



Notat

Det mentale i anti-doping

Formålet med projektet "Det mentale i anti-doping" var at opnå en dybere forståelse af, hvordan anti-dopingarbejdet, særligt Whereabouts-systemet, påvirker eliteatleternes mentale helbred.

Vi ønskede at undersøge, hvilke aspekter af anti-dopingarbejdet der skaber mentale udfordringer, og hvordan systemet kan forbedres for at mindske den mentale belastning. Gennem individuelle interviews, der varede en til halvanden time med otte eliteatleter, som alle er eller har været en del af Anti Doping Danmarks prioriterede testpulje, søgte vi at identificere, om der var gennemgående temaer og mønstre på tværs af deres oplevelser og udfordringer med systemet.

Overordnet set bakker atleterne op om vigtigheden af en ren sport og anti-dopingarbejdets integritet. For at sikre tillid og fortrolighed blev interviewene ikke optaget, men deres budskaber blev indsamlet anonymt gennem live-transskribering. Samtalerne fokuserede på tre overordnede temaer: 1) Whereabouts-systemet og den prioriterede testgruppe, 2) Anti-doping arbejdets efterretningssager procedure og 3) Behov for støtte til atleterne og adgang til governance (se bilag).

Interviewene har givet indsigt i, hvordan systemet ud fra et atletperspektiv bør justeres for at opretholde sportens integritet og samtidig beskytte atleternes mentale sundhed.

2.0 Sammenfatning af hovedpointer

Samtalerne viste, at Whereabouts-systemet er en stor mental stressfaktor for de danske eliteatleter. Til trods for deres forståelse af systemets funktion og ansvar for sportens integritet, udtrykker atleterne, at systemet skaber nervøsitet, frygt og angst. Mange frygter at lave fejl og de potentielle konsekvenser for deres elitesportskarriere. Flere fremhævede, at risikoen ved at være en del af systemet fylder meget mentalt. Derimod fremgår det af data, at der er delte oplevelser af selve kontrollantbesøgene. Nogle beskriver det som en sårbar situation at være en del af systemet, da tanken om, at kontrollanter kan dukke op i ens hjem hver morgen kl. 6 for at overvåge prøveaflæggelsen, føles grænseoverskridende. Andre udtrykker, at de ikke har større problemer med besøgene, men finder dem højst irriterende.

Disse hovedpointer uddybes i de følgende afsnit, der belyser eliteatleternes perspektiver og oplevelser omkring det mentale i anti-doping.

3.1 "Det første jeg tænker på, når jeg vågner og går i seng"

Whereabouts-systemet, der kræver atleternes konstante indberetning af deres opholdssted, opleves som indtrængende i deres liv. Selvom atleterne forstår systemets formål og vigtigheden af at sikre sportens integritet, belaster det dem mentalt. Mange beskriver en konstant følelse af stress og frygt for at lave fejl, især når de skal huske at opdatere deres opholdssted. En atlet udtrykker det sådan: "Det er det første og sidste, jeg tænker på, når jeg vågner og går i seng."

Atleterne føler, at de skal være opmærksomme på hver lille detalje, hvilket skaber en stor belastning i deres dagligdag og elitesportskarriere. De oplever, at det er umuligt at bevise deres uskyld, hvis der opstår fejl, og de føler sig alene med ansvaret. En atlet beskriver systemet som



"Every man for themselves" med henvisning til den manglende støtte i systemet, især vedrørende whereabouts-rapporteringen.

3.2 "Laver man fejl, er der stor risiko for at blive beskyldt for at forsøge at snyde"

Angsten for at lave en fejl i whereabouts-systemet kan føre til mistanke om doping, selvom atleten ikke har gjort noget galt. Atleter føler sig hurtigt skyldige i offentlighedens øjne, hvis de får en whereabouts-advarsel. "Hvis offentligheden får det at vide, vil de straks mistænke én for at skjule noget," udtrykker en atlet. Frygten for at miste sin karriere på grund af en simpel fejl i whereabouts-systemet er konstant.

Derudover er der en frygt for, hvad der kunne ske, hvis en test viser et positivt resultat, selvom atleten ved, at de er rene. Dette skaber en dyb bekymring over systemets fejlbarlighed og atleternes evne til at bevise deres uskyld.

3.3 Manglende tydelighed i processer og forskelle mellem anti-doping-organisationer

Flere atleter udtrykker behovet for mere retfærdige retningslinjer mellem atleter og kontrollanter. Der er flere tilfælde, hvor fejl begået af kontrollanter har resulteret i, at atleterne selv bliver straffet. "Jeg havde angivet adressen korrekt, men fik stadig en anmærkning, fordi kontrolløren ringede på den forkerte dørklokke," forklarer en atlet.

Der er behov for klare regler, der præciserer ansvaret mellem atleter og kontrollanter. Dette gælder både i nationale og internationale anti-doping-kontroller. Selvom det nye app-system har forbedret processen, er der stadig udfordringer, som skaber forvirring og frustration hos atleterne.

3.4 Vigtigheden af anti-doping for sportens integritet, men tvivl om renheden

Atleterne bakker op om anti-doping-indsatsen og anerkender vigtigheden af at opretholde en ren sport. Dog er der en vedvarende tvivl om, hvorvidt deres konkurrenter er rene. "Jeg er 90 % sikker på, at der er dopede atleter fra andre lande ved internationale stævner," udtrykker en atlet, der er frustreret over forskellene i testprocedurer på tværs af lande.

