles program for træningen?	30,4%	25,0%	7,6%
Styrer du selv din træning (fx tempoet, øvelserne og fokuset for træningen)?	71,7%	100,0%	96,8%

Tabel 7: Spørgsmål om holdtræning. Krydset med: Alder. Tabellen viser kun de respondenter, som har svaret ”Ja”.

#### Bueskydning er en familiesport

Spørgeskemaundersøgelsen viser, at bueskydningen for mange er en familiesport - næsten hver tredje (32%) har et familiemedlem, som går til bueskydning. Langt de fleste (84,2%) af disse træner sammen med deres familie, og kun 1,3%, som har skytter i familien, ville gerne træne med dem, men har ikke muligheden. Mulighederne for at dyrke bueskydning som en familiesport synes således at være passende.

### 3.3 Opsummering

- Den hyppigste træningsform er at skyde på et hold, men de fleste skytter kombinerer både holdtræning, træning alene og/eller træning med andre skytter.
- Træningen er generelt karakteriseret af i høj grad at være styret af skytterne selv og at være meget individuelt baseret:
  - Næsten en tredjedel af skytterne følger ikke et hold, men træner udelukkende enten alene eller mødes med andre skytter på eget initiativ.
  - Holdtræningen er ligeledes karakteriseret af individualitet og fleksibilitet, hvor skytterne ofte selv styrer, hvad træningen indeholder og hvornår den finder sted. 3 ud af 10 skytter, som træner på hold, træner uden en træner.
  - I alt træner kun 45% af skytterne med en træner.
  - 24,1% af skytterne med under 1 års erfaring går ikke på hold, men træner alene eller aftaler med andre skytter at træne sammen.
- 13-18-årige skytters træning er ofte mere struktureret og holdbaseret, men også deres træning er meget selvstyret.

#### Til overvejelse

Det er i høj grad skytterne selv, der styrer deres egen træning, og mere end halvdelen af skytterne træner helt uden at have en træner til at vejlede dem. Kan forbundet i højere grad tænke i initiativer, som klæder skytterne endnu bedre på til at kunne varetage deres egen træning? Det kunne fx være videoer eller månedlige træningsprogrammer.

## 4. Hvad motiverer?

I det følgende vil vi zoom ind på medlemmernes tilfredshed og motivation. Først ser vi nærmere på, hvor tilfredse de er og hvad skytterne anser som vigtigt for at bevare deres motivation for bueskydning.

### 4.1 Hvor tilfredse er medlemmerne?

Undersøgelsens respondenter viser generelt høj tilfredshed. Mere end 90% er tilfredse med at gå til bueskydning, og 92,7% vil fortsætte som medlem til næste sæson. Selvom svarene er meget positive, bør de dog også forstås ud fra, at vi spørger nuværende medlemmer, og at de utilfredse medlemmer netop ofte vil være stoppet. Som beskrevet i metodeafsnittet, bør det også tages i mente, at respondenterne især består af meget aktive medlemmer, som måske udviser en større tilfredshed end den gennemsnitlige skytte.

Trods den store tilfredshed bør man derfor også være opmærksom på de 9,3%, som har svaret "hverken eller", eller er utilfredse med at gå til bueskydning, og de 7,3% som overvejer eller har besluttet sig for at stoppe til næste sæson (tabel 8 og 9). Dem fokuserer vi på i afsnit 7.

Hvor tilfreds er du med at gå til bueskydning i klubben?	I alt
Meget tilfreds	52,3%
Tilfreds	38,5%
Hverken eller	8,2%
Utilfreds	0,8%
Meget utilfreds	0,3%
I alt	392

Tabel 8: Hvor tilfreds er du med at gå til bueskydning i klubben?

Tror du, at du fortsætter som medlem i din bueskytteklub efter denne sæson?	I alt
Ja	92,7%
Jeg er i tvivl	5,5%
Nej	1,8%
I alt	399

Tabel 9: Tror du, at du fortsætter som medlem i bueskytteklub efter denne sæson?

### 4.2 Hvad motiverer?

Så hvordan kan forbundet være med til at understøtte og øge tilfredsheden blandt medlemmerne? I det følgende ser vi nærmere på, hvad der er vigtigt, for at skytterne føler sig motiveret for at gå til bueskydning.

Tabel 10 viser en rangering over motivationsfaktorer, og her udgør følgende top 5: 1) At jeg oplever fokus og koncentration, 2) at jeg selv styrer min træning, 3) at jeg udvikler mig, 4) at jeg har ro og slapper af og 5) det gode samvær. Som det senere vil fremgå, viser interviewene, at fokus og koncentration samt ro og afslapning ofte forbindes med en bestemt form for mentalt velvære under bueskydning. De vil derfor også omtales samlet som mentalt velvære.

Vender vi blikket mod de motivationsfaktorer, som betyder mindst, ses det, at fx sociale arrangementer og motion for mange skytter ikke er vigtige motivationsfaktorer.



I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning?	I høj grad eller i meget høj grad
At jeg oplever fokus og koncentration	76,3%
At jeg selv styrer min træning	73,7%
At jeg udvikler mig	70,9%
At jeg har ro og slapper af	70,4%
Det sociale samvær	65,3%
At jeg får råd og vejledning til at udvikle mig (fx af trænere eller andre skytter)	60,7%
At jeg kommer ud i naturen	47,4%
At jeg kan deltage i stævner	44,9%
At jeg prøver nye ting	40,1%
At træne på tværs af generationer (nogen som har en anden alder end mig)	39,5%
At jeg får rørt mig/får motion	34,4%
At jeg kan deltage i sociale arrangementer udenfor træningen	32,1%

Tabel 10: I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning? Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad eller i meget høj grad"

Overordnet set er der således fire motivationsfaktorer, som driver de fleste skytter: mentalt velvære, autonomi, udvikling og socialt samvær. Disse motivationsfaktorer er ikke noget særegent for bueskytter, men stemmer godt overens med motivationsteorien om selvbestemmelse og andre undersøgelser af motivation, som peger på, at mennesker grundlæggende har behov for at opleve autonomi, udvikling og fællesskab for at føle sig motiveret (Ravn 2021). Der er dog forskel på, hvilke af de tre motivationsfaktorer, der er vigtigst for mennesker (Ravn 2021), og her synes især autonomien at vægte tungt for flest skytter. Mentalt velvære er ikke en del af den tidligere nævnte teori, men også andre undersøgelser har vist, at mentalt velvære kan være en vigtig motivation for bevægelse (Arcehery GB 2021; SDU 2020).

I nedenstående vil vi se nærmere på motivationsfaktorerne for bueskydning, og hvordan interviewpersonerne italesætter disse.

### Mentalt velvære – Bueskydning som meditation

Næsten alle de interviewede bueskytter fortalte, at de er motiveret af det mentale velvære, som bueskydning giver dem. Som en skytte fortæller:

*"Det er det med, at man kan lukke sig lidt inde i sig selv. At lukke helt af. Hvis du har været i gang med noget, og hovedet kører rundt, så kan det godt tage lidt tid at få det ud igen, men når man så står og koncentrerer sig, så er det skydeskiven, man fokuserer på. Så der er noget afstressende, og at man kommer væk fra en stressende hverdag."* (Skytte, erfaren)

Flere skytter oplever således, at de skal fokusere så meget under skydningen, at alle andre tanker og bekymringer forsvinder. På den måde udgør skydningen for mange skytter et særligt frirum, og flere sammenlignede det med meditation.

### Autonomi - Friheden til selv at bestemme og mindre præstationspres

Generelt italesætter skytterne, at de er glade for, at bueskydning tilbyder nogle meget fleksible rammer med stor selvbestemmelse. Det handler bl.a. om, at det er lettere for dem at få det til at passe ind i en travl hverdag, og at de ikke står til ansvar overfor nogen, hvis de i en periode måtte vælge træningen fra.

Derudover beskrev end del skytter, at de fandt det befriende, at der ikke var nogen, som skulle bestemme over dem. Som en bueskytte fortæller:

*"Hvis der kommer nogen, som vil tilrettelægge min træning, så vil jeg sige fra. Det har jeg ikke lyst til. (...) Der er efterhånden ikke mange ting, man selv styrer, så i min fritid der vil jeg gerne selv styre det."* (Skytte, erfaren)

Grundet den høje grad af autonomi bliver bueskydning således også et frirum, hvor skytterne selv kan bestemme og ikke er underlagt andre.

Mange af skytterne kobler autonomien sammen med mentalt velvære, og beskriver, at de netop kan slappe af og fordybe sig, fordi de selv styrer deres træning og det derfor kan foregå i deres tempo. Nogle skytter oplever også, at de frie rammer og den store autonomi gør det lettere for dem ikke at bekymre sig om præstationen, men i højere grad kan slappe af og nyde aktiviteten. Som en skytte fortæller:

Skytte: *"Meget strukturerede træninger er måske bedre til yngre mennesker, som har mulighed for at være mere målrettet. For os andre er det måske nemmere at have bueskydning som fritidsinteresse, så det (bueskydning) ikke også bliver et projekt. Ligesom medarbejdere og haven og huset og du ved. Kan man ikke bare få lov til at skyde lidt?"*

Interviewer: *"Så der er noget rart i, at det ikke er et projekt?"*

Skytte: *"JA! Man behøver jo ikke at vænne vangen ud af sig selv hver gang, det er også rart bare at gøre det. Og bare være glad for aktiviteten, ligesom at man godt kan cykle en tur uden at stirre ned på cykelcomputeren. Det behøver man ikke, og man kan godt have fornøjelse af det alligevel."* (Interview med erfaren skytte)

Flere fortæller ligeledes, at de lettere kan slappe af i forhold til at lave fejl, fordi de ikke skal leve op et til et hold eller en træners forventninger. Som to skytter fortæller:

Skytte 1: *"Man kan være lidt dårlig uden at det er farligt"* (griner). (Skytte, under 1 års erfaring)

Skytte 2: *"Jeg kan også godt lide at komme her og så stå og klovne ovre i et hjørne, uden at der er nogen, der står og (imiterer) suk. At der ikke kommer nogen og siger "hold nu kæft, nu må du tage dig sammen."* (Skytte, under 1 års erfaring)

Når det at undgå præstationspres er en vigtig motivationsfaktor for en gruppe af skytter, forekommer det ikke overraskende, at stævnedeltagelse derfor også af nogle italesættes som noget, der ligefrem kunne demotivere dem. To skytter fortæller:

Skytte 1: *"Jeg tror, at jeg altid har haft nogle selvtillidsproblemer. Så hvis jeg pludselig skulle til at holdes op på min præstation, så tror jeg lynhurtigt, at jeg havde syntes, at det var nok. Jeg gjorde det for hyggens skyld."* (Skytte og træner, erfaren)

Skytte 2: *"Og så synes jeg bare, at det er hyggeligt at stå og skyde, og så går jeg ikke til turneringer, så jeg føler ikke, at der er et kæmpe pres på, at jeg bare skal lave en 10'er hele tiden. Jeg synes, at det er hyggeligt bare at stå og skyde."* (Skytte, under 1 års erfaring)

At deltage i stævner vil for nogen skytter således skabe et større præstationsfokus og fjerne noget af den mentale ro og afslapning i skydningen, som motiverer dem.

For nogle medvirker autonomien således til, at bueskydning bliver en arena uden præstationspres, hvor de kan tage træningen i deres tempo. Dette potentiale ved sporten synes at være helt centralt i et "præstationsfund", hvor mange føler sig pressede af altid at skulle løbe hurtigere og præstere sit bedste (Petersen 2016; Rosa 2014).

### **Udvikling: "Ja, det betyder noget for motivationen at blive bedre!"**

Citatet i overskriften er fra en kvindelig skytte, som ikke deltog i stævner, men alligevel var motiveret af sin egen udvikling. For selvom nogle skytter fortæller, at de nyder ikke at ligge under for et stort præstationspres, så betyder det ikke, at de er ligeglade med at udvikle sig. Generelt i interviewene understreger skytterne, at det er vigtigt for deres motivation, at de forbedrer sig og mærker en udvikling. Dette ses også i nedenstående interview:

Interviewer: "Du havde ikke ambitioner om at blive eliteskytte. Så hvorfor var det alligevel vigtigt for dig det her med at udvikle dig?"

Skytte: "Når jeg skød, ville jeg gerne føle, at jeg gjorde andet end bare at skyde pile afsted tilfældigt til højre og venstre. Jeg ville rent faktisk gerne have, at der var en forbedring i det. Og konkurrencen med mig selv var højere end den var med alle mulige andre." (Skytte og træner, erfaren)

Som det fremgår i citatet, er det således en væsentlig del af bueskydning, at man netop har muligheden for at konkurrere mod sig selv og have fokus på sin egen udvikling, uden at det behøver indbefatte stævner og konkurrencer mod andre. For nogen er konkurrencen mod sig selv således langt større.

### **Socialt samvær**

To ud af tre skytter motiveres af det sociale samvær. I flere af interviewene fremhæver skytterne også det sociale aspekt:

"Jeg havde ikke gået til det så meget, hvis det ikke var så sjovt med det rundt omkring. At snakke med dem og nogle gange skyde 2-3 runder og så snakke med de andre resten af tiden." (Ung skytte, 1-2 års erfaring, midlertidigt stoppet)

Selv for nogle af de skytter, hvor det sociale ikke er den primære motivationsfaktor, kan det alligevel have betydning. Som en skytte fortæller:

"Jeg tror faktisk, at hvis jeg havde købt en skive og sat op derhjemme, så ville jeg begynde at kede mig. (...) Fordi jeg trods alt snakker med folk og hilser på folk, og der er det der med, at man deler noget sammen. Det er lidt ligesom, at jeg kører også motorcykel, og det er også meget individuelt. Det er da 100 gange sjovere at køre på motorcykel sammen med nogen, hvor man deler oplevelsen, selvom man kører på hver sin motorcykel, og man ikke snakker sammen mens man kører. Så det er mere den der fælles interesse." (Skytte, under 1 års erfaring)

Det sociale samvær kan således indirekte være en motivationsfaktor for nogle. Selvom de ikke bruger så meget af træningen på at socialisere, kan det være vigtigt for dem at få hilst på andre og føle sig som en del af et interessefællesskab.

### **Noget af det særlige ved bueskydningen er muligheden for at kunne træne på tværs af generationer...**

Selvom "at træne på tværs af generationer" lå forholdsvis langt nede på listen over motivationsfaktorer (tabel 10), så er det dog nok de færreste sportsgrene, hvor 4 ud af 10 (39,5%) af udøverne anser det tværgenerationelle for vigtigt – og hvor det er overhovedet er muligt.

I interviewene fortæller unge og forældre om, at træningen som familie har givet dem noget positivt. En pige fortæller, at hun nød at "få et bånd til min far og have det [bueskydning] sammen." Ligeledes fortæller en far:

"Jamen så laver man da et eller andet sammen, i stedet for at vi sidder derhjemme og sidder og kigger ind i hver vores skærm." (Skytte, far til et barn på holdet)

Den fælles træning kan således være med til at styrke relationen og være en aktivitet, som adskiller sig fra mere passive samværsformer. Dette synes særligt vigtigt i en tid, hvor forældre kan savne et fælles tredje med deres børn (Gaard et al. 2021).

Det er samtidig tankevækkende at det tværgenerationelle er næsten lige så vigtigt for dem, som ikke har andre skytter i deres familie (37,1%), som for dem, der træner med deres familie (43%). Det tværgenerationelle synes således at kunne noget mere end at være god kvalitetstid med familien. Som en ung skytte fortæller:

*"Og der havde man jo nogle helt andre samtaler, end man ellers ville have, hvis det var et børne- og ungdomshold. Her var folk interesseret i, hvad man lavede, og man var også interesseret i deres arbejde og senere hen, da man blev lidt ældre, så begyndte man også sådan: "studie? Hvad kan jeg bruge det til? Og hvor er de henne? Hvordan er de kommet igennem livet?" Det var bare sjovt at høre så mange ældres erfaringer og synspunkter på alt muligt, som jo ikke kun var bueskydning, men det hele." (Ung skytte, erfaren)*

En skytte på omkring 50 år fortæller, hvordan hun fandt stor glæde ved det tværgenerationelle:

Interviewer: *"Hvad giver det at være på tværs af generationer?"*

Skytte: *"Jeg synes, at det giver nogle helt andre perspektiver. (...) Det var bare så overraskende positivt. Også at have noget med helt unge mennesker at gøre. Som virkelig brændte for det, som de stod og lavede, og havde masser af planer og ideer om, hvad de skulle bruge deres liv på. (...)"*

Interviewer: *"Hvad gav det at snakke med pensionisterne?"*

Skytte: *"Jamen de har jo en helt fantastisk ro. (...) Det foregik i et vist tempo. Og det var jo super fedt for mig at blive trukket ned i det tempo, når nu min hverdag var travl og stressende." (Skytte og træner, erfaren)*

For nogle giver samværet på tværs af generationer således nye indsigter og perspektiver på livet. Bueskydningen synes dermed gennem sit tværgenerationelle fællesskab at kunne bidrage med noget helt unikt. Som vi beskriver i anbefalingerne i afsnit 12, synes der at være potentiale i at italesætte det unikke ved tværgenerationelle fællesskaber som en del af en rekrutteringsstrategi.





## Forskelle i motivation

I dette afsnit ser vi nærmere på, hvorvidt forskellige grupper af skytter er drevet af forskellige motivationsfaktorer. Der ses mindre forskelle, men generelt er de fleste skytter overordnet drevet af de tidligere beskrevne motivationsfaktorer: mentalt velvære, autonomi, udvikling og socialt samvær.

Skytterne er forskellige steder i livet, og det afspejler sig også i deres motivationen. Med alderen fylder autonomien og mentalt velvære mere - til gengæld bliver ambitionerne mindre. Tabel 11 viser top 5 for aldersgrupperne.

13-18	19-24	25-59	60 og over
Råd og vejledning (90%)	Udvikling (87,9%)	Selv styre træning (77,1%)	Selv styre træning (78,9)
Udvikling (88%)	Fokus og koncentration (84,8%)	Fokus og koncentration (77,1%)	Fokus og koncentration (69,5%)
Socialt (80%)	Råd og vejledning (84,8%)	Ro og afslapning(75,7%)	Socialt (68,4%)
Fokus og koncentration (80%)	Ro og afslapning (72,7%)	Udvikling (75,7%)	Ro og afslapning (63,2%)
Stævner (64%)	Selv styre træning (69,7%)	Socialt (60,3%)	Natur (56,8%)
	Stævner (69,7%)		

Tabel 11: I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning? Krydset med: Alder. Tabellen viser de 5 motivationsfaktorer, som flest respondenter har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad" til for hver aldersgruppe.

13-18-årige skytter er (som beskrevet i afsnit 3) vant til at deltage i en mere organiseret form for bueskydning end de ældre skytter. Dette synes at passe godt til deres motivation, da det ikke er så vigtigt for dem selv at styre sin træning. I stedet er de primært drevet af at opleve udvikling: Det vigtigste for dem er at få råd og vejledning, og også udvikling og stævnedeltagelse ligger højt på listen. Derudover er det sociale væsentlig vigtigere for de 13-18-årige end for mange af de voksne skytter, hvilket stemmer overens med andre undersøgelser af motivation (Arnth 2021).

Med alderen falder ambitionerne. Behovet for udvikling og råd/vejledning bliver således mindre vigtigt end for de yngste. Til gengæld bliver de mentale aspekter og muligheden for selv at styre sin træning større. For den ældste gruppe (60 år og over) begynder det sociale igen at blive vigtigere, hvilket formodentlig hænger sammen med en pensionisttilværelse, hvor samværet med kollegaer forsvinder.

Af andre væsentlige aldersforskelle ses det, at natur vægtes væsentlig højere af skytter over 24 år. Dette kan dog også hænge sammen med, at flere af de voksne skytter skyder med langbue, og der ses en tendens til en større 3D og naturfokus for denne buetype.

Alt efter hvor meget erfaring skytterne har, oplever de forskellige behov. Råd og vejledning er derfor det vigtigste for skytter, som har under 1 års erfaring. At opleve udvikling bliver det vigtigste, når skytterne har 1-3 års erfaring. Herefter falder behovet for at udvikle sig og at få hjælp til denne udvikling, og for skytter med mere end 3 års erfaring er det vigtigste derfor at styre sin egen træning.

Autonomien er især vigtig for de skytter, som ikke træner på hold: Her angiver 83,9%, at det vigtigt for dem selv at styre deres træning. Det er dog væsentligt at have for øje, at autonomien også er vigtigt for skytter, som skyder på hold: Således mener 68,2% af holddeltagerne, at det er vigtigt for dem, at de selv styrer deres træning. Dette understreger pointen om, at bueskydning af mange opleves som en individuel og selvstyret sport – også selvom man skyder på hold. Det er samtidig en interessant pointe, at kun en lidt større andel af skytterne på hold (67,8%) anser det sociale samvær som vigtigt i forhold til skytter, som træner uden hold (60,6%). Dette skyldes formodentlig, at 2 ud af 3 skytter, som ikke træner på hold, træner selvorganiseret med andre skytter (jf. afsnit 3).

