

# Gründe für sportliche Aktivität versus Inaktivität der Baselstädtischen Bevölkerung 1988

Andreas Bodenmann<sup>1</sup>, Ursula Ackermann-Liebrich<sup>1</sup>, Rolf Ehram<sup>2</sup>, Bernard Marti<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel

<sup>2</sup> Institut für Sport der Universität Basel

<sup>3</sup> Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich

In den vergangenen 30 Jahren ist der Einfluss des Sporttreibens auf die Gesundheit eingehender untersucht worden. Insbesondere wurde der Beziehung zwischen physischer Aktivität und koronarer Herzkrankheit Aufmerksamkeit geschenkt. Dabei zeigte sich in der Mehrzahl der epidemiologischen Prospektivstudien, dass sportlich aktive Männer im Vergleich zu den inaktiven ein um etwa die Hälfte vermindertes Risiko letaler Myokardinfarkte aufwiesen [1–4]. Für Frauen ist eine günstige Wirkung des Sporttreibens auf die Inzidenz von Myokardinfarkten zwar etwas weniger gut belegt, jedoch als wahrscheinlich anzunehmen. Positive Auswirkungen der körperlichen Aktivität auf Glukosetoleranz, Kolonkarzinomrisiko, chronische Lumbago und Psyche sind ebenfalls beschrieben worden [5–8]. Die Lebenserwartung physisch aktiver Personen liegt etwa um zwei Jahre höher als diejenige inaktiver [9, 10].

Diesen günstigen Effekten körperlicher Betätigung stehen gewisse Risiken gegenüber, vor allem Verletzungen des Bewegungsapparates, die bis anhin noch vergleichsweise wenig epidemiologisch untersucht worden sind. Gleichwohl kann heute aus präventivmedizinischer Sicht eine regelmässige sportliche Aktivität von ein bis zwei Wochenstunden der Bevölkerung allgemein empfohlen werden [11, 12].

Um den Sport in der Bevölkerung effizienter fördern zu können, sollte man wissen, warum jemand Sport treibt oder nicht. Auch für die Beurteilung der «Adhärenz» oder «Compliance» mit Trainingsprogrammen sowie von Trends im Sport ist die Kenntnis der Beweggründe wichtig [13]. In der Schweiz wie auch in den USA hat die sportliche Aktivität während der letzten 10–15 Jahre zugenommen [14, 15], und es wäre interessant, die Gründe dafür zu erfahren.

Als Vorbereitung für ein kantonales Präventionsprogramm diente die vorliegende Erhebung dazu, die (bewussten) Gründe für sportliche Aktivität bzw Nichtsporttreiben gesamthaft und in einzelnen Bevölkerungsgruppen zu analysieren.

## Methode

Die vorliegenden Daten stammen aus einer Ausgangserhebung für ein Basler Gesundheitsprojekt, in welcher die Rauchgewohnheiten, das Körpergewicht, die

aktuelle physische Aktivität und die Motive zum (Nicht)Sporttreiben erfasst wurden. Für diesen Zweck wurde eine zufällige Stichprobe von 962 Einwohnern im Alter zwischen 16–75 Jahren (exkl türkische Staatsangehörige) aus dem Einwohnerregister des Kantons Basel-Stadt gezogen. Die Befragung erfolgte telefonisch vom Juni bis Oktober 1988. Im Interview wurden die Teilnehmer über ihre sportliche Aktivität (Sportart und -häufigkeit) befragt. Diejenigen, die angaben, sie seien in der Freizeit nie oder höchstens einmal im Monat sportlich aktiv, wurden nach dem Grund, warum sie nicht oder kaum Sport trieben, befragt. Die sportlich Aktiven (mehr als einmal im Monat Sport) mussten ihrerseits den Grund für ihre sportliche Aktivität angeben. Wichtig ist, dass die Fragen offen formuliert waren.

Erst bei der Auswertung wurde eine Klassierung der erteilten Antworten vorgenommen. Dabei liessen sich die häufigsten, sinngemäss gleichen Antworten in acht Kategorien (Gründe des Sporttreibens) resp. sechs Kategorien (Gründe des Nichtsporttreibens) zusammenfassen. Wenn immer möglich wurden die Bezeichnungen der Kategorien so gewählt, dass sie mit den Antworten der Probanden wörtlich übereinstimmten. Seltene und unklare Gründe wurden der Kategorie «Andere Gründe» zugeordnet. Für Antworten wie: «Ich habe gute Kollegen im Verein», oder «ich möchte nicht alleine sein» wurde eine Kategorie «Soziale Gründe», und für Antworten wie: «Ich mag nicht mehr, ich bin zu alt» eine Kategorie «Altersgründe» geschaffen.

