



UNIVERSITETET I AGDER

## Livet som toppidrettsutøvere

Langrennsløperes tanker og refleksjoner

**Lars Tore Gakkestad**

Bjørn Tore Johansen

*Masteroppgaven er gjennomført som ledd i utdanningen ved Universitetet i Agder og er godkjent som del av denne utdanningen. Denne godkjenningen innebærer ikke at universitetet inntår for de metoder som er anvendt og de konklusjoner som er trukket.*

Universitetet i Agder, 2011  
Fakultet for helse- og idrettsvitenskap  
Institutt for folkehelse, idrett og ernæring



## **Sammendrag**

De aller fleste i dagens samfunn, sportsinteresserte eller ikke, har en eller annen mening om toppidretten. Fra de som glorifiserer, nærmest tilber toppidrettsutøverne og mener det er nasjonens helter, til de som mener toppidretter fordummer samfunnet. Argumenter som at det opptar viktig radio/tv tid, er helseskadelig, sprer usunne holdninger, verdier, osv. er noen av de viktigste kjepphestene mot toppidretten. I denne oppgaven har jeg valgt å se toppidretten i lys av rasjonaliseringsteori, og forklare dens utvikling ut fra denne.

Hensikten med denne oppgaven er å se hvordan fire toppidrettsutøvere tenker og reflekterer over livet som toppidrettsutøvere. For å gi oppgaven en naturlig avgrensning, så har jeg valgt å benytte meg av fire langrennsløpere på høyt nivå.

Teoribakgrunnen er hentet fra Max Webers rasjonaliseringsteori. Datainnsamlingen bygger på kvalitativ metode i form av dybdeintervjuer med informantene. For å gi en fullverdig analyse av data, er det blitt brukt en fenomenologisk analyseprosedyre av de kvalitative dataene.

Resultatene viser at informantene har klare og tydelige meninger om toppidrett, i forhold til temaer som skole, venner og toppidrett, kropp, skade og sykdom, teknologi og utstyr, moderne perspektiver, doping og andre perspektiver. Resultatene viser også forskjeller mellom informantene knyttet opp mot deres bakgrunn i form av alder, kjønn, og erfaring.

### **Nøkkelord:**

Toppidrett – Verdivalg – Profesjonalisering – Rasjonaliseringsteori - Langrennsløpere

## **Forord**

Som sportsidiot og innbitt langrennsfanatiker var det liten tvil om hva jeg ønsket å skrive om i masteroppgaven. Det har vært en lang prosess fra idrett grunnfag til siste året på master. Det har kostet både blod, svette og tårer, men du verden for noen lærerike år. Spesielt har jeg lyst til å trekke frem året på grunnfag, og nå de to siste årene på master. Jeg er veldig stolt av at dette har vært min egen prosjektidé, og at jeg har selvstendig gjennomført den på en verdig måte.

Jeg vil rette en stor takk til informantene som har deltatt i oppgaven. Uten deres velvilje hadde denne oppgaven aldri sett dagens lys. Ønsker dere lykke til med satsing og livet fremover. Vil også takke alle som bidro til å være med å få tak i informantene i en travel VM sesong.

Bjørn Tore – din støtte og tro på prosjektet har vært helt uvurderlig for meg. Det har vært to inspirerende og enormt lærerike år med samarbeid. Det har vært et sant Mester – Læresvenn forhold, hvor jeg retter stor takk for at du har reist meg til stadig nye nivåer.

Kjære medstudenter. To råbra år sammen med dere går mot slutten. Takk for oppmuntringer, godteri, fagsamtaler, treningsøkter, og ikke minst et fantastisk fellesskap. Minner for livet er skapt. Vil også takke alle kammerater hjemme for godt vennskap og god avkopling, i form av trening, film, bilskruing og jakting.

Avslutningsvis vil jeg takke familien for oppmuntringer gjennom en lang skriveprosess. Spesiell takk til Mamma & Pappa for et trygt og godt hjem, samt en god oppdragelse med sunne holdninger og verdier.

Kristiansand

Mai 2011

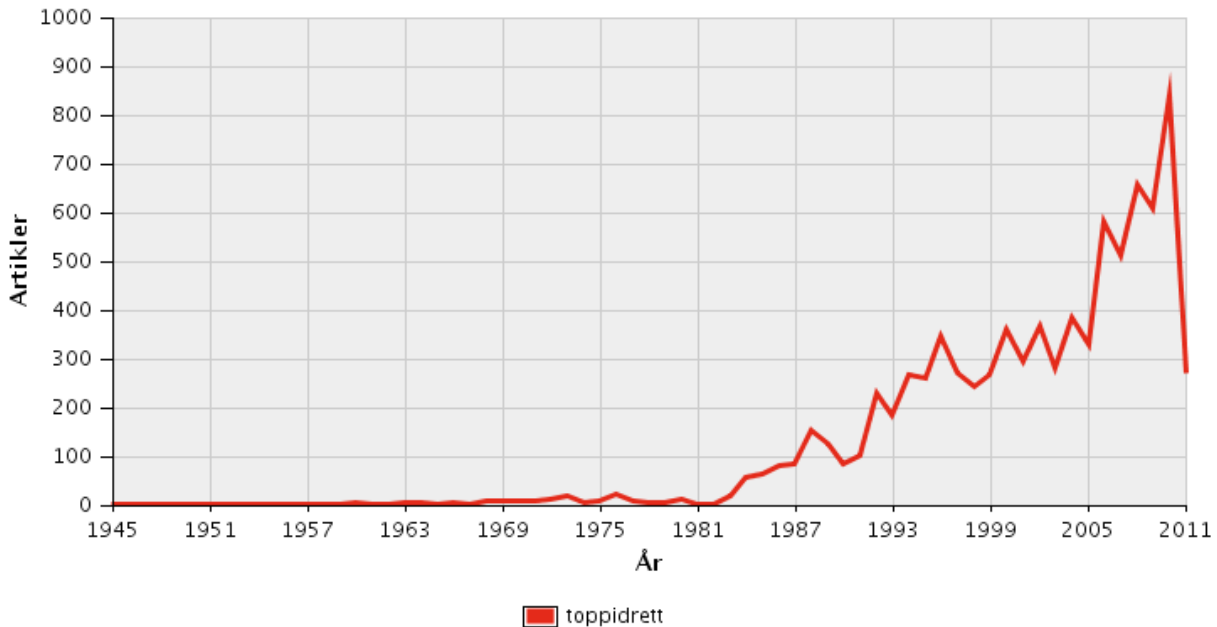
Lars Tore Gakkestad

## Innholdsfortegnelse

Sammendrag.....	II
Forord.....	III
1.0 Innledning .....	2
1.1 Profesjonaliseringen av langrennssporten .....	6
2.0 Noen teoretiske perspektiver.....	10
2.1 Webers rasjonaliseringsteori og dens implikasjoner på idretten.....	10
2.2 Problemstilling .....	13
3.0 Metode .....	14
3.1 Kvalitativ metode .....	14
3.2 Min metode .....	14
3.3 Kvalitative intervju.....	15
3.3.1 <i>Utfordringer ved kvalitativt intervju</i> .....	15
3.4 Intervjuguide .....	16
3.5 Informantene .....	23
3.5.1 <i>Presentasjon av informantene</i> .....	24
3.6 Intervjuprosessen.....	25
3.7 Analysemetode .....	26
3.8 Forskningsetikk og personvern.....	27
3.9 Tolkningsgrunnlag – Validitet og reliabilitet .....	27
4.0 Analyse .....	29
4.1 Tema 1: Skole, Venner & Toppidrett .....	29
4.2 Tema 2: Kropp, Skader & Sykdom .....	37
4.3 Tema 3: Teknologi & Utstyr .....	51
4.4 Tema 4: Moderne perspektiver.....	54
4.5 Tema 5: Doping.....	64
4.6 Avslutningsdel: Andre perspektiver .....	70
5.0 Diskusjon.....	76
5.1 Generell diskusjon.....	85
5.2 Metodisk diskusjon.....	89
6.0 Litteraturliste .....	92
Vedlegg 1: Opprinnelig halvstrukturert intervjuguide.....	99

## 1.0 Innledning

Det er liten tvil om at toppidretten engasjerer. Et kjapt googlesøk på “toppidrett” gir 554 000 treff, og 8490 treff i retriever (utført 27/04/2011).



**Figur 1:** Antall toppidrettsartikler i avisene (retriever database)

Den grafiske fremstillingen, viser hvordan interessen for toppidrett har eksplodert i mediene. Den eksplorative veksten de siste fem årene, viser litt av trøkket de beste utøverne i dag står ovenfor, kontra de beste utøverne fra 1990-tallet. Siden 2011 bare er fire måneder gammel, viser grafen en stor nedgang i 2011.

Toppidrett generelt, og for noen langrenn spesielt, har alltid blendet, underholdt og fascinert mennesker. Idretten forener, og samler millioner av mennesker under store idrettsarrangement som verdensmesterskap og de olympiske leker. I løpet av dagene 23. februar – 6. mars 2011 ble VM på ski arrangert i Oslo. Blikkene er rettet mot våre fremste toppidrettsutøvere. De fremste utøvere innen hopp, kombinert og langrenn sørget for spektakulær underholdning så og si hver eneste dag. For en nasjon med VM på hjemmebanen, skulle man tro det norske folk hungret etter en stor medaljefangst. I følge en spørreundersøkelse utført av Synovate (tidligere MMI) for Dagbladet, kommer det frem at det viktigste med arrangementet er at det blir en folkefest fremfor norske gullmedaljer (Tingve, 2011). Flere av de norske langrennsløperne opplever en popularitet de færreste kan drømme om. Therese Johaug var f.

eks. den mest søkte personen på den norske søkemotoren Kvasir (13/12/2010), langt foran både Marit Bjørgen og Petter Northug jr. (Brakstad, 2010). Ski-VM i Oslo 2011 ble virkelig den gigantiske folkefesten som folk håpet på, og samlet både deltakere og tilskuere fra hele verden (Bratland, 2011). FIS president Gian Franco Kasper var henrykt over oppslutningen av verdensmesterskapet, der nærmere 1,2 millioner tilskuere stilte opp på renn og seremonier, og han mente det kun var i Norge man kunne skape en slik folkefest som verden har vært vitne til (Bentsen & Elle, 2011; Valderhaug, 2011). Et nærmest enstemmig pressekorps fra hele verden hyllet VM som kanskje et av tidenes beste, og den anerkjente svenske kommentatoren Lasse Anrell mente atpåtill at VM burde arrangeres hver gang i Holmenkollen (Støstad, 2011). IOC-president Jaques Rogge hilste en ny OL søknad velkommen umiddelbart etter VM, og hyllet Norge som vinteridrettsnasjon (Hjellen, 2011).

### *Bakgrunn for oppgaven*

Fra 15 års alderen har jeg vært svært interessert i langrenn, noe som har påvirket valg av forskningsområde. Gjennom selv å ha drevet med langrenn, vet jeg hvor hardt og krevende det er å oppnå resultater i norske langrenns-konkurranser. Hevder du deg, er du også i verdenstoppen i en teknisk krevende utholdenhetsidrett. Det er med både smil og sinne jeg ser tilbake på alle intervallene med blodsmak i munnen, de mange teknikkøktene uten staver, og skirennene med gode og mindre gode ski. Dyktige langrennsløpere som Olav Arnfinn Arneberg, Ronny André Hafsås, Kjell Christian Markset og Magnus Lia har lært meg mye om toppidrettslivet gjennom treningsøkter og mange gode samtaler.

Jeg synes at toppidrettsdebatten som har vært i media de senere årene har vært for snever. Man har hatt en tendens til å polarisere, se svart/hvitt på toppidretten. Enten liker vi den eller ikke. Mye blir sagt og ment om dagens toppidrettsutøvere og ikke minst om toppidretten selv. Det jeg har savnet i toppidrettsdiskusjonen i årenes løp, er hva toppidrettsutøverne selv mener om toppidretten. Hvordan de tenker og reflekterer de over toppidrettslivet? For å avgrense oppgaven har jeg valgt å fokusere på langrennssporten. Langrenn er en idrett som krever 100 prosent dedikerte utøvere. Derfor vil jeg gjennom dette prosjektet forsøke å belyse hvordan skiløpere på elite nivå reflektere og tenker over livet som toppidrettsutøvere.

### *Toppidrett og grunnverdier*

Etter 2. verdenskrig hersket det tro på at bredde og toppidrett hørte sammen og at de utviklet hverandre i gjensidighet. Bredde skulle skape topp, og topp bredde (Breivik, 2010).

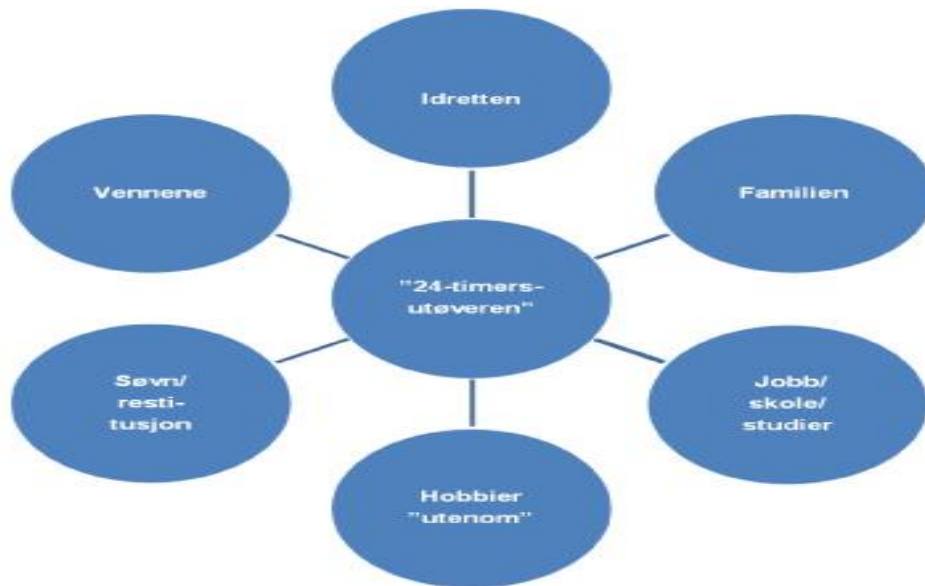
Toppidrettens verdier speilet barneidretten. Helt frem til 1970-tallet var det stor tro på et

fellesrammeverk for barn og unge innenfor Norges Idrettsforbund. Toppidretten endret seg fra 1970-tallet og fremover, og har fremstått som en langt mer kommersiell, profesjonell, og internasjonal aktivitet. Toppidrettens verdier og holdninger ble vanskelig å holde fast på for NIF, ettersom toppidretten dro i en mer ekstrem retning. Løsningen ble et eget sett med verdier for bredde og toppidrett som ble laget på 1990-tallet av Norges Idrettsforbund (Breivik, 2010). Den moderne idretts ide om stadige og evigvarende fremskritt i forhold til prestasjon og yteevne, samt knallhard åpen internasjonal konkurranse med store pengepremier og internasjonal oppmerksomhet, skaper en evigvarende runddans, en jakt etter seiere, penger og rekorder. Nasjonene involveres når mye står på spill, deres omdømme må ikke fornedres, alle ressurser, både lovlige og ulovlige tas i bruk (Breivik, Hanstad, & Goksøyr, 2005). Vince Lombardis uttrykk ”Winning isn’t everything, it’s the only thing”, presenterer et bilde av toppidretten hvor egoisme, selvsentrering, og ensidig fokus på prestasjonsmål står sentralt (Breivik, 2010). Nasjonene ønsker seg nye idoler og stjerner som kan dyrkes og tilbes. Toppidrett er i høyeste grad stor underholdningsindustri, som fyller opp lommeboka og gir heder og ære til de beste utøverne (Breivik, 2010). “The winner takes it all, and the loser standing small” (ABBA 1980), er en passende betegnelse på hvordan idrettssystemet i dag fungerer. De moderne olympiske lekernes grunnlegger Pierre de Coubertins ide var at deltakelse i idrett skulle gi utøveren moralsk læring, som kunne overføres til dagliglivet. At dagens toppidrettsutøvere fungerer som forbilder og rollemodeller for barn og unge, er det liten tvil om. Nestleder i Hommelviks langrennsavdeling, Tor Helge Hansen har aldri opplevd større oppslutning rundt skimiljøet, og sier følgende: ”Det er ingen tvil om at Petter Northug jr. har stor påvirkning” (Skaufel, 2011). Derfor kan det være problematisk når de store stjernene leder an i jakten på flest mulige fordeler ovenfor konkurrentene, og at det gjelder å vinne for enhver pris (Breivik, 2010).

I Norge finnes det regler som definerer og regulerer idrettsaktiviteter for barn (opptil 12 år) og ungdom (13-25 år). Særlig viktig er det at aktivitetene skal foregå på barnas prinsipper, det skal være plass til alle, og ikke minst at man prøver å unngå tidlig spesialisering (Ommundsen, 2009). Det har vært en kjensgjerning i idretten at man ofte har snakket om helt spesielle talent, med nærmest gudgitte evner. Men å predikere det fremtidige prestasjonsnivået ut fra gitte tidspunkt i barns alder, er nærmest umulig (Abbott & Collins, 2004; Helsen, Hodges, Van Winckel, & Starkes, 2000). For å nå verdenstoppen innen idrett, eller andre områder som f. eks. musikk, regner man med det tar 10 000 timer med nitidig trening (Ericsson, Krampe, & Tesch-Römer, 1993). Det er de færreste forunt nå dette



ekspertnivået, og svært mange gir seg på veien. For å unngå utbrenning, og idrettsleie barn og ungdom har det vist seg at det er veldig viktig at man unngår tidlig spesialisering, systematisk og strukturert trening (deliberate practice) frem til 15 års alderen (Ommundsen, 2009). Våre beste langrennsløpere er høyest profesjonelle i alt de gjør, og lever som 24 timers utøvere. 24 timers utøveren prioriter trening, spising og søvn foran andre behov. Olympiatoppen har laget en skisse hvor de viser viktige elementer i hele livssituasjonen til toppidrettsutøverne.



**Figur 2:** 24 timers utøveren og de ulike fasetter som inngår (Fiskerstrand & Rimeslåttén, 2008, s. 24).

Rekrutteringen av nye talentet skjer på stadig lavere trinn. Det er allerede etablert egne toppidrettskoler for ungdomstrinnet og for videregående nivå. For mange blir det med barndomsdrømmen om å bli verdensmester. Svært få utøvere kommer gjennom nåløyet og hevder seg i verdenstoppen. Noen gir seg på veien mot målet fordi de blir syke, utbrente, andre fordi de innser at de verken har tid og ressurser, eller talentet for "å bli best". Det har de senere årene vært rettet kritikk mot toppidretten fordi den ikke greier å ivareta utøverne på en god nok måte (Schneider, 2010). Tidens beste norske alpinist Kjetil Andre Aamodt har vært så skadeplaget at han ikke greier å løfte datteren på fire kg med strake armer. Kari Traa står igjen med tre medaljer fra OL, hvorav ett gull, men også med ni kneoperasjoner og 60 hull i det ene kneet. Tross for alvorlige skader angret de ikke stort (Lorentzen, 2006). Landets fremste utøver i individuelle øvelser i sommer-OL gjennom tidene med seks medaljer, padleren Knut Holmann, uttalte seg følgende om toppidrett; "Jeg tror ikke toppidrett er sunt for kroppen. Du sliter den ut, tyner den. Men det bekymrer meg ikke. Det jeg får igjen er

verdt prisen” (Buer & Brun, 1996). Den avdøde utholdenhetsguruen Rolf Sæterdal sammenlignet toppidrettsutøveren med uteliggeren som ble stelt og vasket og døde. Han tålte ikke det normale (Buer & Brun, 1996). Toppidretten i seg selv er grensesprengende, derfor vil dens verdier bli utfordret, noe vi eksempelvis har sett gjennom økt dopingbruk de senere årene. Derfor blir utøverne grundigere og grundigere testet for å avsløre juksemerkene, bare under Ski VM i Oslo ble over 100 langrennsløpere testet for doping (Ukjent, 2011). Samtidig må man huske på de fascinerende egenskapene toppidretten har med at den åpner opp for latter og tårer i folket, pluss alle gledesstundene.

### **1.1 Profesjonaliseringen av langrennssporten**

Til begynnelsen på 1970-tallet var det stort sett tømmerhoggere som hadde preget det norske skilandslaget. Tømmerhogging hadde vært en ypperlig form for trening for å utvikle styrken og utholdenheten videre (Gotaas, 2003). Men tidene forandret seg og flere av eliteløperne innså at det lønte seg å ta seg mindre fysisk krevende jobber ved siden av skisatsingen. De som prøvde å kombinere tømmerhogst med to daglige treningsøkter, opplevde å bli overtrente. 1970-tallet avsluttet treski-æraen med Magne Myrmo som den siste verdensmester på treski. Glassfiberskiene ga langt bedre gli, samt at fabrikkene var kapitalsterke, de kunne gi grunnlønn og bonuser til de beste løperne, noe som var nærmest uhørt på den tiden (Gotaas, 2003). I følge Gotaas (2003) greide de fleste landslagsløperne å skrape sammen en middels årslønn. Men motivasjonen og treningsiveren var stor. Treningsmengdene ble økt ytterligere, nye steg skulle tas. Men store treningsdoser kunne også slå ut negativt. Stadig flere av eliteløperne opplevde pustebesvær uten at noen helt skjønnte hva det dreide seg om. Etter hvert fant man ut at det dreide seg om ulike astmatiske lidelser. Astma har opp i gjennom årene vært langrennsløpernes yrkessykdom, og er fortsatt til besvær for dagens langrennsløpere (Kirkebøen, 2004; Lein, 2005).

Dramatikken nådde nye høyder under VM på hjemmebane i Oslo 1982. Oddvar Brås dramatiske stavbrekk er kanskje det mest kjente, men faktum er at ski fundamentalister drapstruet Pål Gunnar Mikkelsplass etter at han falt, og tapte ledelsen på tredje etappe under VM stafetten. Amatørbegrepet innen norsk skisport ble avvirket på 1980-tallet. (Gotaas, 2003). Den sagnomsuste Terje Bogen hadde knyttet sterke bånd til storløperen Lars Erik Eriksen. Sammen etterlyste de større individuell frihet og større innslag av profesjonalitet innen norsk langrenn. Eriksen brøt med landslaget fordi han ville ha mer tid hjemme med

kone og barn. Samtidig prøvde Bogen å selge han til næringslivet, fordi Eriksen var avhengig av sponsorpenger for å finansiere den videre satsingen. Skiforbundet reagerte kraftig fordi de mente Eriksen hadde brutt med amatørprinsippet. Saken endte i et forlik mellom Eriksen og skiforbundet. Striden førte til at skiforbundet innrømmet at sponsorpenger og reklamefinansiering ville bli viktig i tiden fremover (Gotaas, 2003).

Rundt 1980 tok Dag Kaas imot trenerjobben for det norske kvinnelandslaget. Jentene skulle løftes til nye høyder. Fra Kaas sin tid, fikk jentene omtrent like vilkår som det guttene hadde i forhold til samlingsdøgn, osv. Treningsmengder på lik linje som guttene ble gjennomført, noe som førte til blomstrende resultater på 1980-tallet. Det er verdt å nevne at det ble oppdaget av flere av de nest beste jentene hadde utviklet anoreksia som et resultat av slanking for å bedre resultatene sine (Gotaas, 2003). En sykdom som dessverre har rammet en rekke idrettsutøvere siden.

1980-tallet inneholdt ikke bare jenter og sponsor-revolusjon. Skøyterevolusjonen stod for døra. Mange løpere hadde eksperimentert med å sparke til siden ettersom løypeprepareringen var blitt bedre. Skepsisen blant mange var stor. Lenge var det tillatt å skøyte under de klassiske rennene. Fra våren 1986 ble det fastsatt at skøyting skulle være en egen disiplin, og det skulle være 50-50 mellom skøyte og klassiske renn (Gotaas, 2003).

Cera F pulveret og steinslipingen av ski skapte en revolusjon på utstysfronten som man ikke hadde sett maken til siden innføringen av glassfiberski (Gotaas, 2003). Cera F var et glidprodukt som sikret en utrolig fartsforbedring, særlig på bløtt føre. Mirakelpulveret som det også ble kalt, kostet flekk og dermed forsterket inntrykket om kapitalismens inntog i langrennsporten. Steinslipen som ble utviklet på slutten av 1980-tallet ga norsk langrenn en vanvittig fordel ovenfor konkurrentene, og det tok flere år før utlendingene fikk tak i den godt bevarte hemmeligheten (Gotaas, 2003).

Begredelige resultater på slutten av 1980-tallet, toppet seg med tidenes dårligste vinter OL i Calgary, hvor det førte til et oppgjør for norsk langrenn. Dette førte til at man sendte trenere til utlandet for å studere andre miljøer. Resultatet var at man måtte høyne profesjonaliteten kraftig. Resultatet var at Olympiatoppen ble dannet i 1989, og man satte i gang både gli og høydeprosjekter. 1990 tallet var norsk gullalders æra, med løpere som Bjørn Dæhlie, Thomas Alsgaard og Vegard Ulvang i førersetet. Samtidig ble nye øvelser tatt inn. Jaktstart ble en

sikker suksess fra første renn, sprintrenn og fellesstarter ble også innført. Skikonservative nordmenn murret fordi de mente langrennssporten ble utvannet med inntoget av sprint og fellesstart (Gotaas, 2009; Kvalheim, 2006). Kristen Skjeldal uttalte følgende etter klassiske, individuelle femmila i 99 VM: ”Det er dette som er langrenn” (Gotaas, 2003).

Dessverre går det ikke et år uten at løpere i World Cup sirkuset blir tatt for doping, med finner, russere og land fra Mellom-Europa som gjengangere på listen (Farstad, 2010; Strøm, 2010; Ukjent, 2009, 2010b). Heldigvis har det vist seg at store dopingskandaler som den i Lahti 2001, virker som katalysatorer for forandring i forhold til dopkulturen innen langrenn (Hanstad, 2009). Likevel går fortsatt utøvere i garnet. I 2002 offentligjorde Dag Vidar Hanstad en liste over 12 utøvere som hadde ekstremt høye blodverdier (synonymt med doping) knyttet opp mot Lahti VM i 2001 (Hanstad, 2002, s. 238). Frem til 2011 hadde 11 av 12 utøvere blitt fanget i garnet, og 29. januar 2011 gikk sistemann Andrus Veerpalu også i fella med en positiv dopingprøve (Aas, 2011).

Langrennsutstyr har blitt svært dyrt de senere årene (Svendsen, 2007). Trenden innen utstysfronten er slik at bare de mest velstående har råd til å kjøpe ski til barna siden utstyret har blitt så kostbart. Hos enkelte barnehager i Oslo, må nesten halvparten av ungene låne ski fordi foreldrene ofte ikke har råd (Sandberg, 2010).

Litt ut i millenniumsåret opprettet Norges skiforbundet et eget norsk sprintlandslag (Odin, 2000). Skulle en få tidlig suksess måtte man ligge langt fremme. Leksen fra 1980-tallet og den tids motstand mot skøyting var lært. Fortsatt er spiseforstyrrelser et problem for langrennsløpere. I 2009 stod landslagsløper Vibeke Skofterud frem og åpenhertig fortalte hvordan hun hadde slitt med spiseforstyrrelser, og hvordan dette hadde ødelagt tre sesonger for henne (Vesteng, 2007b). Sprintguttas Øystein Pettersen kritiserte landslagsledelsen i etterkant for passivitet i forhold til spiseforstyrrelser (Ovren, 2009). Noe ledelsen med Åge Skinstad i spissen selvsagt benektet og nærmest truet Pettersen til taushet (Valderhaug, 2009). Skisportens nye superstjerne Petter Northug jr. har frisket opp langrennssporten (Sarah Lewis-FIS). Northug har nesten slåss med Georgio Di Centa, og vært i verbalt slagsmål med flere andre løpere i langrennssirkuset (Brenna, 2008; Bøifot, 2008). Han spiller poker på fritiden, har Red Bull som hovedsponsor, og i følge media gir han blanke blaffen i Inge Andersen og Norge Idrettsforbunds meninger om at han er dårlig forbilde for barn og unge (Johannessen, 2010; Lundstadsveen & Berntsen, 2010; Skjærli & Vesteng, 2009). Med sin råsterke fysikk

forsyner han seg grovt og ubeskjedent fra medaljefatet når det står om medaljer, og aller helst gull. 25 åringen har allerede sanket ni gull, 13 sølv og bronsemedaljer fra VM og OL pr dags dato (Herrebrøden & Overvik, 2011). Folket, media og sponsorene elsker han for sin røffe, ærlige stil og ikke minst for alle sitatene som han leverer (Haugeli, 2011; Haugeli & Ovren, 2010; Vesteng, 2007a). Etter at Northug hadde spurtslått Marcus Hellner i Ski-VM 2011, og nærmest stoppet opp på målstreken, ble SVTS ekspert Jonas Karlsson meget forbannet; “Han er en gris som driver med sine konkurrenter”(Gundersen, 2011, s. 132). Northug repliserte med en hilsen etter målgang til svenskene, som også vakte bruduljer; “King Carl Gustav can you hear me! Ingemar Stenmark, Björn Borg! Your boys took a hell of a beating” (Gundersen, 2011, s. 133). Northug opplevde å bli truet under den tradisjonsrike slottssprinten, noe som førte til at politimenn holdt seg nær han under hele rennet (Gundersen, 2011). FIS-toppene liker han for at han har hjulpet langrennssporten med å bli kvitt ”særing stempelet” (NTB, 2010). Northug er utvilsomt skisportens ultimate superstjerne.

Utviklingen innen langrennssporten, hvor vi har sett utøvere gjennom flere tiår blitt forvandlet fra hardtarbeidende skogsarbeidere til profesjonelle rockestjerner i skisporet, gjør at man kan stoppe opp å stille spørsmålet: *I hvilken grad tenker og reflekterer langrennsløpere over livet som toppidrettsutøvere?*

## 2.0 Noen teoretiske perspektiver

I dette kapittelet presenteres noen teorier på idrettens utvikling. Sentralt for alle vil være at det dreier seg om idrettens utviklingstrekk sett i lys av Max Webers rasjonaliseringsteori.

