



<http://www.diva-portal.org>

This is the published version of a paper published in *Idrottsforum.org/Nordic sport science forum*.

Citation for the original published paper (version of record):

Lundvall, S. (2016)

Intressant som kunskapsbank, men provokativ utifrån ett nordiskt perspektiv: Recension av boken *Health and Elite Sport: Is High Performance Sport a Healthy Pursuit?* / Joseph Baker, Parissa Safai & Jessica Fraser-Thomas (red). Routledge 2015.

Idrottsforum.org/Nordic sport science forum, (7 april)

Access to the published version may require subscription.

N.B. When citing this work, cite the original published paper.

Permanent link to this version:

<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:gih:diva-4411>

Intressant som kunskapsbank, men provokativ utifrån ett nordiskt perspektiv

Suzanne Lundvall

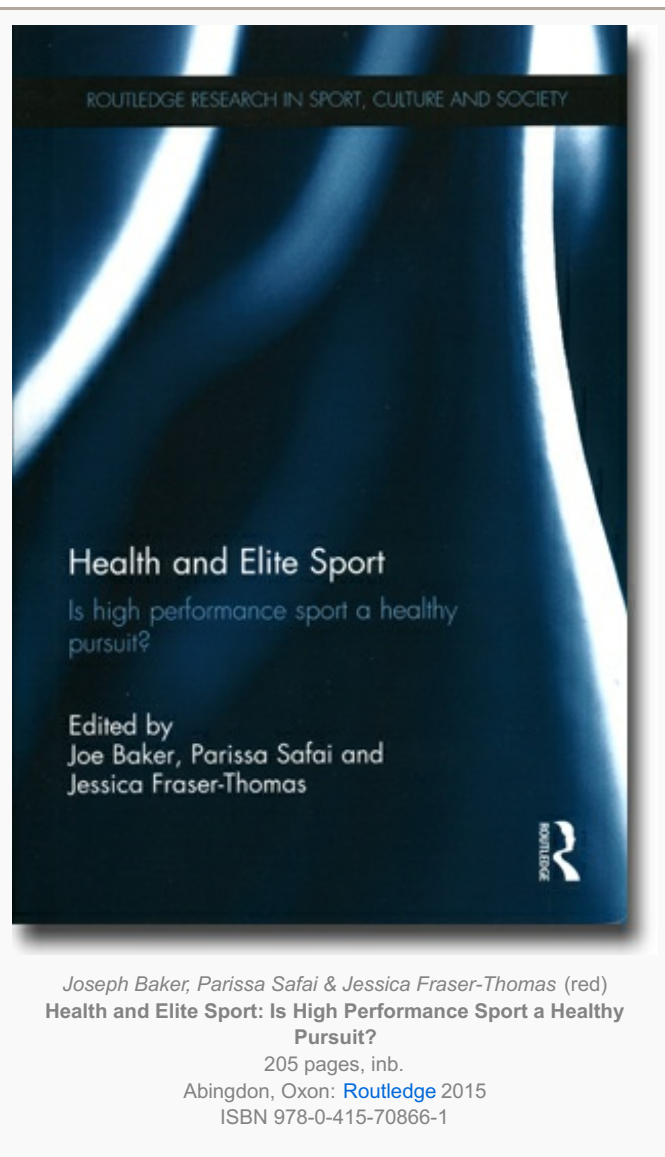
Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH), Stockholm

Frågan har ställts tidigare men behöver ständigt lyftas: Är elitidrott en hälsosam sysselsättning? Redaktörstrion Baker, Safai & Fraser-Thomas, alla väl etablerade inom idrottsforskning, har tagit sig an att sätta samman författare från olika vetenskapliga discipliner för att med utgångspunkt i en flervetenskaplig ambition belysa den angelägna frågan. De anger till och med att antologin är den första i sitt slag att kritiskt undersöka frågan. Redan i inledningen flaggar redaktörerna för att antologin kommer att belysa samband, också motsägelsefulla sådana. Ett skäl till att läsa boken, förutom nyss nämnda samband och motsägelser, är enligt Baker, Safai & Fraser-Thomas, att den kan bidra till vår sociokulturella, politiska och utvecklingsmässiga förståelse av elitidrott, dvs. idrottsutövande på hög prestationsnivå. Kort sagt, bokens innehåll kan bidra till att öka dels vår kunskap om elitidrottens utövare, dels idrottens, tillika hälsans, sociologi. Hur elitidrott respektive hälsa ska definieras lämnas dock till varje kapitelförfattare att avgöra.