Um mögliche soziale Unterschiede analysieren zu können, wurden aufgrund der Anzahl Schuljahre und des höchsten Berufsabschlusses drei Bildungsschichten geschaffen. Übergewicht wurde in Analogie zur MONICA-Studie Schweiz definiert (Körpermassenindex, Männer:  $\geq 27,8 \text{ kg/m}^2$ , Frauen:  $\geq 27,3 \text{ kg/m}^2$ , [16]. Die hier verwendeten Sportintensitätsklassen sind wie folgt charakterisiert: Nichtsporttreibende wurden der Kategorie «kein Sport» zugeordnet; Sporttreibende wurden – je nachdem, wie häufig und welche Sportart sie trieben – in drei gleich grosse Gruppen eingeteilt («wenig Sport», «mässig Sport» und «viel Sport»). Die dabei berücksichtigte individuelle Sportleistung entspricht der Summe der Produkte aus der

Häufigkeit der praktizierten Sportart und dem Energieverbrauch für dieselbe (in METS; 1 MET entspricht dem Energieverbrauch in Ruhe). Dafür ein Beispiel: Für einen Probanden, der je einmal in der Woche Tennis spielt und Wandern geht, ergibt sich folgende Sportleistung:

$$(5 \text{ METS} \times 4) + (3 \text{ METS} \times 4) = 32 \text{ Punkte}$$

(5 METS für Tennis als mittelschwer eingestufte Sportart und 3 METS für Wandern als leicht eingestufte Sportart; wöchentliches Sporttreiben ergibt auf der für diese Studie verwendeten Häufigkeitsskala 4 Punkte). Die Einstufung der Sportarten nach Intensität stützte sich dabei auf Angaben der Literatur [17-18].

Tab. 1. Soziodemographische Charakteristika der Studienteilnehmer

Soziodemographische Variable		Häufigkeit	
		N	%
Alter (Jahre)	16-35	289	37.1
	36-55	283	36.4
	56-75	206	26.5
	Total	778	100
Geschlecht	männlich	388	49.9
	weiblich	390	50.1
	Total	778	100
Nationalität	Schweiz	607	78.0
	Ausland	171	22.0
	Total	778	100
Bildungsschicht	obere	83	11.7
	mittlere	432	60.8
	untere	196	27.6
	Total	711	100

Von den insgesamt 962 für die Studie ausgewählten Probanden nahmen 778 (80,9%) an der Studie teil; 86 Personen (8,9%) waren nicht erreichbar und 98 (10,2%) verweigerten das Interview. Das Kollektiv der Teilnehmer ist für die untersuchte Population repräsentativ (Vergleich mit den Angaben des Statistischen Jahrbuchs des Kantons Basel-Stadt).

**Resultate**

Tabelle 1 zeigt die soziodemographischen Charakteristika der Studienteilnehmer.

Vor einer Analyse der Gründe für sportliche Aktivität bzw Inaktivität sollte bekannt sein, welche Bevölkerungsschichten viel und welche wenig Sport treiben (Tabelle 2). Ältere Basler, Ausländer, Raucher, Übergewichtige und Personen aus den unteren Bildungsschichten sind sportlich weniger aktiv.

Tab. 2. Prozentuale Häufigkeit der Sportintensität in einzelnen Bevölkerungsgruppen (100% = alle Kategorien der Sportintensität)

Sozioökonomische Variable	Sportintensität <sup>1</sup>				
	kein Sport (in %)	wenig Sport (in %)	mässig Sport (in %)	viel Sport (in %)	
Alter (Jahre)	16-35	39.1	14.5	20.8	25.6
	36-55	46.1	21.3	17.0	15.6
	56-75	48.3	19.0	18.5	14.1
Geschlecht	männlich	42.4	18.3	17.8	21.4
	weiblich	45.8	18.0	19.8	16.5
Nationalität	Schweiz	40.8	20.0	20.3	19.0
	Ausland	55.9	11.8	13.5	18.8
Bildungsschicht	obere	27.7	24.1	26.5	21.7
	mittlere	41.5	20.0	19.7	18.8
	untere	57.4	14.4	13.3	14.9
Rauchstatus	Raucher	50.6	17.6	16.9	15.0
	Nichtraucher	40.7	18.3	20.0	21.0
Körpergewicht	Übergewicht	64.4	17.8	9.9	7.9
	Normalgewicht	41.1	18.0	20.2	20.7
Alle Probanden	44.1	18.2	18.8	18.9	

Abbildung 1 zeigt die Häufigkeit der Gründe, Sport zu treiben. Der am häufigsten genannte Einzelgrund war «Spass, Freude, (körperliches oder seelisches) Wohlfühl» (27%), gefolgt von «Fitness, (körperlicher oder seelischer) Leistungsfähigkeit» (20%), «Gesundheit» (16%) und «Ausgleich, Entspannung, Abwechslung» (12%). Andere Gründe wie «Bewegungsdrang, -bedürfnis», «Soziale Gründe», «Besseres Aussehen» und «Freude an der Natur» wurden seltener genannt.