### 2.1 Webers rasjonaliseringsteori og dens implikasjoner på idretten

Max Weber (1864-1920), mente at det var rasjonaliseringsprosessen som driver utviklingen. Sosiale forhold er organisert mer effektivt og instrumentelt, basert på teknisk kunnskap heller enn på politiske og moralske prinsipper (Giulianotti, 2005). Byråkratiet besitter teknisk overlegenhet i forhold til alternative organisasjonsformer ved at de kan tilby stor grad av presisjon, klarhet, kontinuitet, diskresjon, ensartethet, rigid underordning, innsparinger i forhold til materielle og person kostnader, osv.

Weber mente at fremveksten av den protestantiske bevegelsen var delaktig til utviklingen av den moderne kapitalismen og derav økt rasjonalisering (Cashmore, 2000). I et av sine hovedverker: "The protestant Ethic and the Spirit of Capitalism", trekker Weber frem hvordan han mener den protestantiske morallæren fremhever rasjonell askese, målorientering (ambisjoner), standhaftighet, sparsommelighet, individuell gjennomføring/prestasjon, bevisst bruk av tid og arbeid som et "kall" (Cashmore, 2000). Dette skjedde tilbake i renessansen, hvor individer så smått begynte å frigjøre seg mer. Økt kreativitet, selvtillit og fantasifulle konstruksjoner ble vanligere. Dette slo positivt ut i forhold til rekreasjon, og ga økt vekst til sport og spill. Ballspill økte i popularitet, og det ble langt vanligere med tilskuere. Aktiviteter som tidligere var sett på som unyttige og trivielle, ble rasjonalisert på en måte som gjorde de akseptable for protestantene (Cashmore, 2000).

1800-tallets protestanter hadde et rasjonalistisk motiv for å drive med idrettslige aktiviteter; man fremhevet sunne og friske kropper, styrket "karakter", og en sunnere og friskere befolkning som ville være mer fortrolig med disiplin og hardt arbeid. På mange områder kunne idrettskonkurranser oppfattes som et velfortjent avbrekk fra en masete og slitsom hverdag (Cashmore, 2000). Etter 1860 begynte profesjonalismen så smått å forandre idretten. Treneren ble gitt ansvar for at utøveren var godt nok forberedt til konkurransene. Idretten ble mer seriøs, planer ble rasjonalisert, det ble innført systematiske rutiner, og det ble satt stort fokus på selvdisiplin. Fornøyelse og rekreasjon ble erstattet av innsats og yteevne i flere idretter, med unntak av Olympiske leker som ble gjenopprettet i moderne form i 1896, siden de

fortsatt hadde fokus på amatørisme. Selv om amatørprinsippet ikke ble forfektet før langt senere, så man en økt profesjonalitet allerede fra OL i 1924. Skulle man vinne krevde det beinhard disiplin, effektivt og hardt arbeid. Kvantifisering av resultater ble et sentralt kjennetegn for samfunnet, et trekk idretten valgte å følge. Ved slutten av 1920 årene var både målene og meningen med idrettsaktiviteter helt forandret; Idretten hadde blitt organisert, regulert og underlagt regler (Cashmore, 2000).

#### *Guttmanns rasjonaliseringstese*

Guttmann (2004) gir en av de mest vesentlige rasjonaliseringsforklaringene i forhold til moderne idrett. Syv aspekt ved rasjonaliseringsprosessen blir identifisert, og knyttet på følgende måte opp mot idrett (Guttmann, 2004, s. 16-55).

1. Sekularisering: Moderne idrett er uavhengige av religiøse institusjoner og tankesett, mot tidligere hvor religion og idrett var tidligere svært tett knyttet sammen.
2. Likhet: Idrett skal fremheve rettferdige konkurranser. I det gamle Hellas var idrettsdeltakelse utelukkende for menn, kvinner og slaver var utelukket. I nyere tid ser man heldigvis at tidligere diskriminerte grupper som f. eks. kvinner og funksjonshemmede har fått mulighet til å drive aktiv idrett.
3. Spesialisering: Moderne idrett har i likhet med næringslivet fått en mer kompleks arbeidsfordeling. Utøvere i lagidretter innehar spesielle roller som de har lært seg, og som de må prestere i. Den tidligere idretten var mer preget av at deltakerne ikke spesialiserte seg, de kjempet alle mot et felles mål. I langrennssporten skiller man mellom distanseløpere, sprintere og langdistanseløpere. Nivået har blitt så steinhardt at de fleste løperne må velge å spesialisere seg for å ha mulighet til å hevde seg.
4. Rasjonalisering: For å oppnå det ønskede formålet må man identifisere de ønskede virkemidler (utforme effektive regler). Moderne idrett er karakterisert av rasjonaliserte handlinger, organisasjoner og konkurranser, alt for å maksimere utøvernes fokus på å vinne. Før var idretten preget av mindre rasjonalisering, noe man f. eks. så i forhold til utøvernes konkurranseforberedelser.
5. Byråkratisering: Idretten er kontrollert av organisasjoner på globalt, kontinentalt, nasjonalt og på lokalt nivå. Organisasjonen må se til at reglene blir overholdt på en profesjonell måte, og sørge for at de blir standardisert. Dommere og andre tilsynsfolk er ansatt på grunn av deres kompetanse, og ikke på grunn av personlige bånd og tilknytninger. Tidligere manglet idretten profesjonelle organisasjoner som kunne ivareta dens interesser.

6. Kvantifisering: Moderne sport kan i dag sammenligne prestasjoner fra fortiden med nåtidens på grunn av moderne teknologi. Dagens redskaper er så nøyaktige at man kan på hundredels sekund kåre den nøyaktige vinneren. Hvem husker ikke Vladimir Smirnovs bitre tap på jaktstarten for Bjørn Dæhlie under VM 1993 (Bugge, 2006). Smirnov kastet kroppen frem, Dæhlie beinet. Ørsmå marginer avgjorde.
7. Rekordjaget: Den moderne olympiske trosbekjennelsen ” raskere, høyere, sterkere,” fører til utøverjag for å vinne konkurranser og bryte rekorder. Tidligere dreide konkurranser seg mer om å vinne fremfor å bryte rekorder.

### *Kritikk av Guttmann*

Guttmanns fremstilling av idrettens rasjonaliseringsperspektiv har vært kritisert av Giulianotti (2005) på flere punkter:

1. Sekularisering: Religion bidrar fortsatt på en signifikant måte gjennom bønn og religiøse seremonier før utøvere skal i ilden, og gjennom smykker andre elementer av overtro.
2. Likhet: Sosial lagdeling bestemmer fortsatt mye hvem som får delta i idrett og hvem som har suksess. F. eks. er det ingen svarte amerikanske kvinner som hevder seg i seiling. Dersom man hadde hatt en form for standardisering, så kunne man ha unngått urettferdig konkurranse. Skisporten er et eksempel på at dersom du ikke har godt nok utstyr kan du vanskelig hevde deg i verdenscupen (Mangelrød, 2009).
3. Spesialisering: I enkelte coaching miljø, f. eks. i det hollandske fotballmiljøet er det fokus på allsidighet. Fra friidretten kjenner vi allsidige utøvere som Carl Lewis, Usain Bolt, osv. I langrennssporten har en allroundere som Petter Northug Jr., Markus Hellener og Dario Cologna.
4. Rasjonalisering: I ”kampens hete” kan det ofte skje uforutsette ting, ikke rasjonelle handlinger kan lett oppstå.
5. Byråkratisering: Trenden de siste årene har vært at flere organisasjoner har måttet kuttet i byråkratiet, bort med hvitsnippene.
6. Kvantifiseringen: Idrettskulturen fokuserer mindre på statistiske detaljer. Det er økt fokus på den sosial-psykologiske og estetiske biten av idretten.
7. Rekordjaget: Selv om det er et sterkt fokus på bryting av rekorder, så er det fortsatt fokus på nytelsen av å være deltaker eller tilskuer i idretten.



### *Rasjonalisering og verdier*

Man må ha i baktankene at rasjonaliseringstenen forfekter de mer indremotiverte verdiene, som estetikk, moral, og felleskap. Loland (2002) mener at idretten må fjerne oppmerksomheten fra rekordjaget, sette søkelys på at idretten utvikler mennesker, og at man må ta bort fokus fra mennesker som prestasjonsmaskiner. Disse argumentene kan være med på å påminne oss at idretten er sosialt og kulturelt tilpasningsdyktig, betydelige tendenser peker mot at rasjonaliseringsprosessen kan bli innskrenket (Loland, 2002).

### *Sportifiseringen*

Goksøyr (1991) mener det skjedde en sportifisering av norsk idrett på slutten av 1800-tallet og utover på 1900-tallet. Med sportifisering mener han: ”prosessen i retning prestasjonsorientering, konkurranse og rasjonalitet i idretten”(Goksøyr, 1991, s. 10). Videre gjøres det et skille mellom ytre og indre rasjonalitet, og han mener at ytre rasjonalitet dreier seg om den nytteverdien idretten har for samfunnet i form av bedre helse, osv. Den indre rasjonaliteten dreide seg mer om prestasjoner, konkurranser og jag etter rekorder. For at idretten skulle oppleves som meningsfull var det viktig at det ble kåret en vinner, samtidig som det var med på å opprettholde spenningsmomentet i idrettskonkurransene (Goksøyr, 1991).

Idrettens rasjonalisering og byråkratiseringsprosess setter i gang en dynamisk prosess som vanskelig kan motstås, brytes. Vi har sett hvordan de tidligere olympiske idealene om amatørutøvere er erstattet med spesialiserte, godt betalte profesjonelle utøvere. En har gått fra tømmerhoggere på landet til gullbelagte skiidol.

## **2.2 Problemstilling**

Med denne rivende utviklingen innen toppidretten generelt og langrennssporten spesielt, er det betimelig å stille langrennsløpere spørsmål om hvordan de tenker og reflekter over livet som toppidrettsutøvere. *I denne masteroppgaven vil jeg undersøke hvorvidt kvalitativt intervju kan avsløre hvordan utvalgte langrennsløpere tenker og reflekterer over livene som toppidrettsutøvere.*

## **3.0 Metode**

### **3.1 Kvalitativ metode**

De verktøyer man trenger for å innhente den informasjonen vi trenger, kalles for metode læren (Halvorsen, 2008). Den opprinnelige greske betydningen av metode er ”veien mot målet” (Kvale, Brinkmann, Anderssen, & Rygge, 2009). Hvilken metode man velger for å nå målet, avhenger av hva man ønsker og finne ut. Det som blir avgjørende for hvilke spørsmål vi har tenkt å stille, er et resultat av forskerens egne forestillinger (Grenness, 2001). Hvilke svar en får, er et resultat av spørsmålene som stilles. Siden problemstillingen vanskelig kan uttrykkes i form av mengdetermer eller tall, er kvantitativ metode uegnet. Forskningsdesignet på den kvalitative metoden er langt bedre egnet fordi det gir blant annet større fleksibilitet, nærhet og sensitivitet til datakilden. En får godt frem personlige egenskaper og karaktertrekk ved ulike fenomen. God innsikt av eksakte miljø, gjør at man får et mest mulig autentisk bilde av aktørenes virkelighet. Man får tak i respondentens virkelighet (Repstad, 1993).

Analysemetoden som brukes i oppgaven har bakgrunn fra fenomenologien. Filosofen Edmund Husserl grunnla fenomenologien rundt år 1900, og den dreide seg til å begynne med om bevissthet og opplevelse, men også senere om menneskets livsverden (Kvale et al., 2009). Først og fremst er man ute etter å forstå sosiale fenomener ut fra aktørenes egne perspektiver, og beskrive verden slik den oppleves av informantene, ut fra den forståelse at den virkelige virkeligheten er den mennesker oppfatter. Ideen er å fordomsfritt kunne lytte til informantens erfaringer.

### **3.2 Min metode**

For å forstå møtet mellom utøverne og toppidretten, vil jeg benytte meg av kvalitativt intervju. Det vil bli gitt en beskrivelse av hvordan kvalitativt intervju ble brukt for å belyse hvilke temaer som er utledet av problemstillingen. Jeg vil starte med å argumentere for mitt valg av metode. Deretter skildres den valgte metode som blir anvendt i oppgaven.

En beskrivelse av instrumentet gis også. Informantene presenteres og det forklares hvordan intervjuene ble foretatt. Analysemetoden blir presentert og gjennomgått, samt at studiens validitet og reliabilitet diskuteres avslutningsvis.

### **3.3 Kvalitative intervju**

Det kvalitative forskningsintervju fokuserer i hovedsak på to ting (Kvale et al., 2009):

1. Personlig interaksjon
2. Kunnskap som resultat av interaksjon.

Å forstå verden ut fra intervjupersonenes side er det man ønsker å oppnå i det kvalitative intervju, og gjennom intervjuene skapes det interaksjon (Kvale et al., 2009).

Forskningsintervjuet er en profesjonell samtale mellom intervjuer og informant med bestemte metoder og teknikker som bygger på den vanlige samtalen fra dagliglivet. Som et resultat av samspillet mellom intervjueren og intervjuobjektet vil det skapes kunnskap (Kvale et al., 2009). Forskningsintervjuet er preget av en varsomt spørre-og-lytte-orienterings tilnærming. Ettersom det er forskeren som definerer og kontrollerer samtalen, vil ikke forskningsintervjuet være en samtale mellom likeverdige parter. Ett særtrekk ved det kvalitative forskningsintervju er at forskeren har mulighet for å stille oppfølgingsspørsmål.

Det er intervjueren som er instrumentet, og dermed vil forskerens forkunnskaper, følelser og empati avspeile resultatene. For å oppnå god kontakt må intervjuer vise respekt, forståelse, være vennlig, åpen, kunnskapsrik, samt utrykke interesse for informantene, og være en aktiv lytter (Kvale et al., 2009)

Målet med intervjuene er ønsket om å skape en forståelse av hvordan langrennsløpere tenker og reflekterer over livet toppidrettsutøvere.

#### **3.3.1 utfordringer ved kvalitativt intervju**

Forskningsintervjuet kan støte på etiske problemstillinger som kan gjennomsyre forskningsintervjuet. Forskeren vil bevege seg i et grenseland hvor han/hun må gi av seg selv for å få de svar de ønsker, uten at samtalen skal bære preg av vennskap (Kvale et al., 2009). I tillegg er det flere etiske dilemmaer som kan oppstå ved kvalitative undersøkelser (Kvale et al., 2009). Viktige forskningsprinsipper som konfidensialitet, informert samtykke, konsekvenser av intervjustudie, vitenskapelig ansvar og forskers uavhengighet, er alle grundig reflektert over, og samtidig informert om til utøverne.

Ofte vil det være en del usikkerhet knyttet til et uformelt intervju. I forhold til spørsmål og svar vil jeg opptre subjektivt, samtidig som jeg har reflektert over dette. Empirien eller dataene vil også være utsatt for en subjektiv fortolkning. Etterprøving av dataene i forhold til validitet for andre forskere er derfor vanskelig, og vil kunne trekke tvil ved oppgaven. Hva som er reell informasjon fra informantenes side, og hvor mye av resultatene kan tilskrives forskeren kan derfor være vanskelig å vite. Det er også viktig å understreke at jeg kun har forholdt meg til et lite antall personer blant en stor gruppe mennesker. Derfor er de resultater som foreligger, mer mulige påstander om sammenhenger og forhold, enn faktiske beskrivelser.

### **3.4 Intervjuguide**

I forbindelse med gjennomføringen av dybdeintervjuene benyttet jeg meg av en intervjuguide. Intervjuguiden ble utarbeidet på bakgrunn av teorien som tidligere er gjennomgått, mine egen tanker og erfaringer på feltet, samt gode medhjelpere som kom med nyttige innspill. Intervjuguiden bestod av de tema og spørsmål jeg var ute etter å belyse, og intervjuguiden la utgangspunktet for samtalen. Det ble lagt opp til mest mulige åpne spørsmål: *hva, hvordan, hvilke, kan du si litt, osv.* Dersom jeg hadde benyttet meg av mer lukkede spørsmål ville det ha vært som å ha lagt svarene i munnen på informantene, noe som selvfølgelig ikke er meningen. Målet var å sikre mest mulig åpne og ærlige svar. Den opprinnelige halvstrukturerte intervjuguiden som ble brukt under intervjuene finnes i Vedlegg 1 (se bakerst i oppgaven). Følgende temaer for oppgaven ble valgt:

#### **Del 1: Bakgrunn**

Presentasjon av informantene.

#### **Tema 1: Skole, venner & toppidrett**

Her ønsker man å få frem hva informantene synes er de mest positive og negative sidene ved toppidrett, samtidig som en ønsker å finne ut hvordan de tenker i forhold til det å ta en utdanning og leve et normalt liv (kjæreste, venner, etc.)

Toppidretten rommer flere verdier, og dette er noen av de viktigste: (1) Gleder gjennom prestasjon og underholdning. (2) Felleskap for å nå mål og topp-prestasjoner. (3) Helse

gjennom å minimalisere skaderisiko. (4) Ærlighet gjennom fairplay (Loland, 1995).

Toppidretten skal glede både utøverne selv og publikum gjennom fantastiske prestasjoner, men også gjennom sprell og morsomheter. Det er en kjensgjerning at man så godt som aldri kommer alene til topps. Bak alle prestasjoner står det mang en hjelpende hånd. Utøverne trenger et godt støtteapparat, enten familie og venner, eller andre som er villige til å hjelpe utøverne mot toppen. Selv i individuelle idretter så er man avhengig av gode treningskamerater. Uten godt treningsfelleskap samt god matching på hardøkter, etc., er det lett at man stagnerer og opplever utviklingsstopp. Man blir sjelden/aldri god alene. Mye reising innebærer nye bekjentskaper, noe som er med på å knytte bånd på tvers av landegrenser. Siden toppidrett utsetter kroppen for en enorm belastning, lærer utøverne å ta godt vare på kroppene sine. Dersom de ikke gjør det, øker risikoen for skader og sykdom. For en toppidrettsutøver er dette noe av det verste som kan skje, og de fleste er svært nøye med å drive sykdoms og skadeforebyggende arbeid. Redelighet er viktig for alle toppidrettsutøvere. I Norge har man hatt en sterk kultur mot juks, og antidoping arbeidet har virket bra. Uten om Ine Wigernæs koffeinsak, har ingen Norske langrennsløpere vært linket til dopingsaker de siste årene. **Fokusområde 1.1: Hva mener informantene er de mest positive sidene ved toppidrett?**

Toppidrett er ikke utelukkende positiv. For å bli best må man gjennomføre tusenvis av treningstimer. For å bli best må man være kynisk og tenke egoistisk. Man må sette seg selv foran andre (Bugge, 2010). Selv om det hevdes at toppidrett er sunt (Bahr, 2004; Nordhaug, 2006), gjør ekstreme treningsdoser at skade/sykdomsrisikoen øker for toppidrettsutøverne, noe som betyr at stadig flere mener at toppidrett blir usunt (Buer & Brun, 1996; Hole, 2010; Lorentzen, 2006; Nordhaug, 2006). Store og flotte premier gjør at stadig flere utøver tyr til juks for å nå toppen. **Fokusområde 1.2: Hva mener informantene er de mest negative sidene ved toppidrett?**

Toppidrett er krevende. Flere hardt satsende utøvere velger bort studiene, eller tar en pause fra høyre utdanning for å satse på ski (Halvorsen, 2010; Hoel, 2010b; Olaussen, 2010; Vesteng & Braata, 2010). Samtidig er tilbudet for utøvere som vil satse stadig bedre. Stadig flere skoler/universiteter tilrettelegger for toppidrettsstudenter. På videregående nivå har man egne toppidrettsgymnas med langrennslinjer. Mange utøvere velger å flytte hjemmefra i ung alder for å få best mulige forhold. **Fokusområde 1.3: Hvordan tenker informantene i forhold til det å ta en utdanning og satse på ski?**

Toppidretten krever 100 % dedikerte utøvere. For å nå verdenstoppen i utholdenhetsidretter regner man med at det kreves 2x7x52x10 eller 10.000 timer med trening (Ericsson et al., 1993). 24 timers utøveren er et begrep man hører oftere om. Utøverne må gjerne være kyniske og egoistiske om de skal nå verdenstoppen. Dette kan føre til at det kan være vanskelig å leve et normalt familieliv. For utøverne dreier det seg om trening, trening og atter trening. Det normale samliv forrykkes ved at en må ofre seg for at den andre skal få dyrke sitt yrke og livsstil (Busterud, Sæther, & Sæther, 2006). **Fokusområde 1.4: Hvordan tror informantene det ville ha vært for en vanlig person å vært sammen med, eller "datet" en toppidrettsutøver?**

En rekke unge skiløpere har en helt annen hverdag enn ungdom flest. De setter trening foran alt det andre. Mange flytter hjemmefra i ung alder for å gå på skigymnas, og bryter med venner og sosiale nettverk (Eriksen, 2006). Desto bedre utøvere blir, jo mer reising innebærer det med renn og samlinger. I utholdenhetsidretter hvor det kreves store treningsmengder, må utøverne være svært seriøse. Det betyr å legge seg tidlig om kveldene og ellers være flink med restitusjon. For toppidrettsutøveren blir fest og annen moro blir lagt til sesongpausen i april. Man kan anta at det kan være vanskelig for utøverne og beholde sosiale nettverk og bånd. **Fokusområde 1.5: Kan informantene fortelle litt om hvordan det er å satse på ski i forhold til det med venner og sosial omgangskrets (venner uten for ski miljøet)?**

## **Tema 2: Sykdom, skade og kropp**

Målet er å undersøke hva informantene tenker om den økte kroppsfokuseringen i langrennssporten, samt undersøke hvordan de tenker om skade, sykdom og risiko knyttet til idretten.

Media elsker å spille på sex og kropp, og langrennsløpere fremstilles som tynne, muskuløse og sexy. Sex selger. Innen langrenn er dette intet unntak. Våre beste utøvere poserer i avisene i bar-overkropp eller i sexy undertøy (Sand, 2010; Ukjent, 2003). **Fokusområde 2.1: Hva tenker informantene om kroppsfokuset i langrennssporten? Fokusområde 2.2: Kan et økt fokus på kropp føre til problemer i forhold til rekruttering av nye løpere til sporten?**

Flere kjente idrettsleger, og andre eksperter har hevdet toppidrett er usunt (Hole, 1994; Nordhaug, 2006; NTB, 1998; Wahlstrøm, 2002b). Ett langt liv i toppidretten kan gi økt risiko

for skader og helseplager for utøverne (Bahr, 2004). Samtidig vet man at trening gir økt levealder også, men at i et helseperspektiv så er det bedre å trene fem ganger i uken, enn to økter om dagen syv dager i uken (Bugge, 2002). Mange unge idrettsutøvere utsetter seg også for stor risiko. Langrennsløpere/skiskyttere som Therese Johaug, Frode Andresen m. fler har opplevd uhell når de har gått på rulleski (Brenna, 2010b; Hanstad, 2003). Bjørn Dæhlie måtte legge opp etter et fall på rulleski, og flere har opplevd stygge ulykker på sykkelsete. Astrid Uhrenholdt Jacobsen brakk ryggen da hun falt på sykkel under en samling (Sundbø, 2009).

**Fokusområde 2.3a: Hvilke tanker gjør informantene rundt mulige skader/sykdommer som de kan få av skisatsingen? Fokusområde 2.3b: Har informantene tenkt på at de i etterkant av idrettskarrieren kan få helseplager som et resultat av toppidrettssatsingen? Fokusområde 2.4: Tenker informantene noe på hva risikoen med trening langs veier, osv innebærer?**

Stadig flere langrennsløpere må benytte seg av astmamedisiner dersom de skal kunne prestere på toppnivå. Astma utløst enten av kulde eller anstrengelse er et kjent problem for mange skiløpere (Kirkebøen, 2004; Lein, 2005). 50 % av løperne på det Norske og Svenske langrennslandslaget har astma (Støstad, 2010; Ukjent, 2010a). Enkelte hevder at bruk av astmamedisiner nærmest fungerer som doping og gir løperne fortrinn i medaljekampen (Drangsholt, 2009; Vesteng & Kuczynski, 2010). **Fokusområde 2.5: Hva tenker informantene om astma/luftveisproblemer?**

Spiseforstyrrelser er et sårt og ømt tema i toppidretten. Noen utøvere føler at de er for store og tunge til å prestere, og velger å slanke seg. De beste utøverne er gjerne syltynne, og de fysiske lovene er slik at en lett utøver bruker mindre energi på å forflytte seg enn en tung utøver i samme løype. I kondisjonsidretter og andre idretter hvor vekt er viktig, har det vært flere topputøvere som har slitt med spiseforstyrrelser. Blant annet har Vibeke Skofterud fra damelandslaget stått åpenhjertig frem og fortalt om problemene sine (Vesteng, 2007b). Samtidig har det virket som olympiatoppen og skiledelsen har ønsket å tie om disse problemene, noe som resulterte i rabalder i mediene (Bugge, 2009; Ovren, 2009; Valderhaug, 2009).

**Fokusområde 2.6: Hvorfor tror informantene det er så vanskelig å snakke om spiseforstyrrelser? Fokusområde 2.7: Hva tror informantene er de viktigste årsakene til spiseforstyrrelser?**

Idrettskarrieren varer ikke evig, og kan ta slutt før man aner det. Uventede skader eller uhell gjør at man aldri helt vet når og hvor karrieren ender. Bjørn Dæhlie er et eksempel på at en av våre aller beste utøvere som ufrivillig måtte legge opp av en uventet skade (Jarlsbo, 2003; Kroksæter, 2001). **Fokusområde 2.8: Dersom informantene måtte legge opp på grunn av en alvorlig skade, hvor viktig ville det være for dem å ha noe å falle tilbake på?**

### **Tema 3: Teknologi & Utstyr**

Hvor viktige er egentlig skiene for en langrennsløper? Er gode ski en forutsetning for en god prestasjon? For Ola Nordmann kan det sikkert være vanskelig å forstå hvor viktig utstyret er, men mye tyder på at utstyret er veldig viktig innen langrennssporten (Hansen, 2010; Mangelrød, 2009; Svendsen, 2007; Ukjent, 2008).

**Fokusområde 3.1: Kan informantene fortelle hvor viktig utstyret er når man er på deres nivå?**

### **Tema 4: Moderne perspektiver**

Målet er å undersøke hva informantene mener media, forbildefunksjon, langrenn som kultur og kjønnsperspektiv.

Langrennssporten opplever større media dekning enn noen gang før (Brenna, 2010a). Trøkket fra media kan være enormt i perioder på toppidrettsutøverne. Media er alltid interessert i siste nytt, og særlig dersom det dreier seg om noe kontroversielt. Enkelte løpere har nærmest popstjerne status, og løpere som f. eks. Therese Johaug og Marit Bjørgen har vært ekstra skjermet mot pressen (Hoel, 2010a; Skjerdingsstad, 2009). Enkelte kan oppleve at den private sfæren trues stadig vekk av skandalejagende journalister.

**Fokusområde 4.1: Hvordan er informantenes forhold til media? Tror informantene at sterkt mediekjør kan virke negativt inn på idrettsgleden?**

Barn, ungdom og voksne trenger alle gode forbilder. Overalt i samfunnet kjempes det en kamp om hvilke verdier som skal implanteres. Toppidrettens verdier forandres i takt med samfunnets verdier (Tangen, 2003). Gjennom forrykende prestasjoner fremstår dagens toppidrettsutøvere som forbilder enten de vil det eller ikke. **Fokusområde 4.2: Hvordan ser informantene selv på det å være et forbilde?**



Skisporten har dype røtter i den norske kulturarven (Gotaas, 2003). Man sier at de fleste norske barn er født med ski på bena. Tradisjonelle skirenn som Holmenkollrennet, hvor kongefamilien har deltatt som både deltakere og tilskuere har bidratt til at langrenn er nasjonalidretten vår. Kongen selv har uttalt at: ”Skisporten er en stor del av livet mitt” (NTB, 2008). Selv om konservative krefter har kjempet mot nyvinninger, har man fått flere nye øvelser som sprint og fellesstart, og en ny disiplin i form av skøyting. Det krever store ressurser i form av penger og kunnskap dersom man skal gå på ski (Svendsen, 2007; Ukjent, 2007, 2008). Man må ha det riktige utstyret, kunne smøre, og gå riktig teknisk (Lundgaard, 2010; Sandberg, 2010). For flere og flere er dette en nærmest uoverkommelig oppgave.

**Fokusområde 4.3: Hva tenker informantene om at svært få folk med utenlandskbakgrunn går på ski? Tror informantene at langrenn har mer og mer blitt en idrett for rike, vellykkede folk?**

Kvinner og idrett har opp gjennom årene vært et sårbart og følsomt tema, også innen langrenn. Tidligere var det sånn at kvinnene helst ikke skulle anstrenge seg og drive med hard fysisk aktivitet. Ikke før på 1980-tallet fikk de eget landslag og mer ordende former. Landslaget med gode samlinger gjorde at resultatene kom raskt, og man fikk flere verdensmestere på 80-tallet (Gotaas, 2003). Noe av de gamle kjønnsregelmessighetene henger fortsatt igjen i langrennssporten. Fortsatt er det sånn at kvinnene og mennene går ulike distanser, og at kvinnene som regel starter foran mennene i konkurranser. **Fokusområde 4.4: Mener informantene at kvinnene har like gode vilkår som herrene innen langrennssporten i dag? Hva tenker informantene om at kvinnene og mennene går ulike distanser? Hva synes informantene om at kvinnene som regel starter foran mennene i konkurranse?**

**Tema 5: Doping**

Målet er å undersøke hva informantene mener om doping, straffenivå og meldeplikten.

Med voksende pengepremier og vinnere som får popstjernestatus, lokkes utøvere til å bruke ulovlige preparater for å ta snarveier mot toppen. Opp gjennom tidene har alltid mennesket søkt prestasjonsforbedringer. I tidligere tider brukte man urter, sopp og andre naturmidler for å øke prestasjonsevnen. Senere har det vært utviklet kjemiske stoffer som skal øke prestasjonsevnen (Barland & Tangen, 2009). Flere dødsfall på 1900-tallet knyttet til doping førte til at det har vært økt fokus på doping (Hanstad & Loland, 2007). Dessverre er doping

fortsatt et problem, særlig innen for kondisjons og styrkeidretter. Doperne er som regel alltid et hestehode foran dopingjegerne. Nye utøvere blir tatt, men mange slipper nok fortsatt unna.