Der er også bekymringer om, hvordan anti-dopingarbejdet påvirker atleternes økonomi og rettigheder. Atleterne efterlyser bedre støtte og juridisk rådgivning, især når de uskyldigt bliver mistænkt for doping. "Man har ingen rettigheder, og det er din opgave at bevise, at du er ren," siger en atlet.

3.5 "Træder man ved siden af, står man 100 % alene"

Når en atlet står over for en positiv test eller en mistanke om doping, føler de sig ofte magtesløse og alene. Flere atleter peger på behovet for en neutral point of contact, der kan hjælpe dem i de svære situationer, som efterretningsager medfører. Uanset om en atlet er uskyldig, kan konsekvenserne være alvorlige, såsom et ødelagt offentligt image eller karrierestop. "Verden bryder sammen, og karrieren stopper, hvis man får en positiv test, også selvom man er uskyldig," fortæller en atlet.



Der er dog enighed blandt atleterne om, at bevidst doping skal straffes hårdt. De bakker op om det høje niveau i Danmark, men peger på kompleksiteten af, hvor meget støtte systemet bør give uskyldige atleter.

4.0 anbefalinger fra Danmarks Atletkomité

For at skabe et mere bæredygtigt system, der både bevarer sportens integritet og beskytter atleternes mentale helbred, foreslår Danmarks Atletkomité følgende tiltag:

4.1 Fleksibilitet i Whereabouts-systemet

Komitéen anbefaler større fleksibilitet i Whereabouts-systemet for at undgå, at atleter bliver straffet for små afvigelser. En mere smidig tilgang vil mindske den unødvendige stress for atleterne og stadig sikre kontrol mod snyd.

4.2 Klare retningslinjer for ansvarsfordeling

Der er behov for klare retningslinjer for ansvarsfordelingen mellem atleter og kontrollanter. Ved at præcisere ansvaret kan man reducere den mentale byrde for atleterne og undgå, at de bliver straffet for fejl, de ikke har kontrol over.

4.3 Integreret støtte til mental sundhed i anti-dopingarbejdet

Mental sundhed bør være en integreret del af anti-dopingarbejdet. Der bør tilbydes psykologisk støtte til atleter, især dem, der står over for dopingbeskyldninger. En neutral støtteperson kan hjælpe atleterne gennem den komplekse proces og reducere den mentale belastning.

4.4 AtleTERS rettigheder i anti-doping-processen

Komitéen anbefaler, at der fokuseres mere på at beskytte atleternes rettigheder, især i tilfælde af uskyld. Juridisk bistand og økonomisk støtte bør tilbydes til atleter under efterforskning eller retssager, samt psykologisk hjælp, hvis de frikendes. Dette vil sikre, at atleterne ikke står alene i kritiske situationer.



Bilag: Interview spørgsmål

Alle atleter er blevet stillet alle hovedspørgsmålene, som udgør dem med tal. Kun i 2 ud af de 8 samtaler var det ikke nødvendigt at spørge om underspørgsmålene, som udgør spørgsmålene med bogstaver.

1) Whereabouts-systemet og den prioriterede testgruppe

1. Hvordan oplever du det at være en del af where abouts?
 - a. Hvordan stresser det dig, at du skal indberette hvor du er?
2. Hvordan oplever du at være en del af den prioriteret testgruppe?
 - a. Hvilke specifikke bekymringer har du i forhold til dette?
3. Hvordan påvirker det at være en del af where abouts din dagligdag?
4. Hvordan påvirker at være en del af where abouts dig i træning?
5. I hvilket omfang vurderer du at det også påvirker dit privatliv/familieliv?
6. Har du eksempler på, hvor det har påvirket din performance? Hvordan?
7. I hvilket omfang taler I, som atleter, om anti-doping og whereabouts systemet på tværs af truppen?
 - a. Hvorfor/hvorfor ikke?

2) Anti-doping arbejdets efterretningssager procedure

1. I hvilket omfang kender du nogen som er blevet testet positivt?
2. I hvilket omfang kender du til den proces de har været igennem?
 - a. Hvad tænker du om den proces de har været igennem?
3. Ud fra dit kendskab til anti-doping efterretningsprocesser, hvad mener du om disse i anti-doping sag, som bliver efterforsket?
4. Efter at have fået kortlagt den overordnet proces, som vi har fået fra Anti-doping Danmark, hvad tænker du om, at den nuværende proces og at man bliver notificeret via et brev i e-boks, hvis man har en positiv test?
5. Hvorvidt mener du, at man skal gøre mere for atleten i sager, hvor der har været en positiv test, særligt for dem, hvor dopingen var utilsigtede?
6. Ud fra dit perspektiv, hvilke tiltag i forhold til det mentale i anti-dopingarbejdet mener du, at man skal eller bør indføre?

3) Behovet for hjælp og støtte til atleterne og adgang til governance

1. I andre lande begynder man at indfører, at man både får en mail, et brev, og tilbud om en point of contact samt en video fra Wada's ombudsmand. Hvad tænker du om det som andre lande begynder at indføre øvrige tiltag ved notifikationen om en positiv test?
2. Hvad mener du om, hvis en dopet atlet, utilsigtet, vil få tilbud a point of contact?
 - a. Hvilke fordele og ulemper ser du?
3. Hvad mener du ud fra et atletperspektiv er afgørende, hvis du er bekendt med at en modstander har været dopet/eller er dopet, men det ikke bevist – hvad bør proceduren være?
4. Hvad tænker du om, at man som atlet ikke umiddelbart har adgang til "governance", politiker og procedure inden for anti-doping arbejdet?
5. Afslutningsvis hvad tænker du om følgende udsag: "You are in a system in which you don't have any power"?