Je nach Bevölkerungsgruppe wurden die Gründe des Sporttreibens z T verschieden häufig erwähnt (Tabelle 3). «Spass, Freude», «Ausgleich» und «Besseres Aussehen» gaben vor allem die jüngeren Basler als Grund an; «Gesundheit» und «Freude an der Natur»

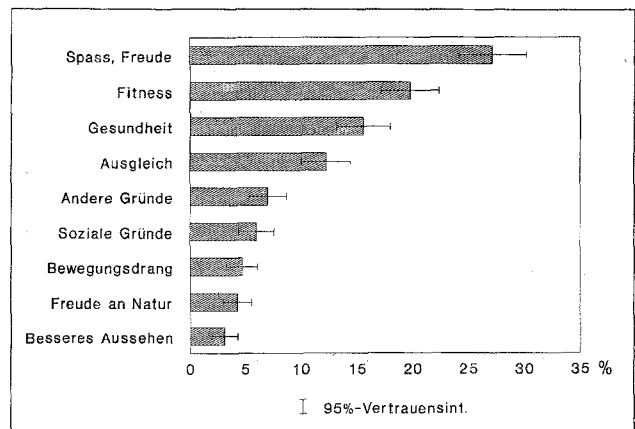


Abb. 1. Prozentuale Häufigkeit der genannten Gründe des Sporttreibens (mit 95% - Vertrauensintervall)

<sup>1</sup> «wenig Sport»: 1-35 Punkte der Sportintensität (siehe Text), «mässig Sport»: 36-79 Punkte und «viel Sport»: 80+ Pkt.

Tab. 3. Prozentuale Häufigkeit der genannten Gründe des Sporttreibens in verschiedenen Bevölkerungsgruppen (Alle Gründe = 100%)

Soziodemographische Variable	Spass Freude	Fitness	Gesundheit	Ausgleich	Andere Gründe	Soziale Gründe	Bewegungsdrang	Freude an der Natur	Besseres Aussehen
Alter (Jahre)									
16-35	31.0	21.0	9.7	16.2	7.7	5.4	3.1	2.0	4.0
36-55	26.6*	17.8	18.1§	11.5+	6.3	7.2	5.3	3.0§	4.3*
56-75	22.0	20.6	22.0	7.0	7.0	5.1	6.5	9.8	0
Geschlecht									
männlich	26.6	21.7	13.9	14.6*	5.8	6.3	4.5	5.2	1.6+
weiblich	28.1	17.7	17.5	9.9	8.3	5.7	5.0	3.3	4.7
Nationalität									
Schweiz	27.9	19.2	15.2	11.7	7.2	6.0	5.3	4.5	2.9
Ausland	24.1	22.2	17.7	15.2	6.3	5.7	1.9	3.2	3.8
Bildungsschicht									
obere	28.1	14.9	9.6	21.1	7.0	8.8	4.4	4.4	1.8
mittlere	26.3	20.2	15.4§	11.9§	6.5	5.7	5.1	4.9	4.0
untere	25.3	20.7	25.3	6.3	8.0	5.7	4.0	2.9	1.7
Rauchstatus									
Raucher	32.0*	18.0	16.2	13.6	4.8	3.3*	5.5	2.9	3.7
Nichtraucher	25.1	20.6	15.4	11.7	8.0	7.2	4.3	4.8	2.8
Körpergewicht									
Übergewicht	25.0	17.1	17.1	9.2	14.5+	6.6	1.3	7.9	1.3
Normalgewicht	27.5	20.1	15.6	12.5	6.3	5.9	4.8	3.9	3.3
Sportintensität									
wenig	29.3	15.9	13.7	13.3	4.8	8.5	6.7	6.7	1.1
mässig	26.0	19.2*	17.8	14.4	4.8	6.2*	3.4	3.8+	4.5
viel	26.6	24.5	14.8	10.0	10.3	3.4	4.5	2.1	3.8
Alle	27.2	19.8	15.6	12.3	7.0	6.0	4.7	4.3	3.1

