



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV  
Avdelningen för folkhälso- och idrottsvetenskap

---

# Tränarens syn på och attityder till doping och antidopingarbete inom ungdomsidrott

Semistrukturerade intervjuer

Emmy Åström och Jannica Möller

2023

Examensarbete, Grundnivå (högskoleexamen), 15 hp  
Idrottsvetenskap  
Idrottsvetenskapliga programmet, inriktning hälsofrämjande livsstil  
Examensarbete

Handledare: Anna Qvarfordt  
Examinator: Sven Blomqvist

---



## Sammanfattning

**Syftet** med studien var att utforska tränares syn på och attityder till doping och antidopingarbete inom ungdomsidrott. De specificerade **frågeställningarna** var: hur uppfattar tränare föreningens roll inom antidopingarbete? hur ser tränarna på sin roll som förmedlare av normer, kroppsnormer, prestation och doping? hur anser tränare att de kan påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrott? Den **metod** som valdes var kvalitativa semistrukturerade intervjuer där sex tränare från olika ungdomslag medverkade. Intervjuerna genomfördes via zoom/teams och live. Analysverktyget som användes var tematisk innehållsanalys och via de verktyget framkom 78 koder som blev till fem teman. **Resultatet** av studien visade på att tränarna hade dålig kännedom om doping dock var det tydligt att doping inte var acceptabelt. Det saknas ett aktivt antidopingarbete i majoriteten av föreningarna och mycket var kopplat till tidsbrist och inställningen att doping inte förekommer inom deras sport. Tränarna påstod sig själva vara viktiga för ungdomarna och deras sätt att agera och uttrycka sig kan ha en bidragande effekt i hur ungdomarna formas. **Slutsatsen** av studien var att tränare saknar kunskap inom doping och föreningens antidopingarbete är väldigt vagt. Det finns förbättringsmöjligheter i utbildningar kopplat till doping. Då många tränare under sin utbildning inte blivit informerade om doping skulle möjligtvis en större del läggas till i tränarutbildningen som belyser antidoping. Tränarna har en betydande roll i sina attityder och värderingar kopplat till doping och kroppsnormer, att fortsätta prata med ungdomar om sunda värderingar till kroppen kan vara en viktig bidragande faktor för att undvika framtida dopningsproblematik.

Nyckelord: Attityder, värderingar, doping och antidopingarbete

# Innehållsförteckning

<b>1. Introduktion</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1 Bakgrund</b> .....	<b>2</b>
1.1.1 Antidopingsarbetet .....	2
1.1.2 Doping och idrott .....	3
1.1.3 Värdegrund/svenska idrottsrörelsen .....	3
1.1.4 Tränarens betydelser .....	4
1.3 Syfte .....	6
1.3.1 Frågeställning .....	6
<b>2. Metod</b> .....	<b>7</b>
2.1 Design .....	7
2.2 Urval .....	7
2.3 Genomförande och datainsamling .....	8
2.4 Databearbetning .....	9
2.5 Tillförlitlighet .....	10
2.6 Etiska ställningstagande .....	11
<b>3. Resultat</b> .....	<b>13</b>
3.1 Föreningens roll inom antidopingsarbetet .....	13
3.1.1 Förening och antidoping .....	13
3.2 Tränarens roll som förmedlare av värderingar kring prestation och doping .....	14
3.2.1 Social miljö .....	14
3.2.2 Kroppsnormer och prestationer .....	16
3.2.3 Attityder och värdering .....	17
3.3 Påverka och utveckla antidopingsarbetet inom ungdomsidrotten .....	18
3.3.1 Utbildning och kunskap .....	19
<b>4. Diskussion</b> .....	<b>20</b>
4.1 Resultatdiskussion .....	20
4.1.1 Föreningens roll inom antidopingsarbetet .....	20

4.1.2 Tränarnas roll som förmedlare av värderingar, prestation och doping.....	21
4.1.3 Påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrott .....	22
4.2 <i>Metoddiskussion</i> .....	23
<b>5. Framtida forskning.....</b>	<b>26</b>
<b>6. Slutsats.....</b>	<b>27</b>
<b>7. Referenser.....</b>	<b>28</b>
<b>Bilaga 1. Exempel på hur citat blev till koder och teman.....</b>	<b>1</b>

