

BACHELOROPPGAVE (Vår – 2022)

INNLEVERING

I

Studieprogram: Sport Management

Emnekode: IIS365

Emnenavn: Bacheloroppgave

Innleveringsfrist: 16.05.2022

Kandidatnummer: 627

Antall ord: 7982

Antall sider inkludert forside: 32

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	3
1.1 Problemstilling	4
1.2 Oppgavens disposisjon	4
2.0 Teoretisk rammeverk	6
2.1 Hva er doping?	6
2.2 Hva er kosttilskudd?	6
2.3 WADA-koden: Om utdanning	7
2.4 Ungdomstiden	7
2.4.1 Biologisk utvikling	8
2.4.2 Kognitiv utvikling	8
2.4.3 Sosiale kontekster for ungdomsutvikling	9
2.5 Selvbestemmelsesteori	10
3.0 Metode	11
3.1 Valg av metode.....	11
3.2 Inklusjons- og eksklusjonskriterier	11
3.3 Datainnsamling	12
3.4 Analyse av data	14
3.5 Metodekritikk	14
4.0 Resultater	16
4.1 Risikofaktorer for bruk av dopingmidler.....	16
4.2 Suksessfaktorer mot bruk av dopingmidler.....	18
5.0 Diskusjon	20
5.1 Risikofaktorer	20
5.1.1 Kunnskapsmangel	20
5.1.2 Påvirkning	20
5.1.3 Utøvers virkelighetsoppfatning	22
5.2 Suksessfaktorer.....	23
5.2.1 Indre motivasjon.....	23
5.2.2 Formidling av budskap i det forebyggende arbeidet.....	25
5.3 Studiens begrensninger	25
6.0 Konklusjon	27
7.0 Referanser	28
8.0 Vedlegg	31

1.0 Innledning

«En verden hvor alle utøvere kan konkurrere i en dopingfri idrett» (WADA, u.å.b). Sitatet er hentet fra visjonen til verdens antidopingbyrå (WADA). Visjonens budskap er at målet med organisasjonens arbeid, skal bunne ut i at alle idrettsutøvere skal ha mulighet til å konkurrere i en ren og rettferdig idrett. Allikevel er doping dessverre noe vi ofte assosierer med toppidrett, og blir sett på som en av de største utfordringene i moderne idrett. Stoffer som kan bidra til økt prestasjonsevne, såkalte dopingmidler, har WADA utestengt fra idretten. Bruk av dopingmidler ansees å stride mot idrettens ånd og prinsippet om «fair play», i tillegg til at det er forbundet med svært stor helserisiko for brukeren (Ahmadi et al., 2016, s. 1).

Så tidlig som i 1889 var første gang ordet doping – som refererte til en blanding av opium og narkotiske stoffer laget for hester, ble skrevet inn i de engelske ordbøkene (Barland, 2016, s. 31). I lang tid før begrepet doping ankom, ble det eksperimentert med forskjellige preparater, dietter og metoder. Selv olympiere fra antikkens Hellas hadde spesifikke dietter og preparater for å forbedre prestasjonsevnen. Fra 1850-tallet og utover ble idretten spesialisert, organisert, standardisert, delvis kommersialisert, og fikk dermed rammer lignende slik vi kjenner dagens idrett. Det ble muligheter for å sammenligne resultater over tid, og den moderne idrettens oppmerksomhet rundt rekorder økte (Barland, 2016, s. 32). Siden 1980, er det ingen hemmelighet at idretten med Den Internasjonale Olympiske Komite (IOC), igjennom gigantisk utvikling og spektakulær gjennomføring av olympiske leker, har utviklet seg til å bli en stor politisk og kommersiell aktør. Derfor vil mange forklare dopingproblemet i idretten med at den må være spektakulær, fordi den skal selge seg til et marked, og dermed hele tiden vise seg frem og prestere ved å sette nye rekorder. Til mange sin store frustrasjon blir menneskelige hensyn og antidopingarbeid satt til side, til fordel for idrettens kommersielle verdi som doping er en forutsetning for å skape (Barland, 2016, s. 44).

I forskningslitteraturen kommer det frem at dopingmisbruk ikke bare foregår i eliteidretten, men også i breddeidretten, ungdomsidretten og i samfunnet generelt. Vel viten om de store økonomiske fordelene ved å drive toppidrett, sammen med forestillinger om idealkroppen og fikseringen til egen kropp, er medvirkende årsaker til at ungdom rettferdiggjør bruken av doping- og gråsonemidler for å nå idealene om skjønnhet og suksess (Ahmadi & Svedsäter, 2016, s. 38). Nylig ble denne problematikken gjenstand for diskusjon i internasjonal idrett, da en 15-år gammel russisk kunstløper hadde avlagt en positiv dopingprøve i forbindelse med vinter OL i Beijing 2022 (Bryne, 2022). Mange hevder den unge utøverens positive prøve er et

resultat av ytre påvirkning fra mennesker i nettverket rundt, og at den positive prøven ikke skyldes 15-åringen selv. Et naturlig spørsmål å stille er om ytre faktorer har større påvirkning på et eventuelt dopingbruk, enn utøvers egne personlighet og egenskaper? Ungdomstiden er en periode i livet som er preget av store biologiske, kognitive og sosiale endringer. Derfor er en ungdom i større grad enklere å påvirke negativt, enn et voksent menneske. Eksisterende kunnskap tilsier at det som skjer i ungdomstiden er viktig for utviklingen senere i livet. Endringene er reelle ved at de fungerer som spor inn i voksenlivet, som er vanskelig å reversere. Å «spore av» i ungdomstiden er ikke ideelt, både på grunn av selve avsporingen, men også på grunn av aspektene ved utviklingen en mistet mens en var på avveie (Petersen & Leffert, 1995, s. 25).

1.1 Problemstilling

Som det fremgår i innledningen er ungdomstiden en kritisk periode i livet, hvor det foregår mange prosesser som er viktig for utviklingen senere i livet. På bakgrunn av det dette, ønsker jeg med denne kvalitative litteraturstudien å finne ulike risiko- og forebyggende faktorer, for om ungdomsutøvere velger å ty til dopingmidler eller ikke. Ved å kartlegge disse ulike faktorene, kan det styrke kompetansen til mennesker og miljøer som ungdommen er en del av, og på denne måten bidra positivt inn i det forebyggende antidopingarbeidet. For å finne ut av dette har jeg utarbeidet følgende problemstilling;

Hvilke risiko- og suksessfaktorer er forbundet med bruk av dopingmidler i ungdomsidretten?

Jeg ønsker å påpeke at med suksessfaktorer, menes det i denne oppgaven suksessfaktorer for å unngå bruk av dopingmidler. I utvidet forstand vil «suksessfaktorer» i denne oppgaven, ha samme betydning som «forebyggende faktorer» mot doping.

1.2 Oppgavens disposisjon

Oppgaven er strukturert inn i seks kapitler. Det påfølgende teorikapittelet redegjør for sentrale begreper rundt doping, gir en litteraturbeskrivelse av kjennetegn og endringer i ungdomstiden, og en presentasjon av selvbestemmelsesteorien (SDT). Kapittel tre beskriver oppgavens metode trinnvis, etterfulgt av resultatkapittelet som presenterer hovedfunnene fra litteraturstudien.

Resultatene fra den empiriske forskningen er ved hjelp av tematisk analyse delt inn i to temaer; *risikofaktorer og suksessfaktorer*. I diskusjonsdelen drøfter jeg studiens funn opp mot det teoretiske rammeverket. Avslutningsvis skal konklusjonen oppsummere oppgavens funn, og svare på problemstillingen. Det vil også bli gitt forslag til potensielle temaer for videre diskusjon eller forskning.

2.0 Teoretisk rammeverk

I dette kapittelet vil jeg redegjøre for sentrale begreper og definisjoner i oppgaven, i tillegg til å gi en innføring i relevant litteratur og teori. I de to første underkapitlene tar vi for oss begrepet dopingmidler og kosttilskudd, før vi videre dykker inn i WADA-standarden som omhandler utdanning og forebyggende arbeid mot doping. Deretter fremstilles en god del litteratur knyttet til ungdom og ungdomstiden. Her legges det vekt på kjennetegn rundt hva som foregår i ungdomstiden, og hvilke fysiologiske og psykologiske endringer som finner sted i denne perioden. Litteraturen skal gi informasjon og forståelse rundt ungdoms sårbarhet, og hvorfor denne fasen i livet er en tid hvor en ansees som lettpåvirkelig. Til slutt presenteres selvbestemmelsesteorien, som er relevant å bruke i forståelsen av hvorfor enkelte mennesker velger å ty til dopingmidler, mens det for andre aldri vil ansees som et alternativ.

2.1 Hva er doping?

Mads Drange (2020) definerer doping som; *«bruk av stoffer, medikamenter, eller metoder, for å øke kroppens fysiske prestasjonsevne»*. Det er WADAs dopingliste som definerer hvilke stoffer og metoder som er forbudt å benytte for idrettsutøvere, og dermed hva idretten anser som doping. Et stoff må oppfylle to av tre følgende kriterier for å bli satt på dopinglisten;

- Det må være helseskadelig å bruke.
- Det må være prestasjonsfremmende.
- Det må bryte med idrettens verdier og anseelse.

(Drange, 2020).