Der ses ikke store forskelle på motivationsfaktorer mellem mænd og kvinder. Der ses dog en mindre tendens til, at kvinder over 24 år kvinder er mere motiveret af samvær, end mændene er. Dette vil også forklare, at kvinder i højere grad end mænd deltager på hold fremfor at træne alene.

### 4.3 Opsummering

- Tilfredsheden er høj blandt de nuværende medlemmer: Mere end 90% er tilfredse med at gå til bueskydning, og 92,7% vil fortsætte som medlem til næste sæson.
- Generelt er skytterne især drevet af fire motivationsfaktorer:
  - Mentalt velvære - som opleves ved ro og stor koncentration og fokus.
  - Autonomi – det er vigtigt for mange skytter selv at styre sin træning. For nogen hænger autonomien sammen med det mentale velvære, da de kan tage træningen i deres eget tempo, og ikke mærker samme pres på at præstere.
  - Udvikling – selv for de skytter, som ikke er drevet af store stævne-ambitioner er det ofte vigtigt, at opleve fremgang og udvikling.
  - Socialt samvær.

Skytternes motivation afhænger også af deres alder og erfaring. De unge skytter er meget drevet af deres udvikling og at få råd og vejledning til dette. Med alderen bliver udvikling mindre vigtigt, men til gengæld vokser ønsket om mental velvære og autonomi. Det sociale er især vigtigt for skytter i teenage- og pensionsalderen. For de uerfarne skytter er råd og vejledning den vigtigste motivationsfaktor. Når skytterne har fået 1-3 års erfaring, lægger de størst vægt på udvikling, og når de har mere end 3 års erfaring, er autonomien det vigtigste for dem.

#### Til overvejelse:

Hvordan kan forbundet tænke i initiativer, som har fokus på motivationsfaktorerne: autonomi, mentalt velvære, udvikling og socialt samvær? Og er der brug for også at tænke i initiativer, som er målrettet bestemte aldersgrupper eller erfaringsniveau i forhold til, hvad der motiverer dem?

## 5. Lever virkeligheden op til behovene? – Muligheder for at øge motivationen

I afsnit 4 fik vi styr på, hvad der motiverer skytterne. Men kan virkeligheden leve op til skytternes ønsker? I dette afsnit undersøger vi, hvorvidt skytterne reelt set også oplever det, som er vigtigt for deres motivation. Her synes der især at være en tendens til, at de skytter, som vægter råd og vejledning samt at prøve nye ting højt, ikke altid får dette indfriet. Til sidst ser vi nærmere på, hvilke initiativer skytterne mener, vil kunne øge deres motivation.

Vi har undersøgt, hvorvidt de skytter, som har angivet, at en motivationsfaktor er vigtigt for dem, rent faktisk også oplever, at denne motivation bliver indfriet. Fx om de skytter, som mener, at det er vigtigt for dem at få råd og vejledning, også oplever, at de får råd og vejledning.

Det ser heldigvis positivt ud! Som tabel 12 viser, så oplever de fleste skytter, at der overensstemmelse mellem, hvad de mener er vigtigt for dem, og hvad de oplever i klubben.

I hvilken grad oplever du...?	I høj/meget høj grad	I nogen grad	I lav grad/slet ikke
At jeg selv styrer min træning	94,5%	4,8%	0,7%
Godt samvær	93,0%	5,5%	1,6%
At jeg kan deltage i stævner	92,0%	7,4%	0,6%
At jeg træner på tværs af generationer (med nogen som har en anden alder end mig)	88,4%	9,0%	2,6%
Fokus og koncentration	83,3%	15,7%	1,0%
At jeg kommer ud i naturen	82,3%	16,7%	1,1%
At jeg slapper af/får ro på	81,9%	14,5%	3,6%
At jeg får rørt mig/får motion	76,3%	23,0%	0,7%
At jeg udvikler mig	71,6%	25,9%	2,5%
At jeg får råd og vejledning til at udvikle mig (fx af trænere eller andre skytter)	68,1%	21,0%	10,9%
At jeg kan deltage i sociale arrangementer udenfor træningen	66,7%	26,2%	7,1%
At jeg prøver nye ting	63,1%	32,5%	4,5%

Tabel 12: "I hvilken grad oplever du...?" OBS: Tabellen viser kun de respondenter, som har som har svaret, at motivationsfaktoren "I høj grad eller i meget høj grad" er vigtig for deres motivation.

Tabellen indikerer dog også enkelte opmærksomhedspunkter, hvor der synes at være plads til forbedring. Det gælder især bunden af tabellen, hvor det ses at:

- Mere end hver tredje (36,9%) af dem, som finder det vigtigt at **prøve nye ting**, oplever det kun i nogen grad, lav grad eller slet ikke.
- Næsten hver tredje (32,5%) af dem, som finder det vigtigt at **deltage i sociale arrangementer**, oplever det kun i nogen grad, lav grad eller slet ikke.
- Næsten hver tredje (31,9%) af dem, som finder det vigtigt at **få råd og vejledning**, oplever det kun i nogen grad, lav grad eller slet ikke – og her er det hver 10., som kun oplever det i lav grad eller slet ikke.

At nogle skytter ikke oplever at prøve nok nye ting og få nok råd og vejledning omhandler formodentlig en mangel på trænere og feedback i nogle klubber. I spørgeskemaet beskriver 13 ud af de 46 skytter, som er kommet med forslag til forbedringer, mangler i forhold til for lidt vejledning fra trænere, mangel på trænere, eller trænere med for lavt et niveau. I GB Archerys medlemsundersøgelse blev den manglende vejledning også fremhævet som noget af det, skytterne kunne være utilfredse med (Archery GB 2021). Vi vil se nærmere på denne tematik i nedenstående afsnit.

### De fleste trives i fællesskabet – men ikke alle!

Generelt er der forholdsvis stor tilfredshed med det sociale samvær. Af de skytter, som mener, at samværet er vigtigt for dem, oplever 93% i høj eller meget høj grad godt samvær. Det er dog ikke helt alle, som har følt sig godt tilpas i samværet. I de åbne kategorier i spørgeskemaet har nogle respondenter skrevet, at de har følt sig udenfor eller har savnet mere fællesskab, og 7,7% af skytterne har angivet, at de i meget høj eller høj grad har følt sig udenfor til bueskydning. Det gælder især de 13-18-årige hvor 12% har følt sig udenfor.

### Mangel på råd og vejledning for voksne og skytter med 1-3 års erfaring

Det synes især at være voksne skytter, som oplever en mangel på at få råd og vejledning. Eksempelvis svarer 17,9% af de 19-24-årige, som mener at råd og vejledning er vigtigt for dem, at de kun i lav grad/slet ikke oplever dette. I interviewene fortæller nogle af de voksne skytter også om udfordringen:

*"Jeg synes godt, at man kan komme til et sted med "Hvordan fanden kommer jeg videre?" Hvor man er stødt mod en mur. Der tror jeg ikke, at man kommer det skridt videre til at blive rigtig god, hvis man ikke får noget hjælp til det. Der skal mere til. Ellers glider man også bare stille og roligt ind i sit eget, hvor det bare er det samme hele tiden. Det er sku svært at være sin egen træner. Både mentalt og fysisk. Der skal mere til. Nogle fællestræninger og noget mental træning."* (Skytte, erfaren)

Da de voksne skytter i høj grad selv styrer deres egen træning, kan nogle således opleve at mangle den rette vejledning til at kunne komme videre.

Den manglende råd og vejledning synes derudover også især at ramme de skytter, som har 1-3 års erfaring. Her svarer 15,1% af skytterne med 1-3 års erfaring, som mener, at råd og vejledning er vigtigt for dem, at de kun i lav grad eller slet ikke oplever dette, og yderligere 22,7% svarer kun i "nogen grad". Denne periode italesættes også af nogle klubledere og videnspersoner fra forbundene som sårbare perioder, hvor medlemmer let mister motivationen og stopper. Som en klubleder fortæller:

*"Ja, det tror jeg. Det er måske også i en fastholdelsesoptik. Hvis vi får folk ind, og vi kan jo godt give dem hele den der breddeintroduktion til et vis niveau, men derefter har vi ikke det helt oplagte tilbud til folk, og så kan der godt være nogen, der mister interessen. Så ryger de ud igen. Dem, der har gået i mere end et år, det er sådan et meget sårbart tidspunkt, fordi der mister vi medlemmerne igen."* (Klubleder og skytte, erfaren)

Som videnspersonen fra det engelske forbund udtrykker det:

*"You get better, you get better, you get better. And then you peak. And because you do not get that coaching you get worse and worse. And start asking: Why am I doing this? I'm not improving. So it is the coaching and the environment that the clubs provide that sometimes is not the best."* (Rep. fra GB Archery)

Der synes således at være bedre muligheder for at få råd og vejledning som barn/ung og som nybegynder. Men for de voksne skytter og skytter, som er igennem begynder-forløbet, kan det blive sværere at få den nødvendige hjælp.

I følgende afsnit vil vi se nærmere på, hvilke initiativer, skytterne er interesserede i, og hvordan nogle af disse netop kan være med til at løse en del af denne udfordring i forhold til råd og vejledning.

## 5.1 Hvordan kan motivationen øges?

### Initiativer i træningen

Vi har spurgt skytterne, om de ville være interesseret i en række initiativer, hvis klubben tilbød det. Som tabel 13 viser, så efterspørger skytterne især inspiration til at udfordre dem selv, mere 3D-skydning og mere tid med en træner. Fælles mental træning er også efterspurgt, men ellers er initiativer som indebærer fælles træning generelt langt nede på listen.

I høj eller meget høj grad	
Inspiration til at udfordre mig selv	48,2%
Mere 3D-skydning	45,4%
Mere tid med en træner	40,8%
Fælles mental træning	40,6%
Mere skiveskydning	39,5%
Mere fælles træning	32,1%
Større variation i træningen	30,6%
Fælles opvarmning og/eller udstrækning	20,7%
Fælles styrketræning	20,2%
Fælles konditionstræning	16,6%

Tabel 13: *Ville du være interesseret i at deltage i følgende, hvis din tilbød det?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad."

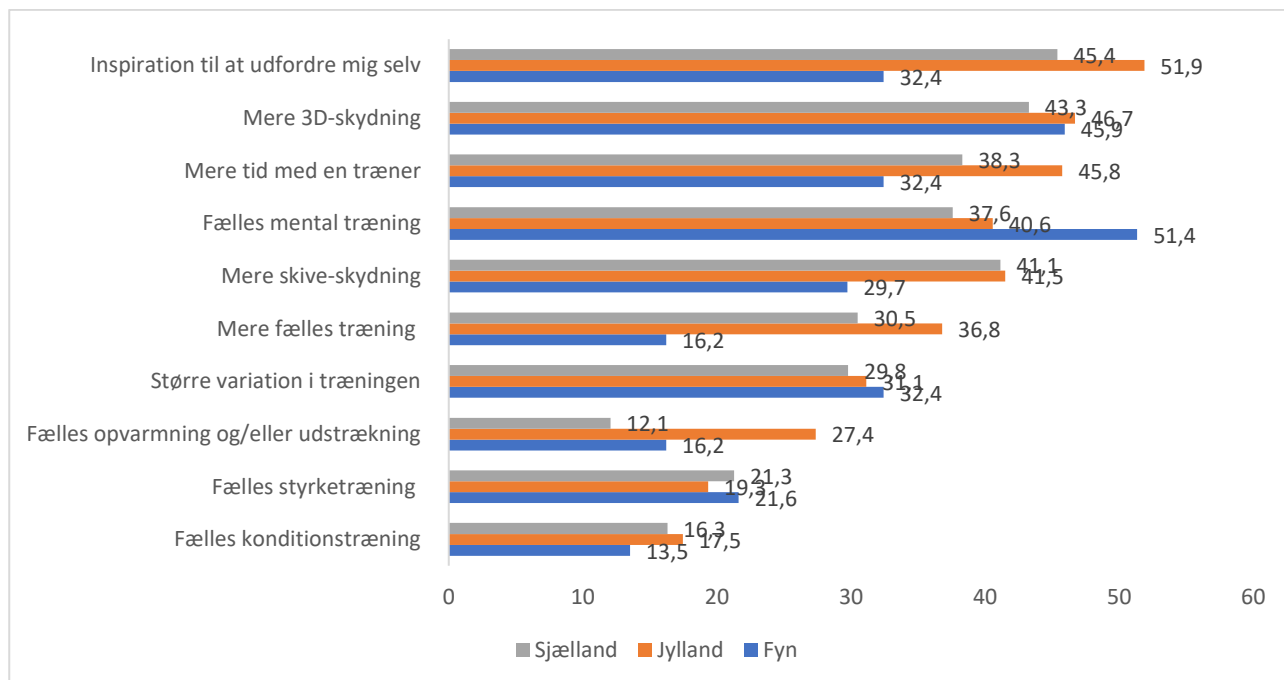
Sammenligner vi aldersgrupperne ses det, at interessen for næsten alle initiativerne er størst blandt de 13-18-årige skytter, og at interessen falder med alderen. Der er dog en undtagelse: Skytter over 24 år er i væsentlig højere grad interesseret i 3D-skydning end de yngre skytter.

De mest populære initiativer blandt de yngste skytter er mere skiveskydning, fælles mental træning og mere tid med en træner. Dette stemmer godt overens med, at de yngste skytter især er skiveskytter, og ofte er både vant til og motiveret af en træning, hvor de får hjælp til deres udvikling og som er mere fælles end de voksne skytter. De voksne skytter efterspørger især at få inspiration til at udfordre dem selv og mere 3D-skydning. Dette går ligeledes fint i forlængelse af, at de ældre skytter tillægger autonomi og naturoplevelser større værdi end de yngre skytter, og oftere deltager i 3D-stævner (jf. afsnit 4 og 6)

	13-18 år	19-24 år	25-59 år	60 år og over
Inspiration til at udfordre mig selv	58,0%	60,6%	54,7%	24,2%
Mere 3D-skydning	34,0%	33,3%	50,9%	43,2%
Mere tid med en træner	66,0%	51,5%	43,9%	16,8%
Fælles mental træning	68,0%	51,5%	41,1%	21,1%
Mere skive-skydning	68,0%	69,7%	35,0%	24,2%
Mere fælles træning	52,0%	48,5%	33,6%	12,6%
Større variation i træningen	36,0%	30,3%	36,4%	14,7%
Fælles opvarmning og/eller udstrækning	52,0%	45,5%	16,8%	4,2%
Fælles styrketræning	58,0%	36,4%	15,9%	4,2%
Fælles konditionstræning	44,0%	36,4%	13,1%	3,2%

Tabel 14: *Ville du være interesseret i at deltage i følgende, hvis din tilbød det?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad." Krydset med: *Alder*. Procent.

I tabel 15 har vi sammenlignet interessen for initiativerne på tværs af landsdelene. Der er dog kun 37 respondenter fra Fyn, og analysen af denne landsdel bør derfor tages med forbehold. Som tabellen illustrerer, er de jyske skytter generelt mere interesseret i initiativerne end de sjællandske skytter. Men overordnet set er det de samme initiativer, som efterspørges på tværs af landsdelene.



Tabel 15: *Ville du være interesseret i at deltage i følgende, hvis din tilbød det?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad." Krydset med: *Geografi*. Procent.

I det følgende vil vi se nærmere på de initiativer, som især synes at vække interesse blandt skytterne.

### ***Inspiration til at udfordre mig selv***

Det mest populære initiativ er "Inspiration til at udfordre mig selv", hvilket næsten halvdelen af skytterne i høj eller meget høj grad ville være interesseret i. At et sådant initiativ er populært, giver god mening i en kontekst, hvor mange af skytterne selv administrer deres træning og samtidig er motiveret af at forbedre sig. Et inspirationsmateriale vil således kunne være en hjælp i det meget selvstændige træningsprogram. Derudover vil inspirationsmaterialet muligvis kunne imødekomme, at nogle skytter ikke føler, at de prøver nok nye ting og mangler råd og vejledning (jf. ovenstående afsnit).

### ***Mere 3D-skydning***

På andenpladsen over populære initiativer kommer "Mere 3D-skydning". I de åbne svarkategorier i spørgeskemaet gav en del skytter ligeledes udtryk for, at de ønskede et større fokus på 3D-skydning. Mere skiveskydning ligger dog også højt på listen over initiativer – så behovet for "mere skydning" skal formodentlig forstås sådan, at skytterne generelt ønsker at bruge træningen på at skyde med bue og pil. "Mere 3D-skydning" er især populært blandt skytter over 24 år, hvilket stemmer godt overens med, at skytter over 24 år generelt er væsentligt mere motiveret af 3D og naturoplevelser end de yngste skytter.

### ***Mere tid med en træner***

Det tredje mest populære initiativ er "Mere tid med en træner", som har interesse for 4 ud af 10 skytter. Selvom der er stor forskel i, hvor meget tid unge og voksne skytter har med en træner, så ligger dette initiativ højt for begge aldersgrupper. Det skyldes formodentlig, at de fleste skytter er drevet af et ønske om udvikling. Mere tid med en træner ville i øvrigt kunne imødekomme nogle af de tidligere beskrevne udfordringer med skytter, som oplever ikke at få nok råd og vejledning.

### ***Fælles mental træning***

At have fælles mental træning ligger næsten lige så højt på listen som at have mere tid med en træner. Interessen skyldes formodentlig, at det mentale aspekt i forbindelse med bueskydning netop var det, som flest skytter anså for vigtigt for deres motivation. Andre initiativer med fælles træning har ellers meget lav tilslutning, hvilket formodentlig skyldes, at mange skytter netop er motiveret af, at de selv styrer deres træning, og dermed ikke er interesseret i for meget fælles træning.

### ***Træningsvideoer eller en træner på besøg***

To andre initiativer, som kan kombinere ønskerne om "mere tid med en træner" og "inspirationsmateriale", er træningsvideoer eller at få en dygtig træner til at besøge klubberne. Disse initiativer blev der ikke spurgt ind til i spørgeskemaundersøgelsen men i stedet under flere af interviewene.

At gøre inspirationsmateriale til et videomateriale synes oplagt, da det vil være lettere for skytterne at forstå øvelserne og samtidig også være et mere fængende format. Fra interviewene fremgik det, at det online træningsformat for nogen skytter er et velkendt træningssupplement. Der findes allerede træningsvideoer på nettet, og der er ved at blive lanceret en app. Hvis forbundet skulle lancere træningsvideoer, ville det derfor være nødvendigt at være meget specifik i forhold til, hvad sådanne videoer kan bidrage med, og hvordan de adskiller sig fra andet online materiale.

I forhold til at få en træner udefra til at besøge klubberne, så mente flere klubledere, at de ville være så interesseret i initiativet, at de gerne ville betale for det. Repræsentanten fra forbundet i Norge fortalte, at de havde positive erfaringer med at have en trænervejleder ansat, som har rejst rundt og besøgt klubberne, trænet teknik med trænerne og skabt større synlighed om forbundet. Den udefrakommende træner havde således ikke direkte undervist skytterne men medvirkede til at øge træningens niveau. I dansk version bør det dog overvejes, om skytterne hellere bør være målgruppen, da træningen i høj grad er organiseret af skytterne selv, og at mere end halvdelen af skytterne ikke trænes af en træner.



## Initiativer udenfor træningen

Tabel 16 viser, hvorvidt skytterne ville være interesseret i en række initiativer. Især workshops ligger i top, men også 3D-stævner og uformelle stævner er efterspurgt.

	I høj og meget høj grad
Workshop om mental træning (styrke, ro og fokus)	53,8%
Workshop om teknik	52,0%
Workshop om udstyr	49,0%
Flere uformelle stævner	45,7%
Flere 3D-stævner	36,0%
Flere naturoplevelser	34,7%
Flere sociale arrangementer	30,4%
Flere arrangementer med andre typer af skydning (fx combat archery, run archery)	17,1%

Tabel 16: *Ville du have lyst til at deltage i følgende?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad".

Tabel 17 viser ligheder og forskelle i aldersgruppernes præferencer. Generelt ses en tendens til, at skytterne på tværs af alder er interesserede i udvikle sig ved at deltage i workshops samt at kunne konkurrere på en mere uformel måde. De væsentligste aldersforskelle består i, at de 13-18-årige skytter er mere motiverede af det sociale end de ældre skytter, og derfor vægter sociale arrangementer meget højt, samt at skytter over 24 år er mere motiverede af naturen, og derfor vægter 3D-stævner og naturoplevelser højere end de yngre skytter. Derudover er skytter over 60 år generelt mindre motiverede for at deltage i initiverne.