## 1. Introduktion

Doping har under en längre tid setts som ett problem inom idrotten, både för idrottaren själv eftersom brukandet kan ge skadliga effekter och även för sportens anda. Det var på 1960-talet som doping ansågs vara ett stort problem vilket lade grunden för skapandet av World Anti-Doping Agency (WADA) (Aubel m.fl., 2018). År 2004 skapades WADA code (världsantidopingkoden) vilket är de regelverk som styr antidopingarbetet globalt, detta anses vara det största genombrottet i arbetet mot att förebygga doping (Aubel m.fl., 2018). Folkhälsomyndigheten (2022) i Sverige har listat tre faktorer som kan vara bidragande faktorer till användningen av dopingpreparat: normer och attityder som avspeglas i samhället, sociala faktorer samt den fysiska tillgängligheten. För att reducera dopinganvändandet säger Folkhälsomyndigheten (2022) att det krävs ett gemensamt engagemang i arbetet mot en idrott fri från doping.

I dagens samhälle blir ungdomars uppfattning kring kroppen allt viktigare (Mickelsson, 2009). Doping är inte enbart kopplat till högre nivåer, det kan också kopplas till grundnivåer inom tävlingar i idrotter (Patterson och Backhouse, 2018). Kristensen m.fl., (2022) beskriver att det sker en övergångsperiod där ungdomar sakta börjar bli vuxna, under denna period har ungdomarna en större benägenhet att testa dopingpreparat. I en studie av Erickson m.fl., (2015) beskrivs några riskfaktorer till varför idrottare kan börja bruka dopingpreparat. Dem tar upp att det kan handla om osäkerhet, snabbare tillfrisknande vid skador, tidigare användning av kosttillskott, ogillande av sitt utseende och genom påverkan av tränare, lagkamrater, vårdnadshavare, normer och kulturen som finns i idrotten. Kristensen m.fl., (2022) menar att inom sport är det ofta framgångar som motiverar individer, viljan att nå högre och bättre resultat. Denna vilja kopplat till prestationer kan skapa en väg in i användandet av både olagliga preparat och kosttillskott (Kristensen m.fl., 2022). Användningen av dopingpreparat kan vara förknippat med en dålig kroppsuppfattning för att snabbt förändra kroppen samt för att kunna prestera bättre inom idrotten (Bahrke m.fl., 2000). I andra studier har de framkommit att tränare har en stor betydelse då de är en av personerna i ungdomarnas liv som är med och lär ut normer, beteende och värderingar (Barkoukis m.fl., 2019; Kristensen m.fl., 2022).

Det centrala fokuset till detta arbete kommer vara att belysa hur ungdomstränares syn på och attityder till doping och antidopingarbete är. Det valda området till studien finner

författarna intressant då Hoff (2013) visar att antalet dopingfall bland ungdomar har ökat, och vid djupare inblick i tidigare forskning verkar attityder vara kopplat till dopning (Folkhälsomyndigheten, 2022; Kristensen m.fl., 2022; Bahrke m.fl., 2000).

## 1.1 Bakgrund

### 1.1.1 Antidopingarbetet

Målet med idrotten är att den ska utövas i en ren miljö utan doping, vilket är något WADA arbetar för att uppnå. De har också uppdraget att skapa och revidera dopinglistan, vilket är en lista över vilka substanser och metoder som ska klassas som doping. WADA har också samarbete globalt där dem erbjuder utbildningar hur arbetet kan bedrivas (Petróczi m.fl., 2021). De har utvecklat Play True Generation vilket är ett utbildningsprogram som riktar in sig på idrottare under 18 år. Programmets mål är att inspirera tränare, idrottare och övrig personal som befinner sig i idrottssammanhang för att tillsammans nå fair play och ren idrott (Cléret, 2011). Under WADA finns NADO (Nationella antidoping organisationer). WADA har som uppdrag att bibehålla god kontakt och ha ett nära samarbete med NADO:er för att underlätta arbetet och ge stöd i arbetet med antidoping planen (WADA, 2020).