WADA reviderer dopinglisten årlig, i tillegg til at de har en overvåkningsliste med stoffer som foreløpig ikke er forbudt, men som vurderes å settes på dopinglisten dersom bruken øker i omfang (Drange, 2020).

2.2 Hva er kosttilskudd?

Kosttilskudd defineres som; *«[...] produkter som gir en konsentrert tilførsel av visse næringsstoffer»* (Bryhn & Svihus, 2018). Jerntabletter, vitaminer, omega-3 fettsyrer og kreatinfosfat er eksempler på vanlige kosttilskudd. Vanligvis vil et variert kosthold tilføre

kroppen alle næringsstoffene den trenger, men i enkelte tilfeller vil det være behov for ekstra tilskudd (Bryhn & Svihus, 2018). Ofte assosieres idrett og trening med kosttilskudd, da mange som trener tror de har behov for tilskudd for å kunne øke prestasjonen. Olympiatoppen (OLT) presiserer at *«mangeltilstander forekommer relativt sjeldent blant idrettsutøvere, og skyldes vanligvis lavt inntak i kosten»* (Olympiatoppen, u.å.). Ifølge OLT klassifiserer idretten kosttilskudd inn i tre kategorier; sportsprodukter, mineraltilskudd og ergogene tilskudd. Det er bevist at enkelte ergogene tilskudd som koffein og kreatin, kan øke prestasjonsevnen til utøvere på høyt nivå. Men, virkningene av tilskuddene er individuelle, og noen utøvere får dermed ingen prestasjonsfremmende effekt. Olympiatoppen presiser at utøvere som velger å bruke kosttilskudd må være klar over at det aldri er en nullrisiko for om tilskuddet er forurenset og inneholder ulovlige stoffer, som kan føre til en positiv dopingtest (Olympiatoppen, u.å.).

2.3 WADA-koden: Om utdanning

WADA-koden er det overordnede antidopingregelverket i idretten. Den regulerer dopingkontroller, saksbehandling av dopingsaker og det forebyggende arbeidet. WADA-koden er implementert i den norske idrettens regelverk, herunder NIFs lov. Regelverket er omfattet av alle organisasjonsledd og medlemmer av Norges Idrettsforbund. Koden består av åtte internasjonale standarder, hvor målet er at antidopingarbeidet rundt omkring i hele verden skal foregå så likt som mulig (WADA, u.å.a). Én av WADA-standardene inneholder retningslinjer for utdanningsprogram innenfor antidopingarbeidet. I kapittel fem i utdannings-koden står det understreket at *«verdibasert utdanning skal i hovedsak fortsette å fokusere på barn og unge gjennom skole og/eller idrettsprogrammer, og i samarbeid med relevante offentlige myndigheter og andre interessenter»* (WADA, 2021, s. 12). Eksempler på temaer som det skal legges vekt på i utdanningsprogrammet er; prinsipper og verdier som assosieres med ren idrett, risikofaktorer ved dopingbruk, hvilke stoffer og metoder som står på dopinglisten, prosedyrer for testing, og konsekvenser av dopingbruk, som for eksempel psykisk og mental helse, sosiale og økonomiske effekter og sanksjoner (WADA, 2021, s. 12-13).

2.4 Ungdomstiden

Denne oppgaven retter seg mot dopingbruk blant ungdom. Derfor er det hensiktsmessig å inneha kunnskap om hva som foregår med et individ i ungdomstiden, og hvordan dette kan påvirke ulike valg ungdom foretar seg. Ifølge Petersen & Leffert (1995, s. 4) består

ungdomsårene omtrent av ett tiår, og kan betraktes som en livsfase i seg selv – ikke bare som en overgangsfase mellom det å være barn og bli voksen. Det er vanskelig å trekke noen klar grense mellom ungdom og voksenlivet. Ved fylte 18 år i Norge er en ifølge loven å regne som voksen, men i realiteten er det blitt vanlig å fortsatt regne personer og miljøer som er over 18 år for ungdommer (Tønnesson & Svartdal, 2021). Derfor er studier som undersøker ungdom opp til 23 år, inkludert i denne oppgaven. Det er vanlig å dele ungdomsårene inn i tre faser; «*tidlig, middels og sen*», hvor hver fase har vært sitt særpreg. Fasene er preget av biologiske, kognitive og psykologiske endringer, og er både direkte og indirekte påvirket av viktige sammenhenger, inkludert familie, skole og jevnaldrende (Petersen & Leffert, 1995, s. 6). Det er viktig å presisere at endring og utvikling i ungdomsårene i stor grad varierer fra individ til individ. Selv om forskning viser at det finnes typiske mønstre på endringer i ungdomstiden, så omfattes ikke alle ungdommer av disse typiske mønstrene på samme måte (Petersen & Leffert, 1995, s. 6).

2.4.1 Biologisk utvikling

Den biologiske utviklingen er kanskje den mest dramatiske endringen i ungdomsårene, hvor individet i utgangspunktet gror en helt ny kropp. Endringer i høyde, hud, muskler, fettsammensetning, kroppshår, stemmeskiftet og sekundære kjønnskarakteristikker som brystutvikling hos jenter og penisutvikling hos gutter, er typiske ting en opplever i ungdomstiden (Petersen & Leffert, 1995, s. 6). Pubertetsforandringer ser ut til å påvirke både kroppsbilde og selvtilliten til ungdommen. Det varierer ut ifra hvilket kjønn og kultur en kommer fra, og kan forklares med at forskjellige kulturer har ulike kroppsidealer. For eksempel i vår del av verden, er dagens kroppsideal basert på at kvinner skal være urealistisk tynne. Derfor kan jenter som modnes tidlig utvikle et negativt kroppsbilde, fordi de får en moden og formfull kropp tidlig. På samme tid vil det fortsatt være mange jevnaldrende som enda ikke har kommet i puberteten og er tynne, og dermed passer bedre inn med «kroppsidealet» (Petersen & Leffert, 1995, s. 7).

2.4.2 Kognitiv utvikling

I tillegg til de biologiske endringene som foregår i ungdomstiden, vil det følgelig oppstå kognitive (mentale) endringer. Evnen til abstrakt resonnement øker, en blir mer kapabel til å tenke hypotetisk, og til å bruke formell logikk og abstrakte begreper. Tankesettet blir mer komplekst, med økt evne for refleksjon. Ungdom blir også i bedre stand til å vurdere fremtidige

tidsperspektiv, i stedet for å bare være knyttet til nåtiden. De blir mer klar over mulig risiko, betrakter fremtidige konsekvenser og blir bedre på beslutningstaking (Petersen & Leffert, 1995, s. 8). Forestillinger om seg selv endres, både når det kommer til selvtillit, identitet og autonomi (Petersen & Leffert, 1995, s. 9).

2.4.3 Sosiale kontekster for ungdomsutvikling

Samfunnet rundt ungdommene kan ha en stor innvirkning på deres utvikling, gjennom organisering av sosiale institusjoner og sosialpolitikk. Retningslinjer samfunnet har vedtatt bestemmer utdanningsmuligheter og tilgangen på jobber. Medier som aksepteres og støttes av samfunnet kan påvirke ungdom både positivt og negativt, gjennom å fremme sunn eller usunn atferd. Normer knyttet til vold og sex er også noe media formidler, og det er derfor ekstra viktig at dette foregår etter de verdsettene vi ønsker i samfunnet vårt. Gjennom lokale institusjoner og ungdommens sosiale nettverk, overføres sosiale verdier og forventninger til ungdoms atferd og utvikling (Petersen & Leffert, 1995, s. 22).

Det har lenge vært antatt at familie har stor innflytelse på barns utvikling. Forskingen har funnet ut at både familiestruktur og foreldrestil har en innvirkning på hvordan ungdom utvikles (Petersen & Leffert, 1995, s. 17). Forandringer i familien som for eksempel død eller skilsmisse, vil være forstyrrende for ungdoms utvikling – i hvertfall for en kortere periode. Det viser seg at den autoritative foreldrestilen har mest positiv innvirkning når det kommer til ungdom, da disse foreldrene utøver kontroll samtidig som de gir varme. Foreldre med en autoritativ foreldrestil støtter ofte barnas behov for økt selvstendighet, samtidig som de gir dem mer ansvar (Petersen & Leffert, 1995, s. 18). I ungdomsårene endres også strukturen på nettverket av jevnaldrende. I de tidlige ungdomsårene går en fra å ha en relativt liten vennegjeng fra nabolaget, til å få en større vennegjeng med ulike folk fra skolen. I de midterste ungdomsårene dannes det flere større vennegjenger, hvor en ofte kan karakterisere hver gruppe ut ifra medlemmenes egenskaper. Det viser seg at de jevnaldrenes påvirkning på oppførsel, spesielt problematferd, kan ha en negativ effekt på utviklingen (Petersen & Leffert, 1995, s. 19-20). På den andre siden kan jevnaldrende påvirke hverandre positivt også, spesielt i de senere ungdomsårene hvor en er mer selvstendig og hver enkelt opptre mer som individer. Det viser seg at gode vennskap og sosial støtte fra jevnaldrende, kan overkjøre negativ påvirkning fra foreldre eller andre (Petersen & Leffert, 1995, s. 20).