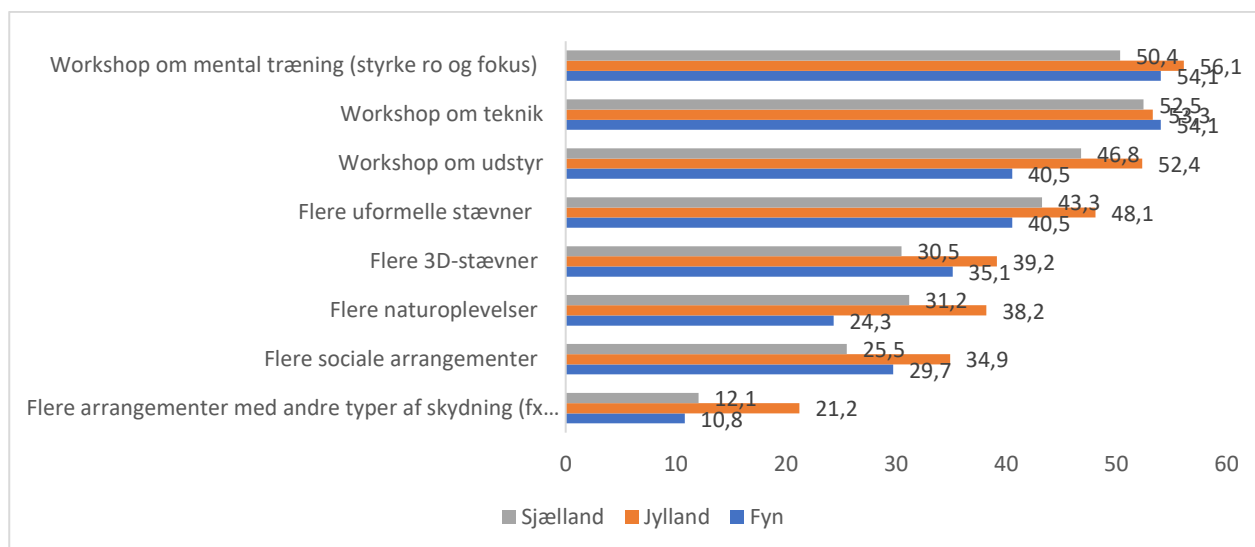
Skal man fange de 13-18-årige skytters interesse, bør man således udbyde workshop om mental træning og udstyr samt uformelle stævner og sociale arrangementer. De voksne skytter er især interesseret i alle tre typer workshops og uformelle stævner – og for skytterne over 24 år ligger 3D-stævner og naturoplevelser også højt på listen.

	13-18 år	19-24 år	25-59	60 år og over
Workshop om mental træning (styrke, ro og fokus)	68,0%	60,6%	58,9%	32,6%
Workshop om teknik	46,0%	54,5%	59,3%	37,9%
Workshop om udstyr	64,0%	63,6%	52,3%	28,4%
Flere uformelle stævner	56,0%	42,4%	50,9%	29,5%
Flere 3D-stævner	28,0%	21,2%	43,5%	28,4%
Flere naturoplevelser	18,0%	24,2%	43,0%	28,4%
Flere sociale arrangementer	56,0%	30,3%	32,2%	12,6%
Flere arrangementer med andre typer af skydning (fx combat archery, run archery)	28,0%	27,3%	17,8%	6,3%

Tabel 17: *Ville du have lyst til at deltage i følgende?* Krydset med: *Alder*. Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad".

Sammenligner vi på tværs af landsdele ses igen en tendens til, at de jyske skytter udviser større interesse i at deltage end de sjællandske skytter (tabel 18). Der er dog generelt set forholdsvis stor enighed på tværs af landsdelene om, hvilke initiativer, der vækker interesse, og hvilke der ikke gør.





Tabel 18: *Ville du have lyst til at deltage i følgende?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad" eller "I meget høj grad". Krydset med: *Geografi*. Procent.

I følgende vil vi se nærmere på de initiativer, som især synes at være populære blandt skytterne.

### **Workshops**

De tre mest populære initiativer handler om afholdelse af workshops. Der er ikke betydelig forskel på, hvorvidt workshoppen skal omhandle mental træning, teknik eller udstyr. Uanset tema angiver omkring halvdelen af skytterne, at de i høj eller meget høj grad ville være interesseret i at deltage. Uanset alder er workshops de tre mest populære initiativer (workshop om teknik tiltaler dog i mindre grad de yngste skytter). At afholde workshop synes samtidig også at være et væsentligt initiativ i forhold til at give skytterne mulighed for udvikling og at kunne få råd og vejledning, som de vil kunne arbejde videre med for dem selv i deres egen træning.

### **Uformelle stævner**

På fjerdepladsen ligger uformelle stævner. Som det beskrives i afsnit 6, synes der at være behov for at tilbyde stævner, hvor præstationspresset er lavere og hvor det er lettere at deltage. Disse stævner vil muligvis også kunne tiltrække nogle af de skytter, som ikke almindeligvis deltager i stævner. Ca. hver 5. skytte (21,8%) som ellers ikke er motiveret af at deltage i stævner angiver, at de i høj grad eller meget høj grad ville være interesseret i at deltage i et uformelt stævne. Tallene viser dog også, at størstedelen af de skytter, som ikke er motiveret af stævner, fortsat ikke vil være interesseret i at deltage, selvom formatet er mere uformelt.

### **Sociale arrangementer**

Sociale arrangementer ligger forholdsvist langt nede på listen over populære tilbud. For skytterne mellem 13-18 år er sociale arrangementer dog det 3. højeste på listen, og 56% af skytterne mellem 13-18 år ville i høj eller meget høj grad være interesseret i sociale arrangementer.

Samtidig er det væsentligt, at netop sociale arrangementer er et af de parametre, hvor færrest af dem, som mener, at det er vigtigt for dem, reelt set også oplever, at det opfyldes (jf. forrige afsnit). Dette gør sig især

gældende for de unge: Af de 13-18 årige, som anser sociale arrangementer udenfor træningen som vigtig, svarer 45,4%, at de kun i nogen eller lav grad oplever, at der er sociale arrangementer.

Selvom sociale arrangementer ikke ligger lige så højt for skytter over 18 år, så nævnes de sociale arrangementer dog ofte som noget positivt i interviewene, og da 2 ud af 3 skytter er motiveret af det sociale, synes det vigtigt fortsat at have fokus på de sociale arrangementer.

#### **Mere samvær mellem klubber**

Enkelte skytter har ønsket mere samvær på tværs af klubber. Dette ville både give mulighed for at prøve forskellige baner og at blive inspireret af hinanden. Skytterne mødes primært på tværs af klubber i forbindelse med stævner, men disse møder skulle have et mere afslappet format og dermed også tiltrække skytter, som ellers ikke ville have mulighed for at socialisere med skytter udenfor klubben.

## **5.2 Nedslag fra surveys og interviews**

I nedenstående afsnit beskrives pointer fra interviews og de åbne kategorier i spørgeskemaet, som omhandler andre udfordringer i forhold til motivationen og forslag til forbedringer.

### **Ingen at dele interessen med**

Selvom bueskydning er en forholdsvis lille sportsgren, findes der mange forskellige præferencer og interesseområder blandt udøverne. Dette kan nogle gange være en udfordring, da man som skytte kan opleve at være alene med sin interesse i klubben. Dette gælder især buetyper, men kan også være i forhold til interessen for fx jagt, ambitionsniveauet eller skydning fra hest. En skytte fortæller, hvorfor han valgte at skifte klub:

*”Vi var en 7-8 stykker. Og de gik alle sammen på jagt undtagen mig. Så må jeg indrømme, at et eller andet sted, så blev jeg lidt træt af det der. Jeg kan godt forstå, at de snakkede jagt, fordi det var deres store passion. Og det var compoundskytter alle sammen, jeg var den eneste der skød med langbue. Så undersøgte jeg, om der var en anden klub, som måske var lidt større i bredden, så der var lidt flere at spille bold op ad både socialt og buemæssigt.”* (Skytte, erfaren)

Nogle skytter kan således opleve, at deres motivation bliver udfordret, fordi de har svært ved at spejle sig i de andre klubmedlemmer. Dette er især også vigtigt i forhold til muligheder for at spare og udvikle sig, da man i endnu højere grad kan mangle vejledning, hvis træneren eller andre i klubben ikke skyder med denne buetype. Som beskrevet i afsnit 2 er dette også en udfordring i opstarten, hvis man enten ikke introduceres til andre buetyper, eller ikke kan blive undervist i sin foretrukne buetype.

#### **Til overvejelse:**

Det kan overvejes, om følgende initiativer ville kunne være med til at imødekomme behovet for sparring og fællesskab indenfor de forskellige buetyper. Dette gælder formodentlig især langbuer.

- 1) Workshops for specifikke buetyper.
- 2) Trænerbesøg med en træner, som har erfaring indenfor mange slags buer
- 3) Online fora for specifikke buetyper, hvor man kan vidensdele og igangsætte sociale arrangementer.

## Børn og unge i små klubber

I interviewene fortalte flere klubledere og repræsentanter fra forbundene, at det kunne være svært for de små klubber at tiltrække børn og unge. Dette indikerer spørgeskemaundersøgelsen ligeledes, hvor unge skytter på 13-18 år udgør 7,3% i de små klubber, hvor de i de mellemstore og store klubber udgør ca. 14% af medlemmerne. De små klubber er udfordret af, at de ofte ligger i områder med færre børn og unge, hvor det kan være besværligt for de unge at nå hen uden bil. Men når først klubben har få børn og unge, bliver det kun sværere at rekruttere og motivere. To repræsentanter fra forbundet forklarer problematikken baseret på egne erfaringer fra deres lokale klubber:

Repræsentant 1: *"Vi er en lille klub. (...) Vi har rigtig svært ved at få fat i de unge. Fordi "nå, du er faktisk den eneste på din alder", fordi der er ikke så mange. Så det er rigtig svært at få nogen i gang, før der er nogle andre at spejle sig i. Jeg tror, I har det på en lidt anden måde i (stor klub), I har lidt lettere ved det. [Repræsentant fra stor klub bekræfter]. (...)"*

Repræsentant 2: *"Vores ungdomshold startede med, at der var 4 skytter, der kom på samme tid, og så blev kernen på et hold. Før var det meget individuelt, hvor nu er det meget hold. Man skyder som hold og de føler sig som en del af et hold."* (Repræsentanter fra Bueskydning Danmarks bestyrelse)

Som tidligere beskrevet er især de unge motiveret af det sociale, og som citatet viser, så har de unge således tit behov for jævnaldrende for at bevare motivationen. Det er ligeledes en pointe i citatet, at det ofte fungerer godt med børne- og ungdomshold, som mødes fast og har en træner. Dette er også erfaringen fra England (Archery UK 2022). Men dette er svært at praktisere i en lille klub både på grund af færre trænere og manglen på børn og unge.

### Til overvejelse:

Er der mulighed for at understøtte de små klubber i deres rekruttering af børn og unge? Det kunne fx handle om, hvorvidt der er mulighed for at etablere et børne- og ungdomshold og at bruge energi på rekruttering på skoler, fritidsarenaer og at reklamere i forskellige medier. En anden mulighed er at lave fællesskaber for børn og unge på tværs af klubber i samme landsdel. Det kunne bl.a. være etableringen af et online fællesskab og fysiske samlinger hvert kvartal.

## Udfordringer for de store klubber

Der ses mindre forskelle på skytternes svar alt efter om de kommer fra en lille, mellemstor eller stor klub. De væsentligste forskelle synes at være, at de meget aktive skytter, som træner meget, deltager i stævner og er frivillige, udgør en større andel i de små og mellemstore klubber. Det er formodentlig også derfor, at der ses en lille tendens til, at lidt flere overvejer at stoppe, og at fællesskabet vurderes lidt mere negativt i de store klubber, da det netop gør sig mere gældende for de mindre aktive skytter. Der ses dog også en lavere tilfredshed i de store klubber, hvilket ikke nødvendigvis gør sig gældende for de mindre aktive skytter.

### Til overvejelse:

Selvom klubberne er store og tiltrækker mange medlemmer, kan der således alligevel være behov for at være opmærksom på:

- Kan det at være en stor klub netop være en forhindring for at opleve fællesskab og engagement? Kan det fx være en udfordring, at de store klubber ofte befinder sig i en større by, hvor der måske er andre behov, muligheder og forventninger?
- Hvordan kan forbundet hjælpe klubben med at imødekomme disse problematikker?

***”De der ting, der ligger ved siden af bueskydning, dem tror jeg faktisk er enormt vigtige.” – Bueskydning handler om mere end buer og pile***

I interviewene og de åbne kategorier fremgik det, at oplevelsen af bueskydning ikke kun handler om sende pile afsted. Det handler også om alt det, der foregår rundt om. Repræsentanten fra GB Archery fortæller om en succesfuld klub, som har fået fondsmidler til at købe træer og fuglekasser til deres udendørsareal. Han fortæller, hvorfor et sådan initiativ kan være vigtigt, selvom det ikke er relateret til selve det at sende pile afsted:

*”It just creates a really nice atmosphere. It is more than just archery and I think that’s what people are looking for. When you go shopping to a big center now you normally have a coffee shop inside them, there are supermarkets and big shops and there are normally other businesses around. You don’t just go there for shopping. You go there for coffee, shopping etc. And I think it is the same with archery.”* (Rep. fra GB Archery)

At udbyde et godt og attraktivt bueskydningstilbud handler således om helhedsindtrykket: at arealerne er indbydende, og at der er en god atmosfære. For den engelske klub var det vigtigt at skabe små naturoplevelser sammen med skydningen, for andre vil det måske være vigtigt at have gode muligheder for at ordne sit grej. Som det fremgår i citatet med GB Archery, så spiller faciliteterne også en rolle i forhold til at skabe et positivt helhedsindtryk af tilbuddet i klubben.

Betydningen af faciliteter fremgår også i de åbne svarkategorier og i nogle af interviewene med skytter, trænere og klubledere, hvor det fremhæves som vigtigt for hvor god en træningsoplevelse man får. Det skyldes blandt andet, at faciliteterne spiller en vigtig rolle i forhold til at kunne understøtte det sociale. Det har fx en klub mærket, da de måtte skifte faciliteter, og oplevede, at de nye faciliteter, mindskede deres muligheder for at være sociale sammen. De tager sjældnere en pause med kaffe og kage sammen, fordi der hverken er borde eller stole, og det er svært at lave samme sociale arrangementer med fx æbleskiver og kaffe, når der ikke længere er adgang til et tekøkken. Før i tiden var der også mulighed for at sidde og fikse sit grej sammen, og de unge havde mulighed for at spille bordfodbold. I følgende citat sætter to skytter ord på, hvordan det har betydning for deres motivation:

Skytte 1: *”Så de der ting der ligger ved siden af bueskydning, dem tror jeg faktisk er enormt vigtige. Og det er også vigtigt for mig når jeg skal skyde, at der er tid til at jeg kan sidde og drikke en kop kaffe, eller at der er en, der har taget kage med. Det er også en del af det. Det er også en del af fællesskabet og min fornøjelse.”*

Skytte 2: *”Det er bare svært med de faciliteter som vi har nu.”* (To erfarne skytter)

Når 2 ud 3 skytter motiveres af det sociale samvær, synes det væsentligt, at klubberne får hjælp til at skabe rammer, som kan understøtte samværet. Sammenhængen mellem socialt samvær og gode faciliteter ses ligeledes i en undersøgelse af faciliteters betydning for unges motivation (Toft & Hougaard 2022).

Udover at faciliteterne understøtter det sociale, ses det også i interviews og de åbne kategorier, at faciliteterne har betydningen for andre motivationsfaktorer. Eksempelvis medfører nogle faciliteter, at der er mindre tilgængelighed og fleksibilitet i forhold til træningstider, hvilket har betydning for den autonomi og fleksibilitet, som mange skytter motiveres af. Derudover kan for små lokaler gøre det sværere at træne og medføre mindre ro, hvilket påvirker muligheden for mentalt velvære. I GB Archerys medlemsundersøgelse fremhæves faciliteter ligeledes som et kritikpunkt blandt medlemmerne (Archerly GB 2021).

### 5.3 Fokus på specifikke målgrupper

Vi vil i dette afsnit runde af med at sætte særligt spot på tre målgrupper, som kan være oplagte at have for øje i udviklingen af nye tiltag.

#### De unge skytter – fokus på udvikling og socialt samvær!

Som tidligere beskrevet, så indgår de unge skytter i alderen 13-18 år ofte i en træning, som er mere organiseret og mindre selvstyrende end for de voksne skytter. Dette harmonerer godt med deres motivation, da de især er drevet af udvikling og samtidig vægter autonomien lavere. Tabel 19 viser top-5 motivationsfaktorer for de 13-18-årige skytter, og her ses det tydeligt, at især udvikling (og herunder at få råd og vejledning til denne udvikling), fokus og koncentration samt det sociale samvær ligger højt for de unge skytter. Derudover er de også væsentligt mere konkurrencedrevet end de voksne skytter.

Tabel 20 viser de mest populære initiativer til træning og udenfor træning blandt de 13-18-årige. Generelt set afspejler de to tabeller, at man bør tænke følgende ind, når der planlægges indsatser for de unge skytter:

- 1) Mental træning:** De unge skytter er især interesserede i initiativer, som har fokus på mental træning. Det gælder både i forhold til mere fælles mental træning under træningen og at deltage i workshops om mental træning.
- 2) Udvikling:** Skytterne i alderen 13-18 år er især motiveret af deres udvikling. Dette afspejler sig i, at initiativer med fokus på udvikling ligger højt: mere tid med en træner, inspirationsmateriale til at udfordre mig selv og forskellige typer af workshops.
- 3) Socialt samvær:** De unge skytter vægter generelt det sociale højere end de voksne skytter. Derfor er sociale arrangementer, uformelle stævner og forskellige typer af fælles træning generelt højt på listen.
- 4) Skiveskydning:** Som tidligere beskrevet, skyder de yngre skytter primært efter skive – og derefter er ”mere skiveskydning” også et populært initiativ. At det især er skiveskydning, som tiltrækker de unge, bør derfor også tænkes ind i kommende initiativer.

13-18
Råd og vejledning (90%)
Udvikling (88%)
Socialt (80%)
Fokus og koncentration (80%)
Stævner (64%)

Tabel 19: I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning?

Tabellen viser kun skytter i alderen 13-18 år.

Initiativer til træning	Initiativer udenfor træning
Fælles mental træning (68%)	Workshop om mental træning (styrke, ro og fokus) (68%)
Mere skiveskydning (68%)	Workshop om udstyr (64%)
Mere tid med en træner (66%)	Flere uformelle stævner (56%)
Inspiration til at udfordre mig selv (58%)	Flere sociale arrangementer (56%)
Fælles styrketræning (58%)	Workshop om teknik (46%)

Tabel 20: Ville du have lyst til at deltage i følgende? Tabellen viser kun for skytter i alderen 13-18 år.

Som tidligere beskrevet er det især en udfordring for de små klubber at rekruttere og motivere de unge skytter, hvilket ofte skyldes mangelfulde muligheder på socialt samvær med jævnaldrende. Der synes derfor også at være behov at have fokus på denne problemstilling i udtænkningen af indsatser for unge skytter.

Der er for få unge respondenter i undersøgelsen til at kunne undersøge, hvorvidt der er geografiske forskelle på, hvad de unge er motiveret af, og hvilke initiativer de efterspørger. I denne undersøgelse har der været en lille overvægt af unge bosiddende i Jylland (55%) sammenlignet med 36% fra Sjælland og 9% fra Fyn.

## Skytter med lav træningsfrekvens

Som det beskrives i afsnit 7, så er det især skytter med en lav træningsfrekvens, som overvejer at stoppe til bueskydning. Der kan derfor være behov for indsatser, som har fokus på denne gruppe.

Denne gruppe er især drevet af det mentale velvære i form af ro/afslapning og fokus/koncentration samt af autonomien. Udvikling og hjælp til denne fylder dog også for lidt mere end halvdelen af gruppen (se tabel 21).

Tabel 22 viser de mest populære indsatser for denne gruppe både til træning og udenfor træningen.

Initiativer til træning	Initiativer udenfor træning
Mere 3D-skydning (42,1%)	Workshop om mental træning (40,4%)
Mere skiveskydning (36,8%)	Workshop om teknik (38,6%)
Inspiration til at udfordre mig selv (36,8%)	Workshop om udstyr (36,8%)
Mere tid med en træner (29,8%)	Flere naturoplevelser (33,3%)
Større variation i træningen (28,1%)	Flere uformelle stævner (31,6%)

Tabel 22: *Ville du have lyst til at deltage i følgende?* Tabellen viser kun svar fra skytter, som træner mindre end en gang om ugen.

Generelt set indikerer tabellen følgende opmærksomhedspunkter i udtænkningen af indsatser til denne gruppe:

- 1) 3D og natur:** Denne gruppe skytter synes at være forholdsvis interesserede i initiativer, som indebærer 3D og naturoplevelser. Det er her væsentlig at 3D-stævner ikke ligger i top, hvilket indikerer, at gruppen ikke er særlig stævnemotiveret. Det bør derfor overvejes, om man kan tænke i 3D og naturoplevelser, som ikke har et konkurrenceformat, men som i højere grad faciliterer ro og afslapning.
- 2) Udvikling:** Selvom skytterne ikke træner så ofte, er de fortsat motiverede af udvikling og inspiration til at udfordre sig selv, og workshops er derfor blandt de mest populære initiativer.
- 3) Mere skydning:** Nogle af de mest populære initiativer blandt denne gruppe skytter er "Mere 3D-skydning" og "Mere skiveskydning". Dette indikerer, at denne gruppe skytter i høj grad også blot ønsker at have tid til at praktisere deres bueskydning. Dette hænger formodentlig også sammen med, at de netop ikke træner så tit, samt at de især er motiverede af roen og afslapningen.