Sveriges NADO är Antidoping Sverige som har i uppdrag att koordinera antidopingarbetet på internationell nivå, samt jobba för ett nära samarbete nationellt där dopingarbetet utvecklas. Det finns ett stort ansvar i att följa Världs Antidoping Kod. Antidoping Sverige jobbar tillsammans med de olika specialidrottsförbunden (SF), Riksidrottsförbundet (RF-SISU) och idrottsföreningar. Antidopingarbetet är stort vilket kräver en bra kommunikation och samarbete internationellt (Antidoping Sverige, 2021). Nationellt har Antidoping Sverige, (2022) tagit fram utbildningarna Ren Vinnare och Vaccinera klubben. Ren Vinnare riktar in sig på idrottarna samt tränare och där är det enligt J. Wennerhult (personlig kommunikation, 17 februari 2022) sammanlagt 31 703 som utfört ren vinnare utbildningen. Vaccinera klubben är riktad till föreningen och är en hjälp i skapandet av en antidopingplan som föreningen ska följa, och där är det i dagsläget enligt J. Wennerhult (personlig kommunikation, 17 februari 2022) 1970 föreningar som är vaccinerade.

### **1.1.2 Doping och idrott**

Idag är det mot idrottens regler att dopa sig då det är skadligt för kroppen, det ses som fusk och strider mot sportens anda (Aubel m.fl., 2018; Shah m.fl., 2019). Trots de hårda kraven och de straff som kan komma vid brukande av dopingpreparat växer fortfarande problematiken bland idrottande och icke idrottande ungdomar och dopingfallen har enligt Hoff (2013) ökat den senaste tiden. Detta medför ett stort hot mot deras hälsa (Shah m.fl., 2019; Lucidi m.fl., 2008). Varför idrottare väljer att börja bruka dopingpreparat kan bero på olika faktorer. Det kan vara på grund av att nå högre och en förbättrad prestation, för att förändra utseendet, influerade av lagkamrater eller påverkan från tränaren (Hoff, 2013; Kirby m.fl., 2011). Olika dopingpreparat kan introduceras om andra idrottare har en positiv inställning kring dopning och idrottande individer påverkas utifrån motivation, beteende och övertygelser (Barkoukis m.fl., 2019). Vid situationer där detta kan uppstå har tränaren en stor och betydande roll i arbetet att motverka brukandet av doping, genom att tränaren sätter upp normer och värderingar som strider mot detta (Kirby m.fl., 2011).

### **1.1.3 Värdegrund/svenska idrottsrörelsen**

De flesta barn och ungdomar har någon gång varit aktiv inom idrott och deltagit i en idrottsförening. Detta medför ett stort ansvar för idrottsföreningens verksamhet och ledarnas roll att utöva idrotten på ett pedagogiskt sätt (Riksidrottsförbundet, 2023). Riksidrottsförbundet (RF) anger i sina styrdokument att det ingår i ungdomsledarens uppgifter att förmedla idrottens värdegrund. Värdegrunden är ett samlingsnamn där idrottens värderingar är samlade i ett dokument. Dessa värdegrunder är: glädje och gemenskap, demokrati och delaktighet, allas rätt att vara med och rent spel (Riksidrottsförbundet, u.å). För att ungdomsidrotten ska utövas på ett pedagogiskt sätt har RF tagit fram ytterligare ett stöd för att nå idrottens värdegrund, vilket innebär: trygghet, delaktighet, glädje, allsidighet och hälsa (Riksidrottsförbundet, 2022a). Idrottsrörelsens värdegrund finns som stöd och kan fungera som ett verktyg för ledare. I styrdokumentet som handlar om värdegrund har det framkommit att den medfört goda resultat och ett välbefinnande både inom och utanför idrotten hos tränare och ledare (Riksidrottsförbundet, 2022b). Ledarnas roll är att stötta utvecklingen i verksamheten och förmedla idrottens värderingar, detta ger ledarna möjligheten att påverka och



utveckla ungdomarna genom värdegrunderna till ett bättre samhälle (Riksidrottsförbundet, 2022b).