2.5 Selvbestemmelsesteori

Edward Deci og Richard Ryan står bak selvbestemmelsesteorien (SDT). Teorien baserer seg på at mennesker blir indre motivert av en oppgave, dersom de opplever tilstrekkelig selvbestemmelse (autonomi) for det de skal gjøre. Selvbestemmelse kan forklares som menneskers ønske om å være selvstyrt. SDT ser på sammenhengen mellom selvbestemmelse og indre motivasjon (Stai, 2021). Deci og Ryan presenterer to ulike former for motivasjon, herunder kontrollert motivasjon (ytre motivasjon) og autonom motivasjon (indre motivasjon med selvbestemmelse). Ved kontrollert motivasjon er ofte handlingene våre basert på et tilbud om belønning, eller tvang og press. Når motivasjonen til mennesker er kontrollert, tar vi ofte den korteste veien til ønsket resultat. I motsetning er indre motivasjon et resultat av positive følelser og glede som gjennomføringen av en oppgave eller aktivitet gir mennesket, og som dermed fører til at en liker det og får lyst til å gjøre det igjen. Følelsen av å kunne bestemme over seg selv og ta egne handlingsvalg, vil føre til en opplevelse av at en er styrt av egne interesser og verdier (Stai, 2021). Selvbestemmelsesteorien tar utgangspunkt i at mennesket har tre grunnleggende medfødte psykologiske behov; opplevelse av tilhørighet, kompetanse og selvbestemmelse. Tilfredsstillelse av disse tre behovene er både nødvendig og positivt for indre motivasjon, samtidig som at de er grunnleggende for optimal vekst og utvikling (Stai, 2021).

3.0 Metode

«Metode er en systematisk måte å undersøke virkeligheten på» (Halvorsen, 2008, s. 20). Allikevel understreker Halvorsen (2008, s. 21) at metode er mer enn bare undersøkelsesteknikker. I vid forstand omhandler metode det å samle inn, organisere, bearbeide, analysere og tolke data på en systematisk måte, slik at andre kan etterprøve oss senere. For å kunne besvare oppgavens problemstilling har jeg valgt å bruke kvalitativ litteraturstudie som metode. Kvalitative data innhenter fyldig data om personer og situasjoner, noe som øker muligheten for at forskeren kan forstå atferd og situasjoner slik den oppfattes av forskningsobjektet (Halvorsen, 2008, s. 128). Jeg har innhentet relevant litteratur fra ulike databaser i arbeidet med å tilegne meg mer kunnskap rundt problemstillingen. Studiens funn vil bli redegjort for i resultatdelen, og bli anvendt i analysen og diskusjonen.

3.1 Valg av metode

Oppgaven er basert på en kvalitativ litteraturstudie, som vil si at det er litteraturen rundt et bestemt tema vi studerer (Støren, 2013, s. 16). Ved å søke i ulike databaser innhenter vi allerede eksisterende kunnskap innenfor et fagfelt, som er presentert i tidligere studier og artikler. Videre må kunnskapen vi finner systematiseres, vurderes og sammenfattes. Med en litteraturstudie vil en ikke direkte skape ny kunnskap, men det er ikke ukjent at sammenstillinger av flere ulike artikler og studier kan bidra til nye oppfatninger rundt et tema (Støren, 2013, s. 17). I denne oppgaven har jeg forsøkt å finne empiriske studier som enten har sett på risiko- eller suksessfaktorer knyttet til ungdomsutøvere og dopingbruk, eller begge deler. På bakgrunn av den svært begrensede tidsrammen for oppgaven, var det ikke mulighet for å gjennomføre et eget forskningsprosjekt. Derfor er litteraturstudie som metode gunstig å anvende som følge av dette.

3.2 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

For å finne artikler i søkestrategien som var relevante for problemstillingen min, måtte jeg avgrense søket ved hjelp av inklusjons- og eksklusjonskriterier. Disse kriteriene gjør arbeidet med å filtrere ut irrelevante artikler enklere, og søket ble mer presist.

Inklusjonskriterier:

- Fagfellevurderte artikler.
- Artikler publisert mellom år 2000 – 2022.
- Engelsk språk.
- Ungdomsutøvere (10-23 år).

Eksklusjonskriterier:

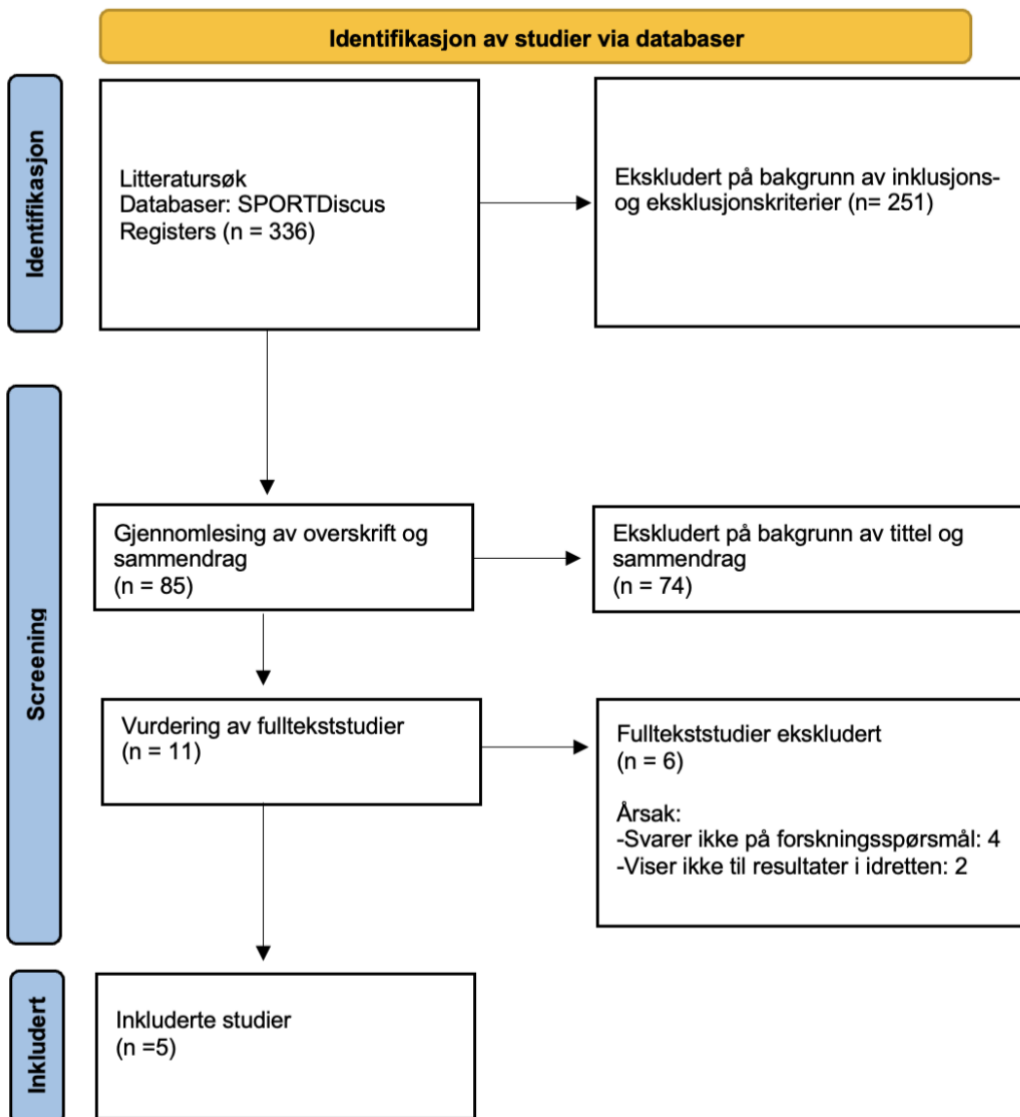
- Artikler publisert før år 2000.
- Artikler som ikke er fagfellevurdert.
- Artikler som ikke har full-tekst tilgjengelig.
- Artikler som har sett på utøvere utenfor alderen 10-23 år.

3.3 Datainnsamling

Målet med litteratursøket var å finne relevante artikler som så på mulig dopingbruk blant ungdom i idretten. Søkemotorene som ble anvendt i søket var SPORTDiscus og Web of Science. Dette er databaser med troverdige kilder, som biblioteket ved NIH anbefaler å bruke. Artikkelen som er funnet utenfor søkestrategien, har jeg fått anbefalt av veileder. Derfor har jeg ved hjelp av manuelt søk i Web of Science funnet artikkelen til Chan et al. (2014). Resten av søkene ble gjennomført i SPORTDiscus, men det skal nevnes at mange av artiklene var overlappende når jeg prøvde ut søkestrategien i Web of Science også. Søkene ble gjennomført i perioden januar 2022 til april 2022.

For å finne frem til søkeord som kan skrives inn i søkefeltet i databasene, brøt jeg problemstillingen ned i ulike deler. Deretter fant jeg nøkkelord til problemstillingen, i tillegg til å finne synonymer for de ulike nøkkelordene. Jeg forhørte meg også med veileder i utarbeidelsen av søkeord, for å få flest mulige relevante søk. Søkestrategien jeg endte opp med var; *“performance enhancing drug*”* OR *“performance enhancing supplement*”* OR *doping* OR *“nutrition supplement*”* AND *“youth athlete*”* OR *“adolescent athlete*”* OR *“teenager*”* OR *“junior athlete*”* AND *sport** OR *“youth sport*”*. I SPORTDiscus valgte jeg å la «Select a field» bli stående som «Optional» i feltet ved siden av søkeordene på alle rader.