Boken täcker tema som talangidentifiering, emotionell hälsa och missbruk inom idrott, ungas positiva utveckling i och genom idrott, fysisk hälsa inom professionell idrott, skaderisker och förekomst av skador samt triaden familj-idrottare-tränare. Vidare uppmärksammas kritiska övergångsskeden i en idrottskarriär, långsiktiga konsekvenser av elitidrottande och idrottens roll avseende åldrande och livslängd. Sist i antologin återfinns ett kapitel om den olympiska rörelsen ur ett hälsoperspektiv..

Redan inledningsvis är det på sin plats att konstatera att boken har ett, vill jag påstå, delvis onyanserat nordamerikanskt perspektiv på idrott och idrottsutövande. Som nordeuropé kan jag känna mig lite vilsen. Det är inte bara de återkommande kraftfulla metaforerna och "one liners" som bidrar till denna känsla, utan också avsaknaden av övergripande samhällsfrågor kring demokrati, normer och värderingar, samt barns och ungas rättigheter. Jag tror det hade varit nästintill omöjligt att publicera en bok liknande denna i Sverige utan att förhålla sig till dessa frågor. Men visst – det är prestationer på hög nivå som är i fokus, och som en av redaktörerna fastslår "no gain without pain". Och vi talar icke-statsunderstödd föreningsidrott.

I förordet skriver en före detta OS-medaljör från Canada, Bruce Kidd, att strävan att göra ett idrottsutövande på hög



nivå både säkert och hälsosamt är både en personlig och politisk fråga. Det handlar inte bara om individens privata val utan också om sociala strukturer och mekanismer kring förhållningssätt och regler samt förväntningar på träning och tävling. Mycket sent i livet väcktes hans egen medvetenhet om detta, och därför är boken så angelägen, skriver Kidd. Vilka är då de fördelar och inbyggda risker med utövandet av elitidrott på hög nivå och över tid? Min recension kommer inte att belysa varje kapitel för sig, snarare kommer jag att göra ett antal nedslag för att synliggöra både kända och okända slutsatser kring elitidrottande och hälsa samt behov av mer kunskap.

Elitidrott på hög nivå ingår i det som Baker, Safai & Fraser-Thomas benämner en 'culture of risk', en riskkultur. Men varken media, tränare eller utövare talar i termer av detta på en mer konkret nivå. Inom denna riskkultur talar man sällan om hälsa och välbefinnande eftersom den (idrotten) vilar på en icke ifrågasatt produktion och reproduktion av hälso-kompromissande normer och praktiker (s. 2). Trots detta är "vägen tillbaka efter en skada" en dominerande och central berättelse (*central narrative*) inom elitidrott. Denna och andra så kallade berättelser behöver ges uppmärksamhet, menar redaktörerna, eftersom de säger något om vår bakomliggande föreställning om vad elitidrott är och vad vi förväntar oss att den ska vara. Här finns ett komplicerat förhållande mellan en normaliserande och romantiserande bild av smärta och skador som beståndsdelar i elitidrott och hälsa och hälsovård. Ett annat utforskat område är beslutsfattares förhållningssätt till elitidrott. Politikens inställning bygger ofta på idén om att idrottande på hög nivå är något som kan "sippra ned" till vanliga människor och på så sätt bidra till ökad folkhälsa. I antologin lyfts London OS 2012 fram som ett exempel på detta synsätt. Här fanns stora förhoppningar från politikerhåll att en s.k. "trickle down effect" skulle infinna sig. Dock är det omvitnat svårt att mäta denna typ av effekter. Det finns således anledning att fundera över hur språkbruket runt elitidrott skulle kunna "paketeras" om för att öppna upp för ett mer känsligt och kritiskt sätt att granska vad elitidrott har möjlighet att bidra med, och vilka både positiva och negativa sidor som finns att hantera.