#### **1.1.4 Tränarens betydelser**

Folkhälsomyndigheten (2022) talar om förebyggande mot doping och anger hur viktigt det är att sprida kunskap om doping och dess negativa hälsoeffekter. Barkoukis m.fl., (2019) menar att tränare sällan samtalar om doping med idrottarna och väljer att inte skapa aktiviteter kopplat till antidoping, det här skulle enligt Barkoukis m.fl., (2019) kunna kopplas ihop med att tränare upplever en rädsla över utfallet som kan komma tillsammans med en antidopingutbildning. Barkoukis m.fl., (2019) menar vidare att tränare inte anser att utbildningar är relevant för dem och de känner att de inte besitter kunskapen för att utföra utbildningar. Dem är rädda att betraktas som mindre värda då de anses som mindre kunniga inom ämnet. Även om tränare har en stor inverkan hos idrottarna inom doping kan tränare lätt avvika från dopingämnet och istället lägga ansvaret på andra instanser, detta kan bero på avsaknad av kunskap inom doping (Engelberg m.fl., 2016; Barnes m.fl., 2022).

Tränare som bygger upp en stark relation till sina idrottare fungerar som ett stöd och skydd mot doping. Idrottarna är villiga att avstå doping då deras tränare har en viktig roll i deras liv om de känner tillit, detta gör att idrottarna vill ge något tillbaka för det arbete tränarna gör (Patterson och Backhouse, 2018). I World Anti-Doping Code (WADC) finns bestämmelser hur arbetet mot antidoping attityder bör genomföras. Dessa bestämmelser ska tränare följa i arbetet mot antidoping. I tidigare studier har det framkommit att tränare ibland saknar motivationen till antidopingsarbete och istället fokuserar på resultatet. För att motivera och ge stöd till tränare i antidopingsarbetet har det visat sig att det behövs mer stöd från högre instanser (Patterson och Backhouse, 2018). Patterson och Backhouse (2018) ger förslag på att idrottsvärlden bör arbeta för att höja värdet och prestige i antidopingsarbetet, detta kan enligt Patterson och Backhouse (2018) göra det möjligt att mer öppet pratat om doping i syfte med att förhindra användandet. Något som tidigare resultat visat är att många tränare anser att arbetet mot doping inte bör prioriteras då de har inställningen att det inte förekommer inom deras idrott. Om det däremot skulle förekomma dopingfall anser tränare att det kommer bli en prioritering i framtiden (Allen m.fl., 2017).

### 1.1.5 Attityder och normer

Attityd har olika betydelser i olika sammanhang, det kan vara både positivt och negativt. Vid 12–18 årsåldern befinner sig ungdomarna i tonårsstadiet, vid denna period skapas deras attityder och risken för doping ökar då attityden speglas i beteende.

Däremot är det inte bara attityden som har betydelse för individers olika beteenden även värderingar, personlighet, kunskap, arv och miljö har stor påverkan (Nicholls m.fl., 2014). Tränare som använder sig av bestraffande metoder och kritiserar idrottarna visar Engelberg m.fl., (2016) kan leda till en positiv attityd till doping. Idrottare kan börja bruka dopingpreparat för att imponera på sin tränare. Något som bör uppmärksammas är att en minskad användning av dopingpreparat framkom hos idrottare där det arbetat med ett kognitivt program i en social miljö. Programmets fokus var att utbilda ungdomar om vad kost och styrketräning har för positiva egenskaper och öka dess medvetenhet (Bahrke m.fl., 2000).

Normer beskrivs som en form av uppfattning hos människor och uppfattningarna berör enligt Crozier m.fl., (2022) tankar om hur andra personer handlar och tycker om sin omgivning. Människor har därmed en vilja att passa in och genom uppfattningarna rättar de sig efter normerna som finns i omgivningen som de befinner sig i. Denna grupp benämns även som en referensgrupp. Normerna kan ses som en mall över hur ett beteende bör vara och vad som accepteras, för att komma in i gruppen och inte riskera att hamna utanför anpassar människan sig efter normerna som finns. Ibland glömmar människor vilket inflytande det har på sin omgivning vilket kan vara viktigt att ha i beaktning kopplat till hur människor influeras i grupper (Crozier m.fl., 2022). Inom idrott sker olika former av gruppsammansättningar och tillsammans i grupperna sätter de normer inom sitt lag. Att tillsammans sätta normer behöver inte enbart vara positivt utan kan även vara negativ i form av brukandet av olagliga preparat eller alkoholkonsumtion. Det är inte enbart idrottare som finns med i gruppen även tränare, föräldrar och annan personal runt laget räknas in och är även delaktiga i normskapande och uppfattningar. För att laget ska fungera har det visats att normerna har en stor betydelse (Crozier m.fl., 2022). Tränare kan vara för eller emot doping, Bakoukis m.fl., (2019) antyder att tränaren kan vara med och påverka lagets inställning gällande doping. Normerna kan påverka tränares svar i frågor om dem är för eller emot doping. När tränarna säger att de är emot doping kan det i själva verket vara normen som påverkar då det anses fel att uttrycka sig positivt om doping användande (Engelberg m.fl., 2016).