Som et resultat av denne søkestrategien endte jeg opp med 85 artikler, etter at inklusjons- og eksklusjonskriteriene var inkludert i søket. Deretter leste jeg overskriftene og «Abstract», og selekterte ut 11 artikler for videre gjennomlesing. Etter å ha lest disse artiklene grundig, valgte jeg ut 5 artikler som er inkludert i studien min. De utvalgte artiklene er nr. 7, 9, 17, 21 og 27 som finnes i SPORTDiscus. Seleksjonen av artiklene illustreres i Figur 1. Grunnen til at jeg valgte å bruke disse kildene i oppgaven, var at de alle har funnet risiko- eller suksessfaktorer rundt hvorfor idrettsungdom velger eller ikke velger å begynne å bruke dopingmidler. Det var dette jeg ønsket å finne ut mer av gjennom min litteraturstudie, og var primært det jeg var ute etter fra disse kildene. Understreker også at alle forskningsartikler som er anvendt i denne oppgaven inneholder empiriske studier. Det betyr at forskningen er innhentet gjennom systematiske undersøkelser og observasjoner gjennomført av forskerne (Malt & Tranøy, 2021).



Figur 1: Prisma Flow diagram.

3.4 Analyse av data

I oppgaven har jeg anvendt et tematisk analyseverktøy til å fortolke og sortere data. Braun & Clarke (2006, s. 79) definerer tematisk analyse som; «*en metode for å identifisere, analysere og rapportere mønster (tema) i data*». Temaet skal fange opp noe som er viktig med dataene i relasjon til forskningsspørsmålet, og representerer en mening innenfor datasettet (Braun & Clarke, 2006, s. 82). Kritikken av analysemetoden baserer seg på at den ikke er anerkjent som en egen metode. Dermed kan det se ut som at analysen er utført av noen som ikke har kunnskap eller ferdigheter til å utføre en mer sikker analyse, ved å bruke andre anerkjente analysemetoder som for eksempel «grounded theory» (Braun & Clarke, 2006, s.97). Dette kan ivaretas ved å beskrive hvordan en har gått frem i analyseringen av data, og hvilke antakelser som er lagt til grunn for analysen. På bakgrunn av kritikken mener derfor Braun & Clarke (2006, s.80) at klarhet rundt prosessen og utøvelse av metoden, er avgjørende for kvaliteten på den tematiske analysen.

Basert på problemstillingen, som ønsker å kartlegge suksess og risikofaktorer som kan påvirke ungdomsutøvere til å ty til dopingmidler eller ikke, valgte jeg å sortere dataene inn i to ulike kategorier. Under lesning av de ulike artiklene sorterte jeg all data som omhandlet risikofaktorer i én gruppe, og alle data som omhandlet forebyggende faktorer mot dopingbruk i en annen gruppe. Resultatene i denne oppgaven er derfor presentert tematisk, hvor risikofaktorer presentertes først og deretter suksessfaktorer for å unngå dopingbruk.

3.5 Metodekritikk

Når vi i en litteraturstudie innhenter informasjon som allerede er undersøkt, vil det normalt medfølge noe problematikk. Litteratursøket i denne studien er begrenset til to ulike databaser, og derfor kan det være sannsynlig at relevant litteratur som finnes i andre databaser har blitt oversett. Hadde jeg utvidet litteratursøket til flere databaser, kan det hende jeg hadde funnet enda flere relevante artikler. Valg av inklusjons- og eksklusjonskriterier kan også ha bidratt til at andre relevante artikler kan ha blitt oversett.

Kildekritikk er et viktig element å tenke på når studien bygger på allerede eksisterende litteratur som andre mennesker har funnet. Dalland (2013, s. 67) definerer kildekritikk som «*[...] de metodene som brukes for å fastslå om en kilde er sann*». Derfor må de kildene som benyttes,

vrderes og kategoriseres. I fagfelt som det forskes mye på og som vokser raskt, kan det være nødvendig å se på om litteraturen er oppdatert i forhold til dagens situasjon (Dalland, 2013, s. 73). Dette prøvde jeg å ivareta ved å ekskludere alle artikler som var publisert før år 2000, da jeg ville anvende oppdatert litteratur innenfor et tema det stadig utvikles nye metoder og kunnskap om. Tidligere i teksten ble det nevnt at et av inklusjonskriteriene var at artikkelen skulle være fagfelleverdert. En fagfelleverdert artikkel er kvalitetssikret av eksperter innenfor et fagfelt, og er dermed gunstig å anvende i vurderingen om en kilde er sann eller ikke.

I arbeidet med kildekritikk er det hensiktsmessig å føre en oversikt over studiens validitet og reliabilitet. Validiteten innebærer om dataene vi har samlet inn er relevante for problemstillingen, og om de måler det vi ønsker å måle (Halvorsen, 2008, s. 67). I min studie var jeg derfor opptatt av å finne relevante data, som faktisk målte risiko- og suksessfaktorer for å begynne med doping i ungdomsidretten eller ikke. Reliabilitet omhandler hvor pålitelige målingene er (Halvorsen, 2008, s. 68). I søkestrategien har jeg brukt inklusjons- og eksklusjonskriterier for å selekttere ut pålitelig litteratur for problemstillingen, og dette har bidratt til å tilfredsstille reliabiliteten i studien. Angående studiens reliabilitet, er det usikkert om alle relevante artikler rundt temaet er blitt fanget opp, på grunn av begrensninger i litteratursøket.

4.0 Resultater

I dette kapittelet presenterer jeg hovedfunnene fra artiklene som er inkludert i min litteraturstudie. Studiene diskuterer hvilke faktorer som regnes som risiko eller suksess, når det kommer til om ungdomsutøvere velger å bruke dopingmidler eller ikke. På bakgrunn av den tematiske analysen har jeg valgt å klassifisere resultatene inn i to temaer; *risiko- og suksessfaktorer*. Artikler som i sine resultater har funnet både risiko- og suksessfaktorer, vil være en del av begge kategoriene. Forskning som har sett på risikofaktorer for å begynne med doping presenteres først, og deretter forskning som har funnet suksessfaktorer for å unngå dopingmidler. Studienes utvalg, metode og problemstilling er beskrevet mer detaljert i Vedlegg 1.

4.1 Risikofaktorer for bruk av dopingmidler

Mangel på kunnskap om dopingmidler

Duncan et al. (2018, s. 168) hevder det er stor mangel på grunnleggende kunnskap om doping blant utøvere som konkurrerer på regionalt nivå. Videre mener forskerne at kunnskapsmangel er en stor risikofaktor for et fremtidig dopingmisbruk. I funnene fremgår det også at støtteapparatet rundt utøverne har store kunnskapshull når det kommer til doping. Risikoen for doping blir enda høyere når støtteapparatet ikke kan gi utøveren troverdig informasjon om dopingmidler, og de negative konsekvensene av det.

Påvirkning fra sosiale nettverk

En annen viktig observasjon forskerne gjorde, var hvilken rolle mennesker i utøverens sosiale nettverk spiller inn. Både innenfor og utenfor idrettskonteksten, kan det sosiale nettverket bidra til å påvirke eller forebygge at utøveren begynner med dopingmidler. Indirekte signaler fra lagkamerater, trenere eller foreldre i samhandling med utøver, kan føre til at utøvere opplever et press om å dope seg. Eksempelvis i det ene portrettet, er det en far som prøver å finne måter å hjelpe sønnen til å bli større og sterkere på. Dette kan for sønnen oppleves som støttende, men også i verste fall oppfattes som press til å bli stor og sterk (Duncan et al., 2018, s. 168).

Utøvers egen prestasjonssammenligning

Det siste funnet i studien til Duncan et al. (2018), omhandler idrettsutøvers konstante overvåkning av egen fremgang og prestasjoner, opp mot konkurrenter på samme alder. Dette

kan føre til uetiske holdninger og atferd, som for eksempel doping. Dersom idrettsutøvere føler at de ikke kan opprettholde sin prestasjon eller posisjon på et lag, i kombinasjon med å føle at de ikke har ressurser nok til å lykkes på en sunn måte, kan det føre til et ønske eller press om å bruke prestasjonsfremmende midler (Duncan et al., 2018, s. 168).

Opplevd press om perfektjonisme fra foreldre

Madigan et al. (2016) undersøkte sammenhengen mellom forskjellige aspekter ved perfektjonisme i sport, og positive holdninger til doping blant ungdomsutøvere. Forskerne delte perfektjonisme inn i fire aspekter; perfektjonistiske streben, perfektjonistiske bekymringer, foreldrepres om å være perfekt og trenerpress i forhold til prestasjon og resultater. Studiens resultat viste en signifikant sammenheng mellom foreldrenes press om å være perfekt, og positive holdninger til doping hos utøver. Juniorutøvere som hadde en oppfatning av at foreldrene forventet at de skulle være perfekte, hadde mer positive holdninger til doping enn utøvere som ikke opplevde slike forventninger av sine foreldre (Madigan et al., 2016, s. 704).

