



Meaningful Movement: Understanding and Accessing Physical Activity Among People with Severe Mental Illness – A Photovoice Study, Issues in Mental Health Nursing, 2025, Vol. 46, Issue. 10, s. 990-1001, DOI: [10.1080/01612840.2025.2544161](https://doi.org/10.1080/01612840.2025.2544161)

## Meningsfuld bevægelse: Forståelse og adgang til fysisk aktivitet blandt mennesker med svær psykisk sygdom – et Photovoice-studie

Ane Eliasson, Lene Lauge Berring, Sidse Marie Arnfred & Stine Gundtoft Roikjær

### Introduktion

Personer med svær psykisk sygdom er mindre fysisk aktive end befolkningen generelt og har øget risiko for livsstilssygdomme som hjertekarsygdom, overvægt og diabetes.

### Formål

I studiet blev det undersøgt, hvordan mennesker med svær psykisk sygdom forstår fysisk aktivitet, og hvilke barrierer og muligheder de oplever i hverdagen for at få et fysisk aktivt liv.

### Metode

Studiet anvendte metoderne photovoice og brugerdeltagende samskabelse, hvor deltagerne fungerede som medforskere. Gennem fotos og individuelle foto-orienterede interviews blev der indsamlet data, som efterfølgende blev analyseret med refleksiv tematisk analyse.

### Resultater

Det overordnede tema, Meningsfuld bevægelse, viste, at når fysisk aktivitet opleves som meningsfuldt, indgår det i dagliglivet, følelsesmæssigt velbefindende, kropslig erfaring, social tilhørighed og identitetsfølelsen. To centrale temaer Interaktion med andre mennesker og Interaktion med natur og dyr belyste, hvordan adgang til fysisk aktivitet formes af komplekse miljømæssige forhold. Deltagerne pegede på begrænset adgang til natur, dyr og nuancerede forståelser af fysisk aktivitet under psykiatrisk indlæggelse.

### Diskussion og konklusion

Den begrænsede adgang til natur, dyr og nuancerede forståelser af fysisk aktivitet under psykiatrisk indlæggelse peges på som strukturelle barrierer. Disse begrænsninger mindsker mennesker med svær psykisk sygdoms adgang til fysisk aktivitet, og gør det vanskeligere for sundhedsprofessionelle at tilbyde personcentreret støtte og fremme meningsfuld bevægelse.

### Implikationer for praksis

Der er behov for nye tilgange, der prioriterer stemmerne fra mennesker med egne erfaringer med svær psykisk sygdom. For sundhedsprofessionelle betyder det et fokus på værdien af meningsfuld bevægelse frem for udelukkende sygdomsforebyggelse. Samtidig understreges vigtigheden af brugerinddragelse i udviklingen af fleksible, personcentrerede og socialt responsive interventioner om fysisk aktivitet. Ved at arbejde på denne måde kan sundhedsprofessionelle bidrage til en mere inkluderende og retfærdig psykiatrisk praksis, der afspejler de forskellige behov og erfaringer hos mennesker med svær psykisk sygdom.

Ane Eliasson, Ph.d.-studerende, Cand. Soc., [aeli@regionsjaelland.dk](mailto:aeli@regionsjaelland.dk)