\* p < 0,05 (χ<sup>2</sup>-Test resp χ<sup>2</sup>-Test für Trend)  
 + p < 0,01 (χ<sup>2</sup>-Test resp χ<sup>2</sup>-Test für Trend)  
 § p < 0,001 (χ<sup>2</sup>-Test resp χ<sup>2</sup>-Test für Trend)

nannten vor allem die älteren Basler. «Ausgleich» wurde mit steigender Bildungsschicht häufiger, «Gesundheit» aber seltener genannt. Mit zunehmender Sportintensität wurde «Fitness und Leistungsfähigkeit» öfters als Grund genannt, «Soziale Gründe» und «Freude an der Natur» seltener.

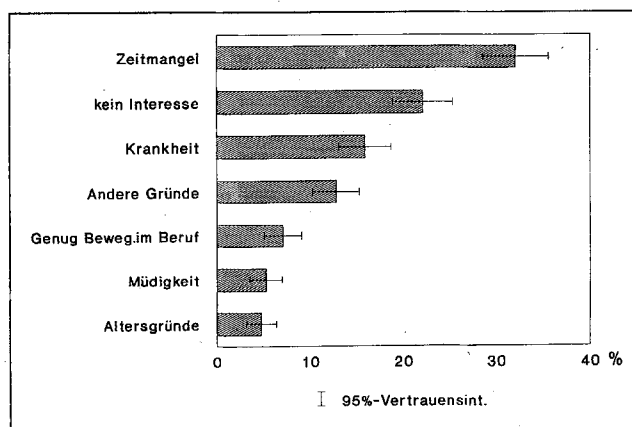


Abb. 2. Prozentuale Häufigkeit der genannten Gründe des Nichtsporttreibens (mit 95% - Vertrauensintervall)

Die Häufigkeit der Gründe, nicht Sport zu treiben, geht aus Abbildung 2 hervor. Am häufigsten wurde «Zeitmangel» (32%) angegeben, gefolgt von «Kein Interesse» (22%) und «Krankheit, Behinderung» (16%). Weitere, seltener genannte Gründe waren: «Genügend Bewegung im Beruf», «Müdigkeit», «Alter» und «Andere Gründe» wie z B Kontaktschwierigkeiten (3%), fehlende finanzielle Mittel (2%) und fehlende Sportmöglichkeiten oder -Anlagen (1%).

Tabelle 4 vergleicht die einzelnen Gründe, die verschiedene Bevölkerungsgruppen am Sporttreiben hindern. «Zeitmangel» und «Müdigkeit» wurden vor allem von den jüngeren Probanden genannt, «Krankheit» und «Altersgründe» naturgemäss vor allem von den älteren. Ausländer scheinen wesentlich häufiger keine Zeit für Sport aufbringen zu können als Schweizer; auch «Müdigkeit» wurde von ihnen häufiger angegeben. Hingegen nannten Schweizer «Kein Interesse» und «Krankheit» häufiger.

Tab. 4. Prozentuale Häufigkeit der genannten Gründe des Nichtsporttreibens in einzelnen Bevölkerungsgruppen (Alle Gründe = 100%)

Soziodemographische Variable	Zeitmangel	kein Interesse	Krankheit	Andere Gründe	genug Bewegung im Beruf	Müdigkeit	Altersgründe
Alter (Jahre)							
16-35	44.2	20.1	6.7	17.0	5.4	6.3	0.4
36-55	32.3§	28.3	12.2§	9.8	6.3	7.1*	3.9§
56-75	17.6	16.0	31.9	11.7	10.1	1.6	11.2
Geschlecht							
männlich	31.6	25.0	15.0	9.4	7.5	5.6	5.9
weiblich	32.7	19.4	16.8	15.9	6.6	4.9	3.8
Nationalität							
Schweiz	26.2§	25.4§	19.2§	13.6	7.4	3.7+	4.3
Ausland	47.8	13.2	7.1	10.4	6.0	9.3	6.0
Bildungsschicht							
obere	44.0	30.0	4.0	10.0	10.0	0	2.0
mittlere	27.3	25.9	16.5	14.8	6.8	5.1	3.7
untere	31.9	17.6	18.1	9.0	8.6	7.1	7.6
Rauchstatus							
Raucher	29.6	27.7*	13.1	11.5	8.1	6.5	3.5
Nichtraucher	33.6	18.7	17.4	13.7	6.5	4.5	5.7
Körpergewicht							
Übergewicht	26.2	19.7	20.5	10.7	9.8	5.7	7.4
Normalgewicht	33.3	22.8	14.6	13.3	6.5	5.2	4.3
Alle	32.1	22.1	15.9	12.8	7.1	5.3	4.8