**Fokusområde 5.1a: Hvordan preger det stadige fokuset på doping satsingen til informantene? 5.1b: Hva tenker informantene om at unge utøvere begynner å dope seg?**

Straffenivå blant dopingtatte utøvere har vært et omdiskutert tema. Noen mener at man må legalisere dopbruk, mens andre foreslår livstid, og de mest ekstreme, dødsstraff (Flygind, 2010; Jarlsbo, 2010; Ruuth, 2010; Strøm, 2009; Wahlstrøm, 2002a). **Fokusområde 5.2: Hva mener informantene er passelig straff for doptatte utøvere?**

Meldeplikten har også vært et svært omdiskutert tema (Hanstad & Loland, 2007). Utøvere som er på meldepliktslisten må melde i fra hvor de befinner seg opptil tre måneder i forveien. De må oppgi sted og tidsrom på hvor de befinner seg. Enkelte utøvere har mistet motivasjon og langet ut mot antidoping Norge, og mener Norge har en unødvendig streng meldeplikt (NTB, 03.02.09). **Fokusområde 5.3: Hva mener informantene om meldeplikten? Tror informantene meldeplikten kan ta bort litt av gleden ved å drive idrett?**

### **Avslutningsdel: Andre perspektiver**

Målet er å undersøke hva informantene mener om uttrykket "sølv er nederlag", om de vil anbefale langrenn til barn og om de selv har betenkeligheter i forhold til det å drive med toppidrett.

Synet på toerne og taperne er omtrent fraværende i dagens toppidrett. Det er gullmedaljene og fiaskoene som blir løftet frem i en nasjon hvor vi er sykkelig opptatt av gullmedaljøren (Gilberg, 2010). Penger, ære, oppmerksomhet. Alt tilfaller vinnerne i konkurranseidretten. Skal man kunne oppleve personlig utvikling og vekst innen konkurranseidretten også, må fokuset forandres. Den tidligere storløperen på skøyter Roald Aas som en rekke ganger opplevde å bli nummer to, før han endelig fikk sitt etterlengtede gull i 1960, sa det sånn: "For meg var det å bli nummer to noe stort" (Lund, 2008). Media bygger opp inntrykket av vinneren som knuser og ydmyker taperen. Man kan spørre seg om det er strengt tatt nødvendig og æreskjelle de nest beste? Hån og forakt kan føre til mindre glede rundt idretten (Lund, 2008). Kommentatorer som ønsker at det skal begynne å snø rett før konkurransen for at Northugs spurt skal bli avgjørende, skaper et bilde av at vi ikke ønsker at den beste lengre skal vinne (Sørheim, 2010). På mange måter speiler det et slapt og kynisk samfunn hvor vi

helst vil ta snarveiene. Det handler ikke lengre om å ta ut sitt beste (Sørheim, 2010).

### **Fokusområde 6.1: Hva tenker informantene om uttrykket ”sølv er nederlag”?**

De fleste i samfunnet er kjent med at idretten regnes for god arena for vekst og utvikling for barn og unge. Likevel har idrettslegene Jim Stray Gundersen og Thor Øistein Endsjø begge frarådet barna fra å drive med toppidrett (Hole, 1994; Wahlstrøm, 2002b). Sport er ikke alltid sunt, over 85 000 idrettsskader registreres hvert år, og selv om toppidrettsutøvere har lengre levealder enn vanlige folk, har de økt risiko for skader og helseplager (Bahr, 2004).

Toppidrettsbølgen velter frem et stadig større fokus på prestasjoner og status, sponsormidler og media oppmerksomhet (Femtehjell, 2005). **Fokusområde 6.2: Hva tenker informantene om dersom de har/hadde barn, om å la de satse på langrenn?**

Når man går inn i nye roller, enten i ny jobb eller i andre sammenhenger, er det vanlig å gjøre grundige refleksjoner rundt om dette er riktig for en eller ikke. Ofte har jeg lurt på i hvor stor grad er utøverne reflektert over toppidrettslivet/karrieren. **Fokusområde 6.3: Har informantene ingen motforestillinger/betenkeligheter med å drive toppidrett?**

## **3.5 Informantene**

Valg av informanter skjedde etter en nøysom prosess hvor problemstillingen la grunnlaget for hvilke informanter som var aktuelle for oppgaven.

Jeg hadde følgende kriterier for valg av informanter:

1. Jeg ønsket utøvere som enten var på landslaget (junior eller senior) eller at de hadde tatt medalje i nasjonale eller internasjonale mesterskap (junior eller senior).
2. Jeg ønsket to utøvere fra hvert kjønn.
3. Jeg ønsket meg en rutinert løper med lang erfaring, og en ung fersk juniorløper.

Utvalget i studien er basert på etter hva som er mest hensiktsmessig for problemstillingen (strategisk utvalg) (Halvorsen, 2008). Utvalget består av fire utøvere, to kvinner og to menn. Hvor mange informanter man behøver, avhenger av hva man trenger å vite (Kvale et al., 2009). Jeg valgte intervjuobjekter som jeg mente var interessante for oppgaven, dvs. at de ville ha klare og tydelige meninger om toppidrettslivet, men også fordi jeg trodde jeg kunne

ha en sjanse til å få de med på prosjektet. Det ble valgt to nåværende landslagsløpere og en juniorløper og tidligere seniorløper for å få dekket alderssprang. Det er grunnlag for å tro at en utøver som har mange år i toppidretten reflekter annerledes enn en fersk og uerfaren. For å sikre at begge kjønn ble ivaretatt, var det to menn og to kvinner i utvalget.

Skiløpernes viktigste forberedelsesperiode før sesongen er sommeren og høsten. Mye hardtrening gjør at belastningene på utøverne blir tøff. Jeg lagde meg en liste over folk jeg ønsket å ha med på prosjektet. Siden jeg har vært en del av skimiljøet hadde jeg ute noen følere, og kontaktet venner som kunne gi e-post adresse eller telefonnummer til de aktuelle utøverne. Jeg forsøkte å kontakte en landslagsløper via landslagstreneren, men de takket nei på henvendelsen siden media belastningen på den aktuelle utøveren hadde vært svært stor den siste tiden. Alle fire informantene var positive til å delta i prosjektet. To av informantene var tatt ut til Ski-VM 2011, noe som bød på store vanskeligheter med å få tak i den ene informanten, men etter mange mailer og måneder med venting var problemet løst.

### **3.5.1 Presentasjon av informantene**

For å ivareta informantenes anonymitet, blir det ikke gitt ut flere merittopplysninger.

**Informant 1:** Gull fra ungdoms OL. Gull fra Junior NM. Juniorløper. Kvinne.

**Informant 2:** OL gull fra stafett. Bronse-medalje OL. Vunnet world cup renn. Flere NM gull. Lagt opp. Mann.

**Informant 3:** Pallplass fra verdenscupen individuelt. Flere NM medaljer senior, Landslagsløper. Kvinne

**Informant 4:** OL gull. Flere plassplasseringer verdenscup individuelt. Medalje fra NM. Landslagsløper. Mann

### 3.6 Intervjuprosessen

Som forberedelse til intervjuene jobbet jeg mye med teori og intervjuguide som jeg har utarbeidet i forbindelse med oppgaven. Siden alle informantene hadde svært travle hverdager, fant vi ut at det var lettest å gjennomføre intervjuene via telefon ved passende anledninger. På forhånd hadde jeg testet ut sammen med andre studenter hvordan det funket med telefonintervju, for å minimere risikoen for eventuelle problemer som kunne oppstå under hovedintervjuene. Opptaker ble brukt under intervjuene for å sikre best mulig gjengivelse av intervjuene. Siden jeg selv ikke hadde telefon med opptaker eller høyttaler, ble skolens telefon på kontoret brukt. Fordi jeg hadde testet utstyret på forhånd vurderte jeg det dit hen at jeg ikke trengte noen backupopptaker av lyden.

I starten på intervjuet med informant 1 var det tidvis vanskelig å høre hva hun sa siden hun satt på en støyende buss. Hun hadde også litt problemer med å høre meg innledningsvis, men dette ble raskt fikset. Resten av intervjuet gikk uten videre problemer. Det tok ca fire timer å transkribere hele intervjuet, og det ble kontrollhørt flere ganger utover høsten for ekstra kvalitetssikring. Hos informant 2 var det ingen større problemer med å høre hva han hadde å si. Noen ganger kunne det være enkelte vanskelige dialekt uttrykk, men det gikk stort sett veldig greit. Intervjuet varte nesten dobbelt så lenge som intervjuet av informant 1, så transkriberingen tok litt over en dag, og har også blitt kvalitetssikret flere ganger. Intervjuene med informant 3 og 4 gikk veldig greit. Noen steder kunne det være vanskelig å høre hva de sa, men stort sett gikk det veldig greit. Fikk to korte avbrudd i intervju med informant 4, da han var ute og kjørte bil og hadde dårlig dekning under intervju. Transkribering tok ca. fire-fem timer for informant 3 og 4. Disse har også blitt kvalitetssikret flere ganger.

Alle fire informantene var lette å få i tale, informant 2 skilte seg ut med et langt og detaljert intervju, trolig siden han har lang erfaring med å bli intervjuet, og siden han har mye mer langrenns-erfaring enn de andre informantene. Samtalene gikk lett og ledig, informantene svarte stort sett utfyllende og bra på spørsmålene. Intervjuguiden fungerte svært bra, og dersom jeg fant det nødvendig med tilleggsinformasjon, laget jeg oppfølgingsspørsmål eller spurte om konkretisering eller utdyping.

Transkripsjonen ble gjennomført alltid dagen etter intervjuene ble gjennomført. Dette fordi jeg ville gjøre det mens jeg hadde det fortsatt ferskt i minne. Kvale et al., (2009), presiserer at presisjon og detaljnivå, samt transkribererens skrivehastighet og kvaliteten på opptaket vil

avgjøre hvor mye tid som går med til transkripsjonen. Totalt sett gikk det med flere dager til denne prosessen. Jeg fikk en liten aha-opplevelse over hvor ufullstendig språket var under intervjuene. Mye nøling, setninger som ikke ble fullført, osv. Jeg har valgt å gjengi pauser (...) og latter (he he), og eventuelle gjentakelser fra informantene for å sikre en mest mulig korrekt gjengivelse av intervjuene. Noe av mangfoldigheten reduseres siden tonefall, mimikk og kroppsspråk ikke kan gjengis. Av og til kunne det være vanskelig å høre hva informanten sa, dette gjengir jeg med (vanskelig å høre).

### **3.7 Analysemetode**

I kvalitativ forskning finnes det utallige måter for å analysere dataene. Det er blitt benyttet en fenomenologisk analyseprosedyre i denne studien. Denne prosedyren regnes som en generell måte å analysere kvalitative data på, og kan deles inn i tre deler (Høye, 2010; Johansen, 1997).

#### **1) Bracketing**

For å skaffe en forståelse av informantenes erfaringer, så blir de ulike svar og utsagn sammenstilt og gruppert på bakgrunn av datainnsamling og transkripsjon.

#### **2) Intuiting**

Her forsøker man å få tak i essensen i informantenes utsagn eller ta tak i den iboende meningen i de verbalt rapporterte erfaringene. Det er viktig at en forsøker å lete etter hva som er faktisk for oss, før en foretar seg en videre tematisering.

#### **3) Describing**

Siste trinn i analyseprosessen er todelt og består i (1) å beskrive den individuelle/situasjonsbestemte struktur for informantene, og (2) beskrive de strukturelle meningene for fenomenet generelt.

Målet med dette verktøyet er å kunne gi en karakteristikk av de ulike fenomenene, komme med en beskrivelse av disse, samt gi utsagnene mer presis mening.

### **3.8 Forskningsetikk og personvern**

I forbindelse med prosjekteringen av oppgaven ble det sendt en søknad til fakultets etiske komité hvor alle etiske aspekt ved oppgaven ble grundig drøftet. Søknaden ble godkjent høsten 2010. Tre viktige etiske regler for forskningen og min oppgave har vært; Informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser (Kvale et al., 2009). For å forhindre at opplysningene skulle få konsekvenser, har jeg anonymisert alle informantene som deltar i prosjektet. Alle som godtok å delta i oppgaven, var opplyste om at intervjuene ble tatt opp på tape, og at de kunne si nei og kunne trekke seg når de ville. Alle lydfiler ligger lagret på passordbeskyttet pc, og vil bli slettet når forskningsoppgaven leveres våren 2011. Det blir for øvrig ikke nevnt noen navn under lydopptakene.

### **3.9 Tolkningsgrunnlag – Validitet og reliabilitet**

Høyst mulig validitet etterstrebtes i all forskning. For å sikre høy indre validitet, må den teoretiske definisjonen ved det man undersøker være samstemt med den operasjonelle definisjonen. Det vil si at den målte manifeste egenskapen ved et fenomen må samsvare med den latente egenskapen (Johansen, 1997). Gyldigheten til målingene kalles for validitet, og kontrollerer om vi måler det vi skal måle. Dersom vi ikke måler det vi hadde håpet og få svar på, så vil dataene i undersøkelsen ha lav validitet. Reliabilitet sees på som nøyaktigheten eller påliteligheten til måleinstrumentet/målingen. Dersom man har målinger som er veldig nøyaktige, og måler det samme hver gang, vil dataene ha høy reliabilitet. Reliabilitet og validitet er ikke sidestilte begreper, fordi en undersøkelse aldri kan ha lav reliabilitet og samtidig ha høy validitet. Reliabilitet vil alltid derfor inngå som en nødvendig betingelse for dataenes validitet.

Et poeng som er verdt å merke seg, er at det er vanskelig innen kvalitativ forskning å oppnå høy reliabilitet, fordi det kan være vanskelig for en annen forsker å finne de samme resultatene. En må ikke glemme at det er forskeren som er instrumentet, og det kan være store forskjeller i ferdigheter, kunnskaper og intuisjon mellom ulike forskere. For å sikre høyest mulig begrepsvaliditet, er det viktig at de ulike begrepsdefinisjonene i størst mulig grad samsvarer med operasjonaliseringen av temaene i intervjuguiden, og informantenes besvarelser.

I stedet for å snakke om indre validitet, så bruker en ofte i stedet begrepet troverdighet (credibility), fordi det er sentralt i vitenskapelige presentasjoner å skape troverdighet til undersøkelser ved å overbevise seg selv og de andre om resultatene. Andre alternativ til validitets og reliabilitetsbegrepene vil være pålitelighet (dependability), bekreftbarhet (confirmability) og tilforlatelighet (transferability), som kan sammenlignes med reliabilitet, objektivitet og ekstern gyldighet (Aasland, 2004; Høye, 2010). Disse alternativene til reliabilitet og validitet er brukt mye innenfor det vitenskapelige paradigme, siden den samfunnsvitenskapelige forskningen benytter seg av kvalitative tolkninger, ofte basert på analyser av opplevd erfaring som blir uttrykt i form av tekster, språk, samhandling og observasjon for å bidra til ytterligere forståelse.

En vil alltid støte på problemer i forbindelse med måling, uansett hva som er forskningstilnærming. Årsaken er at forskeren må jobbe på to ulike plan; teori og empiri. Når det jobbes med teori og diskusjonskapitlene, er forskeren på teoriplanet, mens når en jobber med metode og resultatkapitlene så er man på empiriplanet. På teoriplanet så blir problemstilling og andre teoretiske begrep definert. At man teoretisk definerer variabler, innebærer at man begrepsavklarer det som skal måles. På empiriplanet vil den operasjonelle definisjon av de aktuelle variablene finne sted. En argumenterer for hvordan en har tenkt å finne svar på problemstillingen ved å måle egenskapene til fenomenet.

Sammenhengen mellom den teoretisk og operasjonelle definisjonen av variabelen, bestemmer hvor høy indre validitet som oppnås i undersøkelsen. Forskerens kunnskap om fenomenet og konteksten kan påvirke operasjonaliseringen fra teori til empiri. Prolonged engagement er også en viktig forutsetning for å skape høy indre validitet (Aasland, 2004). Med tanke på min bakgrunn som tidligere skiløper, min idrettslige utdanning, mitt kontaktnett og fortsatt tilhørighet til langrennsporten, mener jeg at denne forutsetningen er bra ivaretatt.



## 4.0 Analyse

Denne delen av oppgaven vil være en kombinasjon av teori og empiri. Jeg vil presentere informantenes tanker, og refleksjoner av hvordan livene som toppidrettsutøvere er. Resultatene vil bli presentert slik intervjuguiden er utformet med hovedtemaer og fokusområder. Etter sitatene til nøkkelinformantene blir det gitt korte kommentarer.

### 4.1 Tema 1: Skole, Venner & Toppidrett

#### Fokusområde 1.1: Positive sider: "Idretten som brobygger"

**Informant 1:** ... "Idrett skaper mye engasjement da."

Informant 1 synes det er positivt at idrett skaper mye engasjement, og trekker frem fellesskapet som en viktig del.

... "Og det skaper mye felleskap, og det skaper mye nervøsitet."

**Informant 2:**... "Toppidrett det er jo god underholdning."

... "Også tror jeg veldig mange, ehh, ehh... både i alle aldere, både unge, gamle og midt i mellom, så det er mange som synes det er spennende og kjekt å se på."

... "Så er der jo en motivasjonsfaktor i forhold til bredden. Ehh, sånn at det, ehmm... ja, jeg tror det har en positiv effekt til bredden da, og sånn at det inspirerer."

Informant 2 trekker frem at toppidrett kan glede mange personer, det kan være positivt for bredden, og at idrett kan være med å bygge broer mellom ulike land.

... "Toppidrett kan være med å... å på en måte rive ned litt skille, for eksempel nasjoner i mellom. Og at du bygger broer, mellom utøvere, ledere, trenere, i, i ulike land."

**Informant 3:**... "Innen idrett for min del og generelt er å sette seg mål og trene med de beste (vanskelig å høre)."

*... ”Toppidretten gjør det kanskje enklere å... at du er inne i et system kan få gjort det på heltid.”*

Informant 3 mener toppidrett er positivt fordi man jobber etter klare mål som en del av et organisert system.

*... ”Det er jo det at en kan få... sett deg noen mål og jobbe så hardt for det.”*

På oppfølgingsspørsmål om informanten følte det som en form for selvrealisering svarte hun:  
*... ” Ja, blir jo det.”*

**Informant 4:** *... ” Det var et godt spørsmål... ehmm... nei, det må vel være at man ehh... lærer veldig mye om... om teamarbeid og om seg selv. Og om andre, relasjonen til andre. I ekstreme forhold på en måte, ville jo si det kanskje. Og fysisk så er det jo det at man får trent mye, men det er ikke alltid det er så bra kanskje”.*

Informant 4 mener man kan lære mye om seg selv, det å jobbe med andre mennesker og at man fysisk sett får trent mye.

### **Fokusområde 1.2: Negative sider: Den sårbare utøveren**

**Informant 1:** *... ”Det er fort gjort å bli for fokusert på det... sånn at du blir så trangsynt at du ser ikke at livet består av noe mer.”*

*... ” Idrett er jo ikke det viktigste, men for mange toppidrettsutøvere blir det jo fort det da.”*

Informant 1 mener at det er lett å bli for fokusert på idrett, og at dårlige prestasjoner påvirker utøverne i stor grad.

*... ”Og det er klart... når en dårlig prestasjon... ehh, påvirker... altså... påvirker en dag, en uke, de rundt deg.”*

**Informant 2:** *... ”Noe som er veldig lett å trekke frem er doping.”*

Informant 2 mener at doping er noe av det mest negative.

*... ”Så det er klart at det blir jo fristende, ehh... for mange å gjøre det da. En del nasjoner er rett og slett sånn at du forandrer livssituasjonen din enormt, altså i Norge har nok de fleste det rimelig bra. Det trenger ikke være noen grunn til å dope seg sånn, også kommer du fra et land med trange levekår, og det å kunne bli god i en idrett, kan gjøre at du kan brødfø, ehh, deg selv og din familie, og kanskje slekt og venner med, he he. Men det viser seg at det frister, selv de som kommer fra rike land og doper seg, så det er nok en av de mest negative sidene.”*

**Informant 3:** *... ”Jeg har egentlig ikke noe negative sider. Jeg synes det jeg driver på med er så artig at. Jeg får oppleve mye og sånne ting, så har ikke noe negative sider.”*

Informant 3 mener at toppidretten stort sett er positiv og gir henne mye, men trekker frem reisebelastningen, det at man er mye borte som det mest negative med toppidrettslivet.

*... ”Er jo mye borte da. Så det kan jo gå utover litt andre ting, skole, familie, det må i tilfelle være det. Mye borte. Selv om jeg synes det er artig det og. He he.”*

**Informant 4:** *... ”Som toppidrettsutøver så er det jo... er man jo i gåseøyne i en sårbar situasjon. Det er veldig stor forskjell på å lykkes og ikke lykkes og toppidretten skaper jo tapere og vinnere, selv om ehh... selv om den egentlig bygger veldig lag, og er veldig opptatt av å bygge lag, så skaper den store forskjeller innad i lag, og mellom utøvere som gjør den samme jobben”.*

Informant 4 påpeker hvor sårbar man er som toppidrettsutøver, toppidretten skaper enorme forskjeller mellom utøvere.

### **Fokusområde 1.3: Utdanning & idrett**

**Informant 1:** *... ”Det utfyller hverandre egentlig veldig bra, fordi du lærer mye av... lærer mye av idretten som du kan ta med deg til... ehh, ja... til skolen da.”*

Informant 1 mener at idrett og skole går som hånd i hanske. Det utfyller hverandre bra. Hun poengterer at det er viktig å ha noe annet enn kun idretten og holde på med.

... ”Man må jo ha noe annet å tenke på enn bare idrett.”

... ”Bare hele livet blir en lek hvis jeg bare skulle tenke idrett... og det er det på en måte ikke... man må jobbe litt, he he.”

**Informant 2:**... ” Ja, altså for meg kom det jo gradvis med toppsatsing.”

... ”Det var vel først faktisk som senior, må vel kanskje gå 2 og nesten 3 år inn i senior årene før det ble helt fulltidssatsing.”

Informant 2 forteller at han var usikker på om han var god nok til å satse lenge, og tok beslutningen to, tre år inn i senior alder.

... ”Det var litt sånn brytningstid der jeg hadde lyst til å satse på idretten, men viste ikke om det var liv laget. Om jeg kunne bli god nok.”

... ”Så når jeg kom med på landslaget da som 3. års senior i 1990, da kan du vel si at det var fulltidssatsing.”

Informanten forteller at det var fulltidssatsing da han kom på landslaget som tredje års senior. Men han fikk praktisert utdanningen sin om vår og sommer i den roligste treningsperioden.

... ”Jeg gikk tømmerlinjen. I den roligste treningsperioden på vår og sommer så snekret jeg litte grann, i nærområdene hjemme og sånn. På ett vis så praktiserte jeg utdanningen min.”

**Informant 3:**... ” Ehhh... hvis du skal satse langrenn på det nivået som jeg gjør så krever det jo fulltidssatsing. Så... men samtidig så synes jeg det er veldig greit å få gjort noe annet i tillegg, så jeg er litt for at man skal ta utdanning. Jeg går jo på idrett grunnfag selv.”

Informant 3 mener dersom man er på høyt nok nivå så krever det fulltidssatsing, men at hun prøver å ta litt utdanning ved siden. På oppfølgingsspørsmål om hun oppfatter det som positivt å ha noe annet ved siden av idretten svarer hun følgende;

... ” Ja. Så lenge det ikke går utover satsingen. Sånn... ja. Det får deg jo til å tenke på litt andre ting, og du kan koble av. Jeg tror det er bra for hjernen å tenke litt og.

**Informant 4:**... ” Ehh, sånn som idretten er nå, så ser jeg det som... ehh nesten umulig. Ehh, det spør jo selvfølgelig hva man legger i å ta en utdanning, men hvis man skal legge like mye innsats som i idretten for å nå opp på begge plan så er det helt umulig. Jeg vet det er noen som kombinerer det, men de kravene som stilles med trening, restitusjon, reise, ehh... idretten som kommersialiseres voldsomt så du må stille opp for flere aktører, flere samarbeidspartnere, så så ser jeg på det som helt umulig. ”

Informant 4 mener kombinasjonen utdanning og toppidrett er nærmest umulig når man er på hans nivå, med tanke på de krav som stilles til dagens utøvere.

#### **Fokusområde 1.4: ”Tidsklemmen”--> Kjærlighet & familie liv**

**Utøver 1:**... ”Den største utfordringen er jo nesten at, hvis man er kjæresten da, også har liksom toppidrettsutøveren har vært ute på... lang reise og gått langrenn også kommer, ja også har den kjæresten som har vært lenge hjemme og gledet seg til å se partneren sin igjen... Men når han toppidrettsutøveren da kommer hjem, er han drit sliten... og da blir det kjempe krasj vis han/hun som har sittet hjemme har liksom gledet seg, ventet litte grann, også kommer han hjem bare sliten sur og trøtt... det er jo tid... de fleste vil jo prioritere idretten.”

Informant 1 tror det er lett for at det kan bli krasj når en utøver kommer hjem fra reise fordi utøveren ofte er trøtt og sliten. Hun mener at tidsklemmen er den største utfordringen et par vil møte, og at de fleste utøvere vil prioritere idretten.

**Informant 2:**... ”Ja, det kan nok være veldig blandet, veldig variert, så det er nok helt sånn opp til hvem du spør, hva par du spør, he he, hvordan de har det, så alt fra noen som synes det er helt uproblematisk og fint, til de som synes det er helt håpløst.”

... ”Det er jo ikke til å komme fra som toppidrettsutøver så er du veldig fokusert på deg selv, altså treningen, fremgang og hele den biten, så jeg vil nok tenke at de fleste som lever i et parforhold, lever tett i livet med en person som driver toppidrett, ehh... det er nok krevende til tider.”

Informant 2 tror at det er veldig forskjellig for hvem du spør om det og leve sammen med en toppidrettsutøver. Noen fikser det bedre en andre mener han. Han tror likevel det er krevende

for de fleste, fordi man fokuserer så på treningen. Dersom man får barn, vil det være med å gjøre ting enda mer krevende.

... ”Hvis du driver toppidrett og begynne å få barn da. Da tenker jeg, du er over på noe som jeg jevnt over vil si er temmelig krevende.”

... ”Jeg fikk så vidt kjenne på det litt, helt i sluttfasen på min egen fulltidssatsing.”

**Informant 3:**... ”Jeg tror det hadde gått bra på det sosiale, men det er jo... (**vanskelig å høre**) en toppidrettsutøver er jo mye borte, og har litt spesielle prioriteringer kanskje som en vanlig person ikke har. He he. Må i seng tidlig, opp tidlig, trene, spise til fast tid (**vanskelig å høre**). Kanskje litt annet liv sånn, men sosialt så tror jeg det skulle gått bra. Håper jeg. He he.”

Informant 3 håper det ville gått bra, og tror toppidrettsutøverens spesielle prioriteringer, og mye reising er det vanskeligste ved et forhold.

**Informant 4:**... ”Jeg tror at en i gåseøyne vanlig person ikke vil ha forståelse for alle de valgene en idrettsutøver vil gjøre i løpet av et år. Jeg tror ikke mannen i gata forstår at vi må trene 2 ganger selv om det er julaften, 17. mai, eller søndag eller mandag.”

Informant 4 tror ikke at en vanlig person vil ha forståelse for en toppidrettsutøvers prioriteringer, og dermed tror han det vil kunne by på vansker i et forhold. Han mener det ikke er tilfeldig at idrettsutøvere finner lykken med idrettsutøvere.

... ”En person som ikke har noe forhold til toppidrett i det hele tatt må være enten veldig blindt forelska, ellers går det dårlig tror jeg. Man kan jo eventuelt lære seg det litt, skjønne det etter hvert, men tror det vil by på utfordringer absolutt. Det er jo ikke tilfeldig det at idrettsutøvere stort sett er sammen med idrettsutøvere, enten aktive eller tidligere.”

På oppfølgingsspørsmål om han tror ”like barn leker best”? svarer han; ... ”Ja, dessverre.”

### **Fokusområde 1.5: “Venner i sporet”**

**Informant 1:**... ”Ja, det blir jo veldig mye... ski venner da for min del.”

*... ” De fleste... tror jeg klarer å ha et dobbeltliv på en måte da at de har et annet miljø, for eksempel skole eller studiemiljø. ”*

Informant 1 tror de fleste greier å leve et slags dobbeltliv når man har venner fra flere miljøer, men synes hun har lite til felles med skolevennene. Hun føler skisatsingen fører til at man mister bånd, uten at hun synes det gjør for mye.

*... ” Det er jo klart for min del... jeg har kjent det litt på at, at de vennene jeg har på skolen, har jeg ikke så mye til felles med... jeg får aldri vært med dem i helgene, og da når jeg kommer hjem fra Norgescuper og sånn, har jeg jo ikke noe å snakke med dem om... så du mister på en måte litt bånd... samtidig så... jeg føler på måte at jeg ikke går glipp av noen venner heller... de... mange av de på skolen kanskje, ville jeg ikke hatt kontakt med resten av livet uansett. ”*

**Informant 2:** *... ”Jeg har nok hatt og på en måte tenkt og kjent på at veldig mange av mine venner ble i idrettsmiljøet, så jeg holder fortsatt god kontakt med de som, en del av de som var på landslaget, så i og med at drev, var såpass hva skal jeg si, glad i idretten fra tidlige år, så var det litt begrenset hvor stort vennenett, ehh... vennskapsnett du fikk... fikk utenom. Men, men litte grann ble det jo, jeg var jo med i en sånn bibelgruppe også i en hel del år. ”*

Informant 2 har de fleste vennene i idrettsmiljøet, siden han drev med idrett fra ung alder. Han sier han hadde noen venner fra andre fritidssammenhenger, men at han fikk bare tid til å treffe de i de få periodene han var hjemme. Han tror mye reising i sesongen gjør at det blir veldig periodevis man får tid til å pleie det sosiale med venner hjemme.