Det är inte bara tidiga artroser i högre omfattning än hos normalbefolkningen som drabbar elitidrottare, utan också förödande konsekvenser av upprepade hjärnskakningar, för både kvinnor och män.

Under rubrikerna "The enduring 'goodness' of sport" (i kapitel 1) och "Personal development and performance?" (kapitel 2) lyfts resultat från studier som visar på de fördelar som unga har av att tillhöra en idrottskultur under sin uppväxt. För att komma åt dessa fördelar ska helst utövandet ligga på en hög nivå. Här menar författarna att det framkommer tydliga skillnader vad gäller unga idrottares psykosociala utveckling mellan dem som tränar lite eller mycket respektive de unga som inte tränar alls. Med ett "master-orienterat" klimat framträder en rad positiva erfarenheter hos unga avseende upplevd kompetens, relationer till andra, trygghet, tillit och karaktär. Att inte alla elitidrottare har samma erfarenheter, och särskilt inte de som slutar, beror enligt Fraser-Thomas & Strachan, på att idrotten missar att säkerställa så kallade Positive Youth Development (PYD) miljöer. Problemet med unga som upplever ohälsa eller ett icke välbefinnande i elitidrottsmiljöer är inte i sig orsakat av tidig talangutveckling, tidig specialisering eller omfattande träning, utan beror på brister i miljön kring idrottaren/idrottarna. Att enbart ha ett smalt men starkt intresse för idrott som ung är i sig inget problem; ett stort engagemang kan skapa flera och återkommande tillfällen att arbeta med problemlösning, kunskapsutveckling och nära relationer. Här framträder ett något annorlunda tänkande kring elitidrott, tidig specialisering och investering i tid än vad som vanligen lyfts fram i nordisk idrottsforskning. Flera av bokens kapitelförfattare (Fraser-Thomas & Strachan samt Rongen, Cobley, McKenna & Till) uppmärksammar dock att berättelsen om att vara elitidrottare bär på sina myter. Talesätt som representeras av metaforer som "sport is life and life is sport", "win at all costs" eller "no pain without gain" spår på bilden av att det är okomplicerat att vara en prestationsidrottare.

Förutom att beskriva hur idrott kan bidra till ungas psykiska utveckling och hälsa under ungdomsåren innehåller antologin ett kapitel om talangidentifiering och hälsa. En utmaning kan man tycka. I kapitel tre, av Rongen, Cobley, McKenna & Till, beskrivs unga utvalda idrottares möjligheter att nå en långsiktig och framgångsrik idrottskarriär och hur den kan stärkas med hjälp av en modell kallad "talant identification and development system" (TIDS). TIDS som modell vänder delvis upp och ned på ett traditionellt svenskt/nordiskt synsätt på omhändertagandet av unga lovande idrottare. Det som utmanar en nordbo är inte synsättet på vad som skapar en god miljö (långsiktighet, en holistisk utgångspunkt, balans, integrerade träningsmetoder, uppföljning psykisk, social, fysisk hälsa etc.), utan snarare den

självklara tillämpningen av modellen i ung ålder. Den svenske idrottsforskaren Tomas Peterson har anledning att närstudera detta kapitel utifrån hans kritik av tidig selektering och specialisering.