\*  $p < 0,05$  ( $\chi^2$ -Test resp  $\chi^2$ -Test für Trend)+  $p < 0,01$  ( $\chi^2$ -Test resp  $\chi^2$ -Test für Trend)§  $p < 0,001$  ( $\chi^2$ -Test resp  $\chi^2$ -Test für Trend)

## Diskussion

Es gibt in der Schweiz bisher nur wenige wissenschaftliche Studien, welche die Motive zum Sporttreiben erfasst haben. Im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms 1A wurden Probanden aus vier Schweizer Städten nach den Beweggründen für sportliche Aktivität befragt, wobei die Antwortmöglichkeiten vorgegeben waren; als sehr wichtig oder wichtig wurden Gesundheit, Entspannung, Lebensfreude und Kondition betrachtet [19]. Eine Querschnittsstudie mit 4000 Joggern zeigte, dass Freude und Wohlbefinden durch das Laufen von allen Beweggründen den höchsten Zustimmungsgrad erhielten [20]. Über die Gründe aber, die dazu führen, dass jemand keinen Sport treibt, existiert in der Schweiz unseres Wissens bislang keine grössere Untersuchung. Die vorliegende Arbeit ist deshalb in zweifacher Hinsicht aufschlussreich: Zum einen wurden Nichtsportler nach dem Grund ihrer sportlichen Abstinenz befragt; zum anderen wurden sportlich Aktive mit einer offenen Frage nach dem Grund des Sporttreibens befragt. Die methodischen Vorteile einer offenen Frage sind in der empirischen Sozialforschung gut bekannt: Sie suggerieren keine spezifischen Antworten und können Motive aufdecken, die vom Untersucher nicht vorhergesehen waren [21,22].

Die vorliegende Befragung von 15-74-Jährigen Einwohnern des Kantons Basel-Stadt ergab folgende Reihenfolge der Häufigkeit der Gründe sportlicher Aktivität: Am häufigsten wurde «Spass, Freude, seelisches oder körperliches Wohlfühl» genannt; dies erstaunt nicht, ist doch auch in anderen Untersuchungen dieser Motivkomplex sehr häufig angegeben worden [19,20,23-25]. Der zweithäufigste Grund war «Fitness, körperliche oder seelische Leistungsfähigkeit». Erwartungsgemäss gaben Viel-Sporttreibende häufiger «Leistungsfähigkeit» als Grund an als Wenig-Sporttreibende, weil Wettkampf- oder gar Spitzensport im allgemeinen eng mit Leistungsorientiertheit verknüpft ist. An dritter Stelle figuriert «Gesundheit». Zwei Interpretationen sind möglich: Man kann präventivvorbeugend seiner Gesundheit zuliebe Sport treiben, oder Sport als Therapiemittel, z B auf Anraten des Arztes, einsetzen. Eine Differenzierung ist aufgrund der vorliegenden Daten nicht möglich. Erwartungsgemäss wurde das Argument «Gesundheit» mit zunehmendem Alter häufiger genannt.

Bei den Gründen des Fernbleibens vom Sport ergab sich folgende Reihenfolge der Bedeutung: Am häufigsten wurde «Zeitmangel» genannt, gefolgt von «Kein Interesse». Beide Gründe zusammen machen mehr als die Hälfte aller Hinderungsgründe aus. Es drängt sich

eine gemeinsame Beurteilung beider Motive auf, da die semantische Abgrenzung unscharf ist: Bei ungenügendem Interesse für eine Sache wird ein Zeitmangel schneller als sonst wahrgenommen. Auch ist es vorstellbar, dass einige Probanden einen Zeitmangel vorgeschützt haben, um nicht wegen Desinteresse als unспортlich zu erscheinen. Neuere amerikanische Studien zur Epidemiologie der sportlichen Aktivität haben in der Tat gezeigt, dass eine korrekte Beurteilung des Aktivitätsniveaus der Bevölkerung durch Antwortverzerrung im Sinne sozialer Wünschbarkeit (social desirability bias) erheblich beeinträchtigt sein kann [26]. Als dritthäufigster Grund wurde, vor allem im höheren Alter, «Krankheit» oder «Behinderung» angegeben. Mit 32% bei den über 55jährigen sind Krankheiten und Behinderungen auch quantitativ ein bedeutsamer, bis anhin wohl unterschätzter Hinderungsgrund, um Sport zu treiben. Erstaunlich wenig, mit nur 1% aller Gründe, wurde das Fehlen von Vereinen oder Anlagen für die gewünschte Sportart genannt. In Basel gibt es zur Zeit zu wenig Sportanlagen für das Lehrlingsturnen und verschiedene Sportvereine.