Denne gruppe af skytter er især bosat på Sjælland (57,4%). Der er for få respondenter i denne gruppe i undersøgelsen til at kunne undersøge, hvorvidt der er geografiske forskelle på, hvad skytter med lav træningsfrekvens er motiveret af, og hvilke initiativer de efterspørger.

Træner mindre end én gang om ugen
At jeg har ro og slapper af (71,9%)
At jeg selv styrer min træning (70,2%)
At jeg oplever fokus og koncentration (70,2%)
At jeg udvikler mig (56,1%)
At jeg får råd og vejledning til at udvikle mig (54,4%)

Tabel 21: *I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning?* Tabellen viser svar fra skytter, som træner mindre end en gang om ugen.

## De kommer ikke kun for kaffen... - Perspektiver på de skytter, som ikke er motiveret af stævner

I flere af interviewene tales der om "hyggeskytter". Det er de skytter, som ikke er motiveret af stævner, men primært kommer i klubben for at have det hyggeligt. I interviewene beskrives de af repræsentanter, klubformænd og trænere ofte som en gruppe, der især er motiveret af det sociale.

I denne undersøgelse udgør gruppen af skytter, som mener, at stævnedeltagelse ikke er vigtigt for deres motivation, 32%. Da undersøgelsen formodentlig især er blevet besvaret af de mere aktive skytter, så udgør gruppen formodentlig reelt set en større andel i Bueskydning Danmarks medlemstal.

Sammenligner vi denne gruppe med skytter som i nogen, høj eller meget høj grad er motiveret af stævner, så er de generelt karakteriseret ved i højere grad at være:

- Mindre aktive medlemmer: De har en lavere træningsfrekvens, deltager mindre i stævner og er mindre frivillige.
- Langbueskytte
- Mindre erfaring
- Over 24 år

Når vi sammenligner denne gruppe med skytter, som er motiveret af stævner, er det således væsentligt at være opmærksom på, at forskellene ikke nødvendigvis skyldes den manglende motivation for stævner, men derimod at de fx har en højere alder end dem, som motiveres af stævner.

Generelt angiver denne gruppe, at færre faktorer er vigtige for deres motivation, men ser vi på rangeringen af motivationsfaktorerne, er de hovedsageligt motiveret af det samme som andre skytter. Det vil sige: autonomi, mentalt velvære, udvikling og socialt samvær. Der ses dog en tendens til, at denne gruppe i højere grad motiveres af autonomi og i mindre grad af udvikling, hvilket formodentlig også kan skyldes, at gruppen er udgjort af voksne fremfor unge skytter. Derudover synes natur at fylde mere for denne gruppe, og der er færre af disse skytter, som oplever, at de kommer nok ud i naturen. Tabel 23 viser top 5 motivationsfaktorer for skytter, som ikke er motiveret af stævner.

### Skytter som ikke er motiveret af stævner

At jeg selv styrer min egen træning (69,4%)
At jeg oplever fokus og koncentration (66,1%)
At jeg har ro og slapper af (62,9%)
At jeg udvikler mig (54,8%)
Det sociale samvær (51,6%)

Tabel 23: I hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning? Tabellen viser svar fra skytter, som ikke er motiveret af stævner.

Tallene indikerer således, at selvom man er "hyggeskytte" og ikke er motiveret af stævner, så kan man fortsat være motiveret af at udvikle og forbedre sig. De fleste hyggeskytter kommer for mere end snakken over kaffen. I interviewene med skytter, som ikke er motiveret af stævner, fremgik det ligeledes, at de blev motiveret af forbedre sig. Men som beskrevet i afsnit 4, så er det for mange af dem vigtigt, at forbedring og udvikling ikke bliver et "præstationsprojekt", men kan foregå i et roligt tempo med begrænsede ambitioner.

Så hvilke initiativer er denne gruppe interesseret i? Gruppens topprioriteringer af initiativer ses i tabel 24.

Initiativer til træningen	Initiativer udenfor træningen
Mere 3D-skydning (39,5%)	Workshop om teknik (43,5%)
Inspiration til at udfordre mig selv (34,7%)	Workshop om udstyr (38,7%)
Mere tid med en træner (27,4%)	Workshop om mental træning (33,9%)
Større variation i træningen (24,2%)	Flere naturoplevelser (21,8%)
Fælles mental træning (23,4%)	Flere uformelle stævner (21,8%)

Tabel 24: Ville du have lyst til at deltage i følgende? Tabellen viser skytter, som ikke er motiveret af stævner.

Ønsker man at tilfredsstille denne gruppe, synes det at være centralt at fokusere på:

- 1) **Hjælp til udvikling og forbedring – men uden at det bliver et præstationsprojekt.** Fx kan det være at få inspirationsmateriale, tid med en træner og deltage i workshops, men formodentlig med et ambitionsniveau og tempo, som stadig giver plads til ro og hygge.
- 2) **3D og naturoplevelser.** Det er her vigtigt at være opmærksom på, at naturoplevelser rangeres højere end 3D-stævner, og det virker derfor relevant at tænke i naturoplevelser uden konkurrencepræg for denne gruppe.
- 3) **Understøt ”hyggen” i klubben.** Når denne gruppe skytter især er interesseret i at træne og hygge sig i klubben, så overvej hvordan faciliteter og aktiviteter ”rundt om træningen” kan være med til give et endnu bedre helhedsindtryk af træningen og understøtte det som en hyggelig oplevelse.
- 4) **Autonomi og mentalt velvære.** Husk at også denne gruppe sætter autonomi og mentalt velvære højt. Overvej initiativer, som kan understøtte den meditative oplevelse af bueskydning, og som samtidig ikke begrænser skytternes autonomi.

Denne gruppe skytter synes især at være repræsenteret i de store klubber.

## 5.4 Opsummering

- Generelt er der god overensstemmelse mellem, hvad skytterne anser for vigtigt for deres motivation, og hvad de oplever til træningen. Der ses dog en tendens til, at nogle skytter oplever ikke at få nok råd og vejledning og at prøve nye ting i det omfang, de har behov for. Denne tendens ses også i interviewene, og synes især at kunne være aktuelt for voksne skytter og skytter med 1-3 års erfaring. Mange af skytterne trives således i de meget selvstyrende rammer, men rammerne kan samtidig for nogen skytter medføre, at de ikke får den nødvendige råd og vejledning. Der synes således for nogle skytter at opstå et spændingsfelt mellem ønsket om autonomi og ønsket om udvikling.
- De mest populære initiativer til træning er: inspiration til at udfordre mig selv, mere 3D, mere tid med en træner og fælles mental træning.
- De mest populære initiativer udenfor træningen er forskellige typer af workshops og uformelle stævner.
- Derudover er der behov for at have fokus på:
  - At bueskydning er differentieret i forskellige buetyper og interesser. Derfor kan nogle skytter opleve ikke at have nogen i klubben at sparre og dele sin interesse med.
  - At det kan være udfordrende for små klubber at rekruttere børn og unge, og store klubber kan være udfordrede i forhold til at tilfredsstille og engagere deres medlemmer.
  - At faciliteter og alt det andet udenom træningen er vigtigt for at skabe et positivt helhedsindtryk af tilbuddet.
- Kommende indsatser kan med fordel målrettes specifikke målgrupper som fx unge skytter, skytter med lav træningsfrekvens og skytter, som ikke stævнемotiverede.



## Til overvejelse

Kan forbundet være med til at styrke klubbernes arbejde med at øge motivationen blandt medlemmerne ved at tilbyde nogle af følgende initiativer:

- 1) Initiativer som imødekommer spændingsfeltet mellem ønsket om selvbestemmelse og ønsket om udvikling. Det vil sige initiativer, som giver skytterne mulighed for at få ny viden og inputs, men uden at fjerne deres autonomi. Det kan fx være:
  - Besøg af en træner udefra.
  - Inspirationsmateriale i form af videoer. Her ville det være centralt at tænke i videoer, som kunne udbyde noget, der ikke allerede er på markedet.
  - Workshops med specifikke fokuser.
- 1) Fokuserer på naturoplevelser og 3D-skydning. Man kunne overveje, om dette også kunne gøres i et format, som ikke er præget af konkurrence.
- 2) Initiativer, som understøtter oplevelsen af mentalt velvære.
- 3) Fokuserer på alt det udenom skydningen. Støtte klubberne i at udvikle tilbud, som ikke kun har fokus på skydning men også på helhedsindtrykket. Det gælder fx at skabe gode faciliteter med stor tilgængelighed og at understøtte "hyggen" i klubben.
- 4) Understøtte de små interessefællesskaber, så man lettere kan finde nogen, som man kan spejle sig i. Det gælder især i forhold til alder og buetype. Vil det fx være en mulighed at lave online fællesskaber og at støtte fysiske møder for gruppens medlemmer?
- 5) Indsatser, som har særligt fokus på specifikke målgrupper, og som udvikles med tanke på, hvad målgruppen motiveres af, og hvilke indsatser de efterspørger.

## 6. Stævner

### 6.1 Hvordan opleves stævnerne?

Omkring 2 ud af 3 (66,6%) af de skytter, som har medvirket i undersøgelsen, har været til et stævne indenfor de sidste 5 år. I dette afsnit ser vi først nærmere på de skytter, som har deltaget i stævnerne, og derefter vender vi blikket mod den tredjedel, som ikke deltager i stævner.

Som tabel 25 viser, så deltager de fleste (77,4%) af de stævneaktive skytter i stævner flere gange om året. Den høje andel af stævnedeltagere og høje stævnefrekvens skal dog formodentlig ikke ses som repræsentativ for alle Bueskydning Danmarks medlemmer, men som et udtryk for, at især de meget aktive skytter har besvaret spørgeskemaet.

Skivestævnerne er det, som flest stævneaktive skytter har erfaring med: 71,3% har deltaget i et skivestævne, 52,1% har deltaget i et 3D-stævne og 4,2% har deltaget i andre stævner. Af de stævneaktive har 24% deltaget i både skive- og 3D-stævner.

Skytterne er generelt tilfredse med stævnerne. Som det fremgår af tabel 26, er det kun meget få skytter, som i lav grad eller slet ikke har kunnet lide at være til stævnerne. Tilfredsheden er højest for 3D-stævner: her svarer 62,5%, at de i meget høj grad kan lide stævnerne.

Hvor ofte er du til stævne?	I alt
Flere gange om året	77,4%
En gang om året	11,9%
Sjældnere end en gang om året	10,7%
I alt	261

Tabel 25: Hvor ofte er du til stævne?

I hvilken grad kan du lide at tage til...?	Skivestævner	3D-stævner
I meget høj grad	44,10%	62,50%
I høj grad	30,60%	23,50%
I nogen grad	21,50%	11,00%
I lav grad	3,20%	1,50%
Slet ikke	0,50%	1,50%
I alt	186	136

Tabel 26: I hvilken grad kan du lide at tage til skivestævne og i hvilken grad kan du lide at tage til 3D-stævne?

3D har en større appel til de skytter, som ikke er motiveret af stævner: 17,2% af de skytter, som ikke er motiveret af stævner, har deltaget i et stævne. I den forbindelse er det væsentligt at bemærke, at de primært har deltaget 3D-stævner.

#### Unge skytter deltager primært i skivestævner, men med alderen øges interessen for 3D

Det er især de yngste skytter, som deltager i stævner, og som gør det hyppigst. Til gengæld deltager de primært i skivestævner. Således har 95,6% af de stævneaktive 13-18-årige deltaget i et skivestævne og 26,7% har deltaget i et 3D-stævne. Med alderen falder deltagelsen i stævner, men til gengæld øges interessen for 3D-stævner. For voksne over 24 år står det næsten mellem de to stævnetyper: 63,2% har deltaget i skivestævner, og 62,1% har deltaget i 3D-stævner. Dette stemmer godt overens med de forrige afsnit, som har vist, at skytternes præferencer og tilgang til skydningen afhænger af, hvor de står i livet. For de unge fylder udvikling og konkurrence mere, hvorimod det mentale velvære, roen og naturen fylder mere blandt de voksne skytter.

## 6.2 "Fordi jeg ikke er dygtig nok" og "Jeg er har ikke lyst til at konkurrere" er de hyppigste årsager til manglende stævnedeltagelse

En tredjedel af skytterne har ikke deltaget i et stævne indenfor de sidste 5 år. Sammenligner vi disse skytter med de stævneaktive skytter, ses der er en tendens til, at de ikke-stævneaktive oftere er:

- Over 24 år
- Fra store klubber
- Overvejer at stoppe
- Nybegyndere (stævnedeltagelsen stiger med erfaring)
- Har en lav træningsfrekvens

Den manglende stævnedeltagelse er dog ikke skåret i sten. Kun ca. hver tredje (32,1%) svarer, at de ikke tror, at de vil deltage i et stævne i fremtiden (tabel 27).

Tror du, at du vil prøve at tage til et stævne i fremtiden?	I alt
Ja	36,6%
Nej	32,1%
Ved ikke	31,3%
I alt	131

Tabel 27: Tror du, at du vil prøve at tage til et stævne i fremtiden?

Især de skytter, som kun har et års erfaring, vil gerne deltage i et stævne i fremtiden – ud af denne gruppe svarer kun 14,9% nej. 85,1% af skytterne er således ikke fra start afvisende overfor at deltage i stævner. Der synes således at være indikationer på, at der "tabes" potentielle stævnedeltagere, fordi skytterne med tiden mister lysten til at deltage i stævner. Som vi i nedenstående vil beskrive, kan dette muligvis skyldes, at nogle skytter finder ud af, at stævneformatet ikke tiltaler dem eller virker for svært at deltage i. Der synes således at være et stort potentiale for at rekruttere flere stævnedeltagere, hvis man fjerner de faktorer, som kan medvirke til, at lysten til stævnedeltagelse daler med erfaringen.

Som det fremgår af tabel 28, er hovedårsagerne til ikke at deltage i stævner især, at man ikke føler sig dygtig nok (47,3%) og/eller at man ikke har lyst til at konkurrere (38,9%). Også mere logistiske faktorer som økonomi og transporttid har betydning.

Hvad er årsagerne til, at du ikke har været til stævne indenfor de sidste 5 år	
Jeg er ikke dygtig nok	47,3%
Jeg har ikke lyst til at konkurrere	38,9%
Andet (Skriv gerne hvad)	19,8%
Jeg mangler information om stævner	14,5%
Stævner tager for meget af min tid i weekenden	14,5%
Jeg synes det virker stressende	11,5%
Transporttid	9,9%
Jeg synes det lyder skræmmende/utrygt	9,2%
Økonomi	3,8%
I alt	131

Tabel 28: Hvad er årsagerne til, at du ikke har været til stævne indenfor de sidste 5 år? Flere svar kunne vælges.

En væsentlig andel har svaret "andet", og her har 30 respondenter uddybet deres svar. 10 skytter har svaret, at de ikke deltager, fordi de er nybegyndere (og altså ikke dygtige nok). Fire skytter har svaret, at de ikke er interesseret eller motiveret af at deltage, men uddyber ikke hvorfor. Fire svar angiver praktiske omstændigheder som årsag: mangel på tid, at det er svært at nå stævnet til tiden, fordi det er langt væk, og at der er for meget ventetid til stævnerne. Derudover indikerer tre svar et behov for mere organisering fra klubben: De savner information og/eller nogen at tage af sted sammen med.



### Er niveauet til stævnerne for højt?

"Jeg er ikke dygtig nok" er årsagen til manglende stævnedeltagelse for næsten halvdelen af skytterne. Som det også fremgår af svarene i de åbne kategorier, er dette især årsagen for de skytter, som har meget lidt erfaring. Mangel på dygtighed er således årsagen til manglende stævnedeltagelse for 68,1% af skytterne, som har under et års erfaring. Det er dog tankevækkende, at mangel på dygtighed fortsat gør sig gældende for de skytter, som har mere end et års erfaring: 24,3% af de ikke-stævneaktive skytter med 1-3 års erfaring og 21,3% af de ikke-stævneaktive skytterne med mere end 3 års erfaring ser manglende dygtighed som årsag til ikke at deltage i stævner. Dette indikerer således, at niveauet for nogle skytter opleves som for højt, selvom de er forholdsvis erfarne.

At det kræver et vist niveau at deltage i stævner, beskrives også i nogle interviews. Både repræsentanter fra det norske og danske forbund giver udtryk for, at stævnernes niveau og regler kan virke afskrækkende på mange. Som en konsulent fra Bueskydning Danmark fortæller:

*"Hvis du og jeg startede til bueskydning, så lidt afhængig af, hvilken buetype vi tog fat i, så ville vi ikke komme til stævne. Jeg ville aldrig blive i stand til det, hvis jeg brugte den bue som man bruger i OL. Der skal jeg skyde 70 m. pga. alder og køn, og ellers kan jeg ikke stille op til udendørs stævne."* (Konsulent i Bueskydning Danmark)

Også i nogle af interviewene med skytterne fremgår det, at stævnernes format og niveau kan virke afskrækkende. Det handler bl.a. om:

- At man bedømmes og stilles til skue for mange mennesker.
- At til tider skulle skyde sammen med nogen, som har et langt højere niveau end en selv, som for nogen kan virke intimiderende.
- At reglerne medfører, at det er svært at have en chance for at deltage og klare sig godt.
- At stævnerne tager meget lang tid, og at regelsættet er svært at finde ud af.

Der ses således indikationer på, at der kan være behov for at gentænke stævnestrukturen, så mindre dygtige og ambitiøse skytter også kan deltage.

### ***”Jeg giver ofte op på sport ligeså snart at der kommer et konkurrenceelement.” – Manglende konkurrencemotivationen***

For nogle skytter handler den manglende stævnedeltagelse dog ikke kun om niveauet og formatet, men også om, at de ikke simpelthen ikke motiveres af konkurrencer. Den manglende lyst til at konkurrere er for 4 ud af 10 ikke-stævneaktive skytter årsagerne til, at de ikke deltager. På samme måde ses det, at 81,1% af de ikke-stævneaktive skytter, som har mere end et års erfaring, har angivet, at stævner ikke er vigtigt for deres motivation. Flertallet af de ikke-stævneaktive skytter oplever således ikke at holde sig tilbage fra noget, som de gerne vil deltage i. Dette ses også i flere af interviewene med skytter, som ikke er stævneaktive. Dette ses fx i følgende to uddrag:

Skytte 1: *”Jeg giver ofte op på sport ligeså snart at der kommer et konkurrenceelement.”* (Skytte, under 1 års erfaring)

Interviewer: *”Hvad gør at det [stævner] ikke er noget for dig?”*

Skytte 2: *”Det er nok det der med, at jeg bare gerne vil gå og hygge mig med det. Og hvis der kommer for meget konkurrenceelement i det, så tror jeg, at det vil ødelægge noget af det, som jeg synes er hyggeligt og sjovt. Fordi så bliver det meget konkurrencepræget og præstation. Det har jeg ikke behov for.”* (Skytte, under 1 års erfaring)

For nogen er konkurrencedelen ligefrem er en kontrast til det mentale velvære og afslapning, som motiverer dem. Dette er også en pointe i afsnit 4 om motivation og mentalt velvære.

### **Hvad med dem, som er motiveret, men ikke tager afsted?**

Det er kun 16 skytter, som ikke har deltaget i et stævne, selvom de har mere end et års erfaring, og som har svaret, at stævnedeltagelse i nogen, høj eller meget høj grad er vigtig for deres motivation. Det er meget få respondenter, og nedenstående analyse skal således læses med forbehold.

Den manglende stævnedeltagelse synes ikke at gå ud udover disse skytters tilfredshed med bueskydning: 15 ud af 16 er således tilfredse eller meget tilfredse.

Hovedparten (11 ud af 16) regner også med, at de vil prøve at tage til et stævne i fremtiden.

En væsentlig pointe er samtidig, at uformelle stævner er det initiativ udenfor træningen, som flest i denne gruppe vil være interesseret i at deltage i. Dette indikerer, at de alternative og uformelle stævner i høj grad vil appellere til denne gruppe, og at denne gruppe netop ønsker stævne tilbud med et andet format end de nuværende.