Kosttilskudd kan være en døråpner til dopingmisbruk

Barkoukis et al. (2014, s. 586) viste med sine resultater at risikoen for å bli en dopingmisbruker økte med økt bruk av kosttilskudd. Funnene tyder på at bruk av kosttilskudd ser ut til å kunne påvirke resonneringsmønstre og motivasjonsdrivkraften, selv blant ungdomsutøvere som ikke doper seg. Et annet funn i studien viste at brukere av kosttilskudd rapporterte betydelig sterkere doping-intensjoner, og generelt mer positive holdninger til doping. De oppfattet bruk av kosttilskudd som mindre risikabelt enn dopingbruk, sammenlignet med utøvere som ikke brukte kosttilskudd. Utøvere som oppga at de selv brukte doping, rapporterte betydelig høyere prevalensestimater for dopingbruk blant idrettsutøvere på samme nivå, og for eliteutøvere i deres land. Det fremgår også av funnene at de som rapporterte et hyppigere bruk av kosttilskudd, hadde nesten dobbel så stor sannsynlighet for også å rapportere om bruk av doping (Barkoukis et al., 2014, s. 586).

Det er viktig å presisere at forskerne understreker at ikke alle brukere av kosttilskudd tyr til dopingmidler. I denne studien rapporterte ni av ti utøvere at de selv ikke drev med doping. Dette illustrerer at en betydelig andel av kosttilskudd-brukere, aldri vil gå over til den «mørke siden» for å forbedre prestasjonsevnen (Barkoukis et al., 2014, s. 587).

Tilskrivning av suksess til ytre faktorer

Funnene i studien til Barkoukis et al. (2013, s. 217) viser at troen på årsakene til suksess i idrett, utgjør en annen dimensjon av risikofaktorer for dopingfølsomhet og – bruk. Tilskrivningen av suksess til ytre faktorer – som juks og annet bedrageri, er en betydelig risikofaktor for dopingbruk, selv helt i begynnelsen av idrettskarrieren. Fiksing på suksess til enhver pris kan rettferdiggjøre juks. Å tilskrive suksess til illegitime midler, indikerer og oppmuntrer til dopingbruk. Troen på indre faktorer som motivasjon, innsats og evne for å oppnå suksess, var ikke en prediktor for dopingfølsomhet. Studien konkluderer med at dopingbruk ser ut til å være et alternativ blant idrettsutøvere som utvikler maladaptive (forstyrrede) oppfatninger om å oppnå suksess i idrett. Idrettsutøvere som tilskriver suksess til innsats og mestring, og dermed prøver å oppnå økt prestasjonsevne gjennom trening og andre legitime midler, ser ikke på dopingmidler som en mulighet til å bli bedre (Barkoukis et al., 2013, s. 217).

4.2 Suksessfaktorer mot bruk av dopingmidler

Perfeksjonistiske streben hos utøver

I studien til Madigan et al. (2016, s. 703) kom det også frem at perfeksjonistiske streben hos utøver, viste et negativt forhold til positive holdninger knyttet til doping. I tillegg viste det seg at trenerpress kunne føre til perfeksjonistiske streben og bekymringer hos de unge utøverne. Med andre ord vil trenerpress – via perfeksjonistiske streben, føre til en indirekte negativ effekt til positive holdninger rundt doping. Forskerne understreker at perfeksjonistiske streben hos juniorutøvere dermed kan være en beskyttende faktor mot doping, og kanskje ikke bør være et hovedfokus i antidopingprogrammene.

Autonom motivasjon for idrettsdeltakelse

Chan et al. (2014, s. 318) sine resultater viser at idrettsutøvere som er autonomt (selvstyrende) motivert for sport, sammenlignet med utøvere som er kontrollert motivert for sport, har større sannsynlighet for å være autonomt motivert til å unngå dopingmidler. Den autonome motivasjons-orienteringen har vist seg å være den mest gunstige for formasjon av positiv holdning, subjektiv norm, oppfattet kontrollerbarhet over atferden og intensjon om å unngå doping.

Sammenligning av meldingsrammer ved formidling av budskap

Duncan & Hallward (2019, s. 2015) laget et scenario ved hjelp av video, hvor de sammenlignet effekten av meldinger som fremmet gevinst eller tap av å bruke dopingmidler, i forbindelse med sentrale psykologiske forløp for doping blant ungdomsidrettsutøvere. Resultatene viste ingen signifikant forskjell mellom de to meldingstypene. Forbedringer i holdninger, selvtillit og opplevde normer hos deltakerne, økte betydelig fra før til etter video. Dette var uavhengig av hvilken meldingsramme de ble påvirket av. Forskerne mener dette tyder på at en kort 5-minutters video som tar for seg helse, sosiale og moralske aspekter ved doping, kan være et effektivt virkemiddel for å endre erkjennelsene som er kjent for å være assosiert med forebygging av doping (Duncan & Hallward, 2019, s. 2019-2020). Allikevel mener forskerne at en så kort «forebyggingsvideo» i seg selv, ikke er tilstrekkelig til forebygging av doping (Duncan & Hallward, 2019, s. 2020-2021).

5.0 Diskusjon

Resultatene i denne litteraturstudien har fremhevet mulige årsaker til hvorfor ungdom velger å bruke dopingmidler, og forebyggende faktorer som bidrar til at ungdommen velger å styre unna disse stoffene. I dette kapitlet vil jeg diskutere studienes funn, opp mot litteraturen og det teoretiske rammeverket fra kapittel to. Selvbestemmelsesteorien vil bli brukt til å støtte opp og forklare noen av resultatene, i tillegg til litteratur om ungdomsutvikling. Alle de seks studiene viser til ulike risiko- og suksessfaktorer. Det er ingen av studiene som repeterer eller bekrefter hverandres funn, men heller ingen resultater som strider mot hverandre.

5.1 Risikofaktorer

5.1.1 Kunnskapsmangel

Hovedfunnet fra studien til Duncan et al. (2018) er at kunnskapsmangel blant utøver og i støtteapparat, er en stor risikofaktor for dopingbruk. Dersom støtteapparatet rundt utøver hadde hatt mer kunnskap og kompetanse rundt doping, er det rimelig å tenke at utøver hadde fått tilgang på troverdig informasjon og lært om tematikken, fra mennesker i sitt nærmeste nettverk. Det er de nasjonale antidopingorganisasjonene (NADO-er) som har ansvar for å formidle en helhetlig, god og korrekt kunnskap til skole, idrettsprogrammer og offentlige myndigheter (WADA, 2021, s. 12). Selv om WADA legger hovedansvaret på NADO-ene, bør kanskje også idretten selv bli flinkere til å søke kunnskap, og ha en tettere dialog med antidopingorganisasjonene? I WADA-standarden om utdanning står det nedfelt hvilke temaer det skal legges vekt på i opplæringen (WADA, 2021, s. 12-13), noe som skal gjøre det enklere for trenere og ledere i idretten å vite hva de skal legge vekt på i opplæringen.

5.1.2 Påvirkning

Noe som går igjen i flere av resultatene fra studiene jeg har undersøkt, er hvor stor påvirkningskraft mennesker med ulike roller i utøvers nettverk har. Duncan et al. (2018, s. 168) påpekte at mennesker både innenfor og utenfor idrettskonteksten, kan påvirke for og forebygge mot, at utøver begynner med dopingmidler. Dette støttes av Petersen & Leffert (1995, s. 17) som fremhever at hele samfunnet kan ha stor innvirkning på ungdom sin utvikling. Når idrettsarenaen er et sted ungdommen tilbringer mye tid, vil følgelig trenere og lagkamerater inngå i utøvers nære sosiale nettverk, og har dermed mye innvirkning på utøver. Sosiale medier og andre øvrige medier, er også en kilde til ytre påvirkning for ungdom. I nyere tid har det blitt populært for den yngre generasjonen å benytte seg av bilde- og videodelingstjenester, slik som

Instagram og TikTok. Her finnes det mange profiler som gir tips om trening og kosthold, i tillegg til å reklamere for ulike tilskudd – ofte fra upålitelige produsenter. Mange Instagram-profiler i dagens samfunn legger ut innlegg hvor kropp og nakenhet er hovedfokuset. Dermed blir dette også en faktor som bidrar til å påvirke «kroppsidealet» blant ungdom, slik som Petersen og Leffert (1995, s. 7) problematiserer.

Madigan et al. (2016) fant en signifikant sammenheng mellom opplevd forventet press fra foreldre om å være perfekt, og positive holdninger til doping hos utøver. I følge Deci og Ryan sin selvbestemmelsesteori kan handlingene ved kontrollert motivasjon være basert på press (Stai, 2021). Dersom en utøver bedriver idrett på bakgrunn av foreldrepres om å være perfekt, kan vi klassifisere utøvers motivasjon for idretten til å være kontrollert. Når motivasjonen til et menneske er kontrollert, er det ofte vi tyr til den korteste veien til det ønskede resultatet (Stai, 2021). Derfor kan en mulig årsak til at utøvere som føler foreldrepres om å være perfekte, ha mer positive holdninger til doping, da de er ytre motivert for å bedrive idretten. Det betyr at utøver ikke har noen indre motivasjon med positive følelser og glede, som gjør at en får lyst til å frivillig gjennomføre aktiviteten – basert på at en syntes det er gøy. Opplevelse av selvbestemmelse, er en av de tre psykologiske faktorene som må være oppfylt for at en skal kunne styrke indre motivasjon (Stai, 2021). I kontrast, er ikke selvbestemmelse og følelsen av å være styrt av egne interesser og verdier til stede, ved ytre motivasjon. Opplever utøver at det ønskede resultatet med idretten er at foreldrene vil at en skal være perfekt, er det kanskje ikke så rart at dopingmidler kan være en snarvei til å oppnå nettopp dette?