*... ”Mine oppmøter preget av at jeg var borte nesten hele halv året, så var jeg med andre halvdelen. Så, bruker en det som eksempel, så tror jeg det er for mange vennskap som du har på hjemmeplan, det blir nok preget av det i perioder, blir det lite og tynt, en ser lite til de som driver toppidrett, og der er perioder der du er mer hjemme. ”*

**Informant 3:** *... ” Toppidretten krever 100 % satsing, og da er det opp da, trene, få i seg riktig mat, og da slappe av igjen, der andre kan møte andre. Det handler veldig mye om å få slappe av nok i mellom treningsøktene, og en kan bli litt irritert av å kanskje hjem å legge seg tidlig og sånne ting. ”*

... "Hvis vi kun skal tenke idrett og trening, neste treningsøkt, mat og hvile, så har vi på en måte mistet en del av det sosiale livet som en faktisk treng, å koble av. Men, ja vi er jo kanskje mye mindre ut blant venner, så... enn en vanlig ungdom ville ha vært."

Informant 3 mener det er viktig at det sosiale livet er intakt så man for koblet av. Men hun understreker at hun trives med toppidrettslivet, og sier at det ikke er sånn at man aldri er sammen med vennene hjemmefra.

... "Når man velger å gå den retningen som jeg har gjort da. Så føler jeg at det er det jeg vil. Det er det jeg trives med. Å en kan jo alltid. Det er jo ikke sånn at man aldri er ut med venner. Man setter kanskje pris på, når jeg er med dem mer når jeg først er der på en måte. Først er der, det høres jo ut som jeg aldri er der. He he. Du skjønner hva jeg mener."

**Informant 4:**... "Sånn i bøkene handler det om at 24 timers utøveren gjør det som er best mulig for idretten hele tiden. Og da tenker man lett den utøveren som er mest mulig firkanta. For meg er 24 timers utøveren, den utøveren som trives mest mulig, i flest mulig timer av et døgn. Så det betyr at jeg trener når jeg trener, også prøver jeg å ha et ganske normalt sosialt liv ved siden av. Ehh, så ja... jeg får ikke gjort alt jeg vil, fordi jeg er borte og reiser og trener så hardt at man er sliten... ja, jeg prøver å være så mye sammen med kamerater som overhode mulig jeg, og ser vel egentlig på meg selv som en ganske sosial person."

Informanten 4 sier han ikke får med seg alt fordi han reiser mye og trener hardt, men at han er veldig opptatt av trivsel, og legger opp treningen sånn at han får tid til å være sosial.

... "Ehh... jeg har en rutine på å trene tidlig på morgenen og sånn, sånn at jeg er ferdig i 5 tiden på ettermiddagen med andre økta, sånn at jeg er da har muligheten til å være sammen med venner og sånne ting. Så det er ikke noe, i hverdagen så er ikke det noe problem synes jeg."

På oppfølgingsspørsmål om informanten har mest kontakt med folk i miljøet svarer han;

... "Jeg prøver jo... jeg kommer fra et sted hvor det er... ikke alle driver med langrenn, så jeg har jo mange venner som ikke driver med langrenn, men det er klart at jeg har mer kontakt med de vennene som ikke satser, men som er interessert i idrett og trening, og sånne ting. For da kan man kombinere det å trene, og det å være sammen på en gang. Så ja. Jeg får sikkert en



*hel haug med venner på nakken hvis jeg er flink til å prioritere dem, så jeg får si sånn passe. He he.”*

## **4.2 Tema 2: Kropp, Skader & Sykdom**

### **Fokusområde 2.1: Kroppsfokus; forskjellige kropper – forskjellige kvaliteter**

**Informant 1:**... ” *Jeg er på en måte veldig imot å fokusere så veldig mye på det... og de jeg er med, de... ehh... vi snakker ikke så mye om det.”*

Informant 1 synes man ikke skal fokusere på kropp, og sier at utøverne snakker lite om det. Hun sier at i den nye generasjonen langrennsløpere er det heller større fokus på at du er for tynn enn for kraftig.

*...” Og det er heller at, hvis du er tynn, så er du oftere for tynn enn omvendt... det blir... altså... ja, det vil jeg nesten si... i hvert fall fra vår... den nye generasjonen som kommer opp nå.”*

**Informant 2:**... ”*Du trekker jo på deg en tetsittende tynn langrennsdrakt så kroppsformene vises jo, ehh... en må vel, som mann har det kanskje vært mindre problem enn det jeg har registrert at det kan være tilfelle for, på damesiden.”*

*...”Men jeg er ikke den som har fått dette tettest inn på livet. Men det jeg har lyst å si er at langrenn er kanskje en av de idretter, de finnes jo flere og. Det er en idrett som har veldig sånn stort mangfold på kroppsformer, altså du finner løpere som er lange og korte, og folk som er veldig muskulære, store, sterke kraftige og de som er tynne og spinkle, og der er gode resultat å finne på hele fjølen, jeg tror det kanskje er en grei idrett på den måten. Det er så mange former nå, alt fra sprint til, ja fellesstart, til langløp.”*

Informant 2 mener problemet med kropp er større på dame enn på herresiden, men synes at langrennssporten har et stort mangfold av ulike kroppstyper, og mener at man kan hevde seg nesten samme hva kroppsfasong man har. Han tror andre idretter har større utfordringer.

...” Det er mulig å hevde seg i nesten samme hva kroppsformer du har, he he. Det er nok andre idretter som har enda større utfordringer på dette planet, kanskje sånn som hopp for eksempel.”

**Informant 3:**...” Ehhh... jeg kan vel si at det er ingen langrennsløpere som trener for å se fit ut, eller sexy og sånne ting da. Det er på en måte noe man får som et resultat av mye trening som idretten krever da. Så det at media kjøre på det er forståelig. Det er et fokus ute blant folk. Men... jeg tenker ikke noe over det sånn personlig. De får skrive så mye dem vil.”

Informant 3 bryr seg lite over all kroppsfixeringen, men forstår at det er et fokus på kropp.

**Informant 4:**...” I utgangspunktet er jo langrenn veldig fin idrett fordi det er jo veldig mange forskjellige kvaliteter som kreves. Og det er jo egentlig ganske mange forskjellige typer utøvere som hevder seg, i forhold til høy, kort, øhh, tynn, øhh, normal. Ja. Det synes jeg er veldig bra.”

Informant 4 mener at langrenn er bra idrett fordi den passer til forskjellige utøvere. Videre synes han at det er et veldig fokus på kropp, noe han synes er negativt. Han mener også spiseforstyrrelser fortsatt er et tabu i idretten.

...”Men... jeg ser jo det at i idretten er det et ekstremt kroppsfixeringsfokus, og et sånn og spesielt kanskje for yngre utøvere som kommer opp så tror man jo man... ja, å være sånn eller sånn for å nå opp... ja, jeg synes vel ikke det er så veldig positivt.”

...”Jeg har vært ute før og vært opptatt av spiseforstyrrelser, og ja jeg mener det fortsatt at det er et stort tabu i idretten.”

### **Fokusområde 2.2: Rekrutteringsproblem?**

**Informant 1:**... ” Jeg har ikke tenkt at det er en utfordring egentlig... men det er heller at man mister folk, fordi de blir så dårlige at de liksom... de har vansker med å komme seg tilbake igjen.”

Informant 1 tror ikke det er noe problem, og tror heller at man mister folk som innser at de ikke holder det ønskede nivået.

**Informant 2:**... ”Nei, jeg har som sagt inntrykk av at nå, spesielt når sprint og det har blitt en del fellesstarter, så krever det en god del styrke, muskulatur altså. Det er ikke bare det her og være liten og lett, som... som er tingen.”

... ”Men jeg registrerer at er fortsatt utfordring, spesielt på jentesiden i dag.”

Informant 2 mener at andre øvelser, kortere og lettere løyper gjør det lettere å være langrennsløper, det sikrer større kroppslig mangfold. Han tror likevel at det kan være et problem i forhold til jenter.

**Informant 3:**... ” Det er jo mange utøvere som får problem med det. Spiseproblem å sånne ting. Det blir kanskje så stort at de lar seg rive med av det media skriver.”

Informant 3 mener at unge utøvere lett lar seg rive med av alt media skriver spiseforstyrrelser, og på oppfølgingsspørsmål om stort fokus på kropp kan føre til at yngre utøvere velger bort langrenn svarer hun;... ” Sånn ja... nei, det håper jeg ikke. He he. Nei, jeg tror egentlig ikke det. Nei.”

**Informant 4:**... ” Altså, langrenn er jo en idrett som er veldig sterk rekrutteringsmessig. Det står jo vanvittig sterkt i norske sjela. Og jeg tror ikke det ville vært noe problem å... få rekruttering til sporten. Men det kan godt hende vi får fram... ikke sikkert vi får frem de utøverne vi vil ha. Og kanskje en del faller av etter hvert som det kroppspresset vil bli større. Og det er ikke noe positivt i det hele tatt.”

Informant 4 tror ikke rekruttering blir noe problem, men understreker at kropps fokuset kan føre til at man ikke får frem de utøverne man ønsker å få frem.

### **Fokusområde 2.3a: ”Vi er skapt til å være i bevegelse”**

**Informant 1:**... ” Jeg tenker heller at... jeg tenker at så lenge du har det gøy, og så lenge du trives med det... så... ehh... så er det egentlig bare bra og skulle utfordre seg selv og sprengte grenser da... men... så klart... altså blir det for mye og mye fokus på akkurat det, og du glemmer alt annet, blir det jo usunt igjen da... men kroppen tåler utrolig mye, og det er jo det vi er skapt til å være i bevegelse.”

Informant 1 velger å se bort fra det negative, og heller fokusere på alt det positive. Hun synes det er bra at man sprenger grenser og bruker kroppen aktivt.

**Informant 2:**... ” Langrenn er heldigvis en idrett som er veldig skånsom for det meste. ”

... ”Ja, en har vært innom de tankene og altså, langrenn er heldigvis en idrett som er veldig skånsom for det meste. Det er myke bevegelsesformer, ehh... og slitasjeskader kan kanskje være noe som kan bli en utfordring for en del, og da innenfor rygg. ”

... ”Jeg har selv virkelig kjent på ryggproblem. Det er kanskje noe av det jeg har undret meg at... oiiij, når jeg gir det så mange år dette her, og trener så intenst og risikerer at jeg får veldig sånn utfordring i dagligtalt senere da. ”

Informant 2 synes langrenn er en skånsom idrett, men trekker frem at det forekommer en del slitasjeskader, og innrømmer at det var frustrerende å oppleve skader.

... ”Jeg tenkte nok mens jeg satset og. Det kom tanker, oiiij. Ehh, nå kjenner jeg på... periodevis da ryggen var på det verste da det var vondt i ryggen, og en måtte trene alternativt og sånn, da kom tankene virkelig er dette hmmm, kanskje er det ikke bra med min rygg. ”

Informanten innrømmer også at han tenkte på at dette kanskje ikke var helt bra for kroppen, men at han også lærte mye av det.

... ”Men lysten til å satse for fullt var så stor, at den hele tiden... hva skal jeg si, overvant de tankene der. Nå i ettertid så tenker jeg sånn at vi trente intenst, og, og det har satt på måte sine spor, men jeg tenker hvis jeg tar litt lærdom, og tar med meg litt av den... hva skal jeg si, treningsdisiplinen, så tenker jeg at det skal gå an og holde den ryggen noenlunde i sjakk. ”

**Informant 3:**... ” Man vet jo at toppidrett er... det er jo brutalt. Vi presser jo kroppen til... på grensen hele tiden. Ehhh... og vi har jo ikke noen perioder der vi tar oss inn, det eneste er litt på våren. Ellers på året ligg vi jo på grensa og presser hva kroppen tåler. Så, en har jo tenkt over at en må være... at du kan bikke over, få skader. Vi opplever jo skader vi, uten at det er så alvorlig. Men hvis en skal gå rundt å tenke å hjelp nå kan jeg bli skadet, eller, nå

*kan jeg få ditt eller datt, så tror jeg det vil gå utover fokus på treninga, he he, da tror jeg ikke det vil gå bra i lengden.”*

Informant 3 mener toppidrettslivet er brutalt fordi man utsetter kroppen for knallhard trening, men tror man ville bli skrullete dersom man går rundt og tenker på det. Hun understreker at det er viktig å ta det med ro dersom man får en skade og tenke over hva som er viktig i livet.

*... ”Hvis man får en skade og vet at hvis man ikke tar det med ro så kan en få den livet ut så må man... tenke seg om hva som er viktig... det tror jeg hadde kommet til å gjort om jeg hadde kommet i den situasjonen.”*

**Informant 4:** *... ”Langrenn egentlig er ganske fin i forhold til at det er jo mye trening, men det er veldig variert trening.”*

Informant 4 mener at langrenn krever mye trening, men variert trening. Han påpeker at slitasjeskader, overbelastning, ikke bare er idrettsrelatert, man kan oppnå det på kontoret også.

*... ”De fleste skadene er eventuelt overbelastning, eller slitasjeskader, og det kan få når man går på et kontor også.”*

*... ”Det er ikke noe tvil om at vi presser jo grensene og kanskje hvis du da tenker ekstreme treningsmengder i tillegg til f. eks. ehh... litt mangelfull ernæring da, så er vi jo fort ute og sykler med en gang. Så idretten å langrenn i seg selv ser jeg ikke på som noe skadelig i det hele tatt, men det er jo i kombinasjon med en del andre skumle faktorer at det virkelig kan bli... bli ille og ikke bare der og da, men man kan jo få ehh... skader som på en måte vil følge deg gjennom et langt liv og ja.”*

Informant 4 mener at langrenn i seg selv ikke er skadelig og at man kan tåle store treningsmengder, men at i kombinasjon med f. eks. dårlig ernæring, kan det bli skummelt på grunn av de store treningsmengdene.

*... ”Jeg tror det at med et ehh... fornuftig opplegg så kan du tåle. Det er ganske mye trening langrennstrening som skal til før du drar på deg en skade.”*

### **Fokusområde 2.3b: "Lever i håpet"**

**Informant 1:** ... " Ehh... jeg tenker vel at så lenge jeg har hatt det gøy med idretten, og ikke tvunget meg selv til å fortsette, så er det verdt det.. Uansett."

Informant 1 mener at så lenge satsingen er av fri vilje og lyst, så er det verdt uansett hva som måtte skje.

**Informant 2:** ... " Toppidrett kan være ganske ekstrem, så dessverre er det nok de som kan få helseplager i etterkant av fulltidssatsingen. Iveren er stor hos de som satser for fullt, så jeg tror ikke det er så lett å tenke på fremtiden med eventuelle helseplager. Selv de som driver med de mest skadeutsatte idrettene lever i håpet om at skader ikke skal rammet de."

Informant 2 tror at siden toppidretten er så ekstrem er det nok noen som kan få plager i etterkant av idrettskarrieren, men tror at den store motivasjonen gjør at de ikke tenker så mye over det.

**Informant 3:** ... " Ja... he he. Hmmm... jeg har egentlig ikke tenkt over det så mye. Jeg prøver jo å... Prestere i idretten min, samtidig som jeg tar vare på kroppen. Prøver å leve sunt. Kan jo ikke prestere hvis kroppen ikke er frisk (**vanskelig å høre**). Man prøver jo å være i balanse hele tiden. Det kan helt sikkert dukke opp ting. He he. Men jeg har ikke tenkt noe over det".

Informant 3 har ikke tenkt noe over det, hun prøver å være frisk og ta godt vare på kroppen sin.

**Informant 4:** ... "Nei, altså for min egen del så føler jeg meg ganske frisk, det måtte eventuelt være at jeg... har herjet med lungene at jeg føler meg litt nedsatt liksom, men ja, nei. Det har jeg ikke problemer med i det hele tatt. Det er liksom... så lenge, som jeg sier så lenge jeg har ernærings og restitusjonsbiten på plass så kan jeg trene meg... da skal jeg trene mye for å trene på meg noe dritt som jeg tar med meg. Men det er den derre hvis du har spiseforstyrrelser f. eks. trener med for lite næring, vitaminmangel over lang tid, ehh... ja. Forbrenner muskulatur, forbrenner fett rundt de indre organer og sånne ting, så er det jo jævlig skummelt."

Informant 4 sier han vet han har herjet mye med lungene men er ikke særlig bekymret over det. Han tror man skal trene veldig mye før han risikerer noe helseplager i etterkant, men at det kan bli farlig dersom man har spiseforstyrrelser, eller lignende.

#### **Fokusområde 2.4: "Kalkulert risiko"**

**Informant 1:**... " *Alt er jo risiko da.* "

Informant 1 mener alt er risiko.

**Informant 2:** ... " *Ja, det streifet en det. Det gjorde det. Ehh. Men igjen, litt som jeg sa i sted, at lysten til å drive med dette og bli god, var så stor at de sjansene tok en. Ehh, jeg følte at hvis man tenkte seg litt om... ja så kunne du kjøre så noenlunde safe.* "

Informant 2 tenkte over risikoen, men brydde seg ikke så mye om det fordi han likte så utrolig godt å trene. Han synes langrenn ikke er så skummelt, dersom man sammenligner det med andre idretter som alpint for eksempel.

... " *Så på ett vis, så føler jeg at det vi drev med sånn sett var ikke så styggfarlig. Da har jeg mer tenkt på hvis jeg hadde valgt en idrett som for eksempel alpint da. Fartsdisiplinene der.* "

... " *Sykkel, ehh... ble jeg faktisk litt redd for, det valgte jeg vekk.* "

Informanten opplevde en dramatisk sykkelulykke, og knakk kragebeinet. Derfor valgte han bort sykkel på grunn av uhellet, og fordi han mente han ikke hadde så godt utbytte av sykkel treningen.

... " *En ting var at jeg var usikker på effekten, fordi mitt ryggproblem gjorde at når jeg satt på sykkelen, så, så fungerte ikke muskulaturen i den ene foten optimalt. Det hadde vel litt med posisjon på ryggen og sånne ting. Men jeg var og engstelig fordi jeg hadde... jeg hadde... ehh, sykkeluhell... som gjorde at jeg blei engstelig. Det var på en landslagssamling. Jeg datt og knakk kragebenet.* "

... " *Det var risiko.* "

... ” Senere tok jeg ikke den sjansen. ”

**Informant 3:**... ” Nei, jeg tenker... veldig lite på det. Jeg... du kan ikke drive å tenke.

Informant 3 tenker lite over mulig risiko, men forteller at man tar de forhåndsregler de kan i form av refleksvest og hjelm.

... ”Og det er jo det at man tar litt sånn forhåndsregler, man bruker jo hjelm og... når det begynner å gå mot høst og sånn, på med refleksvest for å synes mest mulig, og det blir på en måte automatikk. Det er de forhåndsreglene vi kan ta. Så får en heller. Og bilister og sånne ting være mer obs. ”

**Informant 4:**... ” Ehh... nei. Ikke når jeg er ute og trener, men jeg synes jo forholdene for rulleskitrening generelt i Norge er veldig dårlig tilrettelagt. Ehh... å for en eliteutøver så er det aldri noe problem. Jeg kan gå på rulleski, jeg er god på rulleski, og jeg har kontroll, og jeg kan til og med trafikkreglene sånn passe. Men for unger og for sånne ting så er det jo... er det jo verre. ”

Informant 4 synes forholdene for rulleski i Norge er dårlige. Han er ofte i farlige situasjoner, men føler han har kontroll. Han synes det burde vært tilrettelagt mye bedre.

... ” Jeg tenker ikke noe over det selv, jeg er jo daglig i farlige situasjoner, men jeg føler jeg har kontroll ”.

... ” Så jeg synes det burde blitt tilrettelagt mye bedre. I Oslo som de kaller vinterhovedstaden i verden, eller verdens vinterhovedstad, så finnes det ikke en eneste rulleskiløype. Og det burde jo vært fem ”.

#### **Fokusområde 2.5: ”Luftveisbesvær”**

**Informant 1:**... ” Det har jeg ikke tenkt så mye på. ”

Informant 1 har ikke tenkt så mye over astmaproblematikken.



**Informant 2:**... ”Jeg skjønner noen kan peke på det. Ehh. Det er utfordrende fordi det er en kolossal belastning på luftveiene, når du... ehh, he he, herjer sånn med de.”

... ”Det er veldig lite som skal til med en forkjøling for å redusere deg. Sånn at mange av de som bruker astma medisin de, har jo det problemet når de driver med langrenn og har det som toppidrett, hadde de valgt... alpint eller hopp eller andre ting, så, så toler du litt mer sånn smårusk. Og hadde levd et vanlig liv, uten konkurranser i det hele tatt, he he, så hadde du ikke vært i nærheten av og tenkt å bruke medisin, he he.”

Informant 2 sier at luftveiene utsettes for en vanvittig belastning, og sier at det skal veldig lite til for at prestasjonsevnen reduseres. Han måtte selv bruke litt astma medisin en liten periode av karrieren, men har sluttet med det etter han la opp og har et avslappet forhold til det nå.

... ”Jeg selv var jo borte i, og brukte litt astma medisin i en fase av toppidrettssatsingen, jeg hadde noen år der luftveiene ble satt ekstra på prøve og hadde behov det... men har på en måte vokset meg i fra det, så jeg har gradvis gått vekk i fra det, og har ikke hatt behov for det. Jeg føler vel at luftveiene har fungert veldig greit nå etterpå, så jeg tenker vel at dette her kan være noe som har litt stort fokus og er problem når man driver på, også får en et mer avslappet forhold til det i ettertid.”

**Informant 3:**... ” Nå har jeg jo det selv, og jeg har fått det på grunn av at jeg har presset meg i kulde... over lengre tid. Og det er jo... en kjip konsekvens av at man holder på med det man gjør. Det er ikke noe artig å ha astma. Men som vanlig person i dagliglivet så merker jeg ikke noe til det. Det er jo som regel... det er liksom når de små marginene skal telles opp og man skal prestere at man må ha medisin for astma og sånn.”

Informant 3 forteller selv at hun har astma og hvor kjipt det er, og på oppfølgingsspørsmål om hva hun synes om kritikken mot bruken av astmamedisin svarer hun følgende:

... ”Det synes jeg er helt feil. Da synes jeg at de som har uttalt seg ikke har noe peiling. For det setter jo... er du syk så får du medisin for det og.”

... ”Og det blir på en måte at vi stiller på lik linje med dem som har friske lunger. Det er ganske strengt før en skal få ta astma medisin. Det er jo tester man skal igjennom, og lungene lyg jo på en måte ikke.”

**Informant 4:**... ” ...”Ja, altså jeg tenker att ehh... astma og luftveisproblemer er som alle andre problemer. Litte grann oppskrytt. Ehh... når du sier at det er... eller f. eks. når man leser i avisen at Marit Bjørgen har astma så... så har hun per definisjon astma... men hun går jo tre mil på ski alt hun kan uten å stryke med liksom, så hun har jo ikke astma. Vi har litt svekka lungefunksjon og... i en idrett hvor du må være 100 % for å hevde deg, så er 2 % nedsatt lungefunksjon alvorlig. Men hvis du hadde tatt deg en tur på sykehuset, så hadde du sett at det finnes folk med mer astma enn f. eks. Øystein Pettersen og Marit Bjørgen, og resten av det norske landslaget. Ehh... vi utsetter oss for harde belastninger i kulde over mange år, og da får vi litte granne nedsatt lungefunksjon. Ja. Men jeg tror en hver langrennsløper på det norske laget med hånda på hjerte vil si at når jeg slutter på ski, så slutter jeg med medisin også. Det er ingen som har astma. Har litt nedsatt lungefunksjon, også kaller det de astma for da skjønner folk hva de snakker om.”

Informant 4 mener fokuset på astma er oppskrytt. Han sier de ikke har astma, men litt svekket lungefunksjon, men at det gir konsekvenser for en utøver som må være 100 % frisk. Han tror de fleste kommer til å slutte med medisin den dagen de legger opp.

### **Fokusområde 2.6: Spiseforstyrrelse – Idrettens siste tabu**

**Informant 1:**... ” Ehhh... nei, fordi i hvert fall blant jenter så er det et sånn meget konkurranseinstinkt 24/7 ikke sant, hvor vi er på samlinger... og ... å... jentene ser på hverandre hvor mye de spiser og sånn, og tenker oiii hun er tynn, og hun løper fort... men det jeg opplever er at nå på juniorlandslaget de har nå, så er det mye mindre fokus på det, og det er som jeg var inne om i sted, det er blitt litt mer motsatt... hvis du spiser for lite, og det leggs merke til, så blir du på en måte spurt om hva skjer med deg... går det bra eller? Nå må du passe deg her... ikke sant.”

Informant 1 mener at det sterke konkurranseinstinctet blant jentene virker inn. Slutningen, hun er tynn og hun løper dras fort. Hun opplever likevel at det har skjedd en endring, og at fokuset er rett mot å få i seg nok mat og at utøverne ser etter hverandre på en bedre måte.

**Informant 2:**... ” Jeg tror dette problemet virker å være atskillig større på damesiden enn på herresiden. Så det har vært lite oppe i alle de årene jeg har vært på landslaget og sånn. Det

*var veldig lite behov for å prate om det. Vi alle hadde trent såpass hardt og solid at spørsmålet var mer om du orka å få i deg nok mat. I perioder kunne en nesten bli matlei. Fordi du må ete så mye. For å tåle... for å få nok næring.”*

Informant 2 mener at problemet er langt større på damesiden. Han sier de snakket lite om dette. Han følte heller at problemet var å få i seg nok mat, fordi de måtte spise så mye på grunn av all treningen. Han tror innføringen av sprint har virket positivt inn.

*...” Ehh... men på den andre siden så har det nok vært litt utfordring. Men jeg tror kanskje litt som jeg sa nå når en har fått inn sprint. Og en del fellesstarter og ikke minst lettere løyper, da krever det en annen styrke rett og slett.”*

**Informant 3:**... *”Det er jo et ømt tema sikkert for dem som har det. Og det er på en måte ikke noe folk har lyst til å innrømme hvis man har det.”*

*...”He he. Har ikke noe erfaring med det.”*

Informant 3 forteller at hun tror det er et sårbart for de som sliter med det, men sier hun ikke har noe erfaring med spiseforstyrrelser, og at media bidrar til fokuset på spiseforstyrrelser.

*...”Nei, innad i miljøet så syns jeg på en måte det ikke er noe fokus på det i det hele tatt. Det fokuset som har kommet av media.”*

På oppfølgingsspørsmål om det er et fokus på dette på landslaget sier hun;

*...” Vi prater veldig sjeldent om det. Det er ikke noe problem for oss i det hele tatt. Det er ingen på laget vårt som har spiseproblem. Så... det er på en måte.. sånn jeg prater til vanlig folk om det (**vanskelig å høre**)... vi prater om det dersom det kommer opp som et tema, men ikke sånn til vanlig. He he.”*

**Informant 4:**... *” Nei, det er vel en kultur for det rett og slett.”*

Informant 4 mener det er en kultur for å tie om spiseforstyrrelser, og mener det er ett av de siste tabuene man har i idretten. Han mener at spiseforstyrrelser burde regnes som en hvilken som helst idrettsskade, så man lettere kunne være åpen om det.

... ” Ehh, jeg vil vel si at spiseforstyrrelser og homofili er de to siste tabuområdene vi har i idrett. ”

... ” Ehh... spiseforstyrrelser burde vært tatt på lik linje med enhver, eller en hvilket som helst annen skade, så vi kunne lettere fått vite mer om det, og det kunne være lettere å stå fram med det. Men altså hvis noen ryker en akilles eller får en strekk så hører vi om det med en gang, men hvis noen sliter med en spiseforstyrrelse så må vi hviske og tiske og taske bak den personens rygg (**vanskelig å høre**), og gjette oss fram til hva som egentlig er problemet. Det synes jeg er drit kjipt. ”

### **Fokusområde 2.7: Nye øvelser – Andre kroppsformer**

**Informant 1:**... ” Det er at... det er at de yngre har forbilder som er alt for tynne, og gode da... også tenker de at det er veien å gå. ”

Informant 1 mener forbildene er veldig viktige for de unge løperne. På oppfølgingsspørsmål om hun tror sprint kan gjøre det lettere for utøvere med andre kroppsfasonger å hevde seg svarer hun;

... ” Ja... da må du være stor da... det er klart... legger de opp løyper med bare motbakker så ber de jo om at man skal bli tynn. ”

**Informant 2:**... ” Ja... jeg sier det ikke helt sikkert, det nesten sånn at jeg lurer på at det kan være litt sånn, fordi en registrerer at de som hevder seg innen sprint er, på herresiden er det store kraftige løpere, de er jo personer på 1.90 og vel så det og ordentlig med muskler. De ser nesten halvveis ut som bodybuildere, mer enn gammeldags langrennsløpere. ”

Informant 2 mener også at sprint er veldig viktig fordi en får et større mangfold av kroppstyper. Sprint krever mer muskler, noe som gjør at større og tyngre utøvere kan hevde seg. Han mener de tynne utøverne ikke har så mange løp igjen.

... ” Og litt sånn på damesiden og at der og kan du då hevde deg med en kroppsform som er... ja du har godt med muskler, og hoftene viser godt, ja i det hele tatt. Sånn at det, ehmm... de tynne flisene som klarte seg bra... ehh før, de har ikke så mange løp igjen rett og slett. ”

**Informant 3:**... ” Det er litt media, de skriv om ditt og datt, og om alt fokus på det, kroppsfokus. Sånn skal du se ut. Sånn skal du ikke se ut. Ikke sant unge utøvere spesielt blir påvirket av det og tror at det er veien å ta. ”

Informant 3 mener media skaper et unødvendig fokus på kroppsfasonger, hvordan man skal se ut og ikke, og på oppfølgingsspørsmål om hun tror sprint gjør det lettere for utøvere med andre kroppsfasonger å hevde seg svarer hun;

... ” Hvis du er liten og puslete og ikke har noen muskler så kan du verken prestere i lengre... eller i dagens langrenn generelt. Det handler mye om å mye kraft å. Det blir bare større og større fart. Og større og større fart krever muskler å eksplosivitet. Det får du ikke hvis du har spiseforstyrrelser for å si det sånn. He he. ”

**Informant 4:**... ” Nei, det er vel ehh... ekstreme arbeidskrav, ehh... som... som fører til det. Ehh, så er det sånn at jo lettere man er, jo fortere man har en tendens til å gå oppover. Ja. Ehh, ja så er det er jo raskere å gå ned i vekt enn å bygge aerob kapasitet. ”

Informant 4 mener at de knallharde arbeidskravene i langrenn kan være en medvirkende årsak til spiseforstyrrelser. Det er raskere å slanke seg enn å opparbeide seg høy kapasitet.