## Behov for andre tilbud end stævner?

De uformelle stævner vil muligvis kunne tiltrække flere af de skytter, som er motiveret af stævner, men som ikke har lyst til at deltage i de nuværende stævnetyper. Denne undersøgelse indikerer dog, at det er en forholdsvis lille gruppe, og at hovedparten af de ikke-stævneaktive ikke er motiveret af stævner. Det kan overvejes om motivationen for stævner vil øges, hvis formatet ændres, men som beskrevet i afsnit 5, så er det kun 1 ud af 5 af de skytter, som ikke er motiveret af stævner, der ville være interesseret i at deltage i et uformelt stævne. Uformelle stævner har således et potentiale til at tiltrække nye grupper af skytter, men en væsentlig andel synes ikke at være interesseret i konkurrenceaspektet. Som to trænere fortæller, så mangler sporten måske i høj grad tilbud, som ikke er konkurrencedrevet:

Træner 1: *"Jeg har lidt en tanke om, at det er fordi der er så meget performance i ens hverdag. Ift. tidligere så bliver man jo konstant målt og vejet og linet op mod ens kollegaer og præstationer. Hele tiden skal du performe, performe. Jeg tror, at sporten mangler noget mere, hvor du ikke behøver at sammenlignes og måles og vejes og kontrolleres og dikteres."*

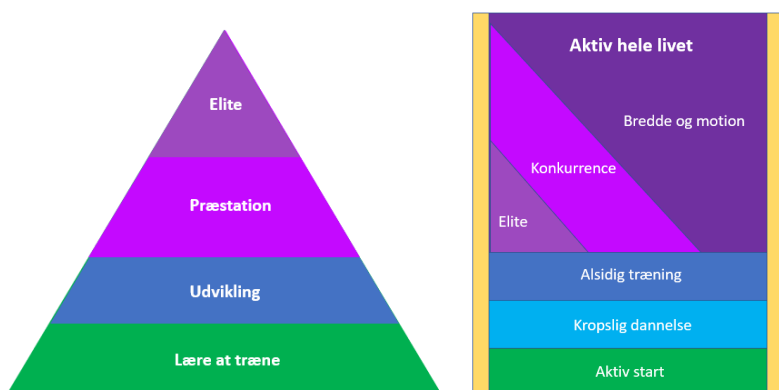
Træner 2: *"Ja, nogle samlinger hvor du bare mødes."* (To erfarne trænere fra klub med få stævneaktive)

På samme måde fortæller repræsentanten fra GB archery, at de også lige nu forsøger at regne ud, hvordan de tilgodeser denne gruppe af skytter – og at flere stævner måske ikke er den rette vej:

*"I think we spend a lot of time trying to force archers to go to competitions and again only a small portion of people want to go to competitions when in fact the health benefits of archery are probably more important for us to focus on and help rather than driving people to competition."* (Rep. fra GB Archery)

Ligesom repræsentanten fra GB Archery giver udtryk for, så er det måske væsentlig at fokusere på andre dele af bueskydningen end konkurrencedelen for at imødekomme de mindre konkurrencelystne skytter.

Man kan overveje om det kunne give mening med det man kunne omtale som en "rektangulær" tilgang til bueskydning, hvor aktiviteterne også er legitime, selvom de ikke afspejler den mere traditionelle "pyramideformede" tilgang til idræt, hvor deltagelse i stævner ses som en naturlig effekt af at træne (se nedenstående model).



En mere rektangulær tilgang giver legitimitet til dimensioner som mental velbefindende, personlig udvikling, naturoplevelser, fællesskabet m.v., hvilket potentielt kan medvirke til at gøre bueskydning til en attraktiv arena for grupper for hvem deltagelse i konkurrencer ikke udgør en motivationsfaktor.

### 6.3 Opsummering

- Dem, som deltager i stævnerne, kan generelt godt lide at deltage i dem. Især er tilfredsheden høj for 3D-stævner.
- Ca. 2 ud 3 af de skytter, som ikke har deltaget i et stævne de sidste 5 år, er ikke afvisende overfor at deltage i et stævne i fremtiden. Især skytterne, som har under et års erfaring, er åbne overfor at deltage.
- Den hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke føler sig dygtig nok. Det gælder især nybegynderne, men det er værd at bemærke, at manglende dygtighed også er en årsag til ikke at deltage i stævner for 24,3% af de ikke-stævneaktive skytter med 1-3 års erfaring og 21,3% af de ikke-stævneaktive skytter med mere end 3 års erfaring.
- Den næst hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke har lyst til at konkurrere. Dette stemmer overens med, at mange af de ikke-stævneaktive skytter angiver, at stævnedeltagelse ikke er vigtigt for deres motivation: 8 ud af 10 af de ikke-stævneaktive skytter som har mere end et års erfaring har angivet, at stævner ikke er vigtige for deres motivation.

#### Til overvejelse:

Der synes at være potentiale i at udvikle andre stævneformater. Hvordan kan forbundet støtte klubberne i denne proces?

Det virker derudover centralt, at forbundet også fokuserer på helt andre tilbud end konkurrencer. Det kunne fx være workshops, naturoplevelser, træningsprogrammer eller trænerbesøg.

## 7. Utilfredshed og overvejelser om at stoppe

Som beskrevet i afsnit 4 ses der generel stor tilfredshed blandt de nuværende skytter. I dette afsnit vil vi dog fokusere på de 9,3%, som har svaret, at de er "Meget utilfredse", "utilfredse" eller "hverken eller" med at gå til bueskydning og på de 7,3%, som overvejer eller har besluttet sig for at stoppe til næste sæson. Det drejer sig dog om et meget lille antal respondenter: 36 skytter er ikke tilfredse og 27 skytter overvejer at stoppe. Nedenstående analyse skal derfor kun ses som indikationer.

### Hvem er de?

I dette afsnit ser vi nærmere på, hvad der karakteriserer disse medlemmer, som er i risiko for lav tilfredshed og at fravælge sporten.

Ikke overraskende er der et vist overlap mellem medlemmer, som er mindre tilfredse, og medlemmer, som overvejer at stoppe. Det er dog vigtigt at understrege, at det ikke er helt den samme gruppe, hvilket formodentlig skyldes, at dem, der overvejer at stoppe, ikke nødvendigvis gør det pga. utilfredshed, men at andre faktorer også kan være årsagen.

Der ses en tendens til, at de mindre tilfredse medlemmer i højere grad end de tilfredse medlemmer:

- Har 1-3 års erfaring.
- Ikke træner på hold.
- Ikke har en træner på holdet.
- Er fra store klubber.

Sammenlignet med de medlemmer, som ikke overvejer at stoppe, ses der en tendens til, at medlemmer, som overvejer at stoppe, i højere grad:

- Har 1-3 års erfaring.
- Ikke træner på hold.
- Ikke har en træner på holdet.
- Træner mindre end en gang om ugen.
- Er 19-24 år.
- Ikke er motiveret af stævner.

Der ses således tegn på, at erfaring, måden man træner på (træningsfrekvens, alene vs. på hold, at have en træner), klubstørrelse, alder og stævnemotivation kan have betydning for tilfredshed og/eller overvejelser om at stoppe.

At 1-3 års erfaring udgør en risikabel periode, stemmer overens med pointerne i afsnit 5, hvor det beskrives, at denne gruppe let kan opleve manglende progression og mangel på råd og vejledning.

Andre studier har ligeledes vist, at træningsfrekvens kan have betydning for, hvorvidt man ønsker at fortsætte til en aktivitet, hvilket formodentlig skyldes, at aktiviteten opleves som en mere central del af ens identitet og hverdag samt at man ofte får stærkere relationer til andre medlemmer (Bugge mfl. 2021; Jessen & Østergaard 2015). Det synes samtidig at være en interessant pointe, at de medlemmer, som overvejer at stoppe og/eller er mindre tilfredse, oftere ikke træner på hold eller træner på hold uden en træner. Det kan derfor overvejes, at det at være en del af et hold og få vejledning af en træner er med til at øge motivationen og tilfredsheden blandt medlemmerne.

At især de 19-24-årige overvejer at stoppe, ses også på andre fritidsarenaer, hvor det er vanskeligt at holde på medlemmer i ungdomsårene. Det kan blandt andet skyldes, at ungdomsårene er præget af forandringer og transaktioner (fx flytning, nye uddannelser, nye måder at socialisere sig på og større forventningspres) kan gøre det sværere at finde tiden til sportsaktiviteter.



At der ses tegn på at store klubber kan være udfordret, behandles også i afsnit 5. At manglende stævnemotivation har sammenhæng med overvejelser om at stoppe, kan muligvis hænge sammen med, at man mangler aktiviteter, som ikke er stævnerelaterede. Det kan dog også fx hænge sammen med at skytter, som ikke er stævnemotiverede, ofte har en lavere træningshyppighed.



Som beskrevet er ovenstående kun indikationer, men de understøttes dog generelt af andre pointer i rapporten eller øvrige undersøgelser. Det synes dermed centralt at have ovenstående grupper som fokus, når der udtænkes nye initiativer.

Der ses ikke nogen tydelig sammenhæng mellem, hvor man er bosat i landet i forhold til tilfredshed og overvejelser om at stoppe.

### **Hvorfor overvejer de at stoppe?**

Vi har spurgt de medlemmer, som ikke er sikre på, at de ønsker at fortsætte, hvad dette skyldes. 22 medlemmer har svaret, men deres svar stikker i forholdsvis forskellige retninger. Svarene peger bl.a. på, at man oplever:

- Mangel på hjælp til udvikling (3 respondenter).
- Manglende socialt fællesskab (3 respondenter) eller at der er kontroverser internt i klubben (2 respondenter).
- At man ikke har tid eller vil prioritere sin tid anderledes (3 respondenter).
- Manglende tilgængelighed – enten fordi der er meget transporttid eller træningstiderne ligger dårligt (3 respondenter).
- At man skal flytte (2 respondenter).

De forholdsvis selvstyrende rammer synes således at være en problematik for nogle medlemmer, da manglen på hjælp og fællesskab for nogen medvirker til, at de overvejer at stoppe. Der er dog også nogle mere praktiske faktorer som tid, tilgængelighed og at flytte, som er årsagerne for andre. Disse tendenser ses også i frafaldsundersøgelsen (afsnit 8).

### **Behov for en mindre individuel og fleksibel struktur?**

Undersøgelsen viser indikationer på, at de skytter, som ikke er tilfredse og/eller overvejer at stoppe, i mindre grad end andre skytter trives i de meget individualistiske og fleksible rammer. Dette ses ved, at disse grupper i højere grad end andre:

- Vægter "Råd og vejledning" højere end selv at styre sin træning.
- Ikke oplever, at de får de råd og den vejledning, som de har brug for.
- Vurderer fællesskabet mere negativt.

Der synes således at være en tendens til, at denne gruppe i højere grad efterspørger rammer, hvor man er mindre overladt til sig selv. Disse indikationer stemmer overens med lignende tendenser i frafaldsundersøgelsen (afsnit 8).

## 7.1 Opsummering

- Analysen er baseret på meget få respondenter, og der er derfor kun tale om indikationer.
- Der ses tegn på, at antal års erfaring, måden man træner på (træningsfrekvens, alene vs. på hold, at have en træner), klubstørrelse, alder og stævne motivation kan have betydning for tilfredshed og/eller overvejelser om at stoppe.
- Der er indikationer på, at bueskydningens meget individualistiske og fleksible rammer for nogle medlemmer kan medføre, at de ikke oplever et tilfredsstillende fællesskab og ikke får den vejledning, som de har brug for. Dette kan medføre manglende tilfredshed og overvejelser om at stoppe.
- Mere praktiske forhold som mangel på tid, tilgængelighed og at flytte er dog også faktorer, som kan få medlemmerne til at overveje at stoppe.

### Til overvejelse:

- 1) Hvordan kan forbundet tænke i indsatser, som har fokus på følgende grupper:
  - Har 1-3 års erfaring.
  - Er 19-24 år.
  - Ikke er motiveret af stævner.
  - Træner i en stor klub.
- 2) At træne et hold og med en træner synes at have motiverende og integrerende effekt. Det kan derfor overvejes, om det er muligt for forbundet:
  - At gøre det lettere at tilgå et hold og at øge antallet af trænere?
  - At igangsætte initiativer, som øger motivationen for de skytter, som er mere overladt til sig selv? Det kunne fx være workshops, at få besøg af en træner i klubben, inspirationsmateriale til øvelser, hjælp til at selv organisere træning med andre. Dette ville kunne skabe stærkere relationer og øge oplevelsen af progression.
- 3) Der ses indikationer på, at nogle medlemmer trives mindre godt i de meget fleksible og selvstyrende rammer. Kan der tænkes i tilbud, som har et mere organiseret format?

## 8. Hvorfor stopper man? – Perspektiver på fravalg af bueskydning

Skytter, som indenfor det seneste år er stoppet til bueskydning, har modtaget et separat spørgeskema angående deres fravalg. I alt har 53 personer besvaret spørgeskemaet, og fire tidligere skytter har deltaget i interviews.

Sammenligner vi med svarene fra de nuværende skytter, ses der mindre forskelle, men overordnet set ligner de frafaldne skytter de nuværende i forhold til fordelingen af:

- Alder (dog med lidt flere 19-39-årige og færre som er over 60 år).
- Køn (dog med lidt flere kvinder).
- Andelen af frivillige (dog med lidt flere trænere).
- Erfaring med bueskydning.

Det er væsentligt at have for øje, at der således kan være forskelle ift. fx alder på nuværende og tidligere medlemmer, som der ikke kan kontrolleres for i nedenstående sammenligninger mellem nuværende og forhenværende skytter. Sammenligningerne skal derfor læses med forbehold.

### 8.1 Hvorfor startede de til bueskydning?

De forhenværende skytter er ligeledes startet til bueskydning af mange af de samme årsager som de nuværende medlemmer. Men lidt flere af de forhenværende skytter er startet, fordi de har hørt om det fra venner og familie, og fordi de gerne vil deltage i stævne. Til gengæld var de i mindre grad motiveret af naturen.

Hvorfor startede du til bueskydning?	
Jeg syntes, at det lød spændende	55,1%
Jeg havde hørt om det fra familie/venner	28,6%
For at slappe af/finde ro	26,5%
For samværet	24,5%
For at deltage i stævner	24,5%
For at komme udenfor/ud i naturen	14,3%
For at få motion	10,2%
For at komme udenfor/ud i naturen	14,3%
For at få motion	10,2%
Jeg har gået til bueskydning tidligere i mit liv	2,0%
Andet (Skriv gerne i tekstfeltet)	8,2%
I alt	49

Tabel 29: Hvorfor startede du til bueskydning? Flere svar kunne vælges.

Ligesom de nuværende skytter er de forhenværende skytter motiveret af mentalt velvære, udvikling og socialt samvær. Til gengæld synes de at adskille sig i forhold til, hvor højt de vægter autonomi: "At jeg selv styrer min træning" er det næst vigtigste for nuværende skytter, hvorimod denne motivationsfaktor slet ikke var i top 5 blandt de forhenværende skytter (se tabel 30). Til gengæld var det vigtigste for de forhenværende skytter at få råd og vejledning, hvilket ikke ligger i top 5 for de nuværende skytter. Dette er kun indikationer, men det kan overvejes, om de forhenværende skytter ikke har følt sig tilpasse i den meget selvstyrende og fleksible form, som bueskydning har.

Forhenværende skytter – top 5	Nuværende skytter – top 5
At jeg fik råd og vejledning til at udvikle mig (fx af trænere eller andre skytter) (73,5%)	At jeg oplever fokus og koncentration (76,3%)
At jeg oplevede fokus og koncentration (67,3%)	At jeg selv styrer min træning (73,7%)
Det sociale samvær (59,2%)	At jeg udvikler mig (70,9%)
At jeg havde ro og slappede af (59,2%)	At jeg har ro og slapper af (70,4%)
At jeg udviklede mig (57,1%)	Det sociale samvær (65,3%)

Tabel 30: *hvilken grad er følgende vigtigt for din motivation for at gå til bueskydning?* Tabellen viser de respondenter, som har svaret "I høj grad eller i meget høj grad". Krydset med: *Forhenværende skytter* og *Nuværende skytter*

## 8.2 Årsager til at fravælge bueskydning

De hyppigste grunde til at fravælge bueskydning er 1) prioritering af tid, 2) manglende socialt samvær og fællesskab og 3) at flytte (tabel 31).

Sammenligner vi mænd og kvinder, ses det, at tidsprioritering er en af de vigtigste årsager for begge køn, men at det især har været årsagen for kvinderne (41,2%) fremfor mændene (21,9%). Derudover har flere kvinder (17,6%) end mænd (9,4%) angivet en dårlig relation til træneren som årsag. Mændene synes generelt at have haft det lidt sværere i den selvstyrende sport end kvinderne: Lidt flere savnede samvær og fællesskab og mere struktureret træning.

Hvorfor stoppede du til bueskydning?	
Jeg ville hellere bruge min tid på andre fritidsaktiviteter	28,6%
Jeg savnede mere samvær og fællesskab	16,3%
Jeg flyttede	16,3%
Jeg havde det ikke godt med træneren	12,2%
Jeg blev skadet eller syg	12,2%
Jeg havde det ikke godt med de andre bueskytter	10,2%
Jeg savnede mere struktureret træning	8,2%
Jeg udviklede mig ikke nok	6,1%
Medlemskabet var for dyrt	6,1%
Jeg savnede at have mere indflydelse på min træning	2,0%
Jeg savnede flere tilbud udenfor træningen (fx stævner, arrangementer)	2,0%
Jeg savnede bedre muligheder for at træne alene	0,0%
Andre grunde? Skriv gerne	49,0%

Tabel 31: *Hvorfor stoppede du til bueskydning.* Flere svar kunne vælges.

Næsten halvdelen af de forhenværende skytter har sat et kryds i "andet". Generelt ses der meget forskellige svar, men det hyppigste svar er også her mangel på tid/tidsprioritering. Derudover går utilfredshed med træneren eller manglende udvikling også igen, og enkelte kritiserer relationen til Bueskydning Danmark.

I det følgende vil vi dykke nærmere ned i nogle af de faktorer, som synes at være væsentlige i fravalget af bueskydning.

## Tidsprioritering

At medlemmer stopper, fordi de oplever at mangle tid/vil prioritere andre fritidsinteresser, fremgik også af interviewene med tidligere skytter, hvor tid havde været en medvirkende årsag til at stoppe for 3 ud af 4. Også både trænere, klubledere og repræsentanter fra forbundet oplevede, at fravalget af bueskydning ofte skyldtes tidsprioritering. Som en repræsentant fra forbundet fortæller:

*"Før var vi vant til, at medlemmer tit gik til mere end én sport. Og nu er det måske mere sådan, at hvis man går til fx tre slags sport, så bliver der skåret ned. Og at nogle sportsgrene bliver sorteret fra, fordi nu vil man ikke være afsted fire gange om ugen. Vi kan opleve at blive valgt fra ift. en anden sport. Det er måske lidt der, man skulle gøre noget ift. at sige, hvad er det der skal gøre, at de skal vælge vores sport fremfor alternativet." (Repræsentant fra Bueskydning Danmark)*

Som repræsentanten fra forbundet fortæller, så er det centralt, at tidsprioritering ikke skal forstås som en ekstern faktor, som er ude af forbundet og klubbernes hænder. Derimod handler det om at styrke motivationen for bueskydning, således at det bliver udøvernes primære sport, der kan klare konkurrence mod andre tilbud.

## En individualiseret sport er ikke for alle

Der ses tegn på, at bueskydning for nogen er en lidt for individualiseret sport. Manglen på socialt samvær og fællesskab er den anden hyppigste årsag til at stoppe til bueskydning, og der ses indikationer på, at de forhenværende skytter måske netop har været mindre motiveret af autonomien. En klubleder fortæller ligeledes:

*"Det kommer måske lidt bag på dem, når de har været her 2-3 gange [efter bueskolen], at det er sådan en lidt underlig aktivitet, fordi den er så individuelt baseret. Bueskolerne er jo meget sociale, der er man et hold. Men træningen efterfølgende er ikke særlig holdbaseret. Så de ved ikke, hvornår kommer dem, som jeg mødte på bueskolen? Kommer de om fredagen eller tirsdagen? Det kan være lidt svært for nye at vide, hvad er det for en social kontekst, som de er på vej ind i. Og hvis man så ikke rigtig oplever, at der er nogen, som tager sig af det og inviterer til et arrangement eller noget, så siver man nok lige så stille ud igen." (Klubleder)*

En del nybegyndere er således ikke forberedt på, hvor individuel en sport det er, og kan have svært ved at navigere i det i forhold til at falde på plads i det sociale og få nok vejledning.

Som denne klubleder fortæller, er sporten således ikke for alle:

*"Der kan man sige, at udfordringen for os er, at ud af de 100 vi har stående på en venteliste, der skal vi finde de 10, som det her passer til og som også vil være medlemmer om 5 år. Der kan man sige, at vi bliver nødt til at have de 90 andre på bueskolen også for at finde ud af det." (Klubleder)*

Som beskrevet i afsnit 4, så trives mange af de nuværende medlemmer i den fleksible og selvstyrende form, som bueskydning har, og det er vigtigt for deres motivation. Det synes derfor vigtigt ikke at fjerne autonomien i disse tilbud. Til gengæld kan det overvejes, om der er potentiale for en ny medlemskare, hvis der også kunne være tilbud, som er mindre selvstyret.

## Overgangsperioder

Den tredje hyppigste årsag til at stoppe til bueskydning er, at man er flyttet. Dette ses også i interviewene, hvor skift i bopæl kunne medvirke til at fravælge bueskydning. Generelt fremgår det i interviewene, at overgangsperioder, hvor man flytter, starter på en ny uddannelse etc. er skrøbelige perioder. I interviewene synes det især at være unge, som efter ungdomsuddannelser er i risiko for at stoppe i disse perioder.