## 1.2 Problemformulering

I dagens samhälle har det visat sig att ungdomar i tidig ålder kommer i kontakt med normer samt uppfattningar kring kroppen och inom idrotten har det visat sig att antalet dopingfall ökat de senaste åren. Tränare är med i bildandet av normer, beteende, värderingar och har därför en viktig roll hos idrottande ungdomar i att förebygga doping. När det handlar om doping kan tränare och föreningar förneka att det förekommer inom deras idrott. Tränare kan undvika att samtala om doping då det har visats försöka undvika samtal om detta då det kan finnas en rädsla kopplat till ämnet. Det här gör att vi vill belysa och få en inblick i synen på och attityder till doping och antidopingarbete hos tränare i ungdomslag, samt vilken uppgift de själva anser att dem har i värderingar kopplat till förebyggandet av doping.

## 1.3 Syfte

Syftet med studien är att belysa tränares syn på och attityder till doping och antidopingarbete inom ungdomsidrott.

### 1.3.1 Frågeställning

- Hur uppfattar tränare föreningens roll inom antidopingarbetet?
- Hur ser tränarna på sin roll som förmedlare av värderingar av normer, kroppsnormer, prestation och doping?
- Hur anser tränare att de kan påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrotten?

## 2. Metod

### 2.1 Design

Studiens design är av en kvalitativ karaktär med semistrukturerade intervjuer med öppna frågor. Enligt Baumbusch (2010) ger intervjuer djupare och mer detaljrika svar och medför att följdfrågor kunde ställas. Semistrukturerad intervju tillåter också att respondenten kan vara mer fri i sina svar då det inte finns något rätt eller fel (Baumbusch, 2010). Tillvägagångssättet gör det möjligt för intervjuaren och respondenten att lättare kunna reagera på sinnesstämningar och få en bättre helhetsbild av det som sägs (Kallio m.fl., 2016).

### 2.2 Urval

Studien har ett ändamålsenligt urval vilket betyder att författarna sökte efter respondenter som besatt färdigheter inom den valda forskningen för att skapa skapar djupare förståelse utifrån studiens syfte och frågeställningar (Denscombe, 2010; Campbell m.fl., 2020; Gratton & Jones, 2010), vilket författarna i denna studie ville uppnå. Urvalskriterierna för att delta i studien var att dem tillfrågade skulle vara ungdomstränare inom lagidrott till 16 - 17 åringar samt varit aktiv tränare i minst 1 år. Tränarna skulle vara över 18 år och kön samt sport hade ingen betydelse. För att hitta respondenter genomfördes sökningar på föreningar utspridda i landet och även utifrån tidigare kännedom om föreningar som finns. På föreningens hemsidor fanns flikar med de olika lagen utifrån ålder där författarna gick in på de lag som passade in på kriterierna. På den sidan fanns kontaktuppgifter till tränarna för laget som användes för att ringa eller maila. En förenings sida hade inte kontaktuppgifterna tillgängliga, då kontaktades föreningens ordförande via mail om kontaktuppgifter till tränaren för laget. Ordförande i föreningen svarade och bifogade kontaktuppgifterna.

Tolv ungdomstränare kontaktades via mail och telefon där åtta svarade. De som kontaktades via mail fick en kort presentation om oss författare samt informationsbrevet där information kring undersökningen framgick. Dem som kontaktas via telefon fick en muntlig presentation och därefter mailades informationsbrevet över vid intresse. Vid kontakt av två ungdomstränare fick författarna till svar att de inte ansågs vara lämplig för studiens syfte. De kontaktade hänvisade författarna vidare till två andra personer

som dem ansåg var lämpliga utifrån studiens syfte har studien även ett snöbollsurval (Farrugia, 2019). Två tackade nej på grund av tidsbrist. Deltagarna tilldelades fiktiva namn för att skydda deras identitet, namnen som valdes blev: Simon, Elias, Hampus, Erik, Max och Jonas (se tabell 1).