... ”Ja, så er det den hårfine balansegangen mellom å bikke mellom spiseforstyrrelser å mellom å være tynn. Ehh, eller naturlig tynn som det også heter. Eller i hvert fall de sier heter det. Det er jo drit vanskelig. ”

Informanten nevner også den hårfine balansegangen mellom å være sykkelig tynn og naturlig tynn. Han er ikke bekymret for noen utøvere på landslag, men er heller opptatt av signaleffekten det gir, med svært tynne utøvere på elitelaget. Han er også opptatt av at problemene også finnes på herresiden.

... ” Ehh... jeg er ikke noe bekymra for noen jenter på norske lag, fordi de har et støtteapparat rundt seg de som passer, passer på dem veldig godt. Men jeg er mer bekymra for hvilke signaleffekter det gir for da 13åringen på Gjøvik som sitter å ser at ehh... sitt store idol... er skrapa tynn og vinner tremila med ett minutt. Uten å nevne navn. Så, og hun har ikke noen folk rundt som kan dette. Også ja. Jeg er veldig mye mer bekymra for hvilke signaleffekt det gir, enn utøverne som sliter med det på lag. For de har et apparat rundt seg, så hvis det går

*for langt, blir de fanget opp før det smeller skikkelig. Å tro at det bare er et problem på damesiden er veldig naivt. Det finnes flere gutter med akkurat de samme problemene, men man tenker spiseforstyrrelser og damer, men ja... det er litt snevert.”*

### **Fokusområde 2.8: Uventet karriereslutt**

**Informant 1:**... ” *Ja, det er viktig... veldig viktig... for det å bare det å være klar over at idrettskarrieren faktisk kan slutte med et knips liksom... det bør jo alle være forberedt på.”*

Informant 1 mener det er veldig viktig og at alle bør være forberedt på det.

**Informant 2:** ...” *Ja... ehh, jeg vil det er veldig viktig egentlig. Og veldig lurt i alle fall.”*  
...” *Det kan jo skje som du sa, at noe inntreffer sånn at du ikke får drevet videre, og da er det litt sånn oijj. Hvem er jeg, hva gjør jeg nå. Men jeg tror liksom en bevissthet er det viktigste. At du tenker som så at... ehh, okay hvis jeg velger å satse 100, 110 % på idretten, at en verken har tatt utdanning eller noe annet utenom. Altså at en vet da at får jeg hente frem en sånn vinnervilje, om det skulle inntreffe da at jeg. Da må du gå i gang med utdanning eller hva det måtte være... fordi om du ikke har tatt deg utdanning eller har en jobb på lur, eller noe annet, så kan en tenke at okay, du er 30 eller 35, så kan du begynne.”*

Informant 2 mener også det er veldig viktig å ha noe å falle tilbake på, og tror den vinnerviljen han har fått fra idretten, kan hjelpe han videre selv om han ikke har noe utdanning fra tidligere. Han mener det er viktig å reflektere over at man er en ressurs om man presterer eller ikke, og tenke positivt selv om en ikke presterer som man ønsker.

...” *Kanskje og en veldig viktig ting i hvert fall som jeg erfarte når jeg hadde store skade problemer og sånne ting, og filosoferte litt, oijj tenk om nå må gi meg. Altså, prøve å ikke se på seg selv som kun verdifull hvis du presterer innen for toppidretten, eller den idretten du har valgt. Men tenke at okay, jeg er verdifull, uansett den jeg er fordi når alle andre rundt deg kjenner deg som skiløperen, hvis jeg bruker meg selv da. Jeg er skiløperen NN, og sånn folk kjenner meg, så kunne jeg nesten bli litt sånn mørkredd når jeg tenker, oijj hvis jeg ikke satser lengre, hvem er jeg da? Ville folk brydd seg om meg da? Så liksom, ha litt sånn tankegods med seg på den måten at en ikke føler at alt rakner om en ikke presterer bra.”*

**Informant 3:**... ” Åhhh... det er jo alt. Du blir jo sikkert ganske deppa hvis en plutselig måtte legge opp. Å da ha noe man kan fokusere på utenom tror jeg er veldig viktig. Og samtidig har tatt vare på familien, og at har dem i ryggen, og det har man som regel uansett. En utdanning og det sosiale nettverket rundt det er jo verdt å ta vare på i hvert fall når man kommer i sånne situasjoner.”

Informant 3 mener at det er viktig at man har et sosialt nettverk med familien i spissen dersom karrieren skulle gå skeis, i tillegg til en god utdanning.

**Informant 4:**... ” Jeg er veldig glad for at jeg har bachelorgrad i bakhånd, ikke nødvendigvis at jeg får bruk for det sånn med det første, men det er greit å ha litt flere bein å stå på. Mmm. Gjennom en idrettskarriere så skaper man seg et enormt kontaktnettverk, jobb er ikke noe problem å finne uansett. ”

Informant 4 er glad for han har en bachelorgrad å se tilbake på, noe han tok mens han var på nasjonalt nivå. Han mener at gjennom idrettskarrieren og det kontaktnettverket han har bygget opp, så blir det ikke problem å finne jobb.

... ”Og i sted sa jeg det var umulig å kombinere toppidrett og utdanning, men jeg tok utdanning før jeg ble på måte ble toppidrettsutøver... **Vanskelig å høre det siste. Mister forbindelse til informant på grunn av dekning. Ringer opp igjen... Hva hørte du av mitt svar? Du tok en bachelor før du ble toppidrettsutøver? når jeg gikk på nasjonalt nivå. Før jeg på en måte begynte på landslaget. Så tok jeg 100 % skole ved siden. Og det var ikke noe problem i det hele tatt. Og jeg er veldig glad for at jeg gjorde det.**”

### **4.3 Tema 3: Teknologi & Utstyr**

#### **Fokusområde 3.1: Utstyrproblematikk**

**Informant 1:**... ” Det er jo ganske viktig... men... ehh... det viktigste er jo en selv. ”

Informant 1 som er junior løper, peker på at utstyret er viktig, men at det viktigste er en selv.

**Informant 2:**... ” Ja, utstyret betyr i alle fall i langrenn, så betyr det veldig mye. Til tider var jeg frustrert over hvor mye det betydde.”

Informant 2 ble frustrert over hvor mye utstyret betydde. Han forteller videre om utstyret:

... ” I world cup renn som jeg gikk nå mange av, så hadde du et ordentlig godt par, så... kan du vel si at, hvis du var på ordentlig høgt nivå og var i stand til å kjempe om pallen, så fikk du mer et mer, hva skal jeg si, et middelmådig par, så var du, ehh... ja det var vanskelig nok å ta poeng og være inne blant de 30 beste.”

... ” Inne i mellom så drømte jeg om at alle fikk preparert ski, la oss si at arrangøren hadde, hvis det var 80 på start, så var det 80 par ski en fikk utlevert hvor de var så like som overhodet mulig. Så fikk en sett hvem som var den sterkeste. Men samtidig så når dette momentet var der, att der var såpass forskjell på ski så måtte en bare prøve å snu det til noe som en prøvde å være flink med, at en tenkte sånn at hvis jeg er flink til å passe på det beste skiene jeg har, og smøring og preparering er god og sånn, så kan jeg kanskje knipe noen sekunder på den som i utgangspunktet er litt sterkere enn meg. Sånn at du blir offensiv, du snudde det til... hva skal jeg si... ikke, det blir feil og si våpen, at du tenker dette er min sjanse og da. Det blir litt sånn frustrerende å registrere det er forskjeller på ski.”

Man ser til og med blant world cup løperne at det er store ski forskjeller. Det er interessant å legge merke til hvordan han snudde om fra at ski kunne være en svakhet til en styrke, noe han kunne ”vinne på” i forhold til konkurrenter.

Det har også vært en kjent antagelse at det er de beste løperne som får det beste utstyret.

Informant 2 bekrefter dette:

... ” I enkelte løp er de frustrerende store, og som regel så er det sånn at de beste får og de beste skiene. He he. Så når Bjørn Dæhlie vant med... fra et halvt minutt til ett min, på enkelte løp så kunne du si at halve vinnertiden lå i at han hadde best ski og.”

Norge har gjennom 1990-tallet vært den ledende nasjon innen skipreparering, mye takket være eksperimenteringen med steinslip og gode smørere. De siste årene har Norge mistet flere



medaljer i mesterskap mye trolig på grunn av dårlige ski. Informant 2 bekrefter at Norge ikke er like suverene på ski lengre:

*... ” Men det har blitt litt jevnere nå. De siste 10 årene så, så er mitt inntrykk at av at veldig mange nasjoner kan alt som har med skipreparering. ”*

**Informant 3:** *... ” Ja, det handler om små marginer. Ehh... når man er helt oppe i toppen, og da har utstyret ganske mye å si. Men samtidig så er det jo... ski har ikke motor. Du må ha noen som driver dem. Men når du kommer helt opp i toppen, så er marginene ganske store. ”*

Informant 3 forteller at skiutstyret dreier seg om marginer for utøvere på toppnivå, men understreker at utøveren på skiene er den viktigste. På oppfølgingsspørsmål om skiene kan ødelegge et maks løp svarer hun;

*... ” Ja, det kan de, hvis du har veldig dårlige ski. Men samtidig hvis du har litt dårligere ski, så vil det bli dårligere resultat hvis du ser på total pakken, hvis du presterer bra og har gode ski, da har jo det vært veldig bra, men hvis du presterer bra og har dårlige ski, vil det automatisk bli litt dårligere. Men... ehh... jeg tror nok utstyret er ganske viktig uten å få for stort fokus på det. ”*

Informanten forteller videre hvordan de får nærmest spesiallagde ski, og hvordan smørerne preparerer skiene for dem, før de i det hele tatt får brukt dem.

*... ”Vi får jo håndplukket ski fra fabrikk, laget egne ski og sånn. Også har vi et smøreteam som jobber med de skiene ganske heftig, før vi får prøve de i det hele tatt. ”*

**Informant 4:** *... ” Det er viktig å være 100 % frisk og lungefunksjon 100 % og samme er det med skiene. Hvis du har 2 % for dårlige ski, så er det bare å... legge opp. Omtrent, så det er jo ikke noe tvil om at det er sinnsykt viktig med gode ski. Vi bruker mye tid på å preppe ski. ”*

Informant 4 mener skiene er like viktige som en sunn og frisk kropp. Er ikke skiene gode så er man sjanseløs, og påpeker at det er veldig viktig å stelle godt med skiene sine.

*... ” Enhver idrettsutøver med respekt for seg selv passer godt på skiene sine. ”*

#### **4.4 Tema 4: Moderne perspektiver**

##### **Fokusområde 4.1: Media; Frustrasjon & Glede**

**Informant 1:**... ” *Jeg er jo ikke så mye i media jeg da.* ”

Informant 1 forteller at hun ikke er så mye i media. Hun synes derfor det er vanskelig å forestille seg en framtidig situasjon, men selv om det sikkert er et irritasjonsmoment må man fikse det, fordi det er en del av toppidrettslivet.

... ” *Nei det er vanskelig for meg å sette meg inn i den situasjonen fordi... men jeg kan jo tenke meg at det er ganske irriterende... og det tapper jo en del krefter selvfølgelig... men samtidig så vet man jo på en måte at... ehh... det er jo det man... må på en måte takle det også, når man går inn i en toppidrettsrolle.* ”

**Informant 2:**... ” *Ja, det var i utgangspunktet... for det meste bra, ja det vil jeg si. Jeg fikk lære å kjenne mange trivelig media folk. Så jeg må vel innrømme at jeg var vel en som ble betraktet kanskje som for snill da.* ”

Informant 2 peker på hvordan media skapte/konstruerte et bilde av han som den snille/gode utøveren. Han anser forholdet til media som stort sett bra, men forteller også at han kunne bli oppgitt og frustrert over at journalistene ikke gjorde bra nok jobb i forkant.

... ” *Ehh... jeg må nok innrømme at jeg til tider kunne være litt frustrert, oppgitt og over media. Ehh... det kunne nok ha ulike ehh... årsaker, men noe som gjorde meg frustrert var, det var jo journalister som på en måte hadde gjort for dårlig grunnarbeid.* ”

... ” *For de som får mest trøkk som Petter Northug i sær, så det er klart det er en utfordring med det. Men samtidig så er det liksom, det er ikke så lett å få gjort så gjort så mye endringer på det området, fordi en ønsker stor media oppmerksomhet.* ”

Ofte skulle man tro utøverne trakk seg media, siden de kan føle seg leie av masete journalister. Interessant forteller informanten hvordan utøverne faktisk er avhengig av media. For å være attraktive sponsorobjekter er det ikke nok å vinne. Man må også være masse i

media. Men informanten peker også på den viktige rollen støtteapparatet har i å skjerme utøverne på de riktige tidspunktene, f. eks. i sesongen.

*... ” Han nyter veldig godt det i forhold til sponsoravtaler som han har og. Ja, i det hele tatt så er det ikke sånn... som underholdning, ehh... når vi er i underholdningsbransjen så ønsker en å være der, så må vi rett og slett godta det blir veldig stort trøkk på de beste, også må lederne og de nærmeste rundt bare gjøre gode jobben som blir gjort. At de skjermer best mulig.”*

**Informant 3:***... ” Ehh... jeg har et avslappet forhold til media. Nå er ikke jeg såpass... jeg er på en måte ikke noe Petter Northug. He he. Men det er viktig å være åpen til media, de er faktisk de som skaper blest rundt idretten. Så det er viktig svare de og være til stede. Det er våres kommunikasjon til folket. Det er jo viktig å ha et avslappet forhold til og være seg selv i media på en måte.”*

Informant 3 synes det er viktig med et godt forhold til media siden det er utøveres vei ut til folket. Hun forteller også at hun skjønner godt at utøvere blir skjermet, fordi det kan bli slitsomt i lengden fordi uansett nesten hva man gjør så havner det i media.

*... ”Hvis en hele tiden må stille opp på ting, å kanskje... uansett hva du gjør så kommer det i media. Uansett hvem du er med så blir du ryktet i media. Så det er nok slitsomt... jeg skjønner godt hvorfor de blir skjermet. Ehhh... fordi det kan skape feil fokus og sånn. Det er om å gjøre å ikke la det gå inn på deg. Jeg tror ikke det tar bort gleden av å satse langrenn. Men det blir jo litt sånn bismak. Sånn at media blir en negativ ting.”*

**Informant 4:***... ” Hvordan jeg vrir og vender på det en inntektskilde for meg. Ehh... så jeg... vi lever jo av å bli eksponert, jo mer vi eksponeres, desto heitere er vi på sponsormarkedet og sånne ting.”*

Informant 4 forteller at media er svært viktig for han, fordi det gir han inntekter gjennom økt eksponering. Han prøver å ha et godt forhold til media, og sørge for at det er ingen som er ute etter å ta han.

... ” Ehh... vi... jeg prøver å ha et godt forhold til media. Media er jo veldig flinke til å bygge løpere opp, også bygger opp så mye at de kan rive deg ned når det går dårlig. Men jeg har et veldig godt forhold til media. Jeg føler jeg har en god stjerne hos media (**vanskelig å høre**), og ingen som er ute etter å ta meg, og det er viktig. ”

... ” Ja, jeg har følt litte grann på det i år kanskje. Att... jeg har vel på de verste dagene hatt 50 ubesvarte anrop om dagen fra media. Ja. Så det er klart... når det ikke går som man vil i skisporet, så er det ikke så artig å... å bli oppringt, men... det er jo på en måte en del av pakka. Ehh... det at de ringer, det er jo bare fordi at de er interessert, så egentlig er det bare positivt at media er der om det går bra eller dårlig. ”

Informanten sier at han har følt litt på medietrykket i år, og synes det ikke er så artig å bli oppringt når det går dårlig, men at det er en del av gamet. Han mister på ingen måte idrettsleden, men synes at det kan påvirke en som utøver.

... ” Men å si at jeg mister gleden av det, det kan jeg ikke si. Nei. Men man blir påvirka enten i den ene eller andre graden. ”

#### **Fokusområde 4.2: Forbilde**

**Informant 1:**... ” Ja det er jo spennende det... og det er klart at det... altså jeg mener at alle uansett om de driver toppidrett eller ikke, så skal man jo være forbilder for hverandre... ehmm... og i idrett er det vel spesielt og på en måte vise gode holdninger. ”

Informant 1 synes det er spennende være et forbilde, men sier hun ikke er veldig bevist på at hun er et idrettsforbilde. Hun har en veldig generell tilnærming på området hvor hun mener at alle mennesker, toppidrettsutøvere eller ikke bør, være forbilder for hverandre. Det å være ekte, være seg selv, mener hun også er viktig.

... ” Det er ikke sånn at jeg går rundt og er bevisst hele tiden... ehh... jeg tror... ehh... at du... Det er bare å være klar over at... du skal på en måte ikke gå rundt å ødelegge rykte ditt akkurat... det er jo mest å være seg selv også bare... ikke ta noen sjanser sånn at du driter deg ut. ”

**Informant 2:**... ” Det er spennende, ehh... så jeg har sett på det på en måte en fin sjanse til å være med på å skape gode sunne, holdninger... fordi det er i den retningen jeg mener er positiv. Til tider kan det være litt utfordrende, det må jeg si fordi, ehh... når en vet at en blir sett på, og målt på de tingene at du oppfører deg. Så må en ha litt tankene med seg.”

Informant 2 ser også forbildefunksjonen som en takknemlig rolle. Gjennom den kan han være med å formidle det han mener er sunne, gode holdninger. Men han synes også det kan være litt utfordrende siden måten du oppfører deg på hele tiden vil bli sett og målt opp mot de verdiene man har frontet, så man må være forsiktig med utskeielser.

**Informant 3:**... ” Nå håper jeg at jeg er et forbilde (**vanskelig å høre**). He he. Jeg prøver på en måte å være meg selv og samtidig tenke på at man er et forbilde for... for dem som kjem og yngre. Jeg synes det er veldig artig å, hvis jeg kan være med å inspirere unger til å satse langrenn, eller bidrar til holdninger å sånne ting (**vanskelig å høre**). Jeg er jo ambassadør til Right To Play og MOT.”

”... Jeg synes det er veldig artig å kunne bidra på den måten og.”

Informant 3 stiller opp for de tingene hun mener er positive, og synes det er artig å være et forbilde for barn og unge, og forteller at hun er ambassadør til Right To Play og MOT.

... ”Man stiller jo opp på ting man kan kjenne seg selv igjen i. Mener jeg er veldig viktig at man står for det en stiller opp for.”

**Informant 4:**... ” Ehh... nei, det tenker jeg vel egentlig... ehh, ja... jeg tenker litt på det, men tenker ikke sånn... for min egen del så bryr jeg vel ikke så mye om det, men jeg prøver jo i hvert fall å tenke meg når jeg er i offentlige rom og ja sånne ting. Ehh... jeg synes jo at det er hyggelig jeg kan være med å påvirke unger, og ungers valg og litt sånne ting, på forskjellige ting.”

Informant 4 tenker ikke så mye over at han er et forbilde, men synes det er hyggelig dersom han kan være en positiv påvirkning for unger. På oppfølgingsspørsmål om det er visse ting han gjør/ikke gjør som forbilde svarer han følgende;

*... ”Nei, ikke noe... det å være forbilde, det er jo å... bare... gjøre de tingene som er fornuftig å det er vel uansett om man er forbilde eller ikke, så lønner det vel seg å tenke seg to ganger om hvis det er noe er litt sånn sketchy. Jeg drar ikke fram en ølflaske og setter meg og drikker hvis det er en haug med unger rundt meg. Det gjør jeg ikke.”*

Informanten forteller at han unngår ting som kan være upassende når han er sammen med barn og unge, og prøver ellers og bare være seg selv.

*... ” Men i det store og hele så er det bare å ja å smile og jeg prøver å være meg selv. Jeg er en veldig åpen person og synes det er veldig artig å prate med små unger f. eks. som kommer bort så ja... jeg prøver bare å være meg selv og smile og det har fungert... i hvert fall for min del veldig bra. Så får du spørre kidsa om det fungerer bra for dem, he he.”*

#### **Fokusområde 4.3: Kulturforskjeller**

**Informant 1:**... ” Altså, jeg skjønner det jo på en måte litt... det ligger så mye i den norske kulturen da, å gå på ski spesielt.”

Informant 1 trekker raskt frem at ski henger sammen med norsk kultur, og mener at det er derfor ikke minoritetene går på ski. Hun trekker også frem den økonomiske siden, at det krever mye penger, og ikke minst innsats fra foreldrene. Hvis foreldrene ikke bryr seg om at barna skal få mulighet til å gå på ski, blir det veldig vanskelig for barna. Foreldrene må være interessert i idrett dersom barna skal ha muligheter til å drive med idrett.

*... ” Det er jo ikke tvil om at det krever ganske mye penger... og ikke minst innsats fra foreldrene sin side... hvis ikke de på en måte, er så keen på at barna skal drive med idrett, så er det jo vanskelig for barna da.”*

**Informant 2:**... ” Det kan vel ha sine naturlige forklaringer vil jeg tro. Ehh... det er ikke til å komme i fra at langrenn er veldig, ehh... veldig kostbart. Alt av utstyr som du treng, ikke sant skal du ha begge stilarter, fordi nå er det 2 stilarter ikke sant? Dobbelt opp av sko, av staver og av ski. Du treng smurning, og sånn som vintrene har blitt da så må du reise og komme deg til og fra treningsplass, og reisebiten koster. Så det er noe av det jeg er litt leit med å

*representere langrenn å være i den idretten. Å være i den idretten og vite at det er så kolossalt dyrt for barn og ungdom da.”*

Utøver 2 trekker også raskt frem det økonomiske perspektivet. Både utstyr, smøring og transport krever store økonomiske ressurser. Han synes det er trist at sporten har blitt så dyr å drive, og peker på at det er vanskelig for de som ikke har så store ressurser, å drive med langrenn. Dessuten påpeker han viktigheten av å inneha kunnskap om ski, han tror kanskje det er lettere å begynne med andre idretter for våre nye landsmenn.

*...” Det er veldig tunge løft for de som ikke har så store ressurser. Og når du nevnte nå innvandrerbarn eller innvandrerfolk og sånn så er det ikke til å komme fra at det momentet er absolutt tilstedes. Så går det også selvsagt på å få kunnskap på den biten da, ehh, nå er det så veldig mange idretter og velge i mellom.”*

**Informant 3:**... *”Det er jo litt annen kultur kanskje fra det de er vant til. Så det er sikkert et resultat av det.”*

Informant 3 tror grunnen til at så få innvandrerbarn er aktive på ski handler om kulturforskjeller. Videre synes hun det er synd utstyret er blitt så dyrt, men forteller at hun greide seg fint med ett par ski helt fram til 14-15 års alderen.

*...”Det er jo dyrt å kjøpe utstyr, så det krever jo en del midler. Men... sånn som... når jeg begynte... å komme opp i sånn hovedlandsrennet og var sånn 14-15 år, så vi var ikke noe rik familie vi, og jeg klarte meg fint med et par ski. Ehhh... alt kom etter hvert. Når en ble bedre så får en jo avtaler, men jeg skjønner jo at det krever jo litt. For det er jo dyrt med utstyr.”*

*...”Men... det er blitt veldig mye fokus på å ha det beste utstyret, beste skia, best glid og. Nyeste stavene, og sånne ting.”*

Informant 3 synes det er synd at det er så veldig stort fokus på utstyr, fordi det kan ta bort idrettsgleden.

*...”For det tar bort gleden til ungene som ikke får det nyeste... utstyret.”*

**Informant 4:**... ” Går selvfølgelig på kultur. Hvis foreldrene ikke har noe kultur for å gå på langrenn så, så skal det veldig mye til for at ungene begynner å gå på langrenn også

Informant 4 mener foreldrenes kultur er avgjørende for om barna begynner med langrenn, fordi man må ha oppbakking til smøring, skirenn, osv.

... ”For du må ha noen som smører skiene dine, kjører deg på skirenn hver helg, kjører deg på trening og litt sånne ting.”

Informanten mener at interessen blant utlendinger øker, og han møter stadig flere av de i skiløypene.

... ”Men jeg vil jo tro det at nå med den interessen som er nå så vil det jo få flere og flere utenlandske norske skiløpere, og det er jo... veldig bra. I den delen av landet som jeg kommer fra så er det i hvert fall... det er flere... jeg møter flere utlendinger i skiløypa der, og det ser jeg på som positivt.”

På spørsmål om langrennssporten har blitt en idrett for de rike/vellykkede svarer han;

... ”Nei. Det vil jeg ikke påstå. Jeg vet det er mange som prøver å si det. Og det litt på grunn av det utstyrshysteriet, om å ha mest mulig ski om å gjøre å ha mest mulig fancy, fancy og ja. Fordi finanseliten har begynt å gå store birkebeinerrennet, så begynner veldig mye fokus på idrett, og hvem som er den typiske birkebeiner å sånne ting, men... mannen i gata går like mye på ski som finanseliten, og ja. Og blant ungene, så... så er det ikke nødvendig å ha ehh... Fem, seks, sju, åtte, ni par ski for å gå på ski. Jeg gikk selv med to par ski, og vant jr. NM og hadde to par ski. Ett skøyting og ett klassisk. Så ja... jeg vil ikke si det er en... en sånn beste vestkant idrett (**vanskelig å høre**) det vil jeg ikke, og det håper jeg aldri blir heller.”

Informant 4 mener langrenn ikke er noe rikmannsidrett, og understreker at utstyrshysteriet er helt unødvendig. Han mener at antall skipar har ikke noe med økt skiglede.

#### **Fokusområde 4.4: Kjønnspromblematikk**

**Informant 1:**... ” Jeg føler det er ganske likt ja... det er ikke sånn at jeg går rundt og føler at det er urettferdig.”



Informant 1 synes at likestillingen mellom jentene og guttene er bra, og føler seg på ingen måte urettferdig behandlet. Videre synes hun det er greit at jentene går kortere distanser siden de ikke har de samme fysiske forutsetningene som guttene.

*... ” Ja, det synes jeg er helt fair, fordi at det er jo ikke tvil om at jentene ikke er like bra fysisk utstyrt fra naturens side som guttene. ”*

*... ” Ja, det synes jeg er greit. ”*

Informanten har heller ikke noe i mot at jentene går foran guttene i konkurransene. Hun bryr seg ikke om sånne ting. Hun understreker videre at hun ikke er opptatt av et slikt feministisk perspektiv.

*... ” Jeg er ikke sånn veldig feminist jeg. ”*

**Informant 2:** *... ” Ja... det vil jeg si. Kanskje ikke helt sånn helt 100 %, ehh... men altså premiepengene for eksempel... da som la oss si er i world cup renn er helt like for eksempel. ”*

Informant 2 er raskt fremme på å peke på at han mener det er likestilling i forhold til pengepremier, og at jentene også har gode sponsor og utstyrsavtaler, men at det kan være litt forskjeller fortsatt. At noen sponsorer vurderer herrene som litt bedre å sponse.

*... ” Og jeg har vel inntrykk av at mange av kvinnelig langrennsløpere har gode sponsor og utstyrs avtaler. Så, men litt forskjeller kan det ligge i forhold til mann – kvinne, at de blir sett på liksom... enda grommere, eller hva skal jeg si i, på herresida da. ”*

*... ” Ehh... jeg tenker vel at kvinnene... er så godt trent og tåler mer enn som så, og de kunne gått absolutt lengre distanser ja. Men det som er med på å bestemme litt er jo blant anna media og fjernsynet. De vil helst ikke ha så lang konkurransetid. Så jeg tenker nok at... at kvinner absolutt burde kunne fått lov til og gått lengre og... men det er litt viktig hva de vil selv og. ”*

Informanten mener at kvinnene har de fysiske forutsetningene til å gå like lange distanser som herrene, men påpeker at det er viktig å lytte til jentene, hva de ønsker selv å gå av distanser.

Dessuten mener han at media spiller en viktig rolle, fordi at de ønsker kortest mulig sendinger med mest mulig dramatik. Informanten påpeker også at det ikke er alltid at kvinnene starter først, men at de ofte prioriterer å sende herrene i beste sendetid. Herrene er hakket gjevere på ett vis. Han mener at dersom kvinnene vinner mer enn herrene og sanker større popularitet, så kan det være at de får mer tv tid, og viser til hvor populært kvinneskiskyting er i Tyskland.