Rongen, Copley, McKenna & Till konstaterar också att TIDS-modellen innebär utslagning, och att detta är ett konstant inslag i TIDS, vilket i sin tur kan leda till utbrändhet och skador. Likväl menar författarna att väl fungerande TIDS-miljöer kan bidra till att idrottaren bygger upp en beredskap inför idrottens villkor och de utmaningar som väntar en idrottskarriär. Även om skaderisker finns inom miljöer som tillämpar TIDS menar forskarna att detta inte är ett (stort) problem bland talangfulla idrottare. Man konstaterar (något krasst), med hjälp av longitudinella studier, att skador är ett fenomen som finns inom elitidrott och något som en elitidrottare behöver kunna hantera. När det gäller mental hälsa finns dock en problematik bland unga idrottare, bland annat orsakat av ensidig identitetsformering och eventuell mis-match mellan prestationsgrad och individen. Samtidigt menar kapitelförfattarna Rongen, Copley, McKenna & Till att en stark idrottsidentitet skapar möjligheter att förbereda sig på och klara olika skeenden och övergångsperioder inom en idrott. Kapitlets slutsats är att TIDS kan fungera väl och att det finns studier som pekar på lovande resultat. Unga idrottare synes klara av, inom en välreglerad modell, den dubbla bördan av att satsa både på idrott och skola. TIDS kan till och med minska en ung idrottares upplevda stress. Dock är det inte alltid som ett internat-boende för utövarna är att rekommendera. Här kan negativa drag förstärkas – fixering vid mat, träning, resultat etc. Om idrottaren lär sig ställa egna krav på sig själv, känner sig entusiastisk och välmotiverad, involverad och inkluderad, då fungerar TIDS. För den intresserade finns åtta rekommendationer för tillämpning av TIDS (se s. 45).

Frågan om samhället behöver elitidrott i den form världen nu skådar 'är en icke-fråga' i denna antologi, liksom aspekter rörande barnrättsperspektiv, idrottens kommersialisering, m.m.

Andra kapitel som har väckt mitt intresse handlar om hur relationen mellan elitidrott och åldrande ser ut; vad vet vi om åldrande elitidrottare, eller om kroppens anpassning till ålder och idrottande mer generellt (i kapitel 5 och del II i antologin). Här synliggörs ett mänskligt experiment i stor skala. Den gradvis ökande träningen och den idrottsmedicinska expertisens och fysiologernas ökade kunskaper om hur prestationsförmågan kan höjas leder till ett stort lidande hos grupper av f.d. elitutövare. Det är inte bara tidiga artroser i högre omfattning än hos normalbefolkningen som drabbar elitidrottare, utan också förödande konsekvenser av upprepade hjärnskakningar, för både kvinnor och män. Här visar statistik från amerikansk fotboll, rugby och ishockey hur idrottare i relativt tidig ålder drabbas av depressioner, alzheimer och demens (se exempelvis kapitlet 5 och 9). Överraskande är också de data som Baker, Wattie och Lemez visar kring Nobelpristagares risk för tidig död. Att talangfulla idrottare som tidigt når framgång genom suveräna prestationer också verkar ha ett kortare livsspann förstärker bilden av att det finns något ohälsosamt i att utöva tidig och extrem elitidrott (Baker, Wattie och Lemez). Även om idrott och fysisk aktivitet ständigt lyfts fram i positiva ordalag har exempelvis Baker, Wattie och Lemez svårt att helt säkert visa att ett intensivt idrottande förlänger livet. Det saknas forskning som tar hänsyn till om idrottare de facto har särskilda specifika genetiska förutsättningar som bidrar till ett långt liv. Men visst finns data som handlar om åldrandets "upplösning" och hur idrottare spränger åldrandets traditionella gränser. Underbara är historierna om maratonlöparna Whitlock, som vid 82 års ålder sprang sitt maraton under tre timmar, och Singh, som sprang sitt första maraton vid 89 års ålder och just lär ha slutat vid 102 år. Att idrott kan skapa meningsfullhet upp i åren verkar vara oomtvistat (!) (Gillett, Ross & Switzer).