Tabell 1. *Bakgrundsinformation.*

Namn	Sport	Erfarenhet
Simon	Bandy	Tidigare arbetat inom antidoping. Idag tränare för bandy.
Elias	Innebandy	Varit aktiv tränare inom innebandy och fotboll i närmare 10 år. Idag endast innebandy.
Hampus	Ishockey	Varit aktiv tränare i 10 år. Tränar två olika lag, ett yngre u13 och även u16
Erik	Ishockey	Aktiv hockeytränare i 4 år. Tidigare tränar erfarenhet i annan sport.
Max	Ishockey	Aktiv tränare i 3 år.
Jonas	Fotboll	Aktiv tränare sedan 2004. Idag aktiv tränare i Akademi.

### 2.3 Genomförande och datainsamling

Intervjuguiden har en viktig roll i kvalitativ forskning. Genom att en bra och noggrann intervjuguide skapades kunde problem med ledande frågor minimeras samt att den kan vara ett stöd för respondenterna när frågorna ska besvaras (Baumbusch, 2010). För att konstruera en semistrukturerad intervjuguide utgick författarna från de fem faserna som Kallio m.fl., (2016) beskriver. I första fasen identifierades författarnas syfte och frågeställningar för att undersöka om en semistrukturerad intervju var ett lämpligt alternativ. I den andra fasen påbörjades ett grundligt sökande efter tidigare publicerad forskning inom det valda ämnet. Detta gav författarna kunskapen i tidigt skede och ramverket för intervjuguiden skapades. I tredje fasen utvecklades en temporär

intervjuguide som följde de ramverk som författarna fått via den tidigare forskningen. Intervjuguiden bestod av öppna frågor som skulle leda till det valda forskningsområdet. Den temporära intervjuguiden följde sedan med in i fas fyra där intervjuguiden testades på två personer som ansågs vara möjliga deltagare i studien.

Två pilotstudier utfördes för att se om frågorna var relevanta och bra konstruerade för det valda syftet och frågeställningarna. Detta gav författarna möjlighet att revidera och åtgärda otydliga och missvisande frågor för att kunna besvara syfte och frågeställningar. I femte och sista fasen genomfördes intervjuerna med den reviderade och färdigställda intervjuguiden på respondenterna. Innan påbörjad intervju presenterade författarna sig själva och det valda syftet förklarades. Sedan frågade författarna respondenterna om deras samtycke att delta i studien och om de accepterade att intervjun spelades in. Deltagarna fick själva välja tid och plats för hur de ville genomföra intervjun. Fem av intervjuerna genomfördes via zoom/teams som är internetbaserade program, där tillgängligheten till både bild och ljudupptagning är möjlig. En av intervjuerna genomfördes live på Högskolan i Gävle. Samtliga intervjuer spelades in via telefon, intervjuerna som genomfördes över zoom spelades också in genom inspelningsfunktionen som finns tillgänglig i programmet för extra säkerhet.

Intervjuerna varade mellan 25–45 minuter och intervjuguiden innehöll 25 grundfrågor och 15 frågor som var anpassade utifrån respondenternas svar. Frågorna var kategoriserade utifrån fyra områden, inledning, antidoping, attityder och värderingar, påverka och utveckla. Båda författarna deltog på alla intervjutillfällena. Den författaren som inte var ansvarig under intervjun satt bredvid och förde anteckningar om sinnesintryck samt skrev ner följdfrågor som togs upp efter att ordinarie frågor från intervjuguiden besvarats (Patel och Davidson, 2019). När intervjun var klar tackades respondenterna för deras deltagande. Av de sex intervjuerna som genomfördes ansvarade författarna för tre vardera. Den författaren som genomförde intervjun transkriberade sedan materialet.