Udover at deres liv ændrer sig, skal de også tit finde sig til rette i en ny træningsform, som er mindre struktureret, end hvad de har været vant til. For nogle synes den overgang at gå let, og for andre er den svær. Derudover fortalte en ung forhenværende skytte også, hvordan hun manglede alternativer til at udvikle sig, hvis hun ikke ønskede at gå konkurrencevejen. Der synes derfor at være behov for at have fokus på disse overgangsperioder og hvordan man mindsker fravalget i disse perioder.

#### Tydeliggør vigtigheden af klubben

Næsten en tredjedel af de tidligere skytter udøver bueskydning udenfor klubregi. Det tyder således på, at en del skytter vælger klubben fra, men fortsat har interessen og tiden til at udøve bueskydning. Hvordan sikrer forbundet og klubberne, at skytterne oplever, at de får noget i klubben og gennem forbundet, som de ikke kan undvære?

### 8.3 Fravalget er ikke nødvendigvis for tid og evighed

Som det ses i tabel 32, er der god mulighed for at få medlemmerne (både skytter, trænere, klubformænd og dommere) tilbage igen. Kun 9% svarer, at de ikke vil starte til bueskydning igen.

Kunne du have lyst til at komme tilbage til bueskydning igen på et senere tidspunkt?	
Ja, helt sikkert	30%
Måske	58%
Nej	9%
Ved ikke	2%

Tabel 32: Kunne du have lyst til at komme tilbage til bueskydning igen på et senere tidspunkt?

I spørgeskemaet har vi spurgt, hvad der skulle til, for at respondenterne (både skytter, trænere, klubformænd og dommere) kunne have lyst til at vende tilbage til bueskydningen. 22 personer har svaret. Svarene stikker i meget forskellige retninger, men det hyppigste svar (som seks har angivet) er, at interne stridigheder i klubben skulle løses, for at de ville vende tilbage. Yderligere to har omtalt stridigheder i forhold til forbundet. To respondenter ønsker større tilgængelighed (mulighed for frit at tilgå banerne og flere små lokale baner), og to respondenter ønsker bedre trænere og større muligheder for at udvikle sig som voksenskytte. Derudover angiver tre respondenter, at praktiske omstændigheder som tidsmangel og udlandsophold skulle ændre sig.

#### Frafald for trænere, klubledere og dommere

I frafaldsundersøgelsen har 16 trænere, 2 klubledere og 2 dommere deltaget. Det er forholdsvis få respondenter og undersøgelsen bør derfor læses som indikationer. Ligesom frafaldsundersøgelsen for skytter viste, er tidsmangel/tidsprioritering den hyppigste årsag til at være stoppet som frivillig. Fx har 11 ud af 16 trænere angivet "Jeg havde ikke tid længere" som årsag til at være stoppet.

## 8.4 Opsummering

De mest almindelige årsager til at fravælge bueskydning er:

- 1) Tidsprioritering – at bueskydning fravælges for at prioritere andre aktiviteter.
- 2) Manglende socialt samvær og fællesskab.
- 3) At flytte. Transitionsperioder kan generelt udgøre sårbare perioder, hvor fritidsaktiviteter vælges fra.
- 4) De fleksible rammer. Der ses generelt indikationer på, at fravalget for nogle handler om, at de ikke trives i den meget selvstrukturerede træning. Dette ses bl.a. ved, at forhenværende medlemmer især er motiveret af at få råd og vejledning samt at det manglende sociale samvær for nogle har været årsagen til at stoppe.

### Til overvejelse:

- 1) Hvis bueskydning ikke skal vælges fra i tidsprioriteringen, synes det centralt at sætte mere fokus på det, som kan omtales som bueskydningens metahistorie. Det vil sige alt det, som handler om mere end at ramme skiven – som fx det store mentale velvære under skydningen. Kan en større italesættelse af bueskydningens metahistorie være med til, at færre vælger sporten fra?
- 2) Den individuelle kultur kan være en udfordring for nogen. Kan man gøre mere for at hjælpe nye til at navigere i denne særlige kultur – og måske også have fokus på overgangen efter bueskolen? Derudover kan det overvejes, om der er behov for tilbud, som er mere organiserede og mindre selvstyret? Dette vil måske kunne motivere de medlemmer, som ikke oplever at passe ind i den meget individuelle kultur.
- 3) Overgangsperioder er generelt sårbare perioder, hvor foreningslivet let mister medlemmer. Vil man kunne mindske fravalget i overgangsperioder hvis man:
  - Henvendte sig til skytter 1-2 år efter, at de stoppede, og hvor de har haft mulighed for at falde mere på plads i deres liv?
  - Hjalp klubber med at henvise deres forhenværende medlem til den nærmeste klub i det nye område, som medlemmet flytter til?
  - Havde tilbud til skytter, som ikke ønsker at gå konkurrencevejen? Det kunne fx være workshops, inspirationsmateriale eller træneruddannelse.

## 9. Trænere, klubledere og dommere – Frivilligheden sættes under lup

I alt har 91 trænere, 49 klubledere og 11 dommere deltaget i undersøgelsen for nuværende medlemmer. Dem sætter vi fokus på i dette afsnit.

Som tabel 33 viser, er frivilligheden især stor "midt i livet", og er i alderen omkring 40-59 år. Til gengæld er meget få frivillige i de yngre år, og især mellem 13-18 år er der næsten ingen frivillige. Dommerne er generelt lidt ældre end de andre frivillige.

Hvad er din alder?	Træner	Klubleder	Dommer
13-18 år	1,1%	0,0%	0,0%
19-24 år	9,9%	2,0%	0,0%
25-39 år	15,4%	8,2%	18,2%
40-59 år	46,2%	59,2%	27,3%
60-69 år	18,7%	22,4%	36,4%
70 år og derefter	8,8%	8,2%	18,2%

Tabel 33: Hvad er din alder? Krydset med Er du...? Træner, Klubleder, Dommer.

### Til overvejelse:

Kun 1,1% er trænere i alderen 13-18 år. Er der her mulighed for at engagere den gruppe yderligere?

Som tabel 34 viser, er man ofte frivillig i mange år. Især trænerne og klublederne har mange års erfaring: 4 ud af 10 trænere og halvdelen af klublederne har haft deres funktion i mere end 5 år.

Hvor længe har du været...?	Træner	Klubleder	Dommer
Under 1 år	13,2%	14,3%	27,3%
1-3 år	25,3%	24,5%	18,2%
4-5 år	19,8%	12,2%	27,3%
Mere end 5 år	41,8%	49,0%	27,3%

Tabel 34: Hvor længe har du været træner, klubleder, dommer?

Ser vi nærmere på trænerens praksis, så er der lidt flere trænere, som træner unge (89%). Men generelt er der også en stor andel, som træner voksne (82,4%) og børn (74,7%).

Som tabel 35 viser, så bruger en stor del af trænerne ikke meget tid på at forberede sig. Næsten en tredjedel forbereder sig slet ikke, og en tredjedel bruger 1-10 minutter om ugen.

Sammenligner vi klubber, så ses der en mindre tendens til, at der bruges mindre tid på forberedelse i de små klubber. Til gengæld ses der ikke markante forskelle i forberedelsestiden i forhold til om man træner børn, unge eller voksne. Sammenligningerne er dog baseret på forholdsvis få respondenter, og er derfor kun indikationer.

De fleste trænere (89%) opfordrer deres skytter til at deltage i stævneaktiviteter. Halvdelen bruger ATK-

Bruger du tid på at forberede træningen?	
Nej, jeg bruger ikke tid på forberedelse	31,9%
Ja, 1-10 min. om ugen	33,0%
Ja, 11-20 min. om ugen	12,1%
Ja, 21-30 min. om ugen	4,4%
Ja, mere end 30 min. om ugen	18,7%
I alt	91

Tabel 35: Bruger du tid på at forberede træningen?



bue. Til gengæld er øvelsesbanken meget lidt anvendt: Kun 19,8% af trænerne bruger den. Dette skal formodentlig også forstås ud fra, at kun 38,5% af trænerne kender til øvelsesbanken. Af de 35 trænerne, som kender til øvelsesbanken, er det dog kun 12 (34,3%), som faktisk bruger den. Det kan derfor overvejes, om der er brug for en revidering af øvelsesbanken, eller om øvelsesbanken måske hellere bør henvende sig direkte til skytterne, som netop efterspørger inspirationsmateriale.

Trænere	Ja	Nej	Ved ikke
Opfordrer du dine skytter til at deltage i stævneaktiviteter?	89,0%	8,8%	2,2%
Bruger du ATK-bue?	49,5%	42,9%	7,7%
Bruger du Bueskydning Danmarks øvelsesbank?	19,8%	75,8%	4,4%

Tabel 36: Spørgsmål til trænerne.

### Til overvejelse:

Mange trænerne forbereder sig meget begrænset. Kan forbundet udvikle initiativer, som fokuserer på skytterne og hvordan de bedst rustes til at varetage deres egen træning? Det kunne fx være workshops eller inspirationsmateriale.



## 9.1 Tilfredshed, motivation og udfordringer

Generelt er tilfredsheden høj blandt trænerne og klubledere, og især dommerne er meget tilfredse (tabel 37).

Hvor tilfreds er du med at være...	Træner	Klubleder	Dommer
Meget tilfreds	25,3%	26,5%	54,5%
Tilfreds	59,3%	61,2%	27,3%
Hverken eller	13,2%	12,2%	18,2%
Utilfreds	2,2%	0,0%	0,0%
Meget utilfreds	0,0%	0,0%	0,0%
I alt	91	49	11

Tabel 37: Hvor tilfreds er du med at være...? Træner, klubleder, dommere.

Ser vi på, hvorfor de er blevet trænere, klubledere eller dommere, tegner der sig generelt et billede af, at de er motiveret af:

- Interessen for sporten.
- En interesse for professionen som træner, klubleder eller dommer: De synes, at det lyder spændende, og trænerne kan lide at undervise, og klublederne er interesseret i det strategiske arbejde.
- Nødvendighed: De oplever, at der mangler frivillige, og tit er de også blevet spurgt.
- Samværet.

Træner	Klubleder	Dommer
Fordi bueskydning er min passion (62,6%)	Fordi jeg vil udvikle på klubben og dens aktiviteter (59,2%)	Fordi der manglede dommere (72,7%)
Fordi jeg syntes, at det er spændende (51,6%)	Fordi jeg blev spurgt af klubben, om jeg ville være leder (49%)	Fordi bueskydning er min passion (72,7%)
Fordi der mangler trænere (47,3%)	Fordi jeg kan lide samværet i klubben (49%)	Fordi jeg synes, at det er spændende (63,6%)
Fordi jeg kan lide at undervise (46,2%)	Fordi der mangler en klubleder (44,9%)	Fordi jeg kan lide samværet (45,5%)
For at tiltrække medlemmer til klubben (34,1%)	Fordi bueskydning er min passion (40,8%)	Fordi jeg kan lide at prøve noget nyt og udvikle mig (36,4%)
Fordi jeg gerne kan lide at prøve noget nyt og udvikle mig (31,9%)	For at tiltrække medlemmer til klubben (34,7%)	Fordi jeg blev spurgt af klubben, om jeg ville være dommer (27,3%)
Fordi jeg kan lide samværet på holdet (26,4%)	Fordi jeg kan lide at prøve noget nyt og udvikle mig (34,7%)	For at tjene lidt ekstra (0%)
Fordi jeg blev spurgt af klubben, om jeg ville være træner (23,1%)	Fordi jeg kan lide at lede (18,4%)	Fordi mit eget barn går til stævner (0%)
Fordi mit eget barn går på holdet (7,7%)	Andet? Skriv gerne (8,2%)	Andet? Skriv gerne (18,2%)
For at tjene lidt ekstra (2,2%)	For at tjene lidt ekstra (0%)	
Andet? Skriv gerne (9,9%)		
I alt: 91	I alt: 49	I alt: 11

Tabel 38: *Hvad er de vigtigste grunde til at du er...? Træner, klubleder, dommere.* Flere svar kunne vælges. OBS: Svarmulighederne varierer lidt mellem trænere, dommere og klubledere.

### Til overvejelse:

Analysen viser, at det har en betydning at prikke folk på skulderen og spørge, om de vil være frivillige. Det virker derfor centralt at have en strategi for rekrutteringen af frivillige, så det gøres systematisk og kontinuerligt. Kan man gøre mere for, at klubben i endnu højere grad husker at få prikket medlemmerne på skulderen?



### Dommernes forståelse af deres rolle

Vi har spurgt dommerne, hvordan de ser deres rolle som dommer hos Bueskydning Danmark. Som det fremgår af tabel 39, oplever dommerne at varetage mange roller. Alle dommere oplever, at de skal sikre afvikling af stævner efter reglerne. Derudover svarer 8 ud af 10 også, at det er deres rolle at:

- Have fokus på den gode skytteoplevelse.
- Introducere nye skytter til stævnedeltagelse.
- Sikkerhedsgodkende aktiviteter.

Dommerne har således især fokus på de opgaver, som foregår under selve stævnet. Til gengæld har de færreste dommere fokus på at udvikle og hverve nye domme og sprede kendskab til bueskydning.

Hvordan ser du din rolle som dommer hos Bueskydning Danmark?	I alt
Sikrer afvikling af stævner efter reglerne	100,0%
Har fokus på den gode skytteoplevelse	81,8%
Introducerer nye skytter til stævnedeltagelse	81,8%
Sikkerhedsgodkender aktiviteter	81,8%
Sikrer en god kultur	72,7%
Supporterer klubbens medlemmer med stævnedeltagelse	63,6%
Udvikler skytter imod stævnedeltagelse	54,5%
Spreder kendskab til bueskydning	27,3%
Hverver nye dommere	27,3%
Udvikler nye dommere	18,2%
Jeg varetager ingen af disse roller som dommer	0,0%
I alt	11

Tabel 39: Hvordan ser du din rolle som dommer hos Bueskydning Danmark? Sæt kryds ud for de funktioner, som du mener, at du varetager som dommer. Flere svar kunne angives.

### Især manglen på flere frivillige er en udfordring

Vi har spurgt, hvilke udfordringer de frivillige oplever. Der er ikke tydelige tendenser for dommerne.

For trænerne er udfordringerne især at:

- De oplever at være for få trænere til at varetage for mange skytter.
- De mangler sparringspartnere: både til at spare med, men også fordi de ikke altid selv kan levere et højt nok niveau.
- Der mangler muligheder for fortsat kunne udvikle sig om træner.
- Træningen ikke er organiseret nok.

For klublederne er udfordringerne især at:

- Der mangler frivillige kræfter, både generelt i klubben og en mere aktiv bestyrelse i klubben.
- Bedre samarbejde med Bueskydning Danmark. Det handler bl.a. om behov for inspiration, sparring og større tilgængelighed.

For både klubledere og trænere synes en gennemgående udfordring således at være manglen på andre frivillige. Dette fremgår også i interviewene, hvor manglen på hænder ofte italesættes som et problem. Fx fortæller en klubleder: "Jeg har været formand i en klub i snart 15 år, og jeg kan ikke rigtig se, hvem der skal

afløse mig.” En af de forhenværende skytter, som også var træner, fortæller, at trænerrollen endte med at fylde det hele og tage al tiden fra hendes egen træning, hvilket var med til, at hun mistede motivationen. Den problematik kender flere og som en træner siger:

*”Vi har ikke været så mange trænere, som vi har været og det synes jeg er super ærgerligt, fordi det lægger en større byrde på dem, som er her. Og det vil også sige, at det bliver sværere at træde ind og tage ansvar, fordi man meget let får meget ansvar. Og det er ikke alle, der har lyst til det.”* (Forhenværende skytte og træner)

Det var med til, at hun mistede motivationen. Det italesættes således af flere, at de nuværende frivillige ofte risikerer at blive overbebyrdet, hvilket medfører, at nogle trækker sig. Flere trænere og klubledere fortæller også, at manglen på frivillige medfører, at det er svært at afvikle arrangementer og initiativer, som ligger udenfor træningen. Flere undersøgelser viser, at rekrutteringen af frivillige er et generelt problem i dansk foreningsliv (Mikkelsen & Jensen 2021).

### Online grupper for henholdsvis trænere, klubledere og dommere

Flere frivillige ønsker mere sparring og inspiration. I Norge har forbundet haft gode erfaringer med en facebookgruppe for dommere, hvor man fx kan dele spørgsmål. En dommeransvarlig fra forbundet er en del af gruppen og kan kommentere og eventuelt tage spørgsmål med videre til de internationale forbund. Ville en sådan model være væsentlig for både klubledere, trænere og dommere i Danmark?

## 9.2 Rekruttering af frivillige

I spørgeskemaundersøgelsen har vi spurgt, hvorvidt man har lyst til at bruge (mere) tid som frivillig. Her svarer 41,6% nej. 6 ud af 10 medlemmer er således ikke afvisende overfor at blive frivillig. Af dem som svarer ja, er der størst interesse for at være frivillig til fx sociale arrangementer, ture, stævner eller til træning. Der synes således at være størst interesse for en mere uforpligtende slags frivillighed. Rollen som træner er det næstmest populære.

Har du lyst til at bruge tid som frivillig? Hvis du allerede er frivillig, så svar ud fra, om du har lyst til at bruge mere tid som frivillig.	
Ja, som frivillig ved fx sociale arrangementer, ture, stævner eller træning	30,3%
Ja, som træner	21,3%
Ja, som klubleder	7,5%
Ja, som dommer	5,0%
Nej	41,6%
Ved ikke	21,6%

Tabel 40: Har du lyst til at bruge tid som frivillig? Hvis du allerede er frivillig, så svar ud fra, om du har lyst til at bruge mere tid som frivillig. Flere krydser kan sættes.

Især de 19-24-årige vil gerne bruge mere tid som frivillig. 45,5% i denne aldersgruppe vil gerne være træner, 45,5% vil gerne være frivillig ved fx sociale arrangementer og kun 1 ud 5 er afvisende overfor at være frivillig. Der synes således at være et stort potentiale i at rekruttere fra netop denne aldersgruppe. Dette vil samtidig også kunne give flere skytter en oplevelse af udvikling og af at prøve nyt.

Derudover ses en tendens til, at det især er de medlemmer, som allerede er frivillige, der gerne vil bruge mere tid som frivillig. Således svarer kun 29,8% af de medlemmer, som allerede er træner, klubleder eller dommer, ”nej” til at bruge mere tid som frivillig, hvorimod det gælder 46,2% af de medlemmer som ”kun” er skytter.

Især de store klubber synes at stå overfor et frivillighedsproblem: Her svarer 55,2% nej til at ville bruge mere tid som frivillig.

De skytter, som ikke er motiveret af stævner, er mindre tilbøjelige til at ville være frivillige end dem, som er stævne-motiverede.

De skytter, som har svaret "ja" eller "ved ikke" til at ville være frivillige, er blevet spurgt, hvad der afholder dem fra at bruge mere tid som frivillig. 143 har svaret, og for omkring halvdelen er årsagen, at de mangler tid. Derudover skriver 11, at de gerne vil prioritere deres tid som skytte, og 16 at de allerede bruger tid som frivillig og mangler, at andre også hjælper til. 3 respondenter mangler nærmere information, og 6 skriver, at de ikke kender de andre godt nok og at der ikke gøres nok for at rekruttere frivillige i klubben.

### Til overvejelse

Kan forbundet hjælpe klubberne i at udvikle frivillighedsformater, som er mindre forpligtende og mere fleksible? Kan det fx være:

- Hjælpetrænere/lejlighedsvis kompetencetrænere, som ikke behøvede at tage et længerevarende kursus, og som ikke er forpligtet til at træne hver uge?
- En makkerordning, hvor man som erfaren skytte stod for at introducere en ny skytte til sporten og fællesskabet i en vis periode?

### 9.3 Hvordan kan Bueskydning Danmark være en hjælp?

Udover at der efterspørges hjælp til at rekruttere flere frivillige, omtales der i interviewene også et behov for, at Bueskydning bidrager med at lette det frivillige arbejde. Flere trænere og klubledere fortæller således om, at der er behov for, at forbundet yder assistance i forhold til at give hjælp og vejledning og gøre det lettere for de frivillige at udføre aktiviteter. Klubledere, som har gode erfaringer med at afholde stævner, fortæller, at det fungerer for dem, fordi de nu har fået erfaring med det og ved, hvordan de skal gøre. De understreger også, at der derfor kan være behov for støtte til de klubber, som ikke er vant til at afholde stævner, da det er væsentligt mere krævende, indtil man har fået erfaring og rutine i det.

Begge repræsentanter fra de europæiske forbund fortalte ligeledes, at de så det som en central del af deres arbejde at gøre det frivillige arbejde lettere. Som en repræsentant fra Norges forbund fortæller:

*"Og så er der ift. at arrangere stævner, så har de brug for en god læring i organisering og resultatservice. Det gør jeg. Alle vores klubber er jo frivilligt baseret. Så er det klart, at man har et job ved siden af, og så skal man drive et job til, som man ikke får betaling for. Så det er mit job at gøre det så enkelt som muligt."*

Interviewer: *"Så hvor meget skal du ind og støtte klubben og hjælpe dem?"*

Repræsentant: *"Jeg går ind og hjælper klubben ift. at lave handlingsplaner og lave forløb for, hvordan de klarer det. Men jeg kan jo ikke gå ind og gøre jobbet for dem. Men det er at hjælpe dem på vej."*  
(Repræsentant fra Norges Bueskytteforbund)

Der er dermed brug for hjælp til organisering, handleplan mm., hvis klubberne skal afprøve initiativer, som de ikke er vant til.