På den andre siden viste også resultatene til Madigan et al. (2016), at trenerpress kunne føre til perfektjonistiske streben og bekymringer hos utøverne. Et spørsmål det da er verdt å stille seg – hvorfor påvirkes utøver annerledes av trenerpress enn foreldrepres? Det kan tenkes at en trener som er involvert i ungdommens idrett og treningsarena, vil gjennom press om å være perfekt, påvirke ungdommens indre motivasjon, som dermed fører til at det er de selv som ønsker å være perfekte. En trener er en fagperson som har kunnskap om idretten ungdommen bedriver, og lærer utøverne hvordan de skal prestere ved hjelp av trening og riktig kosthold. Foreldre derimot, har kanskje ikke like mye kunnskap om idretten og hvordan en skal trene riktig for å prestere. Når det er sagt, har barn og ungdom ofte mye respekt for sine foreldre, og vil dermed gjøre alt for å tilfredsstille deres krav. Sett fra et foreldreperspektiv er det viktig å være klar over hvilken atferd en har, og at en anvender riktig foreldrestil. Petersen & Leffert (1995, s. 18) understreker at den autoritative foreldrestilen har mest positiv innvirkning på

ungdom, da de utøver kontroll samtidig som de gir varme. Disse ungdommene får økt selvstendighet som de har behov for, samtidig som at de får mer ansvar.

5.1.3 Utøvers virkelighetsoppfatning

Duncan et al. (2018, s. 168) fant også ut at idrettsutøveres konstante overvåkning av egen fremgang og prestasjoner, opp mot konkurrenter på samme alder, er en risikofaktor for dopingbruk. Vi vet at den biologiske utviklingen kanskje er den mest dramatiske endringen i ungdomstiden (Petersen & Leffert, 1995, s. 6). Når og hvordan endringene og utviklingen foregår, varierer stort fra individ til individ. Petersen & Leffert (1995, s. 7) mener pubertetsforandringer påvirker både kroppsbildet og selvtilliten til ungdom. Dersom én er vant til å være den høyeste og sterkeste gutten i klassen, men plutselig blir fravokst av alle andre, kan det være tøft for selvbildet og selvtilliten. I et av studiens portrettintervju, uttrykker såkalte «Marc» følgende;

«Det er vilt å gå fra å være den beste gutten på laget siden jeg var 5 år, til å plutselig se alle andre bli større og sterkere enn meg. Det er så frustrerende å se kompiser på samme alder plutselig legge på seg 10 kg med muskler, som tidligere var på samme ferdighetsnivå som meg» (Duncan et al., 2018, s. 166).

Da er det kanskje ikke så rart at dopingmidler virker fristende, for å kunne ta igjen forspranget på de andre og bli sterkere enn før?

At kosttilskudd kan være en døråpner til et fremtidig dopingbruk, var hovedfunnet i studien til Barkoukis et al. (2014). Eksisterende brukere av kosttilskudd, oppfattet kosttilskudd som mindre risikabelt enn dopingbruk, men hadde allikevel flere positive holdninger til doping. Lignende funn kan vi se i studien til Backhouse et al. (2011). Det fremgår av resultatene at dopingbruk var tre ganger så utbredt hos brukere av kosttilskudd, sammenlignet med utøvere som ikke brukte kosttilskudd (Backhouse et al., 2011, s. 248). De som brukte kosttilskudd uttrykte en sterkere tro på at dopingmidler var mer effektivt, enn ikke-brukere. En mulig forklaring på denne overbevisningen kan komme fra erfaringene de har hatt med bruken av kosttilskudd, som kan ansees som en «lovlig» måte å drive prestasjonsfremming på. Backhouse et al. (2011, s. 248) mener funnet stemmer overens med gateway-teorien. Teorien baserer seg på at lovlig rusmiddelbruk sekvensielt etterfølges av ulovlig rusmiddelbruk, på bakgrunn av at det eksisterer et positivt forhold mellom de to atferdene.

Tilskrivning av suksess til ytre faktorer fant Barkoukis et al. (2013) som en risikofaktor for dopingbruk blant ungdomsutøvere. Utøvere som tilskriver gode resultater til juks og bedrageri, har større sannsynlighet for å selv ty til ulovlige metoder og stoffer for å oppnå bedre resultater. Et lignende funn gjorde Barkoukis et al. (2014) i sin studie, hvor de undersøkte brukere av kosttilskudd. Resultatene viste at risikoen for å begynne med doping var høyere blant utøvere som trodde at mange av deres konkurrenter brukte dopingmidler. Selv om de to funnene omhandler to ulike situasjoner, er de begge basert på at utøver «antar» noe på bakgrunn av noe de har hørt eller tror, som vedkommende egentlig ikke har nok kunnskap om. Dermed kan det se ut som at det ikke bare er kunnskapsmangel om dopingmidler i seg selv, men også kunnskapsmangel og urealistisk virkelighetsoppfatning av sjargongen i miljøet en er en del av, som kan være en risikofaktor for å begynne med doping.

Vi kan finne eksempler på dette fra virkeligheten, i den internasjonale langrennssporten. Under Seefeld-VM i 2019 ble den østeriske langrennsløperen Max Hauke tatt på fersken, mens han satt med nålen i armen og bedrev bloddoping. Hauke har i senere tid fortalt at alle på det østeriske laget hadde mistenkt de sterkeste langrennsnasjonene, deriblant Norge, Sverige og Russland – for å drive med doping. Den dopingtatte utøveren mener mistankene toppet seg, da Russlands dopingskandale i Sotsji-OL i 2014 ble bragt frem i lyset. Hauke satt dermed igjen med tanken; «*Er det bare jeg som ikke doper meg?*» (Godø, 2022). Etter dette begynte østerrikeren med systematisk bloddoping. I ettertid har Max både erfart og innsett at de færreste i langrenn driver med doping, og at han hadde helt feil tro og kunnskap om miljøet i langrennssporten.

5.2 Suksessfaktorer

5.2.1 Indre motivasjon

Vi har tidligere diskutert hvordan opplevd press fra foreldre om å være perfekt, kan føre til økt risiko for positive holdninger til dopingbruk. De samme forskerne kunne også vise til resultater hvor perfektjonistiske streben hos utøver selv, virket som en beskyttende faktor mot dopingbruk (Madigan et al., 2016, s. 703). Jeg tror en av årsakene til dette kan knyttes til den indre motivasjonen, sett i sammenheng med selvbestemmelsesteorien. Et ønske om å være perfektjonistisk som kommer fra utøvers egne verdier og interesser, blir dermed noe vedkomne er indre motivert for. Rice, Ashby & Slanley (2007, s. 386) understreker i sin studie at perfektjonistiske streben også er tett knyttet opp mot samvittigheten. Med andre ord indikerer

dette at personlighetstrekket samvittighet, er en beskyttende faktor mot doping. Ved å ty til dopingmidler trækker en over på den «mørke siden», og bryter derfor med ens egen samvittighet og verdier.

Dette støttes av forskningen til Chan et al. (2014), som viser til at idrettsutøvere som er autonomt motivert for idrett, har større sannsynlighet for å være autonomt motivert til å unngå dopingmidler. Som forskerne skriver er autonom motivasjon den mest ideelle for dannelsen av positive holdninger, subjektiv norm, oppfattet kontrollerbarhet over atferden og intensjon om å unngå doping. Med dette sagt, er det rimelig å tenke at dersom ungdom skal unngå dopingmidler, bør de bedrive idretten sin ut ifra en indre motivasjon. For at ungdommene skal bli indre motivert for idretten, mener Deci og Ryan (Stai, 2021) at de må oppleve tilstrekkelig med selvbestemmelse. Derfor er det svært viktig at spesielt trenere, legger opp treningsopplegget for ungdom på en måte som gjør at de opplever mestring, og får løse oppgaver på sin egen måte. Dette er viktig for at ungdommen føler en viss grad av selvbestemmelse, tilegner seg mer kompetanse og opplever en følelse av tilhørighet i treningsgruppen.