Gewisse methodische Grenzen, die jede Studie wie die vorliegende aufweist, müssen beachtet werden: Generell stellt sich für die Motivationsforschung das Problem, dass ein Grossteil der Motive im Unbewussten liegt [23]. Damit wird es fraglich, ob die tatsächlich ausschlaggebenden Gründe der sportlichen (In)Aktivität mittels eines Kurzinterviews erfasst werden können. Weiter ist häufig ein ganzer Komplex von Motiven wirksam und nicht bloss ein Einzelmotiv [23]; diese Studie war aber auf das Erfassen besonders wichtiger Einzelgründe angelegt. Komplizierend kommt hinzu, dass die Motivation je nach Situation, ja sogar innerhalb des Bewusstwerdungsprozesses, z B während eines Interviews, rasch wechseln kann [23,25]. Eine Momentaufnahme, wie sie eine Querschnittsstudie darstellt, wird deshalb diesem dynamischen Charakter der Motivation nicht immer ganz gerecht.

Zusammenfassend konnte diese Studie an einem urbanen Kollektiv zeigen, welches die wesentlichen bewussten Gründe für Sport- bzw Nichtsporttreiben sind und wo es in deren Bewertung Unterschiede zwischen den einzelnen demographischen Gruppen gibt. Die Gründe des Nichtsporttreibens sind bisher in der Schweiz kaum untersucht worden. Da aufgrund unserer Untersuchung Zeitmangel und fehlendes Interesse die beiden wichtigsten Gründe für sportliche Inaktivität darstellen, sollten diese «Barrieren» in Zukunft noch differenzierter untersucht werden. Sowohl in der vorliegenden Untersuchung wie auch in anderen Arbeiten zählen Freude und Spass zu den wichtigsten Gründen für regelmässige Sportaktivität. Aus diesem Grund kann die Sportförderung vermutlich nur dann erfolgreich sein, wenn sie diese Motivationsaspekte gebührend berücksichtigt.

### Zusammenfassung

Mittels Telefoninterview wurden 778 im Kanton Basel-Stadt wohnhafte Personen, die zwischen 16 und 75 Jahre alt und für die Gesamtbevölkerung repräsentativ waren, über Umfang und Gründe ihrer sportlichen Aktivität bzw Inaktivität befragt (Antwortrate 81%). 56% aller Antwortenden waren durchschnittlich mehr als einmal pro Monat sportlich aktiv und wurden als «sporttreibend» bezeichnet, die verbleibenden 44% der Befragten als «nichtsporttreibend». Unter den Sporttreibenden tendierten 16–35-Jährige zu intensiverer, Übergewichtige zu unterdurchschnittlicher Sportaktivität. Das wichtigste Einzelmotiv für Sporttreiben war «Spas, Freude, Wohlfühl» für 27%, «Fitness, Leistungsfähigkeit» für 20%, «Gesundheit» für 16% und «Ausgleich, Entspannung, Abwechslung» für 12% aller sportlich aktiven Personen. Der Hauptgrund für die Abstinenz vom Sport war «Zeitmangel» für 32%, «Kein Interesse» für 22% und «Krankheit, Behinderung» für 16% aller Inaktiven. «Fehlende Vereine oder Anlagen für die gewünschte Sportart» wurde kaum als Hinderungsgrund erwähnt (1%). Einzelne demographische Untergruppen unterschieden sich signifikant in der Bewertung der Hauptgründe bzw der «Barrieren» für Sport. Beispielsweise wurde das Sportmotiv «Gesundheit» umso wichtiger, je älter die Personen waren, während «Ausgleich, Entspannung, Abwechslung» mit zunehmender Bildung relativ an Bedeutung gewann (beide  $p < 0,001$ ). Als Gründe für Nichtsporttreiben zeigten «Zeitmangel» (relativ wichtiger bei Jüngeren) und «Krankheit» (relativ wichtiger bei Älteren) eine ausgeprägte Altersabhängigkeit (beide  $p < 0,001$ ). Eine bessere Kenntnis der relativen Bedeutung der Gründe für sportliche Aktivität und Inaktivität, die hier in einer urbanen Bevölkerung identifiziert worden sind, erscheint wesentlich für eine künftige, möglichst wirksame gemeindeorientierte Sportförderung.