*... ” Veldig mange ganger gjør de jo de, men det er nok ikke alltid det heller. Så jeg var med flere ganger, også i flere world cup renn der... der herreklassen startet først.”*

*... ” Ehh, ja... veldig mange ganger gjør de jo de, men det er nok ikke alltid det heller”*

*... ” Det henger nok litt igjen fortsatt at en prioriterer menn skal, ehh... i alle fall innenfor langrenn skal komme i alle beste sendetid.*

På oppfølgings spørsmål om informanten mener at det er det grommeste til slutt, svarer han;  
*... ” Ja... det grommeste, det er liksom sånn kvinnen har samme premiepenger som jeg sa, og blir verdsatt, men det er liksom hakket gjevere på ett vis.”*

Informanten mener det er fortsatt er slik at at det ræste, mest ekstreme som det avsluttes med;

*... ” Ja, det blir litt sånn, det henger nok litt i fortsatt. Men det som jeg tror er at hvis du går til de idrettene som... hva skal jeg si, de jeg vil fram til, hvis det er utøvere, kvinnelige utøvere i fra de landene som på en måte er mest sentrale og viktige da. For eksempel hvis du går til skiskyting. Der er nok... der er det veldig mange gode tyske kvinnelig utøvere. så der er det nok, ehmm... på en måte en i ferd med å komme dit hen at... hvis ikke de tyske mannlige utøverne har gode nok resultater over en del løp, så blir der minst like mye fokus på damesiden hvis du skjønner. Det er nok litt sånn avhengig av... resultatet på en måte i fra de landene som har mest og si og.”*

**Informant 3:***... ” Ja. Ehh... det synes jeg absolutt. Hmmm. Interessen rundt det vet jeg ikke noe om. Men om der er mer interesse blant guttene eller jentene. Jeg synes vi blir behandlet noen lunde likt sånn ja.”*

Informant 3 synes guttene og jentene blir behandlet ganske likt, og på oppfølgingsspørsmål om hun tror sponsorene er mer interessert i guttene svarer hun;

*... ” Nei, det tror jeg ikke. Eller det vet jeg ikke. Men jeg har ikke merket noe. He he. ”*

*... ”Ehhm... nå er ikke jeg sånn fan av tre og femmila da. He he. For min del er det greit. Neida, men det er jo... hmmm... jeg vet ikke hvordan det... guttene er jo fysisk sterkere av naturen, det er jo bare sånn. Jeg vet ikke hvor spennende det hadde blitt å se på om vi gå like langt. Det hadde blitt dårligere fart, og det kan hende det hadde blitt kjedeligere å se på. Da hadde vi mistet seere og.”*

Informant 3 sier at for hennes del er det greit at jentene går tremila, og tror kanskje det hadde blitt kjedelig å se på fordi det ville blitt dårligere fart. Informanten velger å se det humoristiske i at jentene får starte foran guttene i konkurransene, fordi da får de gå i helt nytt spor.

*... ”Det er bra det for da slipper de å gå å ødelegge sporet for oss (vanskelig å høre). He he”*

**Informant 4:***... ” Nei! Ehh... sprintlandslaget for damer har sitt første ordentlige år nå med begrensede midler. Ehh, jeg synes at sprintlandslaget for damer burde vært akkurat like godt som sprintlandslaget for herrer. Ehh... og når de har det, så begynner vi å nærme oss, det synes jeg.”*

Informant 4 mener at det er først når sprintlaget for damer blir like bra som herrene at jentene får likegode vilkår som guttene. Han mener det er viktig fordi man får med andre typer utøvere enn det man får inn på distanselaget.

*... ” Jeg tror det er veldig viktig at de får... at de får opprettholde og utvider det laget sånn at det blir fullverdig. Litt fordi det finnes... det er andre typer jenter der enn på et distanselag, og det vil igjen føre til at flere unge jenter kan si at jeg kan passe inn og kan komme til toppen jeg også.”*

*... ” Ehh... så det vet jeg ikke. Det må du nesten spørre dem om. Det er i hvert fall ikke noe tvil om at damene orker å gå like langt som oss, men... om det er bra for ehh... rekrutteringen vet jeg ikke.”*

Informanten har ikke tenkt så mye på at jentene og guttene går forskjellige distanser, men tror kanskje det ikke ville blitt så spennende fordi nivået på damesiden er mer spredt.

*... "Nivået er da, selvfølgelig mer spredt, ehh... og hvis man skal skape spennende konkurranser så er det jo et poeng at det ikke er altfor lange distanser sånn at differansen mellom løperne blir altfor stor, da er jo spenningen borte."*

*... "Det vet jeg... det har jeg heller ikke tenkt på. Det er vel litt sånn hipp som happ. Noen ganger er det digg at jentene starter først, og andre ganger skulle jeg startet selv."*

Informanten har ikke tenkt så mye over at jentene starter foran guttene, men tror mye av det styres av interessen. Han understreker at han liker veldig godt opplegget i mesterskap hvor de har egne dager, men at det ikke går i verdenscupen.

*... "Jeg tror mye av det styres av interessen. Interessen rundt herrelangrenn er på verdensbasis i hvert fall større for... større enn på jentesiden og derfor varmer man opp med damelangrenn og avslutter med herrelangrenn. Men ja. Jeg trives jo veldig godt som i mesterskap, så synes jeg det er veldig fint at damene har sine egne dager og kan ta all æren når de går, også kan heller gutta få all oppmerksomheten når de går. Men i ett verdenscup sirkus blir det vanskelig da å... ja."*

#### **4.5 Tema 5: Doping**

##### **Fokusområde 5.1a: "Svik, Juks & Bedrag"**

**Informant 1:**... " Det er vel mest at jeg bare er klar over at det finnes et middel som kan gjøre at du jukser... og det er bare å holde seg langt unna."

Informant 1 sier at hun ikke plages av det stadige dopingfokuset, og forteller at hun vet at doping må man holde seg langt unna, fordi man jukser, og det er med på å skape en urettferdig idrett.

*... " For det skaper en urettferdig idrett.*

**Utøver 2:**... ” Ja, jeg må jo være såpass ærlig å si at det med doping var en veldig sånn ehh... drepende sak i forhold til motivasjon og tanken på å satse videre. ”

Informant 2 sier rett ut at dopingfokus var ødeleggende i forhold til motivasjon, det å satse videre. Han viste at flere nasjoner drev med doping, og at når man kom til store mesterskap så ville man være sjanseløs mot doperne.

... ” Så det var litt sånn sjokkartet... det å ta innover seg oiijj, her er det utøvere mest sannsynlig er det flere nasjoner og som driver med det, og jeg tok det på alvor så var det litt sånn, nei dette er helt dødfødt, det her kan en bare glemme å kjempe om medaljer i VM og OL, fordi det vil alltid være noen som tar sjansen, og om du kjemper høyt oppe i enkelte world cup renn så er du sjanseløs når du kommer til de største rennene. ”

Informanten forteller hvordan tidligere langrennsløper og nå leder av langrennskomiteen i FIS Vegard Ulvang oppmuntret han til å satse fordi idretten trengte rene, gode eksempler.

... ” Jeg husker Vegard Ulvang sa til meg. ”

... ” Jo, nå måtte jeg satse sa han. Nå må du virkelig være med, fordi det er viktig at det er positive representanter i sporten. Så vær med sa han, og stå for det positive og kjemp for det positive. ”

... ”Så litt Bjørn Dæhlie sin holdning at okay, det kan godt være at det er folk som driv med juks og fanteri, men jeg skal trene så godt og bli så god at jeg slår de likevel. ”

Informanten forteller også om lagkameraten Bjørn Dæhlies offensive holdning, han skulle trene så godt at han kunne slå juksemerkerne. Informanten forteller videre at han håper det har blitt bedre, og at færre doper seg siden det er blitt flere og bedre tester.

... ”Jeg følte jeg måtte ta innover meg mer holdningen, okay store avsløringer og sånn (vanskelig å høre). Nå har de som doper seg fått en støkk i livet, og forhåpentligvis har det blitt bedre. ”

**Informant 3:**... ” Det preger ikke meg i det hele tatt. Jeg står for fair play å... trener for å bli bedre, å... hva resten... altså hva... nå velger jeg å tro at ingen er dopet da. Hvis det er noe som er dopet da får det være deres ansvar så får vi håpe at antidoping fanger det opp.”

Informant 3 bryr seg lite om dopfokus, hun trener for å bli best og bryr seg lite hva andre måtte gjøre. Men hun blir selvsagt veldig skuffet over positive prøver, siden det ødelegger for idretten.

... ”Når det kommer opp doping saker så er jo det selvsagt veldig skuffende. Urettferdig at de på en måte ødelegger idretten sånn.”

**Informant 4:**... ” Nei, jeg synes det er veldig bra at det er fokus på doping.”

Informant 4 synes det er helt topp det er fokus på doping/antidoping, og legger til at han har ingen problemer med å rapportere til antidoping.

... ”Jeg har ingen problemer med å rapportere inn til WADA og alle som har problemer med å rapportere til WADA de kan... ja... de får finne på noe annet å gjøre”.

Informanten sier antidoping arbeidet motiverer han mer og mer, fordi han vet sjansen for jukserne blir stadig trangere.

... ”Det motiverer meg bare enda mer, og å holde på, ehh... for da er jeg sikker på at nåløyet for de som velger å jukse, blir bare trangere og trangere for hvert år som går.”

### **Fokusområde 5.1b: Verdiformidling**

**Informant 1:** ... ” Det er jo egentlig mest sånn miljø og ledere rundt den eventuelle personen da jeg liksom ville stilt spørsmålstegn til da.”

Informant 1 mener at dersom unge utøvere blir tatt for doping, så er det miljøet rundt personen som det må stilles spørsmål med.

**Informant 2:** ... ” Nei, det er jo fortvilende, det er leit at de skal gå til det skrittet. Så jeg tenker at liksom tett, mange og tett med kontroller er det som må til. Sånn at de som doper seg da blir tatt, og at alle vet om det at du får en avskrekkende effekt på det. At de vet at det er så mange tester. ”

Informant 2 synes det er veldig trist, og mener det bare er mange tester som må til for å få den avskrekkende effekten.

**Informant 3:** ... ”Ahh... da synes jeg folk har vært dårlige... dårlige til å formidle gode verdier. Nei. Det er jo helt forferdelig at. Generelt doping da. At det går så langt ned som unge utøvere (**vanskelig å høre**). ”

Informant 3 synes det er helt forferdelig, og setter også store spørsmålstejn ved personene rundt de dopingtatte.

**Informant 4:** ... ”Nå vet jeg om ingen unge utøvere som begynner med doping, men det handler veldig mye om kultur igjen. ”

Informant 4 tror det at unge utøvere begynner å dope seg handler om kultur. Han roser den norske antidoping kulturen, og sier at han legger opp umiddelbart om noen norske løpere på landslaget blir tatt.

... ”Ehh... jeg tror vel ikke det er noen norske langrensløpere, verken eldre eller yngre, som... som bruker dop, eller kommer til å begynne med dop. Og det er takket være en kulturen vi har, og det synet vi har på doping og juks, og ja det er veldig... det synes jeg er veldig bra. Og hvis det er noen unge utøvere som... jeg har sagt det at hvis noen av de norske løperne på laget blir tatt på doping mens jeg går, så slutter jeg på dagen. Og det står jeg for. ”

### **Fokusområde 5.2: Straffenivå?**

**Informant 1:**... ” Nei, altså to års utestengelse... ja to år eller tre år... nei, jeg tenker sånn du kan gjøre en feil... det er klart blir du tatt for doping igjen, da er jeg ikke i tvil om det... da må man jo ta livstid... men ikke 1 gang i hvert fall. ”

Informant 1 synes to år egentlig er greit. Hun mener alle kan gjøre en feil, men er klar på at blir man tatt igjen, så er det ingen vei utenom utestengelse på livstid.

**Informant 2:**... ”Nei, det er absolutt (**vanskelig å høre**), kolossalt vanskelig, men jeg skulle ønske at det ble tatt i bruk strengere straffer enn bare to års utestengelse. Så hvis du har det helt åpenbare, at bevisene... at de var utvilsomme så burde en ha opp til fire år, fordi to år er... i enkelte tilfelle nesten bare som en vits”.

Informant 2 synes det er vanskelig å si hva som er en passelig straff, men mener at dersom det er klare bevis på at en utøver har dopet seg, bør man ha opptil fire års straff. Han påpeker at noe av det verste som kunne skje, er dersom en uskyldig utøver skulle ha testet positivt og bli utestengt.

... ”Men så er det jo så klart at skulle en uskyldig løper bli felt, dersom det går an da. Ehh... men si at du ikke var dopet, og av en eller annen grunn at prøvene viste seg å være positiv. Det ville være mye, mye verre enn at to stykker slapp unna. Ja.”

**Informant 3:**... ” Nei, så lenge de kan bevise at en utøver har dopet seg med vilje. Eller fått i... fått i noe i kroppen som er liksom klar doping, så synes jeg det skal være utestengelse forever. Men en må jo på en måte... det finnes jo sånne tvilsomme saker og det blir jo... kanskje dumt å utestenge de hvis de på en måte. Du har jo hatt tilfeller hvor folk. Det har slått ut på en nesespray som ikke er særlig prestasjonsforberedende.”

Informant 3 mener at problematikken rundt hva slags straffenivå dopingtatte utøvere skal få er vanskelig å si, men heller mot at de burde få utestengelse på livstid.

... ”Men... har de tatt doping, så har de tatt doping. Og da synes jeg ikke at de skal få være med i gamet nå lengre. Hvis du doper deg sier det litt om holdningene dine, og det er ikke bra holdninger for idrett. Og da synes jeg på en måte... du gjør jo et valg når du setter en sprøyte eller tar... he he. Jeg vet ikke hvordan (**vanskelig å høre**). Du tar et valg der og da. Og det du velger bort.”



**Informant 4:**... ” ...”Nei, ehh... som selvfølgelig livstidsstraff, men så i tillegg så kanskje kan de ha som sommerjobb å male de gule midtside stripene mellom Oslo og Tromsø. Uten pause, kanskje en liten pause (**vanskelig å høre**). He he.”

Informant 4 mener livstidsstraff er den eneste riktige, og med glimt i øye legger til at de kunne male de gulestripene på motorveien mellom Oslo og Tromsø.

### **Fokusområde 5.3: Meldeplikten --> ”Hate it or love it”**

**Informant 1:**... ” Jeg synes heller det er mer riktig å bare ta stikkprøver egentlig... eller teste alle da.”

...” For det er klart at... skal du melde fra hele tiden... så føler du deg ganske liten.”

Informant 1 synes man heller burde ta stikkprøver eller teste alle utøvere. Hun tror at man vil føle seg overvåket og bli lei av det, selv om det blir en rutine for de aller fleste. På oppfølgingsspørsmål om man føler seg overvåket, svarer hun;

...” Ja, overvåket, og da kan du på en måte ikke gjøre hva du vil, og du må følge en plan.”

...” Altså... jeg tror de som opplever det, tenker at det har blitt en rutine, men jeg kan skjønne at, at man kan bli litt lei av det... og litt sånn irritert, og på en måte egentlig kunne ønske det ikke var der.”

**Informant 2:**... ”Jo, det må vel være til. Ehh... jeg tror noe en må finne seg i. Jeg husker selv at jeg var litt frustrert til tider, må det være sånn at en må melde i fra om absolutt alt, men det er en del av gamet, skal en ønske at... idretten er så godt som dopfri så... så må det tett med kontroller til og uanmeldte kontroller, og da de vet hvor du er.”

Informant 2 mener også at meldeplikten kan være irriterende og at det kan føles som overvåkning av privatlivet. Men mest av alt ønsker han seg en ren idrett, og da er han villig til å være en del av meldeplikten, fordi det er til gagn for idretten.

...”Det var litt sånn, hallo skal jeg ikke kunne leve et liv, der en er på en måte er litt privat og ikke er under oppsikt nærmest, at en vet hvor en er til en hver tid. Men jeg har (**vanskelig å høre**), det jeg ønsker aller mest er en dopfri idrett. Og da er dette nødvendig.”

**Informant 3:**... ” Ja. Hehhh... jeg synes det er helt greit. Det tar meg 5 minutt å rapportere inn histen og pisten, og man kan ringe hvis man har glemt å forandre, og da. Det synes jeg for at idretten skal bli ren og at antidoping skal få gjøre en god jobb, så synes jeg det er helt... jeg har ikke noe problem med det. Jeg håper bare at det er like bra i alle land som det er i Norge. At det på en måte er ikke bare vi som må gjennom det.”

Informant 3 synes det er helt okay med meldeplikten, og har ikke problem med innrapporteringen. Hun mener at de som irriterer seg over meldeplikten har mye å irritere seg over, og mener at meldeplikten er til for utøvernes beste.

... ” Ehh... jeg tror de som begynner å irritere seg over sånne ting har mye å irritere seg over. Det er bare å gjøre det, fordi det er jo en god sak for idretten.”

**Informant 4:**... ” Nei, det synes jeg er helt suverent. Jeg har ikke noe... altså den er et verktøy som er skapt for de rene løperne, og for de... utøverne som kjemper for en ren idrett, så det synes jeg er helt suverent. Hvis det hjelper antidopingbyråene til å ta de som jukser, så rapporterer jeg gjerne to ganger daglig jeg. Ikke noe problem i det hele tatt.”

Informant 4 synes meldeplikten er et veldig bra verktøy, som er laget for løperne som ikke ønsker doping og juks. Han synes ikke den norske meldeplikten er forstreng, og er bare glad for at noen overvåker han.

... ”Nei, absolutt ikke. Altså jeg er jævlig glad for at noen overvåker meg, for da vet jeg at det er noen andre som overvåker de som... de andre og hvis du da er doper så får vi vekk dopere så konkurrer vi på jevne vilkår ja. Det synes jeg er helt supert.”

#### **4.6 Avslutningsdel: Andre perspektiver**

##### **Fokusområde 6.1: ”Sølv er ikke nederlag”**

**Informant 1:**... ” Nei, da tenker jeg at... at hvis du har gjort så bra du kunne, så kan du ikke si at du er misfornøyd... eller du kan jo være misfornøyd kanskje med plassen, men du kan jo ikke være misfornøyd med deg selv, og den jobben du har gjort.”

Informant 1 mener at dersom du har gjort ditt beste, så går det ikke an å være misfornøyd med deg selv. På oppfølgingsspørsmål om hun synes det er for mye fokus på gullmedaljer og sånn, svarer hun;

*... ” Jo... kanskje... samtidig så er det jo det som er litt gøy og da... det er på en måte vinn eller forsvinn holdt jeg på å si... man konkurrer jo mot de aller best... så da må det på en måte være det og... det er på en måte kjedelig vis man vinner, så får kanskje 2 plassen mer oppmerksomhet fordi den personen er mer populær da... så da... jeg ville kanskje tenkt meg at man kan jo ødelegge litt av den heder og æren til 1.plassen... for vi snakker om marginer hele tiden, og det er jo det som er spennende med idretten også.”*

**Informant 2:***... ”Nei, jeg er ikke glad for det uttrykket i det hele tatt. Jeg skjønner jo at noen har tenkt som sånn og fremstilt det sånn, men jeg tenker at sølv kan være fantastisk prestasjon, he he, og bruker å være kjempe glad for det jeg.”*

Informant 2 forteller hvor glad han er for alle sølvmedaljene, og synes det er en god prestasjon dersom man greier å ta sølv. Han synes at det kanskje er litt for stort fokus på vinneren, og synes at media og andre kunne vært bedre til å trekke frem kjempeprestasjoner til utøvere som har kommet lengre ned på resultatlisten. På oppfølgingsspørsmål om det er for mye fokus på gull medaljer svarer han sånn;

*... ” Til tider kan en nok tenke litt sånn. At det er kun... det er øverste oppe som... og spesielt hvis du går litt lengre ned enn sølv til en 4, 5 plass blir veldig lite... verdsatt... så jeg synes vel at media har noen ganger har litt for stort fokus på kun toppen ja. At det går an å trekke frem utøvere som gjør en kjempe prestasjon om de er litt lengre nede på listen.”*

**Informant 3:***... ” Ehh... ikke før meg. He he. Nei... en vil jo aller aller helst stå på toppen. Men sølv kan være veldig bra for noen. Da er det mer sånn resultatfokus.*

*Men det er jo på en måte... om å gjøre å ha fokus... på noe annet, det å se hele resultatet og prestasjonen i seg selv. Jeg tror de fleste setter pris på sølv, men det er hvordan... hvordan var prestasjonen i forhold til sølvet på en måte. Det kan jo hende at noen hadde gått et møkka løp og egentlig vært best. Men å gå et møkka løp og få et sølv. Da skjønner jeg jo at blir et nederlag, fordi de har så dårlige følelser etter løpet. Men det kan hende at noen går drit bra og føle at de faktisk ikke kunne ha hatt mulighet på gullet, og da er jo sølv veldig bra.”*

Informant 3 sier at sølv ikke er noe som helst nederlag for henne, selv om alle vil jo helst vinne. Dessuten fremhever hun at det er viktig å se bak prestasjonene på løp. Man kan være fornøyd med dårligere plasseringer der man har gått gode løp, og faktisk være skuffet over plassplasseringer der man føler man har gått dårligere løp. På oppfølgingsspørsmål om hun synes det er for mye fokus på gullmedaljer og sånn svarer hun;

*... ”Det er vel... sånn som både olympiatopp og media og folk generelt teller jo egentlig gull, gjør de ikke det? Det er jo fokus på det. Det er jo et krav. He he. Jeg prøver... det er glede å gå på ski på en måte og ha gode prestasjoner, så får en heller ta resultatet... som det kommer, selv om alle som driver idrett har lyst stå øverst. He he.”*

**Informant 4:***... ” Ja, det er ikke jeg som har sagt det i hvert fall. For meg handler idrett om å gjøre så godt jeg kan. Jeg ser på mine prestasjoner ut fra mine egne forutsetninger, ikke ut fra hva alle andre gjør så... jeg kan godt bli nummer 10 jeg, gjøre et kjempeløp og være veldig fornøyd med det, også gratulerer heller de som slår meg. Eller jeg kan bli nummer to, og være misfornøyd fordi jeg vet jeg kunne gjort det litt bedre. Så ja... hvis sølv er nederlag så... er det fordi du har gjort en dårlig jobb, og ikke fordi du vinner sølv.”*

Informant 4 synes på ingen måte at sølv er nederlag, for han handler idrett om å gjøre så godt han kan, og han kan ikke gjøre noe med hva andre gjør.

### **Fokusområde 6.2: Barn og toppidrett**

**Informant 1:***... ” Jeg ville ikke presset dem til det... men i ung alder ville jeg på en måte fått dem til å være i bevegelse og aktivitet, å lære dem om hva idretten gjør med en selv... sånn psykologisk... for det er klart at du... ehh... du blir på en måte vant til å jobbe veldig hardt for et mål... og det kan du dra med deg veldig mye nyttige erfaringer fra, som du kan ta med deg i næringslivet senere.”*

Informant 1 fremhever at hun ville latt de være mye i aktivitet, og trekker frem det positive med idrett at det gjør mye psykologisk ved at han blir ”rå i huet”, noe man kan dra nytte av senere i livet.

**Informant 2:***... ”Ehh... ikke sånn helt uten videre. Og hvis de... hvis de har veldig stor glede av skigåing selv, at de synes det er kjekt og moro.”*

Informant 2 vil ikke oppfordre barna sånn uten videre, men dersom de har lyst og synes det er gøy så vil han være med å legge til rette for det. Han understreker at det finnes andre fine idretter som orientering og løping som er gode alternativer.

*... ”Kan jo kanskje velge idretter som ligg nærmere til. Jeg selv er jo blitt veldig begeistret for både motbakkespringing, og orientering er en fantastisk flott idrett.”*

**Informant 3:** *... ” Ehh... hvis de hadde likt å gått på ski så... hadde jo sikkert vært... bra. Jeg trives jo i langrennsmiljøet, så det hadde sikkert lagt ting til rette. Men det måtte en jo gjort om en satset fotball eller håndball eller et eller annet. Det er jo om å gjøre for ungen å... ta det valget.”*

Informant 3 mener at det er barna som må ta valget om hva de har lyst til å drive med, og mener at de må få lov til å holde på med det de synes er det morsomste, og understreker at hun tror ikke idrettsgleden øker ved det å ha det nyeste utstyret.

*... ”Man må få lov til å drive med det man synes er artig. Og hvis de synes det er artig, så tror ikke jeg det er noe fokus på. Å hvis det er noen som virkelig driv for å ha resultat i langrenn (vanskelig å høre), så tror jeg ikke at det å ha de nyeste skia, de nyeste stavene er det viktigste lengre.”*

**Informant 4:** *... ” Ja, jeg synes det. Som sagt, du lærer vanvittig mye gjennom deg selv, og du lærer vanvittig mye om det å jobbe sammen med andre mennesker, du lærer vanvittig mye om å jobbe mot mål, om å være dedikert, om å være konsentrert, om å være... ja, ehh... bevisst og ja. Masse gode verdier. Selvfølgelig går du glipp av en del ting, men du får igjen i bølter og spann.”*

Informant 4 ville anbefalt langrenn som idrett til sine barn, fordi man lærer veldig mye og får gode verdier.

### **Fokusområde 6.3: Egne refleksjoner**

**Informant 1:** *... ” Jeg har på en måte tenkt... okay skal jeg satse jobbkarriere, eller skal jeg satser idrett... ehmm... altså tenker jeg som så at idrett er jo på en måte en lek... også lenge*

*jeg kan på en måte holde med en lek så lenge som mulig, og jeg synes det er gøy, så vil jeg jo gjøre det.”*

Informant 1 tenker at idretten er en lek som hun kan holde på med så lenge hun synes det er gøy, men at hun også har tenkt igjennom om det er jobb eller idrett hun vil velge å satse på.

**Informant 2:**... ”*Jeg var jo en utøver som kjempet mye med, ehh... tanker selv om toppidretten var liv laget. For min egen del. Det var både trossmessig biten å bruke så mye tid... å være så selvsentrert og fokuset på sin egen del. Ehhh... altså når jeg tenker tilbake nå, så begynner jeg nesten å ønske at jeg kunne gitt meg enda mer hen til det i perioder. Ikke gruble så mye som jeg gjorde. Jeg følte jo at de siste årene så ble jeg litt mer avslappet på at... jeg tenkte litt mer sånn... i retning av at de evnene jeg hadde på ski kunne være en gave gitt i fra Gud. Sånn at det var et talent jeg hadde fått som jeg kunne bruke da til å glede medmennesker og på en måte ære Guds navn gjennom skigåingen. Og det hjalp meg, jeg synes det var mer avslappet og fri de siste årene. Og det kunne jeg ønske jeg hadde tatt innover meg tidligere. Jeg følte jeg var litt sånn delt i tankegangen, stod liksom med ett ben i toppidretten og hadde kjempelyst, og var det andre veldig sånn nei dette går ikke, jeg kan ikke, det passer ikke, osv.”*

Informant 2 forteller at han tenkte nøye igjennom livet som toppidrettsutøver. Han grublet og tenkte mye om det var riktig, særlig i forhold til sin religiøse overbevisning. Senere følte han at satsingen virket mer riktig, og skulle ønske han ikke hadde brukt så mye tid på å gruble over det. Han mener at det er viktig å være reflektert i forhold til toppidrettslivet, og tenke på hvor utrolig bra idrettslivet er.

... ”*Være klar over at det ikke er det viktigste heller. Det er andre felt i livet som betyr vel så mye. Men at... gå gjerne inn for å være fokusert og alt sånn, men og med. hva skal jeg si, litt sånn, ehh... smil om munnen og vite at okay dette som du sa med sølv er nederlag, altså ikke tenke sånn da. Tenke at en kan ha det morsomt og kjekt og ja.”*

**Informant 3:**... ”*Nei, det er ikke noe jeg har tenkt over egentlig. Det at man har sine egne prioriteringer å... det kan jo hende at det går utover vennene og sosiale ting, men det må vennene respektere og. Det er jo like egoistisk av de og bli sint for det. He he. Det er ikke noe jeg har tenkt noe spesielt over. Nei.”*

Informant 3 har egentlig ikke tenkt så mye om det, men synes at omverdenen rundt utøverne må respektere valgenes deres.

**Informant 4:**... ” Ehh... så lenge det skjer under kontrollerte former så er jeg ikke noe redd for det i det hele tatt. Så personlig så har jeg ikke noe problem i det hele tatt, men det er det, den dagen du vil så mye at... toppidrett er ofte for personer med ekstreme vinnerinstinkter, ekstrem vilje, ekstreme målsetninger. Og den dagen de ytre konsekvensene, de ytre faktorene spiller en så stor rolle i livet ditt at du mister bakkekontakten på den ene eller andre måten, så det jo betenkelig.”

Informant 4 synes toppidrett er greit, så lenge det skjer i kontrollerte former. Han advarer mot konsekvensene den dagen idretten blir så viktig at man mister bakkekontakten.

## 5.0 Diskusjon

I dette kapittelet vil det først bli gitt en diskusjon av de ulike temaene som ble belyst i intervjuene. Deretter følger en generell diskusjon, før det avslutningsvis gis en metodisk diskusjon og en kort avslutning.

### **Tema 1: Skole, venner & toppidrett**

#### Fokusområde 1.1 & 1.2

Informantene mente det mest positive med toppidrett var mye engasjement, god underholdning, brobygging, inspirasjon for bredden, jobbe etter klare mål, selvrealisering, lære mye om seg selv, og ikke minst om teamarbeid og relasjonen til andre. Det mest negative med toppidrett er at idretten gjør deg trangsynt, den påvirker deg og de rundt deg i stor grad, doping, mye borte fra familie og venner, at det skaper vinnere og tapere, og store forskjeller mellom utøvere.

#### Fokusområde 1.3

Informantene var litt delt i svarene om idrett og utdanning. Den yngste informanten (1) mente idretten gir mye som man kan ta med seg til skolen, og at det er viktig å tenke på noe annet enn idrett. De tre eldre informantene (2,3,4), er alle inne på at dersom man er på toppnivå så, kreves det fulltidsatsing. Informant 4 går lengst, og mener det nesten er umulig i forhold til de krav som stilles i dag, mens informant 3 kombinerer litt studier ved siden av satsingen.

#### Fokusområde 1.4

I forhold til kjærlighet og familieliv, så kan nok informant 2 svar oppsummere det meste, han mente det varierte veldig fra helt håpløst til perfekt, alt etter hvem man spurte. Likevel er informantene inne på at det er krevende å være sammen med toppidrettsutøver. Tidspres, egenfokusering, spesielle prioriteringer/rutiner, er med på å gjøre det vanskelig for en vanlig person å forstå de prioriteringene som må gjøres. Informant 4 mener at det ikke er tilfeldig at like barn leker best.

#### Fokusområde 1.5

Videre er informantene også noe delt på spørsmålet om hvordan det er å satse i forhold til venner og omgangskrets. Informant 1 og 2 er begge inne på at de er mest med vennene i ski/idrettsmiljøet. Informant 1 er inne på at hun synes langrennsatsingen gjør det hun mister bånd til de vennene som er utenfor skimiljøet. Informant 3 trekker frem det sosiale som en



viktig del, idrettsutøvere har også behov for å koble av med gode venner. Hun understreker at det er ikke sånn at når man er toppidrettsutøver så er man aldri ute med venner, det er et feilaktig bilde. Informant 4 er inne på noe av det samme. For han dreier toppidrettslivet seg om å trives mest mulig, og da er venner en naturlig del av pakka. Han sier han har mange venner som ikke driver med langrenn, men påpeker han er mest sammen med de som er interessert i idrett og trening.