Barkoukis et al. (2013, s. 217) fant også i sin studie at utøvere som tilskriver suksess til innsats og mestring, ikke ser på dopingmidler som en mulighet til å bli bedre. Slike type utøvere prøver å øke prestasjonsevnen sin gjennom trening og andre legitime midler. Med utgangspunkt i selvbestemmelsesteorien er disse utøverne indre motivert, og de vil oppleve at de styres av egne interesser og verdier (Stai, 2021). Det kan tenkes at utøvere som er indre motivert, vil føle på svik over seg selv og egne verdier dersom de tyr til dopingmidler. Å bryte denne barrieren vil derfor være betydelig vanskeligere, enn for utøvere med en ytre motivasjon. Videre problematiserer Barkoukis et al. (2013, s. 217) konflikten de indre motiverte utøverne står ovenfor, når det kommer til idrettsånden og forpliktelsen til det olympiske idealet «*raskere, høyere, sterkere*». Forskerne mener budskapet bør formidles med forsiktighet, i tillegg til at unge utøvere bør lære hva som bør legges i det å oppnå suksess. Som Petersen & Leffert (1995, s. 22) uttrykker, har samfunnet rundt ungdom en stor innflytelse på deres utvikling, både gjennom sosiale institusjoner som idrett, men også gjennom hva som formidles av media. De understreker at gjennom lokale institusjoner og ungdommens sosiale nettverk, overføres sosiale verdier og forventninger til atferd og utvikling (Petersen & Leffert, 1995, s. 22). Derfor er det særdeles viktig at det er de riktige og sunne verdiene som fremmes, i tillegg til viktigheten av gode og tydelige foregangspersoner å se opp til i miljøet en er en del av.

5.2.2 Formidling av budskap i det forebyggende arbeidet

I Duncan & Hallward (2019) sin studie kunne de ikke finne en signifikant forskjell i effekt mellom de to videoene, hvor doping-budskapet enten ble formidlet med fokus på vinnende elementer ved å unngå doping, eller tapselementene ved å bruke doping. Eksempelvis hadde videoen med fokus på gevinsten ved å unngå doping en slik tekst; «Å unngå doping kan hjelpe deg med å opprettholde ren hud». I videoen med fokus på tapselementer ved å bruke doping sa de derimot; «Doping kan føre til fet hud og akne» (Duncan & Hallward, 2019, s. 2016). Det er interessant at ungdommenes oppfatninger rundt doping ikke ble påvirket forskjellig, av de ulike meldingsrammene. Det er naturlig å tenke at et meldingsformat som fremmer gevinsten av å unngå dopingmidler er mer positivt ladet, og dermed formidler budskapet på en mer oppmuntrende og motiverende måte, enn et negativt ladet budskap.

Uavhengig av positivt eller negativt ladet budskap, kunne forskerne derimot konstatere at selv om ungdommen bare fikk en kort innføring med antidopingkunnskap, ble holdninger, normer og selvtillit betydelig bedre. Dette samsvarer med tidligere forskning gjort av Horcajo & Lutrell (2016, s. 243), som viser til at en relativt lav dose med doping-relaterte meldinger kan ha en betydelig innvirkning på holdninger og intensjoner. Vi kan også finne en mulig forklaring i litteraturen om ungdoms kognitive utvikling. Petersen & Leffert (1995, s. 8) påpeker at i ungdomstiden blir tankesettet mer komplekst, og med økt evne for refleksjon. På dette viset blir en mer klar over mulig risiko, betrakter konsekvenser av handlinger, og blir bedre på beslutningstaking. Selv om ungdommen fikk presentert samme budskap på to forskjellige måter, evner de nå å tenke mer kritisk og reflektere. Til refleksjon, forteller kanskje dette funnet oss at det viktigste er at budskapet blir formidlet, og at måten det blir formidlet på ikke er like kritisk?

5.3 Studiens begrensninger

Som følge av mitt litteratursøk, fant jeg flest forskningsartikler som ser på risikofaktorer for dopingbruk blant ungdomsutøvere, enn suksessfaktorer for å unngå doping. Med andre ord betyr dette at oppgaven har fått belyst flere risikofaktorer for eventuelt dopingbruk, i forhold til antall forebyggende faktorer mot dopingbruk. En mulig årsak til hvorfor det er slik, kan være at det er enklere å måle hvilke risikofaktorer som direkte har innvirkning på dopingbruk. Når det kommer til forebyggende arbeid, er det vanskelig å finne måleparametere som konkret måler hvilke forebyggende tiltak som fungerer. Ofte er det forebyggende arbeidet svært

komplekst, og sammensatt av flere ulike faktorer. Derfor kan det være utfordrende å finne målbare forhold på de forebyggende faktorene, spesielt når de skal måles separat hver for seg. En annen begrensning ved litteraturstudien er at jeg kan ha oversett relevante forskningsartikler, som kunne vært med på å utfylle funnene ytterligere.

6.0 Konklusjon

I denne kvalitative litteraturstudien har jeg undersøkt følgende problemstilling;

Hvilke risiko- og suksessfaktorer er forbundet med bruk av dopingmidler i ungdomsidretten?

Jeg har igjennom denne oppgaven funnet frem til ulike risiko- og suksessfaktorer, som åpenbart påvirker ungdomsutøverne sine holdninger til dopingmidler og eventuelt bruk. Ved hjelp av selvbestemmelsesteorien har jeg forklart årsaken til hvorfor ytre motivasjon er en risikofaktor for dopingbruk, i motsetning til utøvers indre motivasjon som fungerer som en forebyggende faktor. Kunnskapsmangel hos utøver og støtteapparat er en annen betydelig risikofaktor for eventuelt dopingmisbruk. Ved hjelp av det teoretiske rammeverket som beskriver ungdomsutvikling, har vi diskutert hvilke biologiske, kognitive og sosiale endringer som bidrar til at ungdomstiden er en sårbar tid, hvor det er enkelt å la seg påvirke av det nettverket en er en del av. Påvirkning fra trenere, venner, familie og andre jevnaldrende kan både være en risiko- og en forebyggende faktor. Miljøer med gode holdninger og aktive forbilder med riktige verdier, vil fungere som sterke forebyggende faktorer. Avslutningsvis har jeg påpekt funnet om at ungdom nødvendigvis ikke påvirkes i like stor grad av hvordan antidopingbudskapet formidles, men viktigheten av at budskapet faktisk blir formidlet. Oppgaven har derfor svart på problemstillingen ved å presentere flere forskjellige risiko- og suksessfaktorer som er forbundet med dopingbruk i ungdomsidretten.

På bakgrunn av at jeg fant vesentlig få artikler som kartla forebyggende faktorer mot dopingbruk i mitt litteratursøk, ønsker jeg å oppfordre til mer forskning rundt denne delen av temaet. Det er fordelsmessig å kartlegge hvilke risikofaktorer ungdom støter på når det gjelder dopingbruk, og være klar over disse. Allikevel vil jeg påstå at dersom vi klarer å identifisere hvilke faktorer, handlinger og aktiviteter som forebygger dopingbruk, kan idretten og samfunnet aktivt ta hensyn til dette og dermed styrke forebyggingsarbeidet. På sikt vil dette være mer bærekraftig for samfunnet, og for organisasjonene som arbeider med denne problematikken. Da vil de være i forkant av problemet før det oppstår, istedenfor å være på etterskudd og drive brannslukking.

7.0 Referanser

- Ahmadi, N., Ljungqvist, A. & Svedsåter, G. (Red.). (2016). *Doping and Public Health*. Routledge.
- Antidoping Norge. (u.å.a). *Kosttilskudd*. Hentet 14. mars 2022 fra <https://www.antidoping.no/kunnskap-og-ressurser/kosttilskudd>
- Antidoping Norge. (u.å.b). *Lovbestemmelser*. Hentet 14. mars 2022 fra <https://www.antidoping.no/kunnskap-og-ressurser/lovbestemmelser>
- Backhouse, S. H., Whitaker, L. & Petróczi, A. Gateway to doping? Supplement use in the context of preferred competitive situations, doping attitude, beliefs, and norms. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 23, s. 244-252. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2011.01374.x>
- Barkoukis, V., Lazuras, L. & Tsorbatzoudis, H. (2013). Beliefs about the causes of success in sports and susceptibility for doping use in adolescent athletes. *Journal of Sport Sciences*, 32 (3), s. 212-219. <https://doi.org/10.1080/02640414.2013.819521>
- Barkoukis, V., Lazuras, L., Ludcidi, F. & Tsorbatzoudis, H. (2014). Nutritional supplement and doping use in sport: Possible underlying social cognitive processes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 25, s. 582-588. <https://doi.org/10.1111/sms.12377>
- Barland, B. (2016). *Fortellinger om doping og kroppskultur*. Cappelen Damm.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), s. 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bryhn, R. & Svihus, B. (2018, 11. mai). Kosttilskudd. I *Store medisinske leksikon*. <https://sml.snl.no/kosttilskudd>
- Bryne, L. (2022, 11. februar). Russisk kunstløp-komet avga positiv dopingprøve – saken hastebehandles av CAS. *NRK Sport*. <https://www.nrk.no/sport/russisk-kunstlop-komet-avga-positiv-dopingprove--saken-hastebehandles-av-cas-1.15850935>
- Chan, D. K. C., Dimmock, J. A., Donovan, R. J., Hardcastle, S., Lentillon-Kaestner, V. & Hagger, M. S. (2014). Self-determined motivation in sport predicts anti-doping motivation and intension: A perspective from the trans-contextual model. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18 (3), s. 315-322. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.04.001>
- Dalland, O. (2013). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. (5. utg.). Gyldendal.
- Drange, M. (2020, 31. desember). Doping. I *Store Medisinske Leksikon*. <https://sml.snl.no/doping>