### Résumé

#### Motivation de l'activité et de l'inactivité sportive de la population de Bâle-Ville 1988

Dans un échantillon représentatif de l'ensemble de la population, 778 personnes domiciliées dans le Canton de Bâle-Ville, âgées de 16 et 75 ans, se sont, lors d'un sondage téléphonique, prononcées sur l'ampleur et les motivations de leur activité sportive (81% de degré de participation). Le 56% des personnes ayant répondu étaient actives en moyenne plus d'une fois par mois: elles ont été qualifiées de «sportives», le reste, soit 44% de «non-sportives». Parmi les sportifs, les 16 à 35 ans auraient tendance à déployer une activité sportive intense, tandis que les obèses se situeraient en dessous de la moyenne. La motivation essentielle de l'activité sportive serait pour le 27% des personnes actives, «le divertissement, le plaisir, le bien-être», pour le 20%, «la forme, la capacité», pour le 16%, «la santé» et pour le 12%, l'équilibre, la détente, le changement». La raison principale invoquée pour l'inactivité sportive serait, pour 32% des personnes, «le manque de temps», pour le 22%, «le manque d'intérêt» et pour le 16% des inactifs, «la maladie, l'empêchement». L'absence d'associations ou de centres sportifs pour pratiquer la discipline désirée n'a pratiquement pas été invoqué comme motif d'empêchement (1%). Quelques sous-groupes démographiques isolés se différencient particulièrement dans les raisons de faire du sport. Par exemple, le motif «santé» est plus important lorsque la personne est âgée, tandis que les motifs «compensation, détente, changement» gagnent en importance avec l'accroissement du niveau d'instruction. Le facteur «manque de temps» (plus important chez les plus jeunes) et «maladie» (plus important chez les plus âgés) montre une dépendance marquée avec l'âge. Selon le résultat du sondage effectué auprès d'une population urbaine alémanique, une meilleure connaissance des motivations à une activité, resp inactivité sportive semble essentielle pour une future promotion efficace du sport auprès de la population.

### Summary

#### Motivation for Leisure Time Physical Activity vs Inactivity in the Population of Basel-Stadt 1988

A representative sample of 778 inhabitants of Canton Basel-Stadt aged 16 to 75 years were asked about their exercise habits and reasons for participating in or abstaining from sports (Response rate: 81%). 56% of the responders took part in a sport more than once a

month; the percentage was higher among younger adults and markedly lower among obese subjects. For 27% of the «active» respondents, the most important single motivation for sports was «fun, pleasure and well-being», in 20% of the cases «fitness», in 16% «health» and in 12% «compensation for work and relaxation». For 32% of the «inactive» group, the main reason for abstaining from sports was «lack of time», for 22% «no interest» and in 16% of the cases «sickness or disability»; «no clubs or sports-facilities» was hardly ever mentioned as a reason for being physically inactive (1%). Some significant differences were found when sociodemographic subgroups were analysed. For example, «health» was more often given as a reason for sports by the elderly, and «compensation for work and relaxation» was more often mentioned as the level of education rose. «Lack of time» was a more frequent reason for being physically inactive among young adults, whereas «sickness» was more important among the elderly. A better knowledge of the relative importance of the motivation for leisure time physical activity is likely to be significant for effective sports-promotion.

