



STORTINGET

Representantforslag 71 S

(2021–2022)

fra stortingsrepresentantene Turid Kristensen, Tage Pettersen, Tone Wilhelmsen Trøen, Sandra Bruflot og Kari-Anne Jønnes

Dokument 8:71 S (2021–2022)

Representantforslag fra stortingsrepresentantene Turid Kristensen, Tage Pettersen, Tone Wilhelmsen Trøen, Sandra Bruflot og Kari-Anne Jønnes om en tryggere idrett og forebygging av kroppsmisnøye og spiseforstyrrelser i idretten

Til Stortinget

Bakgrunn

Den siste tiden har det vært mye oppmerksomhet om spiseforstyrrelser i idretten, og mange har for alvor fått øynene opp for de utfordringene dette innebærer. Riksdekkende media har løftet frem mange personlige historier og også tall som viser omfanget av utfordringene. Det har i første rekke handlet om langrennsporten og hoppporten, ikke minst på toppidrettsnivå, men dette er også en utfordring i en rekke andre idretter og for utøvere som ikke konkurrerer på toppnivå. Mye kan tyde på at det både er mulig og også nødvendig å forbedre det holdningsskapende arbeidet og arbeidet mot idrettsutøverne og også øke kunnskapen og kompetansen om hvordan kroppsmisnøye og spiseforstyrrelser kan forebygges og behandles i idretten.

Idretten skal være en trygg arena, ikke minst for ungdom. Dette må være en særdeles viktig målsetting når OsloMets forskningsprosjekt om idrettens posisjon i ungdomstiden viser at 75 pst. av norsk ungdom er innom idretten i barne- og ungdomsårene. Mange unge tilbringer flere år i disse miljøene samtidig som de gjennomgår viktige identitetsutviklende faser av livet. Å være fysisk aktiv er knyttet til god fysisk og mental helse,

og idretten har derfor samlet sett et stort potensial for å styrke mange unges identitet, selvbilde og helse. Slike positive effekter forutsetter helsefremmende miljøer som samtidig gjør en innsats for å dempe utfordrende tendenser. Dessverre har det gjentatte ganger de siste 30 årene kommet frem at flere idrettsmiljøer har utfordringer knyttet til at utøvere har høyt kroppsfokus og idrettsspesifikk kroppsidealisering og dermed er i risiko for å utvikle spiseforstyrrelser. Det rapporteres om en økning i spiseforstyrrelser generelt i samfunnet, men idretten kan dessverre også anses å være en arena der unge er ekstra utsatt for spiseforstyrrelser og mentale helseutfordringer. Idretten selv kan være en del av løsningen gjennom at spiseforstyrrelser kan fanges opp og forebygges. Det er derfor ekstra viktig at aktørene på denne arenaen (spesielt utøverne selv, trenere og lærere i skoler som tilbyr idretts- og toppidrettsprogrammer) har grunnleggende kunnskap som kan forebygge og beskytte mot en slik uheldig utvikling.

Utbredelse av forstyrret spiseadferd og spiseforstyrrelser i idretten

Ulike kartleggings- og intervensjonsprosjekter viser til at idrettsaktive dessverre har høyere risiko for, og forekomst av, spiseforstyrrelser, og at dette gjelder alle ferdighets- og aldersnivåer.

Hos landslagsutøvere er det en høyere forekomst av spiseforstyrret atferd (henholdsvis 20 pst. og 8 pst. hos kvinnelige og mannlige landslagsutøvere) sammenlignet med kvinner og menn som ikke driver konkurranseidrett (5 pst. og 0,5 pst. for kvinner og menn i befolkningen). Slik høyere forekomst av spiseforstyrrelser er spesielt knyttet til idretter der det er mye oppmerksomhet på det å ha en spesiell kroppsvekt/kroppssammenset-

ning (for eksempel langrenn, hopp, sykling, friidrett, turn, rytmisk gymnastikk og kampsport), men har også vist seg i senere tid å forekomme stadig hyppigere i lagidretter som håndball og fotball.