## **Tema 2: Kropp, skade & sykdom**

### Fokusområde 2.1

Informantene er også litt delt i syn på kroppsfokus i langrennssporten. Informant 1 og 3, er i mot å fokusere på det, og sier de tenker ikke noe over det, eller snakker om det. Informant 1 mener fokuset blant de yngre løperne i dag, er rettet mot at man heller kan bli for tynn enn det motsatte. Informant 3 mener at siden det er stort fokus på kropp blant folk, så bidrar media til økt fokus. Informant 2 og 4 trekker frem at langrenn er en idrett som krever forskjellige kvaliteter, forskjellige utøvere, noe som de ser på som positivt. Informant 2 tror kanskje andre idretter har et større problem i forhold til dette, mens informant 4 synes det er trist at yngre utøvere tror de må være "sånn eller sånn" for å nå opp idretten, og mener at spiseforstyrrelser fortsatt er et stort tabu i idretten.

### Fokusområde 2.2

På spørsmål om kroppsfokus kan føre til et rekrutteringsproblem, så er informantene delt. Informant 1 har ikke tenkt på at det kan være et problem, mens informant 3 ikke tror det er noe problem. Informant 2 tror at med sprint, fellesstart, og kortere distanser så er ikke fokuset på å være tynn så stort lengre, men legger til at på jentesiden så kan det fortsatt være et problem. Informant 4 tror langrennssporten har så sterk rekruttering at det ikke er noe problem, men understreker at det ikke er sikkert man får tak i de rette talentene.

### Fokusområde 2.3a

Informant 1 trekker frem at hun synes det er bra å sprengre grenser og utfordre seg selv, og at kroppen tåler utrolig mye. Informant 2 synes langrenn er en fin idrett, fordi det er en skånsom idrett, men legger til at slitasjeskader forekom, noe han selv opplevde. Selv om skader fremtvang negative tanker, var idrettsgleden så stor at tankene ble overvunnet. Informant 3 innrømmer at toppidrett er brutalt, og at man ligger hele tiden på grensen av det kroppen tåler. Hun mener man må tenke seg om hva som er viktig i livet om man får en skade. Informant 4

synes også langrenn er en fin idrett fordi den er så variert, man kan trene mye forskjellig. Han tror du kan oppleve å få de samme slitasjeskadene på et kontor som i idretten. Han mener langrenn i seg selv ikke er skadelig, men dersom man tøyser strikken og slurver med f. eks. ernæring så vil det kunne gi livsvarige skader.

#### Fokusområde 2.3b

Informant 1 mener at så lenge hun ikke har tvunget seg selv til noe i idretten, og har hatt det gøy i idretten så er det verdt uansett hva man måtte få av skader. Informant 2 tror det er folk som kan få problem i fremtiden som et resultat av satsingen, men at iveren, den indre gløden er så stor at de ikke tenker noe mens de satser. Informant 3 har ikke tenkt noe særlig over det, hun prøver å leve så sunt som mulig og være i balanse, og er ikke redd for at det dukker opp ting. Informant 4 har ikke tenkt så mye over det, han tror så lenge man har orden på ernæring og restitusjonsbiten så kan han trene veldig mye. Men han understreker at dersom man slurver med det så kan det bli farlig.

#### Fokusområde 2.4

I forhold til skaderisiko, viser informantene at de har tenkt igjennom mye av problematikken rundt dette. Informant 1 mener alt er risiko, og tenker ikke noe særlig over det. Informant 2 derimot, innrømmer at tankene streifet han en god del. Han valgte bort sykling på grunn av et stygt fall, men selv om det var risiko forbundet med trening, så var lysten til å trene så stor at noen sjanser tok man. Informant 3 forteller at de tar sine forhåndsregler, men at hun tenker lite over det ellers. Informant 4 tenker heller ikke over risikoen når han er ute og trener, men synes forholdene spesielt for rulleski er svært dårlig. Han mener det ikke er problem for noen av eliteutøverne, men synes synd på barna som får så dårlige forhold.

#### Fokusområde 2.5

Informant 1 har ikke tenkt så mye over mulige luftveisproblemer. Informant 2 skjønner det kan være et problem fordi som eliteutøver i langrenn så presser man luftveiene voldsomt. Han mener problemet dreier seg om når man skal presse seg maksimalt, og sier at om det ikke hadde vært for konkurransene og de harde belastningene, så hadde man ikke trengt medisiner. Han brukte selv medisiner i en kort periode, men har kuttet det ut etter han la opp, og forteller at han har et svært avslappet forhold til det i dag. Informant 3 forteller at hun også har astma. Som informant 2 forteller hun at ikke heller hun merker til det i dagliglivet, men at det er når man skal prestere på toppnivå, så teller marginene så mye at man må ha medisin. Hun slår

tilbake mot astmabruk kritikken, og synes det er helt på sin plass at de som har fått astma, kan bruke medisiner. Informant 4 slutter seg til sine med informanter, og sier astma ikke er noe problem i dagliglivet og mener at når man slutter med ski, så slutter man med medisiner. Han synes hele greia er litt oppskrytt, og mener de ikke har astma, men litt svekket lungefunksjon. Han understreker likevel at for en toppidrettsutøver så er to prosent svekket lungefunksjon alvorlig, fordi man må være 100 % for å hevde seg.

#### Fokusområde 2.6

I forhold til spørsmål om spiseforstyrrelser er informantene ganske enige om at det snakkes lite om spiseforstyrrelser. Informant 1 mener konkurranseinstinktet blant jentene kan være en medvirkende årsak til spiseforstyrrelser, de ser på hverandre hvor mye de spiser, hvor fort de løper, osv. Hun opplever det er mindre fokus på det, og dersom man har mistanke om spiseforstyrrelser så legges det merke til og man tar vare på hverandre. Informant 2 sier at på herrelandslaget var det lite prat om det. Han sier problemet var å få i seg nok mat på grunn av all treningen, og tror problemet er større på damesiden. Han håper innføringen av sprint, fellesstarter og lettere løyper kan redusere problemet litt. Informant 3 mener det er et ømt tema som det ikke er noe gøy å snakke om. Hun har ikke noe erfaring om det, og forteller at det snakkes lite om det. På landslaget prates det sjelden om det, og mener fokuset på spiseforstyrrelser kommer fra media. Informant 4 mener det er en kultur for å tie om spiseforstyrrelser, og at det er et av de siste tabuområdene i idretten. Han mener det burde vært satt på linje med en hvilken som helst skade, for å få alminneliggjort problemet.

#### Fokusområde 2.7

Videre mener informant 1 at de viktigste årsakene til spiseforstyrrelser er at yngre har forbilder som er veldig gode, men samtidig alt for tynne. Hun tror sprint kan gjøre det lettere for store utøvere, og mener at løypene også er viktige, for bratte løyper gir tynne løpere. Informant 2 mener også sprint virker positivt inn. Han mener de tynne flisene ikke har så mange løp igjen lengre. Informant 3 mener medias stadige fokusering virker inn, unge utøvere tror de må se sånn, og sånn ut. Hun mener at kraft og styrke blir bare viktigere i langrenn fremover. Informant 4 tror de ekstreme arbeidskravene i langrenn er en viktig årsak. Han mener det går raskere å gå ned i vekt, enn å bygge aerob kapasitet. Han er ikke bekymret for utøvere på landslaget, fordi de har et veldig godt støtteapparat rundt seg, men er bekymret for unge talent som har veldig tynne forbilder, fordi de har ingen som kan hjelpe seg når det går galt.

### Fokusområde 2.8

Informant 1 synes det er viktig å ha noe å falle tilbake på, og samtidig være klar over at idrettskarrieren kan ende helt plutselig. Informant 2 mener også det er viktig å være klar over dette. Samtidig tenker han at dersom han ikke hadde fått tatt utdanning, så bruker han litt av vinnerviljen fra idretten til å motivere seg til å ta utdanning. Han mener det er viktig at man ikke bare ser på seg selv som verdifull når man presterer på toppnivå, men er verdifull uansett hva som skjer. Informant 3 mener det er veldig viktig å ha noe å falle tilbake på, og understreker at utdanning og det sosiale nettverket blir veldig viktige i slike situasjoner. Informant 4 er glad han har en utdanning i bakhånd som han tok da han var på nasjonalt nivå, men tror ikke det er problem å få seg jobb i etterkant på grunn av det store kontaktnettverket han har fått gjennom idretten.

## **Tema 3: Teknologi & utstyr**

### Fokusområde 3.1

På spørsmål i forhold til teknologi og utstyr, så var informantene igjen noe delt. Informant 1 og 3 fremsto som noe dempet i forhold til hvor viktig utstyret er i forhold til informant 2 og 4. Informant 1 mener utstyret er viktig, men tror utøveren er den viktigste. Informant 2 sier utstyret betyr veldig mye i langrenn, og at han var frustrert over hvor viktig det var. Han sier det kunne være vanskelig å ta poeng i verdenscupen med middels ski selv om du var i kjempeform. Han prøvde å ta godt vare på utstyret, og bruke det som en slags fordel ovenfor konkurrentene. Han forteller også at de beste utøverne fikk det beste utstyret, men synes at det har blitt jevnere nasjonene i mellom nå, enn før i tiden. Informant 3 forteller at på toppnivå så har utstyret mye å si, fordi det handler om marginer. Men også hun understreker at personen opp på skiene er viktig for et godt resultat. Informant 4 sammenligner utstyr litt med astma. Man må ha 100 % gode ski for å hevde seg, to prosent dårlige ski så er du sjanseløs. Han understreker at alle seriøse utøvere tar godt vare på skiene sine.

## **Tema 4: Moderne perspektiver**

### Fokusområde 4.1

I forhold til media var informantene ganske enige om at media er viktig for dem. Informant 1 sier hun ikke er så mye i media. Informant 2 synes forholdet til media var godt, de syntes han var snill som utøver. Likevel hendte det at han ble oppgitt over media, og da særlig av journalister som hadde gjort for dårlig forarbeid. Informant 3 forteller at hun har et avslappet forhold til media. Hun mener det er viktig å ha et godt forhold til media, fordi det er utøvernes

kommunikasjon ut til folket. Informant 4 forteller at media er en viktig inntektskilde for han, og prøver derfor å ha et så godt forhold som mulig til media.

Informant 1 synes det er vanskelig å sette seg inn i en slik situasjon, og tror sikkert det er irriterende, men at man må akseptere det som en del av toppidrettslivet. Informant 2 tror det kan være et problem for de mest populære utøverne, men forteller at det er en vanskelig balansegang fordi en ønsker mye oppmerksomhet også. Han mener at en må godta mye oppstyr når man er en del av underholdningsbransjen. Informant 3 forstår godt at utøvere blir skjermet, fordi det er slitsomt med mediepresset. Hun sier at man må bare forsøke å stenge det ute, men at det fort kan bli en liten bismak med satsingen. Informant 4 forteller at han har følt på det enorme mediepresset i år. Han ikke mister gleden ved å drive langrenn, men han blir påvirket av det. Likevel synes han det er egentlig litt bra at media er interessert i om det går bra eller dårlig.

#### Fokusområde 4.2

På spørsmål om forbilderollen fremsto informantene ganske samstemte. Informant 1 synes det er spennende, men hun mener alle bør være forbilder for hverandre om man driver toppidrett eller ikke. Hun tenker ikke noe over forbilderollen spesielt, man må bare være seg selv, og tenke seg om så man ikke ødelegger ryktet sitt. Informant 2 synes også det er spennende, fordi det gir en god mulighet til å formidle gode holdninger/verdier. Men han understreker at det kan være utforende også, og at man må ha tankene med seg. Informant 3 forteller at hun bare er seg selv, og synes det er artig dersom hun er et forbilde for yngre utøvere. Hun prøver så godt hun kan og stille opp for det hun står for. Informant 4 tenker ikke så mye på at han er et forbilde, men synes det er hyggelig å kunne inspirere barn og unge. Han forteller at han unngår sketchy ting, og prøver å være seg selv og smile og prate med barn og unge.

#### Fokusområde 4.3

Informant 1 forstår at få barn med utenlandskbakgrunn går på ski, fordi det er veldig kulturbetinget. Informant 2 trekker frem det dyre utstyret som en viktig faktor, han synes det er svært trist at langrenn har blitt en så dyr idrett. Informant 3 mener det at de kommer fra en mer fremmede kultur er avgjørende for om man begynner med langrenn eller ikke.

Informant 4 trekker også frem kultur, og mener at dersom ikke foreldrene har hatt en kultur for å gå på ski, så går ikke barna heller. Han understreker at man i langrenn er helt avhengig

av foreldre som stiller opp for barna sine. Han tror likevel det er flere utlendinger som går på ski for tiden, og forteller at han stadig møter på flere ute i løypene.

Informant 1 er ikke i tvil om at det koster svært mye penger, og ikke minst innsats fra foreldrene side. Informant 2 mener langrenn er vanskelig å drive for de som ikke har så mye penger. Dessuten krever det mye kunnskap om sporten. Informant 3 synes det er dyrt med utstyr, men forteller at hun greide seg med lite utstyr da hun var liten. Hun synes det er et veldig fokus på utstyr i dag, og synes det er synd fordi det tar bort litt av gleden til de barna som ikke får det nyeste utstyret. Informant 4 synes ikke det har blitt en sport for rike, selv om det har blitt et veldig utstyrshysteri. Han tror mannen i gata går like mye som finanseliten, og understreker at unger ikke trenger mange par ski. Han håper at det aldri blir noe vestkant idrett.

#### Fokusområde 4.4

På spørsmål i forhold til kjønnsproblematikk er informantene igjen noe delt.

Kvinneinformantene (1 og 3), mente det er ganske god likestilling, mens herreinformantene (2 og 4) tror det er noe igjen før kvinnene er på nivå med mennene. Informant 1 synes det er ganske like forhold mellom guttene og jente, og synes det ikke er noe som er urettferdig. Informant 3 synes at behandlingen mellom jentene og guttene er noen lunde lik, og sier at hun har ikke merket at sponsorene er mer interessert i guttene. Informant 2 mener det er ganske likt i dag, og sier at pengepremiene i renn er stort sett like mellom menn og kvinner. Han mener likevel at det kan være litt forskjeller, da i at herrene blir regnet som litt grommere enn kvinnene i forhold til sponsorer osv. Informant 4 mener at forholdene på jentesiden er merkbart dårligere på sprint. Han mener at sprintlandslaget for kvinner burde være like godt som for menn, blant annet fordi man finner andre typer jenter enn på et allround lag.

Informant 1 synes det er helt okay at jentene går kortere distanser, siden jentene ikke er like fysisk sterke som guttene. Informant 2 mener derimot at jentene er godt nok trente til å gå samme distanse som mennene, men mener det er litt viktig hva de selv vil også. Han tror også media og fjernsyn er med på bestemmelsen. Informant 3 trekker også frem at guttene er sterke av natur, og er usikker på hvor spennende det hadde vært å sett jentene gå samme distanse, i forhold til lavere fart, osv. Informant 4 har ikke tenkt så mye på det, men tror at jentene er like godt rustet til å gå herredistansene, men tror at det spredte nivået på damer vil føre til veldig store differanse mellom utøverne og gjøre det mindre spennende.

Videre synes informant 1 synes det er helt okay at jentene starter foran guttene i konkurranser, og legger til at hun ikke bryr seg noe særlig om feminist spørsmål. Informant 2 sier at stort sett så starter jentene først, men at det hendte noen ganger at guttene også starter først. Han mener at det henger kanskje litt igjen det å prioritere herrelangrenn i beste sendetid, og mener at man ser på herrelangrenn som hakket gjevere. Han tror likevel at dersom kvinnene har bedre resultat enn herrene over tid, så kan dette snu. Informant 3 synes det er helt topp, fordi da får hun de beste sporene. Informant 4 har egentlig ikke tenkt så mye på det. Han tror at fordi interessen for herrelangrenn er større på verdensbasis, så varmer man opp med damelangrenn. Han synes at ordningen under mesterskap hvor damene og herrene har egne dager er veldig fint.

## **Tema 5: Doping**

### Fokusområde 5.1a

Informant 1 forteller hun er klar over at doping gjør at man jukser, og at det må man holde seg langt unna, fordi det er urettferdig. Informant 2 forteller at doping var ødeleggende i forhold til motivasjonen hans. Han visste at han konkurrerte mot jukse makere, men tenke at han skulle trene så godt at han kunne slå dem. Han håper at det har blitt bedre med de store avsløringene. Informant 3 forteller at dopfokus preger henne lite. Hun sier hun står for fairplay og håper at ingen er dopet. Hun er skuffet over at det dukker opp dopingsaker, og synes at dopingsaker ødelegger idretten. Informant 4 tror mye dreier seg om kultur, og roser den norske kulturen mot doping.

### Fokusområde 5.1b

Informant 1 mener at dersom unge utøvere begynner med doping, så må man stille spørsmål rundt trenere/ledere til utøverne. Informant 2 synes det er veldig trist, men tror at det må mange kontroller til for å gi en avskrekkende effekt. Informant 3 stiller spørsmålstegn rundt verdiformidlingen, og synes det bare er trist. Informant 4 synes det er bra det er fokus på doping. Han synes at antidoping arbeidet som drives er veldig bra, og det motiverer han til å holde på.

### Fokusområde 5.2

I forhold til spørsmålet om straffenivå er informantene enige om at det burde være strengere straffer. Informant 1 synes to eller tre år er grei tid for førstegangsovertredelse, men mener at

dersom man blir tatt to ganger så må man ha livstidsutestengelse. Informant 2 synes det er vanskelig å si noe, men synes at to år er nesten en vits, og heller mot fire år. Han mener at det verste som kan skje er dersom en uskyldig utøver blir tatt for doping. Informant 3 mener livstidsutestengelse er det eneste riktige dersom man har tatt doping. Hun synes også det er vanskelig hva man skal gjøre med tvilstilfeller, men synes likevel ikke man skal få være med lengre om man har testet positivt for doping. Informant 4 mener livstidsstraff er det eneste riktige.

### Fokusområde 5.3

Informant 1 synes man heller burde ta stikkprøver, eller å teste alle enn å ha meldeplikt. Informant 2 mener at man må innfinne seg med meldeplikten, selv om han kunne være frustrert over den. Han mener at dersom man ønsker seg en ren idrett må det være tett med uanmeldte kontroller. Informant 3 synes det er helt greit med meldeplikten, for å få en ren idrett. Hun håper at det er like bra alle i land. Informant 4 synes det er kjempe bra med meldeplikten, fordi det er til for de rene utøverne.

Videre tror informant 1 at man kan føle seg litt overvåket med meldepliktsystemet, man kan ikke gjøre det man helt vil. Hun tror det er en rutine for de fleste, men at man kan bli litt lei av det. Informant 2 følte seg også litt overvåket, men sier at det han ønsket seg mest er en dopingfri idrett, og da er meldeplikt nødvendig. Informant 3 mener at de som irriterer seg over meldeplikten har et problem, og synes at det er en god sak for idretten. Informant 4 er veldig glad for at noen overvåker han, fordi da vet han at de også overvåker andre utøvere og mulige dopere.

## **Tema 6: Andre perspektiver**

### Fokusområde 6.1

Informant 1 mener at dersom man gjør så godt man kan, så kan man ikke være misfornøyd med seg selv og jobben man har gjort. Hun synes det er litt gøy med stort fokus på gull, fordi det er litt av spenningen med idretten. Informant 2 synes ikke noe om "sølv er nederlag", og sier han alltid var glad for sølv. Han synes det kan være litt for mye gullfokus, og synes at f. eks. media kan være flinkere til å trekke frem gode prestasjoner, selv om de ikke vinner. Informant 3 synes heller ikke sølv er noe nederlag, men mener at prestasjonen bak er den viktigste. Man kan være fornøyd med løp uten for pall, og skuffet over løp der man tar medalje. Hun forteller at det er fokus på gullmedaljer fordi det er jo det man teller, men



forteller at hun tar resultatene litt som det kommer selv om man aller helst vil stå øverst. Informant 4 forteller også at han jobber ut fra å gjøre så godt man kan og være fornøyd med det. Han mener at sølv kun er nederlag fordi du selv har gjort en for dårlig jobb, ikke fordi det er sølv.

#### Fokusområde 6.2

Informant 1 ville ikke presset barna til noe, men ville fått dem til å være mye i aktivitet, fordi man lærer å jobbe hardt, og fordi det vil gi gode erfaringer som de kan dra nytte av senere i livet. Informant 2 ville ikke anbefale det sånn uten videre, men dersom de liker det så vil han støtte de. Han mener det finnes andre bra idretter som løping og orientering som kan være fine å drive, og at de er lite utstyrskrevene. Informant 3 mener barna selv må ta valget, men at hun selv trives bra med langrenn, og ville ha lagt bra til rette for dem. Hun mener det er viktig at barna får drive på med noe som de synes er morsomt. Informant 4 ville gjerne ha introdusert barna for langrenn. Han synes du lærer vanvittig mye om deg selv, om andre, og andre gode verdier. Han mener at man kanskje går glipp av ting, men tror man får mye igjen.

#### Fokusområde 6.3

I forhold spørsmålet om informantene har noen betenkeligheter eller motforestillinger med å drive med toppidrett, forteller informant 1 har tenkt på om hun skal satse på jobb eller idrett, men at hun synes så lenge hun kan leke seg med idretten og synes det er gøy, gjør hun det. Informant 2 forteller at han kjempet mye med det spørsmålet. Han forteller det handlet mye om å være selvsentrert. I etterkant har han tenkt på at han ikke skulle ha brukt så mye energi på det, og heller sett på idrettskarrieren som en gave fra Gud. Han mener det er viktig å være reflektert over toppidrettslivet, og tenke på hvor gøy det er. Informant 3 har ikke tenkt noe spesielt over det. Hun mener at folk må respektere hverandres prioriteringer. Informant 4 har ingen motforestillinger så lenge idretten skjer i kontrollerte former, og har selv ingen problem med det. Han advarer mot den dagen da man mister bakkekontakten.

### **5.1 Generell diskusjon**

#### *Rasjonaliseringsperspektivet*

Langrennssporten og toppidretten er i stadig forandring. Det er nærmest flere lysår i forskjell fra den gang Brenden, Eggen, og Ellefsæter herjet i langrennsløypene, til dagens løpere som Northug, Johaug, og Bjørgen. Denne utvikling ble kort skissert i kapittel 1. For å forstå utviklingen av toppidrett og idretten generelt kan det brukes flere ulike teoretiske perspektiv,

og som tidligere nevnt er det i denne oppgaven tatt utgangspunkt i Max Webers rasjonaliseringsteori. Flere av elementer fra Webers lære som målorientering, individuell gjennomføring/prestasjon, bevist bruk av tid, standhaftighet, osv. finner vi igjen i dagens toppidrett sammen med fokus på kreativitet og selvtutfoldelse. At de fleste toppidrettsutøvere jobber ut fra noen av disse elementene er helt klart. I et rasjonalisert toppidrettsperspektiv kan man si at utviklingen, jakten på forbedringen dreier seg om jakten etter å knipe de nødvendige sekundene. To ml økning i O<sub>2</sub>, økt maksstyrke, eller teknikkforbedring kan være nok til at man kniper de nødvendige sekundene på konkurrentene. Det samme gjelder utstyret. Kanskje kan en ny gilder, karbonstav, binding, eller racingdress gi noen nye sekunder. Det sprenge ikke bare grenser i forhold til utstyr. Mediene forsterker inntrykket av vinnere og tapere, og sørger for oppfylte bankkontoer til de beste utøverne.

Skal man være i verdenstoppen, er det ikke tvil om at man må være bevist på bruk av tid, være målorientert og standhaftig, osv. Elementer som kreativitet og selvtutfoldelse er noe som har kjennetegnet de såkalte enerne. Disse tørr å eksperimentere i forhold til nye treningsformer og utstyr. I dag jobber de fleste utstysprodusentene tett samarbeid med toppløpere. Thomas Alsgaard og Ole Einar Bjørndalen er to eksempel på enere som har vært viktig i utviklingen av nytt utstyr. Utstyret har vært utsatt for en enorm rasjonalisering, hvor man har gått fra treski og bambustaver til høyteknologiske glassfiberski med nanosåler og karbonstaver. Overgangen fra å glide skiene med parafinvoks til Cera F og Gallium er enorm. Enerne eksperimenter også i forhold til nye treningsformer. Nevnte Alsgaard er et eksempel på en utøver som ikke har vært redd for å være kreativ og være utradisjonell i forhold til nye treningsformer, osv. Derfor er han blant våre mest vinnende vinterutøvere også.

Opprettelsen av Olympiatoppen gjorde at toppidretten ble organisert og satt under et felles system. Olympiatoppen er svært effektivt og instrumentelt organisert, helt i tråd med Webers tanker. Olympiatoppens holdning blir synlig særlig i gråsoner spørsmål hvor det kommer tydelig frem at teknisk kunnskap er viktigere enn politiske og moralske prinsipper. Olympiatoppen kan sees på som en kjempestor kunnskapsbase hvor man finner ekspertise på alle plan. For eksempel så er det ikke tvil om at dagens langrennsløpere har stor nytte av tidligere erfaringer rundt hvor mye man skal trene. De kan dra nytte av nevnte Eggen, Ellefsæter, Brå, Formo, Mikkelsplass, Ulvang, Dæhlie, og Alsgaards erfaringer om hvordan man skal trene for å bli best i verden. Dette var alle løpere som turte å eksperimentere og tøyte grensene for å bli best. Treningsprogrammene til dagens langrennsløpere er rasjonalisert i

høyeste grad med ett mål for øye; Bli best, spreng grenser. Det er dette Goksøyr (1997) kaller for idrettens indre rasjonalitet, nemlig jakten på topp prestasjoner og rekorder. Jakten på personlige rekorder og gullmedaljer står i fremste rekke for dagens toppidrettsutøvere.

Denne oppgaven er verken en naiv forherligelse eller en ensopret fordømmelse av toppidrett. Jeg har søkt å få svar på hvordan livet er som toppidrettsutøver. Jeg tror nok de fleste samfunnsborgere har en mening om toppidretten. Det er mange forståsegpåere av toppidretten, fra de fanatiske sportsidiotene til idretts/samfunnsforskere av alle slag. Deres meninger om toppidretten pryder avisene, tv og bøkene. Vi vet deres meninger om toppidrett. Derimot er det langt færre oppslag om hva toppidrettsutøvere mener om toppidrett. Hva tenker de og reflekterer over livene som toppidrettsutøvere? For å avgrense oppgaven ble langrenn som idrett valgt, hvor fire topputøvere ble plukket ut. Som teori for oppgaven hadde jeg lagt et rasjonaliseringsperspektiv som grunnlag for oppgaven. Dette la føringer for spørsmålene som utøverne ble stilt. Jeg har kun undersøkt en del av toppidrettslivet, og de siden jeg var ute å belyse. Jeg kan derfor ikke si at toppidrettslivet er sånn med to strek under svarene, men understreke at denne studien er en liten del av et stort mangfold.

Hovedproblemstillingen i studien handler om hvorvidt kvalitativt intervju kan avsløre hvordan utvalgte langrensløpere reflekterer og vurderer over livet som toppidrettsutøvere. For å kunne gi svar på spørsmålet har jeg funnet frem til ulike feltstrukturer, og sett på hvordan informantene påvirkes av disse. Ett av målene med oppgaven var å stille mest mulig åpne spørsmål, og få ærlige og åpne svar tilbake fra informantene. Oppgaven viser at informantene bryr seg om toppidretten. De har tydelige meninger, engasjement, osv. Det er viktig å få frem dette i dagens polarisert debatt, hvor det er en tendens til at man enten liker toppidrett eller ikke.

Jeg skal være forsiktig med å trekke generaliserte slutninger, men det er noen fellesnevner i svarene jeg har lyst til å trekke frem. Generelt er mitt inntrykk at informantene i denne oppgaven er ganske beviste og reflekterte over det å være toppidrettsutøver. At man finner forskjeller mellom personene er helt naturlig. Resultatdelen inneholder både varierte svar, og mer enstemmige svar. Alder som gjerne består av personens modningsnivå og erfaringsnivå, vil selvsagt variere blant utøverne, noe som var litt av intensjonen med utvalget og dermed få forskjellige svar. Den yngste informanten (1), skilte seg ut på noen spørsmål, blant annet i forhold til spørsmål om luftveisproblemer og media, og i forhold til lite erfaring/kunnskap om

temaene. Kjønn er også en medvirkende faktor. Ofte er det sånn at menn og kvinner svarer ulikt, de har ulike preferanser.

Jeg vil gi noen korte eksempel på svar hvor jeg finner likheter eller forskjeller hos informantene. Noe man må ha i baktankene er at langrennsløpere stort sett er en ganske homogen gruppe. De tenker veldig likt i forhold til mye. Dette bekreftet informant 4 i sær, da han på oppfølgingsspørsmål om han tror "like barn leker best" svarte; "*Ja, dessverre*". Et videre eksempel på dette er informantenes svar om kjæreste. Informantene tror et forhold med en vanlig person kunne by på problemer på grunn av det spesielle livet de lever. Når man leser om langrennsløpere og astma i avisene, har man inntrykk av at det er nærmest som om astmamedisin holder de i live. Informantenes svar var at det heller er et litt oppskrytt problem. Medisinen er viktig fordi toppidretten handler om små marginer, litt smårusk og du vil ikke ha sjans til å hevde deg. Informantene er likevel enige om at de aller fleste slutter med medisin den dagen de legger opp. Andre tema hvor informantene stort sett var enige var i forhold til utdanning. De tre eldste informantene var alle enige om at toppsatsing var så krevende at det var vanskelig å kombinere fullsatsing med utdanning. I forhold til venner er informantene også mye sammen med venner i miljøet, eller venner som er interessert idrett, og de er enige om at det sosiale livet på siden av idretten er veldig viktig. Når det gjelder problematikken rundt rekruttering til sporten tror informantene heller ikke det veldige kroppsfokuset i langrenn kan være til hinder for det. Informantene er også klare over risikoen i forhold til sykkel, rulleski, men de er alle erfarne utøvere som tar forhåndsregler og tenker derfor lite over det. En av informantene hadde hatt et alvorlig uhell, og han tok sine forhåndsregler etterpå.