- Duncan, L. R., Hallward, L. & Alexander, D. (2018). Portraits of adolescent athletes facing personal risk factors for doping initiation. *Psychology of Sport & Exercise*, 39, s. 163-170. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.012>
- Duncan, L.R. & Hallward, L. (2019). An Experimental Test of the Efficacy of Gain – and Loss-Framed Messages for Doping Prevention in Adolescent Athletes. *Substance use & Misuse*, 54 (12), s. 2013-2024. <https://doi.org/10.1080/10826084.2019.1626432>
- Godø, Ø. (2022, 1. februar). Dopingdømte Max Hauke – sjokkert over norske metoder. *Dagbladet*. <https://www.dagbladet.no/sport/sjokkert-over-norske-metoder/75171684>
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet – en innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Cappelen Damm Akademisk.
- Horcajo, J. & Luttrell, A. (2016). The Effects of Elaboration on the Strength of Doping-Related Attitudes: Resistance to Change and Behavioral Intentions. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38 (3), s. 236-246. <https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0316>
- Madigan, D. J., Stoeber, J. & Passfield, L. (2016). Perfectionism and attitudes towards doping in junior athletes. *Journal of Sport Sciences*, 34 (8), s. 700-706. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1068441>
- Malt, U. & Tranøy, K. E. (2021, 7. november). I *Store norske leksikon*. <https://snl.no/empiri>
- Olympiatoppen. (u.å). 6. *Fakta om kosttilskudd og idrett*. Hentet 27. april 2022 fra <https://olympiatoppen.no/fagomrader/idrettspsernaering/faktaark/fakta-om-kosttilskudd-og-idrett/>
- Petersen, A. C. & Leffert, N. (1995). What is special about adolescence? I Rutter, M (Red.), *Psychosocial disturbances in young people: Challenges for prevention*. (s. 3-36). Cambridge University Press 1995.
- Rice, K. G., Ashby, J. S. & Slanley, R. B. (2007). Perfectionism and the Five-Factor Model of Personality. *Assessment*, 14 (4), s. 385-398. <https://doi.org/10.1177/1073191107303217>
- Stai, S. (2021, 9. februar). Selvbestemmelsesteorien. I *Nasjonal Digital Læringsarena*. Hentet 19. april 2022 fra <https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:1:7b85f47a-e6ee-4e10-93f0-6dcbb8fe88cc/topic:1:61d57775-88c9-4d8f-b49f-bfe85ff652d0/resource:da356aee-04a7-4712-8833-e960321e34de>
- Støren, I. (2013). *Bare søk!* (2. utg.). Cappelen Damm.
- Tønnesson, Ø. & Svartdal, F. (2021, 8. februar). Ungdom. I *Store medisinske leksikon*. <https://sml.snl.no/ungdom>
- World Anti-Doping Agency (2021). *World Anti-Doping Code, International Standard: Education*. https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/international_standard_ise_2021.pdf

World Anti-Doping Agency. (u.å.a). *The World Anti-Doping Code*. Hentet 24. mars 2022 fra <https://www.wada-ama.org/en/what-we-do/world-anti-doping-code>

World Anti-doping Agency. (u.å.b). *Who We Are*. Hentet 28. April 2022 fra <https://www.wada-ama.org/en/who-we-are>

8.0 Vedlegg

Vedlegg 1: Skjematisk fremstilling av oppgavens empiriske studier.

År	Forfatter(e) og tittel	Deltakere	Metode	Problemstilling/Hypotese
2013	Barkoukis, V., Lazuras, L. & Tsorbatzoudis, H. (2013). <i>Beliefs about the causes of success in sports and susceptibility for doping use in adolescent athletes.</i>	309 ungdoms-utøvere i aldersgruppen 14-18 år. Deltakerne var rekruttert fra både individuelle- og lagidretter i Hellas. Eksempel på utvalg av idretter; basketball, fotball, volleyball, håndball, friidrett, svømming, taekwondo og roing.	Kvantitativ metode	Undersøkte virkningen av ungdoms-eliteutøveres oppfatning av suksess, og hvordan dette kan spille inn på følsomheten for dopingmisbruk.
2014	Barkoukis, V., Lazuras, L., Ludcidi, F. & Tsorbatzoudis, H. (2014). <i>Nutritional supplement and doping use in sport: Possible underlying social cognitive processes.</i>	650 ungdoms-utøvere i aldersgruppen 14-20 år. Deltakerne var rekruttert fra idrettslag lokalisert i en stor by i Nord-Hellas, og inkluderte både individuell- og lagidrett. Idretter; fotball, basketball, volleyball, håndball, friidrett, svømming, skyting, taekwondo, boksing og vannpolo. 27 av deltakerne spesifiserte ikke sin idrett.	Kvantitativ metode	Studien ser på sammenhengen mellom kosttilskudd og doping. Målet med studien var å undersøke to ting; <ul style="list-style-type: none"> - Om bruk av kosttilskudd er assosiert med selvrapportert dopingbruk. - Om brukere av kosttilskudd har flere positive holdninger til dopingmidler, sammenlignet med de som ikke bruker kosttilskudd. <p>Hypotesen antok at utøvere som brukte kosttilskudd gradvis så på doping som noe mer akseptabelt, og etter hvert ble noe de kunne starte å bruke.</p>
2014	Chan, D. K. C., Dimmock, J. A., Donovan, R. J., Hardcastle, S., Lentillon-Kaestner, V. & Hagger, M. S. (2014). <i>Self-determined motivation in sport predicts anti-doping motivation and intension: A perspective from the trans-contextual model.</i>	410 unge utøvere med en gjennomsnittsalder på 17,70 år, som drev med regelmessig trening på det Vest-Australske instituttet for idrett. Utvalget var både elite-utøvere (nasjonalt og internasjonalt nivå), eller sub-elite utøvere (regionalt nivå). Seks individuelle idretter og seks lagidretter var med i studien; friidrett, badminton, turn, svømming, triatlon, cricket, fotball, landhockey, rugby og vannpolo.	Kvantitativ metode	Studien undersøkte de psykologiske faktorene knyttet til intensjon om å unngå doping blant ungdomsutøvere.

2016	<p>Madigan, D. J., Stoeber, J. & Passfield, L. (2016). <i>Perfectionism and attitudes towards doping in junior athletes.</i></p>	<p>Utvalget bestod av 130 mannlige ungdomsutøvere fra to ulike sports-akademier i England.</p> <p>Gjennomsnittsalderen på utøverne var 17,3 år. Deltakerne drev med mange forskjellige idretter, både individuell- og lagidretter.</p> <p>Idretter; fotball, rugby, basketball, friidrett, tennis og squash.</p>	Kvantitativ metode	<p>Målet med studien var å undersøke om perfektjonisme er en personlig faktor som kan gjøre unge idrettsutøvere mer sårbare overfor dopingbruk.</p> <p>Studien delte perfektjonisme inn i fire aspekter; perfektjonistiske streben, perfektjonistiske bekymringer, foreldrenes press om å være perfekt, og trenerens press for å være perfekt.</p>
2018	<p>Duncan, L. R., Hallward, L. & Alexander, D. (2018). <i>Portraits of adolescent athletes facing personal risk factors for doping initiation.</i></p>	<p>21 rekrutterte utøvere med en gjennomsnittsalder på 22,24 år.</p> <p>Deltakerne konkurrerte i 13 ulike idretter; fotball, friidrett, vannpolo, synkronsvømming, volleyball, turn, badminton, baseball, basketball, hockey, fotball, rugby og bryting.</p> <p>Flertallet av utøverne konkurrerte på regionalt nivå i deres tidlige ungdomsår, deretter på nasjonalt nivå i de senere ungdomsårene. To av utøverne fortsatte å konkurrere på internasjonalt nivå i løpet av voksenlivet.</p>	Kvalitativ metode	<p>Hensikten med studien var å utforske de personlige og situasjonelle faktorene som bidrar til dopingbruk blant unge idrettsutøvere.</p> <p>For å utdype forståelsen av disse faktorene og hvordan de samhandler, utviklet forskerne kreative sakprosaportretter som skildrer fire øyeblikk der omstendighetene stemte og idrettsutøverne følte seg påvirket/presset til å begynne med dopingmidler.</p>
2019	<p>Duncan, L.R. & Hallward, L. (2019). <i>An Experimental Test of the Efficacy of Gain – and Loss-Framed Messages for Doping Prevention in Adolescent Athletes.</i></p>	<p>Utvalget bestod av 133 utøvere med en gjennomsnittsalder på 13,73 år.</p> <p>Deltakerne drev med både lag- og individuell idrett; svømming, hurtigskøyteløp, dansing, hockey, tennis, fekting, baseball, fotball, friidrett, kunstløp, basketball og triatlon.</p> <p>Utøverne rapporterte at de gjennomsnittlig brukte 10,83 timer i uken på trening og konkurranse i deres hoved-idrett.</p>	Kvantitativ metode	<p>Studien ønsket å sammenligne effekten av meldinger med gevinstramme og tapsramme, for å se om det var forskjell i påvirkningen av intensjoner, holdninger, selveffektivitet og opplevde normer for å unngå dopingbruk blant ungdomsutøvere i alderen 12 til 16 år.</p> <p>Utøverne ble presentert for en kort video, hvor halve gruppen så en video der budskapet var presentert med gevinstramme, og den andre halvdel med tapsramme. Eksempelvis hadde videoen med gevinstrammen en slik tekst; «Å unngå doping kan hjelpe deg med å opprettholde ren hud». Mens i videoen med tapsramme stod det derimot; «Doping kan føre til fet hud og akne».</p>