Blant elever ved toppidrettsgymnas i Norge er det i tidligere undersøkelser avdekket at 25 pst. var i risiko for å utvikle en spiseforstyrrelse, og 7 pst. hadde en faktisk spiseforstyrrelse (14 pst. blant jentene og 3,2 pst. blant guttene). Andelen av utøvere med en spiseforstyrrelse var langt høyere enn blant jenter og gutter som ikke drev idrett på høyt nivå. Disse funnene peker mot en høyere forekomst blant idrettsutøvere enn hva man ser i den generelle, unge befolkningen, og at utfordringen ligger hos både gutter og jenter i idretten. Nye, norske funn fra dokumenterende journalistarbeid i Dagbladet viser at en urovekkende høy andel skiidrettsungdom (én av fire) på spesialiserte toppidretts-/skigymnas har fått kommentarer om kroppsvekt, at 45 pst. opplever et press om å se ut på en spesiell måte (68 pst. av jentene, 30 pst. av guttene), og at 29 pst. hadde forstyrret spiseadferd og dermed økt risiko for å utvikle en spiseforstyrrelse.

Muligheter for forebyggende tiltak

Forebyggende tiltak krever kunnskap om hvordan en både kan legge til rette for å forebygge psykiske helseutfordringer og samtidig imøtekomme/innfri de utviklings- og prestasjonskrav som de ulike idrettene innehar. Idretten har tidligere pekt på mangel på finansielle ressurser når det er stilt spørsmål ved hvordan idretten jobber med disse problemstillingene. Når det gjelder forebygging for elever i videregående skole, eksisterer det allerede tilgjengelige verktøy som kan brukes i det forebyggende arbeidet både i idretten og i skoler, og dette er ikke bare et spørsmål om økonomiske ressurser. Det handler også om hva som prioriteres. Sunn idrett, som nå er en del av Norges idrettsforbund, har siden etableringen i 2008 gjort et viktig arbeid for forebygging av spiseforstyrrelser. Sunn idrett har selv uttalt at de ønsker å gjøre mer – mer relevant og kvalitetssikret informasjon, mer formidling av kunnskap, mer rådgivning om hvordan man snakker med en utøver man er bekymret for, mer kommunikasjon i ungdommens kanaler.

Mange videregående skoler har informasjon om ernæring, restitusjon og spiseforstyrrelser i sitt arbeid i dag, men tallenes tale er ganske klar. Det fremstår som åpenbart at spiseforstyrrelser blant elevene fremdeles er en stor utfordring, og at dagens tiltak ikke har den ønskede effekten. Det er behov for mer kunnskap og bruk av tiltak som det kan dokumenteres at fungerer. Det er utarbeidet forebyggende programmer som er tilgjengelige for ulike skoler, både skoler med idrettslinjer og toppidrettslinjer og vanlige videregående skoler. Et

treårig forskningsprosjekt ved alle landets toppidrettsgymnaser, støttet av både Kulturdepartementet og Olympiatoppen, viste at programmene hadde oppsiktsvekkende god effekt i den perioden de ble brukt, og også hadde en langtidseffekt. Elevene ble fulgt fra 1. klasse til de var ferdige i 3. klasse, og det var ingen nye tilfeller av spiseforstyrrelser ett år etter at programmet ble avsluttet. Til sammenlikning utviklet 13 pst. av jentene ved skolene som ikke var del av forebyggingsprogrammet, en spiseforstyrrelse i samme periode. Innholdet i disse programmene speiler flere læringsmål i flere ulike fag og vil av den grunn ikke kreve ytterligere undervisningstimer. Lærere og trenere med trenerfaglig og/eller lærerkompetanse vil kunne gjennomføre implementeringen, og den vil derfor være kostnadsfri, men skolene kan ha behov for veiledning i hvordan disse programmene best kan tas i bruk. Disse programmene vil også kunne brukes i den organiserte idretten, og også her vil trenere med faglig kompetanse kunne lede/gjennomføre implementeringen kostnadsfritt. Programmene som forskere ved Norges idrettshøgskole publiserte i 2015, er dessverre ikke tatt i bruk, men forslagsstillerne mener at det bør vurderes å legge også disse til grunn når man vurderer hvordan det forebyggende arbeidet mot spiseforstyrrelser kan styrkes overfor norske elever og unge idrettsutøvere.