#### Literaturverzeichnis

- [1] *Paffenbarger RS, Wing AL, Hyde RT.* Physical activity as an index of heart attack risk in college alumni. *Am J Epidemiol* 1978; 108: 161–175.
- [2] *Morris JN, Pollard R, Everitt MG, Chave SPW.* Vigorous exercise in leisure-time: protection against coronary heart disease. *Lancet* 1980; II: 1207–1210.
- [3] *Salonen JT, Puska P, Tuomilehto J.* Physical activity and risk of myocardial infarction, cerebral stroke and death. *Am J Epidemiol* 1982; 115: 526–537.
- [4] *Leon AS, Connett J, Jacobs DR, Rauramaa R.* Leisure time physical activity levels and risk of coronary heart disease and death (The Multiple Risk Factor Intervention Trial). *JAMA* 1987; 258: 2388–2395.
- [5] *Rauramaa R.* Relationship of physical activity, glucose tolerance and weight management. *Prev Med* 1984; 13: 37–46.
- [6] *Gerhardsson M, Floderus B, Norell SE.* Physical activity and colon cancer risk. *Int J Epidemiol* 1988; 17: 743–746.
- [7] *Manniche C, Bentzen L, Hesselsoe G, Christensen I, Lundberg E.* Clinical trial of intensive muscle training for chronic low back pain. *Lancet* 1988; II: 1473–1476.
- [8] *Farmer ME, Locke BZ, Moscicki EK, Dannenberg AL, Larson DB, Radloff LS.* Physical activity and depressive symptoms: the NHANES I epidemiologic follow-up study. *Am J Epidemiol* 1988; 128: 1340–1351.
- [9] *Paffenbarger RS, Hyde RT, Wing AL, Hsieh C.* Physical activity, all-cause mortality and longevity of college alumni. *N Engl J* 1986; 314: 605–613.
- [10] *Pekkanen J, Marti B, Nissinen A, Tuomilehto J, Punar S, Karvonen MJ.* Reduction of premature mortality by high physical activity: 20-year follow-up of middle-aged Finnish men. *Lancet* 1987; I: 1473–1477.
- [11] *Harris S, Caspersen C, DeFriese G, Estes H.* Physical activity counseling for healthy adults as a primary preventive intervention in the clinical setting (Report for the US Preventive Services Task Force). *JAMA* 1989; 261: 3590–3598.
- [12] *Marti B.* Gesundheitlicher Nutzen und Risiken beim Sport: Die Medaille hat zwei Seiten. *Schweiz Rundschau Med* 1989; 78: 290–294.
- [13] *Dishman R, Sallis J, Orenstein D.* The determinants of physical activity and exercise. *Public Health Rep* 1985; 100: 158–171.
- [14] *Marti B.* Körpergewicht und sportliche Aktivität der Schweizer Erwachsenenbevölkerung: Eine Evaluation nationaler Trends 1977–1985. *Schweiz med Wschr* 1988; 118: 889–897.
- [15] *Stephens T, Jacobs D, White C.* A descriptive epidemiology of leisure-time physical activity. *Public Health Rep* 1985; 100: 147–158.
- [16] *Burnand B, Hausser D, Rickenbach M, Barazzoni F, Gutzwiller F.* Le poids, les habitudes alimentaires et l'activité physique dans la population en Suisse: Le projet MONICA. *Soz Präventiv Med* 1987; 32: 78–86.
- [17] *Taylor HL, Jacobs DR, Schucker B, Knudsen J, Leon AS, Debacker G.* A questionnaire for the assessment of leisure time physical activities. *J Chron Dis* 1978; 31: 741–755.
- [18] *Washburn RA, Montoye HJ.* The assessment of physical activity by questionnaire. *Am J Epidemiol* 1986; 123: 563–576.
- [19] *Howald H, Meyenberg A, Neuenschwander CH, Alexander J, Gutzwiller F.* Körperliche Aktivität und Leistungsfähigkeit in vier Schweizer Städten (Schweizerisches Nationales Forschungsprogramm 1A). *Schweiz Med Wschr (Suppl)* 12, 1981.
- [20] *Marti B.* Präventivmedizinische Aspekte von Jogging: eine epidemiologische Studie an 4300 Teilnehmern eines 16-km-Lauf-Wettbewerbs. *Schweiz Rundschau Med* 1987; 76: 1200–1206.
- [21] *Bennet AE, Ritchie K.* Questionnaires in medicine – a guide to their design and use. London: Oxford University Press, 1975.
- [22] *Abramson JH.* Survey methods in community medicine. Edinburgh, London, Melbourne, New York: Churchill Livingstone, 1984.
- [23] *Weber A.* Laufen – Motive und Wirkungen (eine repräsentative Umfrage an Volkslaufteilnehmern). *Sportwissenschaft* 1982; 2: 174–184.
- [24] *Rohrberg K.* Bedürfnisse und sportliche Tätigkeit aus sportsoziologischer Sicht. *Theorie und Praxis der Körperkultur* 1979; 1: 795–801.
- [25] *Bauer E.* Gedanken zur Erforschung von Motiven für das Sporttreiben aus der Sicht der Sportsoziologie. *Theorie und Praxis der Körperkultur* 1982; 9: 656–661.
- [26] *Brooks C.* Adult physical activity behavior: A trend analysis. *J Clin Epidemiol* 1988; 41: 385–392.

An dieser Stelle sei den folgenden Mitarbeiterinnen bestens gedankt: Barbara Fiedler, Franziska Kübler, Monika Schneider, Susan Spirgi.

#### Korrespondenzadresse:

Dr med Andreas Bodenmann  
Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin  
St Alban-Vorstadt 24  
CH-4052 Basel