Ett annat intressant område som också lider brist på forskning är hur triaden idrottare-familj-tränare ser ut över tid, och ur ett hälsoperspektiv (Cope, Harvey & Kirk). Vilka krav ställs på familjer med elitidrottare? Hur klarar syskonen av en elitidrottande syster/bror? Vilka uppoffringar måste göras? Och hur kan föräldrars önskan om "vinst" hanteras? Kapitlet innehåller kanske inte så mycket nytt men fyller sin plats och påpekan det att longitudinella data saknas bör tas på allvar

Nå, men hur kan man sammanfatta denna antologi, som kritiskt vill granska effekter av elitidrottsutövande i relation till hälsa? Frågan om samhället behöver elitidrott i den form världen nu skådar 'är en icke-fråga' i denna antologi, liksom aspekter rörande barnrättsperspektiv, idrottens kommersialisering, m.m. Jag gläds åt att få ta del av

internationell forskning, såväl ny som något äldre och från flera olika discipliner. Boken kan här bidra med kunskap. Jag noterar dock att svenska, danska och norska idrottsforskare i stort sett saknas bland referenserna. De är få, mycket få. Knappt några. Här finns möjligheter att parallellt med denna antologi läsa SISU:s digitalt tillgängliga flervetenskapliga antologi *Women and Sport*. Den kan ge en viss balans när det gäller att förstå samspelet elitidrott-hälsa-prestation. Centrum för Idrottsforskning's skrift *Vem som platsar i laget* rekommenderas också.

Mitt slutomdöme blir att antologin är intressant, provokativ i vissa stycken, en kunskapsbank att kunna referera till, men där tillämpningen av bokens olika slutsatser lämnar mer att önska ur ett nordiskt perspektiv. Antologins redaktörer bär på en fascination för elitidrott. Det finns en stark tilltro till att idrottarens strävan att spränga gränser kan mötas med hjälp av forskningen. Den kan bidra med bättre modeller kring hur unga kan skolas in, tränare kan utvecklas, och hur triaden familj, tränare, atlet kan stärkas. Målet att fortsatt nå 'högre, starkare och fortare' vilar över boken. Experimentet 'high performance sport' är i sin linda – och vi vet inte tillräckligt om hur hälsa kan relateras till högpresterande idrottsutövare sett i ett längre tidsperspektiv. Här finns mycket att följa upp och uppmärksamma redan i vår nutid. Det är vi skyldiga våra elitidrottare.

Copyright © [Suzanne Lundvall](#) 2016

Table of Content

Foreword (*Bruce Kidd*)

Chapter 1. Sport and health of the high performance athlete: An introduction to the text (*Parissa Safai, Jessica Fraser-Thomas and Joseph Baker*)

Part 1: Health and the developing elite athlete

Chapter 2. Personal development and performance? Exploring positive youth development in elite sport contexts (*Jessica Fraser-Thomas and Leisa Strachan*)

Chapter 3. Talent identification and development: The impact on athlete health? (*Fieke Rongen, Stephen Cobley, Jim McKenna and Kevin Till*)

Chapter 4. Health and the athletic family (*Edward Cope, Stephen Harvey and David Kirk*)

Chapter 5. Injury risk and long-term effects of injury in elite youth sports (*Tanis J. Hastmann and Dennis J. Caine*)

Part 2: Elite sport participation over the lifecourse

Chapter 6. In the name of performance: Threats, belittlement, and degradation (*Ashley Stirling and Gretchen Kerr*)

Chapter 7. Transitional challenges and elite athletes' mental health (*Paul Wylleman, Nathalie Rosier and Paul De Knop*)

Chapter 8. Sport and longevity: Does being an elite athlete result in longer life? (*Joseph Baker, Nick Wattie and Srdjan Lemez*)

Chapter 9. An early grave or the fountain of youth: Sport and the malleability of chronological age (*James Gillett, Alison Ross and Amanda Switzer*)

Part 3: From self to society: Select topics on the elite sport-health question

Chapter 10. 'To thine own self be true': Sports work, mental illness and the problem of authenticity (*Martin Roderick and Ben Gibbons*)

Chapter 11. Pushing towards excellence: Is Paralympic sport a healthy pursuit? (*P. David Howe*)

Chapter 12. Re-imagining the urban citizen: Leveraging physical cultural legacies (*Amanda De Lisio, Inge Derom, and Robert VanWynsberghe*)

Chapter 13. The Olympic movement, sport and health (*Louise Mansfield and Dominic Malcolm*)