Når det gjelder toppidretten, er det fremholdt at utøverne får hjelp av et tverrfaglig team på Olympiatoppen. Dette gjelder imidlertid bare de aller beste utøverne. Alle andre søker hjelp i helsetjenesten ellers i samfunnet, og her er det som regel manglende kunnskap om idrett og de spesielle utfordringene utøverne møter her. Det har den siste tiden også kommet frem mange eksempler på at det på toppidrettsnivå kan være nødvendige å øke innsatsen for å skape en trygg og sunnere idrett også for de fremste av landets idrettsutøvere.

Forslagsstillerne mener at det kan være hensiktsmessig å vurdere å opprette et kompetansesenter der utøvere utenfor eliteutøverklassifiseringen også kan få adekvat hjelp, et kompetansesenter som forstår den konteksten utøverne har vært i, hvilke krav idretten stiller, og utøvernes motivasjon for å være i idretten eller kanskje slutte i idretten. Et slikt kompetansesenter vil også kunne drive forebyggende arbeid, også i samarbeid med andre aktører som Sunn idrett og styrke deres arbeid med forebygging av spiseforstyrrelser ved å ha førstehånds tilgang til forskningskompetanse. Et slikt kompetansesenter kan vurderes opprettet etter modell av Senter for idrettsskadeforskning, et senter som ble opprettet ved Norges idrettshøgskole i 2020 med basisfinansiering fra Kulturdepartementet og prosjektstøtte fra en rekke ulike kilder, inkludert Helse Sør-Øst, Norges forskningsråd, Den internasjonale olympiske komite, Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité, Norsk Tipping AS og Sparebankstiftelsen DNB.

På samme måte bør det vurderes en behandlende enhet ved Idrettens Helsesenter på Nordstrand.

Betydningen for idretten og folkehelsen

Idretten spiller en stor og positiv rolle i veldig mange menneskers liv. Den er til stor glede for alle som følger landets toppidrettsutøvere i konkurranser verden over, og som er stolte over norske utøvers suksess i mange ulike idretter. Enda viktigere er rollen idretten spiller i manges hverdagsliv og for barn og unge som opplever inkludering, fellesskap, mestring og glede. Man må heller ikke glemme alle de 34 000 årsverkene som legges ned i dugnadstimer hvert år for å skape gode aktivitets-tilbud til barn og unge over hele landet. Idretten gjør en stor innsats for å motvirke rasisme, vold, diskriminering, juks og trakassering og har også oppmerksomhet på sunn idrett. Spiseforstyrrelser og kroppspress er som tidligere nevnt også et problem i resten av samfunnet, men de utfordringene med spiseforstyrrelser i idretten som har fremkommet den siste tiden, krever likevel at det gjøres en ekstra innsats for å sette inn tiltak for å motvirke utviklingen. Man kan ikke ha en situasjon hvor idretten går på helsen løs, hvor resultater teller mer enn kaloriene.

Idretten har selv et stort ansvar og også muligheter til selv å sette i verk tiltak som kan forebygge spiseforstyrrelser og skape en trygg arena. Dette handler

både om holdninger i idretten og mer strukturelle forhold som krav og regler (som i hoppporten), inndeling i vektklasser i kampsport, hva slags løypeprofiler som brukes i ulike idretter og aldersklasser, og hvordan norsk idrett kan jobbe med problemstillingene internasjonalt. Dette er likevel også et område hvor idrettspolitikken kan spille en rolle. Det er nødvendig at man tilrettelegger for trygg deltakelse i idretten, og at idretten evner å ta ansvar ved å forebygge kjente helseutfordringer og får utvikle effektive forebyggings- og behandlingsprogrammer. Lykkes man med dette, vil det medføre at flere opplever en trygg og helsemessig god idrett, at flere fortsetter i idretten, at unødvendig frafall begrenses, og at flere kan erfare livslang idrettsglede, noe som åpenbart også har positive effekter for folkehelsen.

Forslag

På denne bakgrunn fremmes følgende

f o r s l a g :

Stortinget ber regjeringen legge frem et forslag til en handlingsplan for en tryggere idrett og forebygging av kroppsmisnøye og spiseforstyrrelser i idretten. Handlingsplanen må utvikles i tett samarbeid med idretten og relevante aktører.

18. januar 2022

Turid Kristensen

Tage Pettersen

Tone Wilhelmsen Trøen

Sandra Bruflot

Kari-Anne Jønnes