Derudover udtrykker nogle trænere og skytter i interviewene også, at der ikke kun er brug for hjælp til det organisatoriske men også det mere praktiske. Nogle oplever således behov for, at der kommer en "udefrakommende" facilitator, som kan være med til at afvikle forskellige sociale arrangementer eller andre initiativer, da der ikke er frivillige kræfter nok i klubben til selv at klare det.

Det er således ikke nok at have mange gode tilbud på hylden i Bueskydning Danmark, hvis der ikke lokalt er hænder til at gribe dem.

## 9.4 Opsummering

- Der er generel høj tilfredshed blandt trænere, dommere og klubledere, og de har ofte frivillige i mange år.
- Trænerne bruger generelt kort tid på at forberede sig: Næsten en tredjedel forbereder sig slet ikke, og en tredjedel bruger 1-10 minutter om ugen.
- Manglen på andre frivillige synes at være en gennemgående udfordring for trænere og klubledere.
- Der ses muligheder for at rekruttere flere frivillige: 6 ud af 10 medlemmer er ikke afvisende overfor at bruge flere timer som frivillig. Potentialet er især stort blandt de 19-24-årige, hvor 8 ud af 10 ikke er afvisende overfor at bruge mere tid.
- Der er næsten ingen frivillige i alderen 13-18 år, og der synes derfor også at være potentiale for at rekruttere flere frivillige her.
- Der er størst interesse for den mere uforpligtende form for frivillighed, hvor man fx er frivillig ved sociale arrangementer, ture, stævner eller træning.
- Tid er den største årsag til ikke at være frivillig.
- Det efterspørges, at forbundet imødekommer frivillighedsproblematikken med at støtte klubberne, når de igangsætter nye initiativer. Denne støtte kan både være i forhold til at lette det organisatoriske og det praktiske arbejde.

### Til overvejelse:

Kan Bueskydning Danmark mindske klubbernes mangel på frivillige ved følgende:

- 1) Hjælpe klubberne til at rekruttere flere ved fx at:
  - At være mere systematisk i deres rekruttering, hvor flere skytter prikkes på skulderen. Her synes især de 19-24-årige at være en vigtig målgruppe.
  - Have fokus på at skabe frivillighedsfunktioner for 13-18-årige.
  - Udtænke frivillighedsfunktioner, som er mere fleksible og mindre forpligtende.
- 2) Bistå klubberne i udførelsen af aktiviteter ved fx at:
  - Lette det organisatoriske arbejde, når nye initiativer igangsættes. Fx med drejebog o. Lign.
  - Lette det praktiske arbejde, når nye initiativer søsættes. Fx ved at ansætte en studentermedhjælper, som kunne bistå klubberne i selve den praktiske afvikling af arrangementerne.
- 3) I udviklingen af initiativer have fokus på, at initiativerne ikke må være for krævende for klubben at udføre.

## 10. Man lærer mere end at sende pile afsted - Bueskydnings transferværdi

For nogle skytter handler deres motivation også om alt det, som bueskydning giver til deres hverdag. At de oplever, at bueskydning kan give dem færdigheder og trivsel, som rækker udover bueskydningsbanen. Flere undersøgelser har vist indikationer på, at udbyttet af fritidsaktiviteter er langt større end selve aktiviteten (Haugegaard & Østergaard 2020; Gaard et al. 2021). Med andre ord: Man lærer langt mere end at sende pile afsted, sparke til bolde eller lave snobrød. I interviewene sætter flere af skytterne ord på, hvordan de gennem bueskydning lærer kompetencer, som også er anvendelige på andre livsarenaer – også kaldet bueskydnings transferværdi. Denne transferværdi virker central at italesætte, både i forhold til at rekruttere flere medlemmer og for at nuværende medlemmer bliver bevidste om bueskydningens bidrag til deres hverdagsliv.

### Øget koncentration

Flere fortæller, hvordan bueskydning kan hjælpe på koncentrationen og især for børn og unge være anvendelig til at forbedre deres skolearbejde:

*”Jeg har haft børn, som har forbedret deres karakterer, og de kan ikke se andre årsager, end at de er blevet gode til bueskydning. For der lærer de jo at koncentrere sig, og de kan se resultaterne gennem at bruge det i skolen. Det gælder jo også nogle voksne.”* (Klubleder)

Denne evne synes især væsentlig i en tid, hvor der er bekymring for vores muligheder og evner til koncentration og fordybelse. Der tales i dag om, at de konstante afbrydelser af notifikationer, sms'er og mails har medført en ”opmærksomhedskrise”, hvor koncentration er blevet en mangelvare (Mehlsen 2020). Måske er bueskydning en del af ”kuren” mod denne krise?

### Mindsker stress

Som beskrevet oplever mange af skytterne et mentalt velvære og afslapning under skydningen. Flere fortæller ligeledes, at skydningen også hjælper dem til at slappe mere af i hverdagen. Som en skytte fortæller:

Interviewer: *”Kunne du mærke, at det gav dig noget i hverdagen med de her pusterum?”*

Skytte: *”Ja! Det gav sindssyg meget. Specielt som stressterapi. Jeg målte det ikke, men jeg tror næsten, at du ville kunne se det på mit blodtryk efter bueskydning og dagen efter. Der var noget afstressende i det. Bare tanken om, at nu skulle jeg ud og fyre nogle pile af. Det gav rigtig meget.”* (Forhenværende, erfaren skytte).

Bueskydning synes således at have et stort afstressende potentiale, og en undersøgelse har vist, at bueskydning kan virke stressreducerende (Aysan 2017). Dette synes særlig relevant i en samtid, som er karakteriseret af høj hastighed og manglende ro – og hvor der ses alarmerende tal for antallet af stressramte danskere (Sundhedsstyrelsen 2022).

### Ro på præstationen

Bueskydning kan også hjælpe til at få mere ro på i forhold til at præstere. En ung pige fortæller:

*”Jeg bruger det på en måde til eksamener og sådan noget. Fordi der var meget fokus på, at det ikke var resultatet, men at det hele kører på et gennemsnit, og nogle dage er man ikke helt skarp, og nogle dage er man rigtig skarp. Og jeg tror, det fokus på, at man ikke altid skal performe på bedst mulig måde, har hjulpet lidt på eksamensangst og bare fremlæggelser i skolen eller et eller andet. Der tror jeg, at min træner også*

*har været god til ofte at sætte mig i et spotlight, hvor jeg skulle stå og skyde foran en hel masse andre, hvor jeg skulle vise, hvordan man gjorde det og det. Det har fået åbnet mig lidt op, fordi jeg ellers var en stærkt introvert, der ikke turde være i fokus, så hjalp det lidt med at man turde stå foran andre og vise frem. Og at man kan det og man behøver ikke være perfekt til det. For det var også ligegyldigt, fordi det var alt sammen øvelse.” (Ung, forhenværende skytte)*

Bueskydning var således medvirkende til, at hun indså, at hun ikke altid behøvede at performe perfekt, og at hun fik en større erfaring med og tryghed ved at stille sig frem og præstere foran andre. Denne evne synes særligt vigtig i en tid, hvor det er nødvendigt at kunne navigere et ”perfektions- og præstationsfund” (Petersen 2016).

### **Andre generationer giver anderledes perspektiver**

Som beskrevet i afsnit 4, synes det tværgenerationelle fællesskab, som bueskydning ofte udgør, at have et særligt potentiale. Samværet på tværs af generationer giver for mange nye perspektiver på deres liv. Dette synes særligt vigtigt i en tid, som er karakteriseret af, at man i lavere grad socialiserer sig med nogen, som har en anden alder end en selv.

## **10.1 Opsummering**

Der findes mange eksempler på, at man til bueskydning lærer værdifulde kompetencer, som kan bruges på mange af livets arenaer. Samtidig synes der netop at være tale om kompetencer, som er blevet en mangelvare i det 21. århundrede. At koncentrere sig, blive afstresset, klare præstationspresset og lære af andre generationer er i høj kurs i det moderne samfund, og det synes derfor afgørende at disse potentialer ved bueskydning i højere grad italesættes.

### **Til overvejelse:**

Kan følgende initiativer skabe en større italesættelse af bueskydningens transferværdi?

- 1) Jævnlig kampagner, som har fokus på en eller flere af ovenstående kompetencer. Man kunne eksempelvis lave videomateriale, hvor transferværdien italesættes, og som promoveres på hjemmesiden, sociale medier og til klubber.
- 2) Hjælpe klubberne til i højere grad at italesætte transferværdien i forbindelse med rekruttering. Man kunne eksempelvis tænke det som en del af Bueskolen eller Buernes dag, at der sættes fokus på potentialet ved bueskydning.
- 3) Hjælpe klubberne til at skabe større bevidsthed om det blandt nuværende medlemmer. Hvis medlemmerne blev mere bevidste om transferværdien, ville det muligvis gøre det sværere at fravælge sporten. Kunne man gøre klubberne mere opmærksomme på kontinuerligt at sætte fokus på dette?



## 11. Opsummering

Rapporten er baseret på to spørgeskemaundersøgelser med svar fra henholdsvis 399 nuværende medlemmer og 53 forhenværende medlemmer samt interviews med henholdsvis 21 nuværende medlemmer, fire forhenværende medlemmer og fem videnspersoner fra danske og europæiske bueskytteforbund. Både skytter, trænere, klubformænd og dommere har medvirket i undersøgelsen. Data fra spørgeskemaundersøgelserne bør læses med det forbehold, at de formodentlig er præget af en overrepræsentation af de mest engagerede medlemmer, da der ses en høj trænings- og frivillighedsfrekvens blandt respondenterne.

I det nedenstående vil vi opsummere rapportens vigtigste pointer.

### Hvorfor starter man til bueskydning?

Man starter oftest til bueskydning, fordi man enten synes, at det lyder spændende, for at slappe af eller for at opleve godt samvær. Derudover er nogle skytter blevet inspireret af venner eller familie, eller fordi de selv har haft mulighed for at prøve at skyde med bue og er blevet fanget af det. Nogle skytter er inspireret af kulturindustrien, jagtmulighederne eller ønsket om en mere enkel livsstil, hvor teknologi fylder mindre.

### Hvordan opleves opstarten?

Blandt de nuværende medlemmer er der generel høj tilfredshed med opstartsperioden: 86% af de nuværende medlemmer er tilfredse. Skytterne angiver dog, at opstarten kan gøres endnu bedre, hvis der bliver taget mere hånd om nye medlemmer bl.a. i forhold til at give mere information og mere introduktion til både det sociale og det tekniske.



### Træningen styres primært af skytten selv

Skytternes træning er i høj grad karakteriseret ved at være selvstyret og fleksibel. Næsten en tredjedel af skytterne følger ikke et hold, men træner udelukkende enten alene eller mødes med andre skytter på eget initiativ. Holdtræningen er ligeledes karakteriseret af individualitet og fleksibilitet, hvor skytterne ofte selv styrer, hvad træningen indeholder og hvornår den finder sted: fx har 3 ud af 10 skytter, som går på hold, ikke en træner, og 9 ud af 10 siger, at de selv styrer deres træning. De 13-18-årige skytters træning er ofte mere struktureret og holdbaseret, men også deres træning er forholdsvis selvstyret. I alt træner kun 45% af skytterne med en træner.

Kvaliteten af træningen hænger potentielt sammen med trænerens forberedelsestid. Her viser undersøgelsen at næsten en tredjedel af trænerne slet ikke forbereder sig, og at en tredjedel bruger 1-10 minutter om ugen.

### Brugertilfredshed

Tilfredsheden er høj blandt de nuværende medlemmer: Mere end 90% er tilfredse med at gå til bueskydning og 92,7% vil fortsætte som medlem til næste sæson.

## Hvad motiveres de af?

Generelt er skytterne især drevet af fire motivationsfaktorer:

- Mentalt velvære - som opleves ved ro og stor koncentration og fokus.
- Autonomi – det er vigtigt for mange skytter selv at styre sin træning. For nogle hænger autonomien sammen med det mentale velvære, da de kan tage træningen i deres eget tempo og ikke mærker samme pres på at præstere.
- Udvikling – selv for de skytter, som ikke er drevet af store stævneambitioner, er det ofte vigtigt, at opleve fremgang og udvikling.
- Socialt samvær.

Skytternes motivation afhænger også af deres alder og erfaring. De unge skytter er meget drevet af deres udvikling og af at få råd og vejledning til dette. Med alderen bliver udvikling mindre vigtigt, men til gengæld vokser ønsket om mental velvære og autonomi. Det sociale er især vigtigt for skytter i teenage- og pensionsalderen. For de uerfarne skytter er råd og vejledning den vigtigste motivationsfaktor. Når skytterne har fået 1-3 års erfaring, lægger de størst vægt på udvikling, og når de har mere end 3 års erfaring, er autonomien det vigtigste for dem.

## Hvordan kan motivationen øges?

Generelt er der god overensstemmelse mellem, hvad skytterne anser som vigtigt for deres motivation, og hvad de oplever til træningen. Der ses dog en tendens til, at nogle skytter oplever ikke at få nok råd og vejledning og at prøve nye ting i det omfang, som de har behov for. Mange af skytterne trives således i de meget selvstyrende rammer, men rammerne kan samtidig for nogle skytter medføre, at de ikke får nødvendig råd og vejledning. Der synes således for nogle skytter at opstå et spændingsfelt mellem ønsket om autonomi og ønsket om udvikling. Denne tendens ses også i interviewene, og synes især at kunne være aktuel for voksne skytter og skytter med 1-3 års erfaring.

Skytterne kunne vælge mellem en række initiativer som supplement til træningen. Her var de mest populære initiativer: inspiration til at udfordre mig selv, mere 3D, mere tid med en træner og fælles mental træning. Skytterne kunne ligeledes vælges mellem initiativer udenfor træningen. Her var de mest populære initiativer forskellige typer af workshops og uformelle stævner.

Der ses således indikationer på, at skytterne generelt trives godt i de fleksible og selvstyrende rammer, men at rammerne kan medføre, at man mangler mere råd og vejledning samt at få nye oplevelser. Der synes således at være efterspørgsel på initiativer, som kan give skytterne ny viden og inputs, men som ikke fjerner deres autonomi.

Derudover peger analysen på, at der er behov for at have fokus på:

- At bueskydning er differentieret i forskellige buetyper og interesser. Derfor kan nogle skytter opleve ikke at have nogen i klubben at sparre og dele sin interesse med.
- At det kan være udfordrende for små klubber at rekruttere børn og unge, og store klubber kan være udfordret i forhold til at tilfredsstille og engagere deres medlemmer.
- At faciliteter og alt det andet udenom træningen er vigtigt for at skabe et positivt helhedsindtryk af tilbuddet.

- At udvikle initiativer, som er målrettet specifikke målgrupper i forhold til, hvad der motiverer dem, og hvilke indsatses de er interesseret i.

## Stævner

Dem, som deltager i stævnerne, kan generelt godt lide at deltage, og især er tilfredsheden høj for 3D-stævner. Ser vi på skytterne, som ikke har deltaget i stævner, ses der potentiale for at rekruttere flere stævnedeltager: 2 ud 3 af de ikke-stævneaktive skytter er ikke afvisende overfor at deltage i et stævne i fremtiden. Især skytterne, som har under et års erfaring, er åbne overfor at deltage.

Den hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke føler sig dygtig nok. Det gælder især nybegynderne, men det er værd at bemærke, at manglende dygtighed også er en årsag til ikke at deltage i stævner for 24,3% af de ikke-stævneaktive skytter med 1-3 års erfaring og 21,3% af de ikke-stævneaktive skytter med mere end 3 års erfaring. Analysen viser generelt indikationer på, at der kan være behov for at udbyde stævner, hvor niveauet og præstationspresset er lavere, og hvor mindre erfarne skytter kan deltage. Som tidligere nævnt er alternative stævner ligeledes blandt de mere efterspurgte initiativer.

Det er dog også en væsentlig pointe, at den næst hyppigste årsag til ikke at deltage i stævner er, at man ikke har lyst til at konkurrere. Dette stemmer overens med, at mange af de ikke-stævneaktive skytter angiver, at stævnedeltagelse ikke er vigtigt for deres motivation. Der synes således også at være behov for at tænke i tilbud, som ikke bærer præg af konkurrence.

De skytter, som ikke er motiveret af stævner, og som ofte kaldes "hyggeskytter", er ligesom andre skytter også drevet af autonomi, mentalt velvære, udvikling og socialt samvær. Hyggen er således vigtig for dem, men de ønsker ofte også at udvikle sig – dog i et roligt tempo med begrænsede ambitioner og hvor deres udvikling ikke bliver et "præstationsprojekt".

## Manglende tilfredshed og overvejelser om at stoppe

Analysen af medlemmer, som er mindre tilfredse eller overvejer at stoppe til bueskydning, er baseret på meget få respondenter, og der er derfor kun tale om indikationer. Analysen viser tegn på, at antal årserfaring, måden man træner på (træningsfrekvens, alene vs. på hold, at have en træner), klubstørrelse, alder og stævne motivation kan have betydning for tilfredshed og/eller overvejelser om at stoppe. Derudover ses indikationer på, at bueskydningens meget individualistiske og fleksible rammer for nogle medlemmer kan medføre, at de ikke oplever et tilfredsstillende fællesskab og ikke får den vejledning, de har brug for - hvilket kan medføre manglende tilfredshed og overvejelser om at stoppe. Mere praktiske forhold som mangel på tid, tilgængelighed og at flytte er dog også væsentlige forhold.

## Fravalg af bueskydning

De mest almindelige årsager til at fravælge bueskydning er:

- 1) Tidsfaktor – at bueskydning fravælges for at prioritere andre aktiviteter. Det betyder, at bueskydning ikke formår at klare sig i konkurrencen mod andre tilbud.
- 2) Manglende socialt samvær og fællesskab: Der ses generelt indikationer på, at fravalget for nogle handler om, at de ikke trives i den meget selvstrukturerede træning. Dette ses bl.a. ved, at forhenværende

medlemmer især er motiveret af at få råd og vejledning samt at det manglende sociale samvær for nogle har været årsagen til at stoppe.

3) At flytte: Transitionsperioder kan generelt udgøre sårbare perioder, hvor fritidsaktiviteter vælges fra.

### Frivillighed

Manglen på andre frivillige synes at være en gennemgående udfordring for trænere og klubledere. Analysen viser dog muligheder for at rekruttere flere frivillige: 6 ud af 10 medlemmer er ikke afvisende overfor at bruge flere timer som frivillig. Potentialet er især stort blandt de 19-24-årige, hvor 8 ud af 10 ikke er afvisende overfor at bruge mere tid. Derudover er der næsten ingen frivillige i alderen 13-18 år, og der synes derfor også at være mulighed for at rekruttere flere frivillige her.

Der er størst interesse for den mere uforpligtende form for frivillighed, hvor man fx er frivillig ved sociale arrangementer, ture, stævner eller træning, hvilket formodentlig også hænger sammen med, at manglen på tid er den største årsag til ikke at være frivillig.

Det efterspørges, at forbundet imødekommer frivillighedsproblematikken ved at støtte klubberne, når de igangsætter nye initiativer. Denne støtte kan både være i forhold til at lette det organisatoriske og det praktiske arbejde.

### Transferværdi

Rapporten viser, at man til bueskydning lærer værdifulde kompetencer, som rækker ud over at skyde til måls, men som også kan bruges på mange andre af livets arenaer. Det handler fx om: øget koncentrationsevne, at blive afstresset, klare præstationspres og at lære af andre generationer. Der synes således at være tale om kompetencer, som er i høj kurs for at klare sig i det 21. århundrede. Det synes derfor afgørende at disse potentialer ved bueskydning i højere grad italesættes.

### Anbefalinger

I følgende vil vi på baggrund af rapportens fund skitsere en række anbefalinger i forhold til at rekruttere flere medlemmer samt at øge motivationen blandt de nuværende medlemmer.



## 12. anbefalinger

### 12.1 anbefalinger til at øge motivation for nuværende medlemmer

#### 1. Introduktion til nye skytter

Det anbefales, at forbundet i endnu højere grad fokuserer på opstarten af nye medlemmer, så endnu flere skytter oplever at blive introduceret til både det det buetekniske, klublivet og det sociale fællesskab. Det kan fx overvejes, hvordan Bueskolen kan udbredes til endnu flere klubber, og hvad alternativet kan være for de mindre klubber, der ikke har kapaciteten til at lave Bueskole. Der kan fx tænkes i, at Bueskolen også bliver et online tilbud, som nybegyndere selv kan tilgå.

#### 2. Fortsæt fokusset på 3D

Der synes fortsat at være stor interesse i 3D-skydning, og derudover ses der indikationer på, at 3D-skydning kan tiltrække en anden gruppe af skytter end skiveskydning. Det anbefales derfor, at forbundet fortsætter med også at have fokus på denne del af bueskydning.