## 2.4 Databearbetning

För att kunna analysera och bearbeta den data som framkom vid intervjuerna användes en tematisk innehållsanalys (Braun och Clarke, 2006). För att genomföra databearbetningen på ett noggrant sätt användes olika steg som Braun och Clarke

(2006) tagit fram. I första steget transkriberades den insamlade empirin från de intervjuer som genomförts för att lättare kunna läsa och bilda sig en förståelse över samtalen. I andra steget skrevs det transkriberade materialet ut för att kunna samla koder, totalt samlades 76 koder in som var relevanta och intressanta. I det tredje steget delades koderna in i färg kategorier genom överstrykningar, och fem teman skapades utifrån de insamlade koderna. I det fjärde steget undersöktes de olika temana mot kodningen, så varje kodade data var relevant för temat. Detta skapade en tematisk karta över hela analysen. I det femte steget namngavs det olika temana för att tydliggöra varje tema och få en lättare förståelse för vad analysen handlade om. De teman som skapades var: Föreningar och antidoping som hör till frågeställning ett, social miljö, kroppsnormer och prestation samt attityder och värderingar som hör till frågeställning två, utbildning och kunskap som hör till frågeställning tre. I det sjätte steget valde författarna ut viktiga delar som respondenterna berättat om för att på ett tydligt sätt återge vad som sagts för att få tillräckligt med information. Författarna använde sig av citat från intervjuerna för att få ut den viktiga kärnan av de som framkommit, citatet har valts med omsorg för att undvika irrelevant information.

## 2.5 Tillförlitlighet

Inom kvalitativ forskning är pålitligheten något som kan vara svårt att bedöma då tillfället intervjuerna sker på kan komma att ändras då det inte finns möjlighet att pausa tiden för att vid ett annat tillfälle replikera intervjuer (Bryman, 2018). För att sträva efter en hög pålitlighet har författarna vidtagit en del åtgärder. Respondenterna som tillfrågades att medverka i studien var tränare för ungdomslag, vilket betyder att de besitter behörighet och färdighet inom området (FitzPatrick, 2019; Bryman, 2018). Båda författarna deltog vid intervjutillfällena och genom detta kunde tolkningarna breddas. För att konstruera en bra semistrukturerad intervjuguide vidtogs det innan genomförandet av datainsamlingen två pilotintervjuer (Denscombe, 2010). Efter pilotintervjuerna reviderades vissa frågor i frågeguiden, detta för att på ett så säkert sätt få svar på studiens syfte och frågeställningar. Däremot kan inte författarna garantera att respondenterna talat sanning (Bryman, 2018). Analysverktyget som används vid databearbetning ledde till fem teman som resultatet byggdes på för att tolka respondenternas uppfattning. För att förtydliga hur analysmetoden genomförts har en tabell över kodningen lagts in som bilaga, detta för att ytterligare sträva efter en hög pålitlighet.

För att eftersträva trovärdighet i arbetet spelades intervjuerna in och därefter transkriberades materialet ned i text. Genom att ha möjligheten att gå tillbaka till det inspelade materialet kan små detaljer som tonfall och pauser i intervjun analyseras på ett bättre sätt (FitzPatrick, 2019). Den valda forskningsmetoden i förhållande till syfte och frågeställningar identifieras och utvärderas noggrant innan arbetets start (Kallio m.fl., 2016). De resultat som framkom under intervjuerna har rapporterats till respondenterna, och eventuella korrigeringar av resultatet har varit möjlig för ytterligare förtydliganden (Bryman, 2018).

Dem demografiska egenskaperna som utgör arbetet är att författarna valde att intervjua olika ungdomstränare. Detta gör att författarna fått en inblick i respondenternas syn på och attityder till doping och antidopingarbete, vilket har medfört att författarna tagit del av olika infallsvinklar kopplat till syfte och frågeställningarna. Dock är överförbarheten av studien begränsad då antalet deltagare var få (Bryman, 2018).