I synet på media var også informantene ganske homogene. Når man leser om idrettsutøvere og media skulle man ofte tro at utøvere er ganske leie av media og alt skrivet rundt dem. Informantene opplevde å ha et godt forhold til media. De var også inne på hvor viktig media er for dem i forhold til sponsorer osv. Som den ene informant sa; "Det er våres kommunikasjon ut til folket". Alle informantene synes det er spennende å være forbilder, de prøver bare å være seg selv og unngå de mest tvilsomme tingene. Alle informantene synes det er veldig dyrt å drive med langrenn. De er likevel opptatt av at de selv greide seg med lite utstyr lenge, og prøver å tone ned litt at man må ha så mye utstyr. Informantene er også enige om at straffenivået for doptatte utøvere er alt for lavt. De mente at alt fra tre, fire år til livstidstraff er det eneste riktige. De tre eldste informantene som alle er eller ha vært med som

den del av meldepliktsystemet, mener at man må bare innfinne seg med meldeplikten selv om den kan være kjip, fordi de ønsker en ren idrett. Alle informantene gir uttrykk for at de er uenige i “sølv er nederlag” uttrykket, og samtlige informanter jobber ut fra filosofien at de gjør så godt de kan, de har et mestringsorientert fokus.

### *Kjønnsforskjeller*

På noen punkter delte informantene seg kjønnsmessig. Herrene mente noe, mens kvinnene noe annet, og da særlig relatert til temaet kropp, skader/sykdommer, utstyr og moderne perspektiv. Kvinneinformantene var enige om at kroppsfokus ikke var noe de likte å snakke om, fokusere på. Interessant nok mente den yngste informanten at blant yngre løpere var det et motsatt fokus, de var observante mot for tynne løpere. Begge herrene synes at langrenn er en veldig fin idrett, fordi den rommer flere ulike kroppstyper. Utstyr var et annet tema hvor kvinne og herrene delte seg. Informant 1 og 3 mente at ski er viktig, men legger til at personen opp på skiene også er viktig, de vil ikke legge for mye vekt på utstyret. Informant 2 og 4 derimot mener at utstyret er alt. De mener at med litt dårlige ski, er man sjanseløs til å hevde seg. Det er nok slik at nivået blant herrene er mye mer jevnt, så derfor spiller nok skiene en enda større rolle der enn hos damene, hvor nivået er mer spredt. Derfor kan man kanskje nå topp 10 plassering med topp form, og litt dårlige ski i et damerenn, mens hos herrene ville man vært sjanseløs på topp 30. Interessant nok var det forskjeller mellom herre og damene i forhold til spørsmålene knyttet til kjønn. Informant 1 og 3 syntes at forholdene mellom menn og kvinner i dagens langrenn stort sett er like, mens herreinformantene kanskje tror at det er litt forskjeller, informant 4 pekte spesielt på at sprinttilbudet for damene er merkbart dårligere. På spørsmål om distanser, så mente begge kvinneinformantene at jentenes svakere fysikk tilsa at de ikke skal gå samme distanser som mennene, mens herrene mente jentene var godt nok trente, men trodde andre faktorer også spiller inn. Informant 1 og 3 har heller ingen problem med at kvinnene starter foran herrene i konkurransene. Informant 2 og 4 mente at startordningen hang sammen med at herreløperne blir sett på som enda grommere/attractive.

## **5.2 Metodisk diskusjon**

Arbeidet med forskningspraksisen viste at det var velfungerende og fornuftig å bruke kvalitativ metode. Gjennom de fire intervjuene, har man fått en svært god mulighet til å

komme tett inn på hvordan langrennsløpere tenker, og reflekterer over livene som toppidrettsutøvere. Et lite, men variert utvalg underbygger valg av kvalitativ metode.

Gjennom arbeidet med teori, samtaler med idrettsfolk (både på instituttet og utenom) og ikke minst pilot-intervjuet har intervjuguiden blitt gjenstand for utallige endringer gjennom en lang skriveprosess. De første utkastene bar preg av lukkede spørsmål, noe som ville ha resultert i mye ja/nei svar. De første utkastene ble forkastet og det ble laget en helt ny intervjuguide basert på mer åpne spørsmål. Disse spørsmålene ble utarbeidet ut fra teori, men også ut fra hva jeg mente var interessant å spørre om. Veileder gikk gjennom spørsmålene, men jeg fikk også en tidligere aktiv langrennsløper til å se gjennom spørsmålene før pilotintervjuet for å se at alle spørsmålene var meningsfulle. Pilotintervjuet bød på en svært læringsrik prosess. Etter det har det blitt gjort noen små endringer. Noen spørsmål ble endret litt, slik at de ble lettere å forstå. Jeg oppfattet at alle informantene svarte åpent og ærlig på alle spørsmålene. Under forskningsintervjuene var det lagt opp til at informantene kunne gi en grundig besvarelse på spørsmålene, samtidig som jeg fulgte opp med oppfølgingsspørsmål der det kunne virke naturlig. Jeg oppfattet informantene som at det synes spørsmålene var gode, noe jeg f.eks. fikk tilbakemelding om fra informant 4 på svar i fokusområde 1.1; *“Det var et godt spørsmål”*.

Validiteten på dataene kan selvsagt diskuteres med tanke på rapporteringen. Reliabiliteten på transkripsjonen av intervjuene gir også grunnlag for diskusjon. Transkripsjon kan bli gjort på flere måter, og ulike forskere kan transkribere på ulike måter (Kvale et al., 2009). En svakhet med intervjuene mine er at alle gjort via telefon. Dette var fordi alle informantene var svært travle personer, og derfor ble det lettere å få lure inn telefonintervju. På grunn av dette har jeg gått glipp av eventuelle visuelle aspekter, for eksempel kroppsspråk eller ansikts uttrykk. Personers oppfattelse av hva som er nøling, pauser og latter vil også være forskjellig, noe som kan påvirke transkripsjonens reliabilitet. Å si hva som er den beste/mest korrekte transkriberingen vil være umulig (Kvale et al., 2009). Intervjuene i denne oppgaven er blitt gjengitt så ordrett som mulig ved at jeg gjentar ord og setninger der de er gjort av informanten selv, i tillegg gjengis pauser (...), latter (he he), og dersom lyd kvaliteten på opptaket er dårlig (Vanskelig å høre). Reliabiliteten kunne vært ytterligere styrket dersom andre forskere hadde hørt gjennom lydopptakene og kontrollert de mot transkripsjonen.

### *Veien videre*

Jeg vil som Bjørge Stensbøl hevde det er ingen arenaer som har en lengre vei til prestasjonsforbedringer, toppresultater og berømmelse enn toppidretten. Det er til å bli helt stum av beundring over den innsatsen våre beste menn og kvinner legger ned av treningstimer for å oppfylle gutte/jentedrømmen. Toppidretten blander og fascinerer samtidig som den er rasjonaliserende/grensesprengende, den strekker hele tiden grensen for hva som er naturlig eller ikke. Flere av de mest anerkjente idrettsforskerne i landet er enige om at utviklingen i idretten og toppidretten må sees i lys av utviklingen av samfunnet generelt (Breivik, 1998; Goksøyr, 1997; Tangen, 2003). Jeg tror at det er viktig at man ser dynamikken i dette bildet. Samfunnet påvirker idretten, samtidig som idretten har en unik mulighet til å påvirke samfunnet tilbake. Det er jo ikke bare på grunn av underholdningen at politikerne pøser milliarder inn i idretten. Nei, idretten skal bidra til gode holdninger, som igjen skal bidra til dannelse, bedre helse osv. At idretten tørr å stå for de gode tradisjonelle verdiene, blir viktig dersom idretten fortsatt skal en skal spille en viktig samfunnsrolle. Toppidretten og idretten må vise at den ikke er den 11. Landeplage (Kolstad, 1997), noe den utmerket kan gjøre gjennom blant annet tydelige verdivalg. Det har vist seg at toppidretten fosterer reflekterte utøvere. Jeg tror det er viktig at toppidrettsutøvere er med i de demokratiske prosessene i idretten og er aktivt med i utformingen av idretten fremover. Dette vil også bidra til åpne døren mellom teori og praksis i idretten ved at man får med ”sanne mestere” i idrettsforaene. Mye tyder på at dette er menn og kvinner for fremtiden, som har absolutt mye og bidra med fremover.

## 6.0 Litteraturliste

- Aas, O. I. (2011, 8 April). Nå er sistemann tatt ut. *Adresseavisen*, s. 5.
- Aasland, E. (2004). *Hva har skjedd med de norske skihopperne?: kan trenerskiftet forklare norske landslagshoppers prestasjonsutvikling?*, E. Aasland, Kristiansand.
- Abbott, A., & Collins, D. (2004). Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development : considering the role of psychology. *Journal of Sports Sciences*, 22(5), 395.
- Bahr, R. (2004). Er toppidrett sunt? *Tidsskrift for Den Norske Laegeforening*, 124(21), 2735.
- Barland, B., & Tangen, J. O. (2009). *Kroppspresentasjon og andre prestasjoner: en omfangsundersøkelse om bruk av doping* (Vol. 2009:3). Oslo: Politihøgskolen. (PHS forskning: Politihøgskolens forsknings- og utviklingsavdeling).
- Bentsen, A. R., & Elle, G. (2011, 06.03.2011 kl 16.05). -*Dette kan kun skje i Norge*. Lastet ned 08.03.2011, fra <http://www.nrk.no/sport/meisterskap/ski-vm-2011/nyheter/1.7536645>.
- Brakstad, T. H. (2010, 13.12.2010 kl 08.12). *Nesten 400.000 søk på Johaug*. Lastet ned 25.02.2011, fra <http://e24.no/media/nesten-400-000-soek-paa-johaug/3945780>.
- Bratland, T. U. (2011, 7 Mars). Kan noen hoppe etter kollen? *Dagbladet*, s. 32.
- Breivik, G. (1998). Det splittede menneske? Paradokser og spenninger i toppidretten I: S. Loland (red.), *Toppidrettens pris* (s. 89-105): Universitetsforlaget.
- Breivik, G. (2010). Fra egoisme til sjenerøsitet : kan toppidretten reformeres? *Etikk i praksis*, 4(1), 39-56.
- Breivik, G., Hanstad, D. V., & Goksøyr, M. (2005). Trenger vi en egen type etikk i eliteidretten? I: *Fred er ei det beste. Festskrift til Hans B. Skaset 70 år* (s. 182-189): Gyldendal Undervisning.
- Brenna, T. (2008, 5 Januar). Slåss for langrenn. *Dagbladet*, s. 28.
- Brenna, T. (2010a, 31 Mai). Kølapp for langrenns-stjernene. *Dagbladet*, s. 28.
- Brenna, T. (2010b, 12 Oktober). Slapp med skrekken. *Dagbladet*, s. 31.
- Buer, L., & Brun, A. (1996, 22 Juni). Å kjenne dødsangsten når du mister kontrollen. *Dagbladet*, s. 11.
- Bugge, M. (2002, 16 November). Trenger smertestillende for å komme opp av sengen. *Aftenposten*, s. 16.
- Bugge, M. (2006, 25 Februar). "Glemmer aldri at du slo meg med 16 cm" Smirnov og Dæhlie møttes i Torino. *Aftenposten*, s. 16.



- Bugge, M. (2009, 31 Januar). "Idrettens siste tabuområde". *Aftenposten*, s. 29.
- Bugge, M. (2010, 14.09.10 kl. 11:46 ). *Tufte må unngå barna*. Lastet ned 18/10/2010, fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/sport/article3809916.ece>.
- Busterud, K., Sæther, E., & Sæther, J. A. (2006, 4 Februar). Medaljens bakside. *Dagbladet*, s. 12.
- Bøifot, P. (2008, 25 November). -Han må få være litt kjepphøy. *Aftenposten*, s. 32.
- Cashmore, E. (2000). *Making sense of sports*. London: Routledge.
- Drangsholt, Å. H. (2009, 13 Oktober). Hvorfor bruker så mange topputøvere astma-medisin. *Fedrelandsvennen*, s. 26.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. *Psychological Review*, 100(3), 363-406.
- Eriksen, A. G. (2006). *Hvordan skapes en toppidrettsutøver?: studie av en gruppe unge lovende langrennsløpere på vei mot toppidretten*. A.G. Eriksen, Bø i Telemark.
- Farstad, N. (2010, 11/03/2010). *Kowalczyks lagvenninne dopingtatt*. Lastet ned 25/05/2010, fra <http://www.nrksport.no/langrenn/1.7033446>.
- Femtehjell, S. (2005). Vi vil vel det beste for ungene våre? I: *Fred er ei det beste: festskrift : Hans B. Skaset 70 år* (s. S. 136-144). Oslo: Gyldendal undervisning.
- Fiskerstrand, Å., & Rimeslåttén, E. (2008). *Veien til toppidrett*. Oslo: Gyldendal undervisning.
- Flygind, K. (2010, 1 Okober). -Steng han ute på livstid. *Fedrelandsvennen*, s. 23.
- Gilberg, L. (2010, 18 Februar). Ikke et null uten gull. *Vårt Land*, s. 16.
- Giulianotti, R. (2005). *Sport: a critical sociology*. Cambridge: Polity.
- Goksøy, M. (1991). *Idrettsliv i borgerskapets by: en historisk undersøkelse av idrettens utvikling og organisering i Bergen på 1800-tallet*. Norges idrettshøgskole, Oslo.
- Goksøy, M. (1997, 18 Januar). Toppidrettens indre rasjonalitet. *Dagbladet*, s. 32.
- Gotaas, T. (2003). *Først i løypa: historien om langrenn i Norge*. Oslo: Andresen & Butenschøn.
- Gotaas, T. (2009, 13 April). Jeg bare nevner det, kjære langrennssport, du er blitt en grå kjedelig type å glane på. *Dagbladet*, ss. 50-51.
- Grenness, T. (2001). *Innføring i vitenskapsteori og metode*. Oslo: Universitetsforl.

- Gundersen, T. (2011). *Gull og grønne svensker*: Egmont Hjemmet Mortensen Forlag.
- Guttman, A. (2004). *From ritual to record: the nature of modern sports*. New York: Columbia University Press.
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet: en innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Cappelen akademisk forl.
- Halvorsen, O. J. (2010). *Prosjekt VM-gull*. Lastet ned 26/10/2010, fra <http://www.langrenn.com/prosjekt-vm-gull.4833968-1743.html>.
- Hansen, I.-L. (2010, 16.02.2010 08:29). *Smørebom ødela for Northug*. Lastet ned 21/10/2010, fra [http://www.nrksport.no/meisterskap/vancouver\\_2010/1.6996137](http://www.nrksport.no/meisterskap/vancouver_2010/1.6996137).
- Hanstad, D. V. (2002). *Seier'n er vår, men hvem har æren?: en bok om det norske idrettseventyret*. Oslo: Schibsted.
- Hanstad, D. V. (2003, 3 August). Frode Andresens fall skapte dramatik og nervøse timer for skiskytterne. *Aftenposten*, s. 11.
- Hanstad, D. V. (2009). *Anti-doping in sport: a study of policy development since 1998*. Norwegian School of Sport Sciences, Oslo.
- Hanstad, D. V., & Loland, S. (2007). Meldeplikt for toppidrettsutøvere: forsvarlig antidopingarbeid eller uforsvarlig overvåkning? *Nytt norsk tidsskrift*, 24(2007)nr 3, S. 314-322.
- Haugeli, K. B. M. (2011, 5 Mars). Kem e kongen? *Stavanger Aftenblad*, ss. 42-43.
- Haugeli, K. B. M., & Ovren, K. (2010, 22 Januar). Denne scenen gir Røkke 60 mill. for. *Aftenposten*, s. 30.
- Helsen, W. F., Hodges, N. J., Van Winckel, J., & Starkes, J. L. (2000). The roles of talent , physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 727-736.
- Herrebrøden, Ø., & Overvik, J. (2011, 7 Mars). RYKK FREM TIL GULL *Verdens Gang*, s. 4.
- Hjellen, B. (2011, 15/03/2011). -Dere holder verdensrekorden i antall medaljer. Lastet ned 26/04/2011, fra <http://www.nrk.no/sport/1.7550318>.
- Hoel, Y. S. (2010a, 22.10.10 kl. 01:47). *Johaug skjermes*. Lastet ned 22/10/2010, fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/sport/article3867997.ece>.
- Hoel, Y. S. (2010b, 20 September). Toppidrett. Et blodslit som skal gi flere gull. *Aftenposten*, ss. 8-9.
- Hole, A. (1994, 22 Februar). Idrett, de er farli det. *Aftenposten*, s. 36.

- Hole, A. (2010, 20 Juni). Tåler ikke hardkjøret. *Aftenposten*, s. 26.
- Høye, M. (2010). *Fra toppspiller til topptrener i håndball: en casestudie av en tidligere landslagsspillers rollebytte til trenerrollen*. M. Høye, Kristiansand.
- Jarlsbo, Ø. (2003, 3 August). Dæhlie måtte legge opp. *Verdens Gang*, s. 22.
- Jarlsbo, Ø. (2010, 27 Juli). Mener Tysse bør få livstid. *Verdens Gang*, s. 1.
- Johannessen, B. A. (2010, 27 April). Ber Northug droppe poker. *Verdens Gang*, s. 1.
- Johansen, B. T. (1997). *Kognisjon i orienteringsløp: hvordan erfarer orienteringsløpere et orienteringsløp?* Avhandling (dr. scient.), Norges idrettshøgskole, Oslo. Lobo grafisk.
- Kirkebøen, S. E. (2004, 28 Oktober). Vil gjøre det lettere å bruke astmamedisin. *Aftenposten*, s. 18.
- Kolstad, A. (1997, 31 Desember). Toppidrett - den 11. landeplage? *Dagbladet*, s. 46.
- Kroksæter, K. (2001, 30 Mars). Håpet knekt av Alsgaard. *Adresseavisen*, s. 38.
- Kvale, S., Brinkmann, S., Anderssen, T. M., & Rygge, J. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kvalheim, S. (2006, 11 Mars). Siste femmil med gjengen. *Bergens Tidene*, s. 33.
- Lein, Ø. (2005, 18 Januar). Halve ski-eliten har astma. *Adresseavisen*, s. 23.
- Loland, S. (1995). *Idrett, kultur og samfunn*. Oslo: Universitetsforl.
- Loland, S. (2002). *Fair play in sport: a moral norm system*. London: Routledge.
- Lorentzen, T. (2006, 28 April). For god til å være sunn. *Dagbladet*, s. 11.
- Lund, J. M. (2008, 31 Mars). En hyllest til den evige toer. *Vårt Land*, s. 2.
- Lundgaard, H. (2010, 22/02/2010). *Født med klasseskille på bena*. Lastet ned 29/04/2010, fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/sport/aktiv/article3530717.ece>.
- Lundstadsveen, J. C., & Berntsen, P. A. (2010, 20.10.2010 18.54). *Northug gir faen i Inge Andersens meninger*. Lastet ned 22/10/2010, fra <http://www.tv2sporten.no/ovrig/northug-gir-faen-i-inge-andersens-meninger-3321146.html>.
- Mangelrød, N. C. (2009, 16.04.2009 kl. 08:27 ). *Kristoffersen lei dårlige ski*. Lastet ned 20/10/2010, fra <http://www.adressa.no/sport/langrenn/article1310371.ece>.
- Nordhaug, R. D. (2006, 4 Februar). På helsen løs? *Bergens Tidene*, s. 38.

- NTB. (03.02.09). Høidalen kjempet og ble frikjent. *Aftenposten*. fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/sport/article2904678.ece>.
- NTB. (1998, 22 Januar). toppidrett - Skårderud. *Nordlys*, s. 28.
- NTB. (2008, 20 Februar). Kong Harald: -Skiidrett er en stor del av livet mitt. *Norsk Telegrambyrå AS*.
- NTB. (2010, 15.11.2010, kl. 12:56). -*Før var langrenn en idrett for særinger*. Lastet ned 22/11/2010, fra [http://www.dagbladet.no/2010/11/15/sport/vintersport/ski/langrenn/petter\\_northug/14302254/](http://www.dagbladet.no/2010/11/15/sport/vintersport/ski/langrenn/petter_northug/14302254/).
- Odin, R. A. (2000, 16 Juni). Skiforbundet lager eget sprintlandslag. *Verdens Gang*, s. 35.
- Olaussen, L.-M. (2010, 20 Mai). Tar studie pause. *Nordlys*, s. 26.
- Ommundsen, Y. (2009). Hvem er talentene, må vi spesialisere tidlig, og hva er en god trener? : spenningsfelt mellom barne- og ungdomsidrett og eliteidrett I: B. T. Johansen, R. Høigaard & J. B. Fjeld (red.), *Nyere perspektiv innen idrett og idrettspedagogikk* (s. 163-193): Høyskoleforlaget.
- Ovren, K. (2009, 28 Januar). Mange av de raskeste er fryktelig tynne *Aftenposten*, s. 30.
- Repstad, P. (1993). *Mellom nærhet og distanse: kvalitative metoder i samfunnsfag*. Oslo: Universitetsforl.
- Ruuth, T. (2010, 13 Februar). Ferry: Gärna dödsstraff. *Västerbottens Folkblad*. fra <http://www.folkbladet.nu/?p=167554>.
- Sand, T. H. (2010). -*Jeg har aldri tapt for marcus og kommer heller aldri til å gjøre det*. Lastet ned 22/10/2010, fra <http://langrenn.siden.as/-jeg-har-aldri-tapt-for-marcus-og-kommer-heller-aldri-til-aa-tape-for-ham.4561363-124352.html>.
- Sandberg, T. (2010, 25/01/2010). *Ikke lengre født med ski på beina*. Lastet ned 24/05/2010, fra <http://www.dagsavisen.no/innenriks/article465578.ece>.
- Schneider, L. (2010, 9 Juni). Ukultur i Olympiatoppen. *Adresseavisen*, s. 33.
- Skaufel, F. (2011, 11 Januar). Northug-effekt på Jervskogen. *Adresseavisen*, s. 7.
- Skjerdingsstad, A. (2009, 20.11.09 14:53 ). *Skjermer Bjørgen fra pressen* Lastet ned 18/10/2010, fra <http://www.nettavisen.no/sport/vinter/article2762412.ece>.
- Skjærli, B., & Vesteng, C. (2009, 25 November). OVERKJØRTE pappa John og sponsorsjefen - Petter Northug (23) tok Red Bull-avgjørelsen selv *Verdens Gang*, ss. 2-3.
- Strøm, O. K. (2009, 24 Juni). Professor vil tillate doping. *Verdens Gang*, s. 9.

- Strøm, O. K. (2010, 1 Mai). 343 russere doping-tatt. *Verdens Gang*, ss. 12-13.
- Støstad, M. N. (2010, 05.08.2010 10:59). - *Halvparten av skilandslaget har astma*. Lastet ned 01/11/2010, fra <http://www.nrk.no/1.7237095>.
- Støstad, M. N. (2011). *Ski-VM hylles i utenlandske aviser*. Lastet ned 08.03.2011, fra <http://www.nrk.no/sport/meisterskap/ski-vm-2011/nyheter/1.7538072>.
- Sundbø, T. (2009, 28 Juni). OL-håp i sykkel ulykke. *Verdens Gang*, s. 3.
- Svendsen, S. (2007, 21 Juli). Usunt utstyrsjag. *Bladet Tromsø*.
- Sørheim, S. (2010, 27 Februar). De tapte idealer. *Klassekampen*, s. 5.
- Tangen, J. O. (2003). "Citius - altius - fortius: idrettens patologiske trosartikkel". I: *I bevegelse: et festskrift til Gunnar Breivik på hans 60-årsdag* (s. S. 103-119). Oslo: Gyldendal undervisning.
- Tingve, P. M. (2011, 17 Februar). Folkefest viktigere enn gull. *Dagbladet*, ss. 34-35.
- Ukjent. (2003, 29 November). Ski-ess i fristil. Marit og Vibeke elsker blonder og string. *Verdens Gang*, s. 36.
- Ukjent. (2007, 17 Mars). En duft av cerapulveret. *Adresseavisen*, s. 10.
- Ukjent. (2008, 16 April). -Skismurning er overpriset. *Harstad Tidene*, s. 19.
- Ukjent. (2009, 25/08/2009). - *Tsjepalova og Dementiev tatt i doping* Lastet ned 25/05/2010, fra <http://www.vg.no/sport/ski/langrenn/artikkel.php?artid=577094>.
- Ukjent. (2010a, 1 november 2010 - 11:50). "*Hälften tar dopingsklassade preparat*". Lastet ned 01/11/2010, fra [http://svt.se/2.21247/1.2219007/halften tar dopingsklassade preparat](http://svt.se/2.21247/1.2219007/halften_tar_dopingsklassade_preparat).
- Ukjent. (2010b, 26/01/2010). *Sidko ute av OL etter doping*. Lastet ned 25/05/2010, fra <http://www.nrkSPORT.no/langrenn/1.6963443>.
- Ukjent. (2011, 21 Februar). Tester over 100 utøvere. *Verdens Gang*, s. 6.
- Valderhaug, B. (2009, 29 Januar). Må alle holde kjeft? *Aftenposten*, ss. 35-35.
- Valderhaug, B. (2011, 7 Mars). Nå kan det blåses liv i OL ilden. *Aftenposten*, ss. 4-5.
- Vesteng, C. (2007a, 24 Februar). Alle vil ha en bit av Northug jr. *Verdens Gang*, s. 7.
- Vesteng, C. (2007b, 24 Februar). Fikk tre sesonger ødelagt av vektproblemer. *Verdens Gang*, s. 8.
- Vesteng, C., & Braata, E. (2010, 22 Juni). Dropper studiene. *Verdens Gang*, s. 10.

Vesteng, C., & Kuczynski, Z. (2010, 12 Oktober). "Jeg forbereder meg i løypene, ikke på apoteket." *Verdens Gang*, s. 10.

Wahlstrøm, R. (2002a, 18 Mars). Dansk idrettslege: -EPO bør bli lovlig. *Dagbladet*, s. 33.

Wahlstrøm, R. (2002b, 14 Mars). "Vil ikke ha mine barn i toppidretten" Jim Stray Gundersen. *Dagbladet*, s. 22.

## **Vedlegg 1**

### **Opprinnelig halvstrukturert intervjuguide**

#### **Skole, venner & toppidrett**

- 0) Hva er de mest positive sidene ved toppidrett og hva er de negative?
  
- 1) Hvordan tenker du i forhold til å ta en utdanning og satse 100 % langrenn?
  
- 2) Hvordan tror du det er for vanlig person/"ola nordmann" å ha datet eller hatt kjærlighetsforhold til en toppidrettsutøver? Hvilke utfordringer tror du et sånt forhold kunne ha?
  
- 3) Toppidrettsutøvere omtales ofte som 24-timers utøvere. Kan du fortelle litt hvordan det er å satse i forhold til venner og omgangskretsen? (venner uten for miljøet, osv)

#### **Kropp, skade og sykdom**

- 4) Media fremstiller gjerne langrennsløperne som tynne, muskuløse, sexy. Hva tenker du rundt kroppsfokuset i langrennssporten?
  
- 5) Hvordan tror du et økt fokus på kropp kan være et problem i forhold til rekruttering av nye langrennsløpere?
  
- 6) Flere idrettsleger har ment at toppidrett er usunt fordi det er så ekstremt. Hvilke tanker gjør du deg rundt mulige skader/sykdommer som du kan få av satsingen?
  
- 7) Risiko.. Mye av grunntreningen gjøres ofte langs veier på sykkel og rulleski.. Bjørn Dæhlie falt på rulleski og måtte legge opp! Tenker du noe over risikoen det innebærer?
  
- 8)... Astma er på mange måter langrennsløpernes yrkessykdom.. Hva tenker du om astma/luftveisproblemer?
  
- 9) Spiseforstyrrelser har vært et tabubelagt tema innen toppidrett, og langrennssporten spesielt. Hvorfor tror du det er så vanskelig å snakke om det?
  
- 10) Hva tror du er de viktigste årsakene til spiseforstyrrelser?
  
- 11) Hva tenker du om at i etterkant av idrettskarrieren kan dukke opp helseplager som et resultat av toppidrettssatsingen?

12) Dersom du måtte legge opp som resultat av en uventet skade, hvor viktig ville det være for deg å ha noe å falle tilbake på?

### **Utstyr**

13) Kan du fortelle meg litt om hvor viktig utstyret er for en utøver på ditt nivå?

### **Moderne perspektiver**

14) Hvordan er ditt forhold til media?

15) Stadig flere utøvere må skjermes mot media, tror du at du kunne ha mistet litt av idrettsgledden dersom du hele tiden føler deg kjeppjaget av media?

16) Kan du fortelle litt om hvordan det er å være et forbilde for barn og unge ?

17) Svært få innvandrerbarn, eller folk med utenlandskbakgrunn går på ski. Hva tenker du om dette?

18) Har langrennssporten blitt en idrett bare for rike, vellykkede folk?

19) Oppgjennom årene har jentene måttet kriget og kjempet for å få lov til å delta i idrettsaktiviteter, og de fikk blant annet eget damelandslag for ski senere enn guttene (færre samlingsdøgn, osv). Mener du jentene har like gode vilkår som guttene innen langrennssporten?

20) Hvilke tanker gjør du deg i forhold til at jentene og guttene går forskjellige distanser?

21) Hva tenker du om at jentene som regel alltid starter foran guttene i konkurranser?

### **Doping**

22) Preger det stadige fokuset på doping satsingen din?

23) Hva tenker du om at unge utøvere begynner med doping?

24) Hva synes du er passelig straff for doptatte utøvere?

25) Hva synes du om meldeplikten?

26) Norge er et av landene med strengest meldepliktsbestemmelser. Føler du at meldeplikten kan ta bort litt av gleden med å satse? (overvåket).

### **Andre Perspektiver**

27) Hva tenker du om uttrykket ”sølv er nederlag”?

28) Dersom du barn, ville du ha anbefalt de å satse langrenn?



29) Har du ingen motforestillinger/betenkeligheter ved drive med toppidrett??