#### 3. Aktiviteter som styrker skytternes udvikling

Nogle skytter synes at stå i et spændingsfelt mellem ønsket om autonomi og ønsket om udvikling. De trives i de meget selvstyrende rammer, men når man er sin "egen" træner, kan det være svært at få nok sparring til at udvikle sig. Denne problematik synes især at være aktuel blandt de voksne skytter og skytter med mere end et års erfaring. Det anbefales derfor, at forbundet tilbyder aktiviteter, som kan styrke skytternes udvikling, men uden at de mister deres autonomi. Det kan fx være:

- Besøg af en træner udefra.
- Inspirationsmateriale i form af videoer. Her ville det være centralt at tænke i videoer, som kunne udbyde noget, der ikke allerede er på markedet.
- Workshops.

#### 4. Fokus på mentalt velvære og autonomi

Udover udvikling er skytter især motiveret af mentalt velvære og autonomi. Disse motivationsfaktorer bør derfor generelt være i fokus, når nye initiativer udtænkes.

#### 5. Tilbud uden konkurrenceelementer

En væsentlig andel af skyterne er ikke motiveret af konkurrence og stævnedeltagelse, og viser ligeledes heller ikke stor interesse for alternative stævneformer. Det anbefales derfor forbundet at udbyde initiativer, som ikke er konkurrenceorienterede. Til denne gruppe anbefales det, at initiativerne har fokus på fx mentalt velvære, naturoplevelser eller udvikling (i et roligt tempo). Det kunne fx være i form af workshops, trænerbesøg eller inspirationsmateriale.

#### 6. Alternative stævner har et potentiale

Mangel på dygtighed er den mest almindelige årsag til ikke at deltage i stævner, og rapporten viser indikationer på, at nogle skytter oplever, at det er for svært og intimiderende at deltage i stævner. Der synes

således at være et potentiale i også at tilbyde mere alternative stævner, hvor skytter på et lavere niveau og med mindre erfaring lettere kan deltage. Alternative stævner var ligeledes et forholdsvist populært initiativ blandt skytterne. Man bør dog være bevidst om, at en væsentlig andel af skytterne, som ikke deltager i stævne, ikke er motiveret af konkurrence, og de alternative stævner vil derfor formodentlig ikke appellere til alle. Derudover bør det understreges, at de skytter, som deltager i de nuværende stævner, generelt er tilfredse, og det er derfor også væsentligt at bevare nogle af stævnerne i deres oprindelige form.

## **7. Små og store klubber har forskellige udfordringer**

Det kan være en udfordring for de små klubber at rekruttere børn og unge. Det anbefales derfor, at forbundet støtter de små klubber i deres rekruttering af børn og unge (se uddybelse i nedenstående afsnit om rekruttering).

De store klubber synes at være mere udfordret i forhold til tilfredsheden og engagementet blandt medlemmer. Selvom klubberne tiltrækker mange medlemmer, anbefales det derfor også, at forbundet er opmærksom på, hvilke udfordringer disse klubber står overfor.

## **8. Etablér online fællesskaber**

Der er nichegrupper i bueskydning, og fordi det er en mindre sport, kan det være svært at finde ligesindede. Det anbefales derfor, at forbundet etablerer online fællesskaber, som kan fungere som en platform for inspiration, vidensdeling og netværk. Grupperne kunne være for:

- Lokale kredse for børn og unge.
- Buetyper (især langbue).
- Trænere, klubledere og dommere.

## **9. Bueskydning som en holdsport**

De nuværende skytter giver generelt udtryk for at trives i de fleksible og selvstyrende rammer til bueskydning. Men rapporten viser indikationer på, at nogle vælger sporten fra grundet disse rammer. Det anbefales derfor, at der igangsættes en forsøgsordning i en stor klub, hvor bueskydning tilbydes i et mere struktureret og holdbaseret format. I dette tilbud ville medlemmer træne på et hold i et fast ugentligt tidsrum med en træner og med træningsprogram og fælles øvelser. Tilbuddet ville henvende sig til potentielle skytter, som især vægter det sociale og udviklingsdelen højt, og hvor autonomien spiller en mindre rolle. Formålet med dette tilbud ville være at tiltrække medlemmer, som ikke passer ind i træningens nuværende form, og dermed potentielt kunne udvide medlemsantallet.

## **10. Imødekom frivillighedsudfordringen**

Rapporten viser, at bueskydningen ligesom meget andet foreningsliv er udfordret på frivillige hænder. Det anbefales at forbundet igangsætter initiativer, som hjælper klubberne til at:

- Rekruttere flere frivillige blandt yngre medlemmer (13-24 år). Der synes især blandt disse medlemmer at være potentiale for at øge antallet af frivillige, og derudover kan det bidrage til, at færre vælger sporten fra, da frivillighed og mere ansvar også er en måde at opleve udvikling på.
- Udtænke frivillighedsfunktioner som er mere fleksible og mindre forpligtende.

## 11. Italesæt transferværdien og det "unikke" ved bueskydning

Rapporten beskriver, at man til bueskydning kan lære kompetencer, som er vigtige på mange af livets andre arenaer som fx afstresning, mindre præstationspres og øget koncentrationsevne. En italesættelse af dette vil både være centralt i forhold til rekruttering af nye medlemmer samt at øge engagementet hos nuværende medlemmer, da italesættelsen vil hjælpe til at tydeliggøre udbyttet af bueskydning.



## 12.2 Rekrutteringsforslag

I dette afsnit præsenteres en række forslag til at øge rekrutteringen af nye medlemmerne. Ideerne er især baseret på pointer fra interviewene.

### Udbyd prøveelektioner

Konsulenten fra Norges Bueskytteforbund havde gode erfaringer med "Try Archery", som er et koncept, der er lanceret fra World Excellence Archery Center. Her udbydes der en mulighed for at prøve bueskydning for et vist beløb. Således er der mulighed for at skabe en mindre indtægt på, at mange gerne vil prøve bueskydning og samtidig at få introduceret flere til sporten.

### Støt de små klubber i rekruttering af børn og unge

Det opleves som en udfordring for mange mindre klubber at rekruttere børn og unge. Det kunne fx handle om:

- 1) At hjælpe de små klubber til at igangsætte et rekrutteringsprojekt, hvor der etableres et børne- og ungdomshold med en træner i en prøveperiode, samtidig med at der igangsættes målrettede rekrutteringsindsatser på fx skoler og andre fritidsarenaer, og at der reklameres i forskellige medier. Her ville forbundet være nødt til at hjælpe klubberne i udtænkningen og muligvis også i dele af udførelsen af et sådan rekrutteringsprojekt.
- 2) Lave fællesskaber for børn og unge på tværs af klubber i samme landsdel. Forbundet ville fx kunne etablere online fællesskaber for børn og unge i klubber i samme landsdel, hvor de ville kunne vidensdele og etablere kontakt sammen. Det vil dog være centralt, at disse online fællesskaber er forankret i fysiske samlings hver kvartal, som forbundet hjælper med at afholde.

## Italesæt bueskydnings unikke potentialer

I nedenstående vil vi beskrive en række parametre, som er forholdsvis unikke for bueskydning, og som samtidig taler ind i mange menneskers behov i det 21. århundrede. Ved at italesætte disse fordele ved bueskydning, er der mulighed for at rekruttere flere medlemmer.

### 1. Muligheden for at være nybegynder som voksen

*”Det er også fedt, at det også er en voksensport, for det er sgu ikke så tit, at man kan starte til noget som voksen. Så det har været rigtigt godt.”* (Skytte, under 1 års erfaring)

Et par af interviewpersonerne understregede, at bueskydning er noget særegent i forhold til, at man kan starte til sporten som voksen uden at have tidligere erfaring. I mange andre sportsgrene er der ikke nybegynderhold for voksne, og det forventes, at du har erfaring fra dine barndoms- eller teenageår.

I forlængelse af ovenstående pointe om, at det er muligt at starte som voksen, synes det også væsentligt at italesætte, at sporten sagtens kan dyrkes på et hobbyniveau og uden de store ambitioner. Som en skytte fortæller:

*”Jeg tror for det første, at man skulle være bedre til at reklamere for, at det rent faktisk kan lade sig gøre at gøre det på hyggeniveau. For jeg tror, at der er rigtig mange kvinder i min alder, som ville synes, at det var en fed sport at gå til, men hvor man tænker, at det er meget konkurrencepræget. Jeg tror måske, at det skal brandes lidt bedre i dag.”* (Forhenværende skytte og træner)

Til tider kan fokus især ligge på de skytter, som er meget dygtige og klarer sig godt, men for at potentielle ”hyggeskytter” også skal kunne se sig selv i sporten, er det væsentligt at italesætte, at bueskydning kan være et frirum, hvor man hygger sig og slapper af uden de store ambitioner.

### 2. Føler du dig stresset? Så start til bueskydning! – Italesæt transferværdien

Man lærer langt mere til bueskydning end at sende pile afsted. Øget koncentrationsevne, modet til at performe foran andre og afstresning er vigtige kompetencer, som kan bruges på mange andre arenaer end bueskydning. At italesætte disse potentialer ved bueskydning synes helt centralt for videre rekruttering. I afsnit 10 er den potentielle transferværdi for bueskydning beskrevet nærmere.

### 3. Ønsket om en mere enkel livsstil

Generelt ses der tendenser til, at danskere i dag søger aktiviteter, som står i kontrast til det moderne livs høje hastighed og teknologi, og som i stedet er mere basale og primitive. Dette ønske om at komme ”tilbage til rødderne” kan bueskydning med fordel tale ind. En række af skytterne italesatte netop, at det basale og primitive ved bueskydning i høj grad var med til at vække deres interesse for sporten.

### 4. Bueskydning er en familiesport

Bueskydning adskiller sig fra mange andre sportsgrene ved, at der er gode muligheder for at træne sammen med sine familie. I en tid, hvor man som forælder kan føle, at ens børn lever i en fremmed digital verden og at der mangler et fælles tredje (Gaard m.fl. 2021), er det helt oplagt, at forbundet i højere grad italesætter denne mulighed i sporten.



### **5. Brug kulturindustrien**

Kulturindustrien reklamerer i høj grad for bueskydning. Bueskydning optræder i både film, spil og bøger, og det kan derfor overvejes, hvordan man kan tale ind i det univers, for især at ramme den yngre målgruppe. Der har allerede været gode eksempler på, hvordan bueskydning har kunnet bruge kulturindustrien til at rekruttere flere medlemmer. Der synes at være behov for igen at undersøge, hvilke kulturprodukter, den nye generation spejler sig i, og hvordan disse kan bruges i rekrutteringen. Fx:

- Kan man skabe opmærksomhed på bueskydning igennem den nye Avatar-film?
- Ville man kunne besøge en esports-klub, som spiller World of Warcraft?

### **6. Flere og flere tiltrækkes af fleksible idrætter**

De seneste år har vist en tydelig tendens til, at danskere i stigende grad efterspørger fleksible former for bevægelse. Andelen som dyrker selvorganiseret sport er steget, og fitnesscentrene lever højt på deres fleksibilitet. I en travl hverdag oplever mange voksne at have behov for en hobby, som ikke er for rigid, og netop dét kan bueskydning tilbyde. Det vil derfor være oplagt at skabe større opmærksomhed på fleksibiliteten i bueskydning.

## 13. Sådan har vi gjort – Metode og data

Rapporten er baseret på to spørgeskemaundersøgelser og en række interviews:

- En spørgeskemaundersøgelse besvaret af 399 nuværende bueskytter, trænere, dommere og klubledere.
- En spørgeskemaundersøgelse besvaret af 53 forhenværende bueskytter, trænere, dommere og klubledere.
- Interviews med 21 nuværende bueskytter, hvor fem også er trænere og tre er klubformænd.
- Interviews med fire forhenværende bueskytter hvoraf en var tidligere træner.
- Interviews med fem videnspersoner fra danske og europæiske bueskytteforbund.

I følgende vil vi give en nærmere introduktion til, hvem der har deltaget i spørgeskemaundersøgelserne og interviewene samt en række metodiske opmærksomhedspunkter.

### Hvem har deltaget?

#### Spørgeskemaundersøgelsen for nuværende medlemmer

Vi vil kort præsentere de 399 bueskytter, som har deltaget i spørgeskemaet for nuværende medlemmer.

#### Køn og alder

Undersøgelsen er baseret på flere mænd (71%) end kvinder (28%). Dette stemmer overens med, at bueskydning har flere mandlige end kvindelige medlemmer. Fire respondenter har angivet "andet" som køn. Grundet det lille antal undlades disse fire respondenter, når der i analysen undersøges kønsforskelle.

I tabel 41 ses aldersfordelingen af respondenterne. Den hyppigste aldersgruppe er 40-59 år, hvilket gælder for 40,1% af respondenterne. Flere af aldersgrupperne slås sammen, når vi sammenligner aldersgrupperne med hinanden i analysen. De 13-18-årige og 19-24-årige slås dog ikke sammen, da der synes at være markante forskelle på de to livssituationer. Læseren bør derfor være opmærksom på, at i sammenligninger af aldersgrupper, beror analyserne på kun 50 skytter i alderen 13-18 år og 33 i alderen 19-34 år.

Hvad er din alder?	Procent	Antal
13-18 år	12,5%	50
19-24 år	8,3%	33
25-39 år	15,0%	60
40-59 år	40,1%	160
60-69 år	18,0%	72
70 år og derefter	6,0%	24

Tabel 41: *Hvad er din alder?*

Der ses en sammenhæng mellem køn og alder (tabel 42). Kvinderne i undersøgelsen er generelt yngre end mændene. Det vil sige, at kvinderne udgør 65% i aldersgruppen for de 13-18-årige, men ligger mellem 21-25% for udøvere over 24 år. Tendensen til, at andelen af kvindelige medlemmer falder med alderen, ses også i Bueskydning Danmarks medlemstal. Denne undersøgelse har dog en overrepræsentation af yngre kvinder, da kvinder i alderen 0-18 år kun udgør 42% af udøverne i de landsdækkende medlemstal. Læseren bør være opmærksom på sammenhængen mellem alder og køn, da det gør svært at sige, hvorvidt forskelle mellem køn og aldersgrupper skyldes alder, køn eller begge dele. Generelt i analysen ses der dog en tendens til, at forskellene er mere markante mellem aldersgrupper fremfor mellem køn.

Køn	13-18 år	19-24 år	25-39 år	40-59 år	60-69 år	70 år og derefter
Kvinde	64,6%	40,6%	25,4%	20,6%	20,8%	25,0%
Mand	35,4%	59,4%	74,6%	79,4%	79,2%	75,0%

Tabel 42: Køn Krydset med: Alder

### **Medlemstype**

392 (98%) af respondenterne er selv skytte.

91 (23%) af respondenterne er træner.

49 (12%) af respondenterne er klubleder.

11 (3%) af respondenterne er dommere.

Da antallet af trænere og især klubledere og dommere er forholdsvis lavt, har det kun i begrænset omfang været muligt at lave sammenligninger på fx alder, køn osv. på disse medlemstyper.

28% af respondenterne er frivillige som enten træner, klubleder eller dommer. Dette bør formodentlig ikke ses som værende repræsentativt for Bueskydning Danmarks medlemmer, men derimod forstås ud fra, at det ofte især er de meget engagerede medlemmer, som besvarer spørgeskemaundersøgelser. I læsningen af rapportens resultater er det derfor centralt at tage højde for, at undersøgelsen formodentlig er overrepræsenteret af de mest engagerede medlemmer.

Mænd er lidt højere grad end kvinder frivillige, hvilket formodentlig hænger sammen med den tidligere beskrevne aldersforskel, da det især er medlemmer over 18 år, som er frivillige.

### **Klubstørrelse**

24% af respondenterne er fra en lille klub på 2-29 medlemmer.

51% af respondenterne er fra en mellemstor klub på mellem 30-79 medlemmer.

24% af respondenterne er fra en stor klub på over 80 medlemmer.

### **Geografi**

54,4% er fra Jylland.

35,6% er fra Sjælland.

9,3% er fra Fyn.

Der ses en sammenhæng mellem klubstørrelse og geografi: 37% af respondenterne på Sjælland er fra en stor klub, hvorimod det gælder 20% i Jylland og ingen på Fyn.

Der er sammenhæng mellem træningshyppighed og geografi.

### **Buetype**

34% skyder med recurve.

30% skyder med compound.

16% skyder med barbue.

19% skyder med langbue.

Der ses sammenhænge mellem alder og buetyper. Recurve er især populært blandt de 13-18-årige, hvor 58% skyder med denne bue. Interessen for langbue stiger med alderen: 39% af respondenterne over 69 år skyder med langbue.

### **Spørgeskemaundersøgelsen for forhenværende medlemmer**

Denne spørgeskemaundersøgelse er sendt til bueskytter, trænere, klubledere og dommere, som er stoppet som medlemmer indenfor det sidste år. Fordelingen i forhold til alder, køn og medlemstype ligner fordelingen for respondenter i undersøgelsen af nuværende medlemmer.

Analysen vil primært lægge vægt på interviewene og besvarelserne fra nuværende medlemmer.

### **Interviews**

Interviewpersonerne er rekrutteret således, at der er sikret en spredning i forhold til alder, køn, buetyper, klubstørrelse og geografisk kontekst.

### **Opsummering:**

399 nuværende medlemmer har besvaret spørgeskemaet. Bueskydning Danmark skønner at have lidt over 3000 medlemmer, og mere end hvert 10. medlem har således besvaret spørgeskemaet. Dette medfører, at undersøgelsens data har en betydelig tyngde i forhold til at kunne sige noget generelt om Bueskydning Danmarks medlemmer. Læseren bør dog især være opmærksom på følgende:

- At undersøgelsen formodentlig er overrepræsenteret af de mest engagerede bueskytter.
- At der er en sammenhæng mellem alder og køn, som kan gøre det svært at bedømme, hvorvidt eventuelle forskelle skyldes køn, alder eller begge dele.
- At det ikke er muligt at lave større statistiske beregninger, og derfor bør eventuelle sammenhænge og sammenligninger generelt læses med varsomhed.

Udover de kvantitative data hviler undersøgelsen også på interviews med 30 personer. Disse interviews bidrager til at nuancere, validere og supplere de fund, som spørgeskemaundersøgelserne viser.

## 14. Litteraturliste

Archerhy GB (2021): *Archery GB: Customer Satisfaction Results*. Ragdoll.

Archery UK (2022): *How to build a junior archery club*. Spring 2022. Archery UK Magazine.

Arnth, K. (2021): *Ekspert: Sådan styrker du motivationen*. DGI.

<https://www.dgi.dk/esport/esport/artikler/ekspert-saadan-styrker-du-motivationen>

Aysan, H. A., (2017) *The Effects of Archery as a Sports Branch on Coping with Stress*. Studies on Ethno-Medicine Volume 10, 2016 - Issue 1 <https://doi.org/10.1080/09735070.2016.11905469>

Bugge, N., Jensen, A. E., & S. Østergaard (2021). *Fritidslivet for 3.-6. klasse – En rapport om trivsel, omvalg og fællesskaber*. Rapport udarbejdet for Mary Fonden. Center for Ungdomsstudier, Frederiksberg: Ungdomsanalyse

Gaard, A., Bugge, N. P. & S. Østergaard (2021): *"Der sker hele tiden noget. Det gør der bare..." En undersøgelse med fokus på Generation Alpha: fritid, forældre og fællesskab*. 1. udgave, 1. oplag, Center for Ungdomsstudier. Frederiksberg: Ungdomsanalyse

Jessen, N. D. & S. Østergaard. 2015: *De bedste redskaber er mennesker, der er til stede – en undersøgelse af trivsel blandt 9-16-årige i idrætslivet*. Rapport udarbejdet for Mary Fonden. Center for Ungdomsstudier, Frederiksberg: Ungdomsanalyse

Mehlsen, C. (2020): *Homo futura- 7 kompetencer til en bedre fremtid*. Dafolo: Frederikshavn

Mikkelsen, P. F. & F. O. Jensen (2021): *De frivillige hænder bliver væk i flere foreninger*. DR. 24.12.2021 <https://www.dr.dk/nyheder/indland/de-frivillige-haender-bliver-vaek-i-flere-foreninger>

Petersen, A. (2016): *Præstationssamfundet*. 1. udgave. København: Hans Reitzels Forlag

Ravn, I. (2021): *Selvbestemmelsesteorien*. 1. udgave, 2. oplag. København: Hans Reitzels Forlag

Rosa, H. (2014): *Fremmedgørelse og acceleration*. 1. udgave, 1. oplag. København: Hans Reitzels Forlag

SDU (2020): *Det kvalitative forstudie i "Danmark i bevægelse"*. Odense: Syddansk Universitet

Sundhedsstyrelsen (2022): *Danskernes sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2021* København: Sundhedsstyrelsen

Toft, N. M. & S. M. Y. Hougaard (2022): *Faciliteters betydning for unges idrætsdeltagelse og oplevelser i idrætten*. Center for Ungdomsstudier. Frederiksberg: Ungdomsanalyse