## 2.6 Etiska ställningstagande

Under processens gång har de etiska ställningstagandena varit en viktig faktor. För att undvika etiska dilemman som denna studie kan medföra har författarna varit noggranna i utformandet av ämnet och skapandet av intervjuguiden. Inom forskning är det viktigt att ta hänsyn till några etiska ställningstagande för att skydda deltagarna som ställt upp i studien (Hassmén & Hassmén, 2008). Författarna har därför följt de etiska principerna inom humanistiskt samhällsvetenskaplig forskning som tar upp, informationskravet, samtycketskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet (Vetenskapsrådet, 2002 ; Hassmén & Hassmén, 2008). Innan intervjuerna påbörjades skickades informationsbrevet ut via mail som innefattade information om studiens syfte. Informationsbrevet innehöll även upplysningar om deras deltagande (Vetenskapsrådet, 2002). Innan påbörjad intervju förklarade författarna samtycketskravet, vilket innebär att deltagarna måste ge ett samtycke för att medverka i den aktuella studien och vad dem har för rättigheter under studiens gång. Deltagarna har rätten att bestämma om deras medverkan. Tid samt plats var upp till varje deltagare att välja (Vetenskapsrådet, 2002). För att garantera samtycket spelades godkännandet in och efter att studien blivit godkänd kommer allt material att raderas. För att värna om de intervjuades konfidentialitet kommer deltagarna hållas anonyma till den grad som en kvalitativ



studie tillåter. I kvalitativa studier kan inte deltagarna garanteras full anonymitet då författarna träffat deltagarna och vet vilka de är. Namn och föreningar deltagarna tillhör har ersatts för att undvika att de kan spåras genom de detaljerna (Saunders m.fl., 2015; Vetenskapsrådet, 2002). Nyttjandekravet är det insamlade materialet som framkommit, materialet kommer endast användas i studien där enbart författarna och handledaren har tillgång till underlaget (Hassmén och Hassmén, 2008; Vetenskapsrådet, 2002).

### 3. Resultat

Den tematiska innehållsanalysen genererade slutligen fem teman. Dessa kommer att presenteras utifrån studiens frågeställningar med tillhörande underrubriker kopplat till de teman som framkom vid analysen.

#### 3.1 Föreningens roll inom antidopingarbetet

Under den första frågeställningen framkom ett tema, förening och antidoping.

##### 3.1.1 Förening och antidoping

Samtliga respondenter ser föreningens roll inom antidopingarbetet vagt, vissa säger att det möjligtvis kan finnas medan andra säger att det inte finns något antidopingarbete:

Det har inte varit på tal någonting i våran förening i alla fall heller om antidopingarbetet, absolut det är säkert inskrivet någonstans i stadgarn i föreningen sådär men det har aldrig varit, det visar absolut inget aktivt arbete i våran förening. – Erik

Inom ideella föreningar är tiden väldigt begränsad, oftast har tränarna fullt upp med att styra träningar och tävlingar. Respondenterna upplever att det som är viktigt och aktuellt utförs först och antidopingarbetet prioriteras därför inte. Alla respondenter utom en har aldrig upplevt problematik med doping och anser att det inte är ett problem inom deras sport:

Ja i mitt perspektiv är det första som dyker upp framför allt andra idrotter jag förknippar det med, framförallt individuella idrotter, får jag väl lite fördomsfullt säga. - Hampus

De flesta av respondenterna är eniga om att doping främst framkommer i individuella sporter, en idrott som nämndes var bland annat längdskidåkningen. En respondent ansåg sig vara härligt naiv i sin inställning till vilka idrottare som brukar dopingpreparat. Däremot är det några av respondenterna som berättat att det pågår förändringar i klubben för att ta fram en tydligare policy gällande dessa frågor. En av föreningarna hade en plan om dopingfall skulle uppstå, dock var majoriteten av respondenterna osäkra över vart dem skulle vända sig om något skulle hända. Dem flesta säger att de skulle vända sig till styrelsen, däremot finns ingen färdig plan. Några av tränarna hade en form av hjälpmedel där de hade en person i styrelsen som kunde kontaktas och

ansvarade för dessa frågor. Föreningarna som startat en process har inte kommit så långt just nu men arbetet fortsätter:

Inom föreningen har väl frågan uppdragas här i år när man sett över policyn i föreningen där det står typ en mening att man har nolltolerans mot droger men man utvecklar det inte så mycket mer, liksom hur man ser på det. Så det är ganska knapphändig fokus på det. – Hampus

Nästan alla respondenter berättade att det inte fanns någon exakt antidopingplan men att det stod i policyn att det var förbjudet att använda dopingpreparat och droger som då skulle leda till avstängning. Tränarna uppfattar att de inte har tillgång till verktyg genom föreningen som skulle kunna vara med och förhindra och hjälpa till i arbetet.

Sammanfattningsvis är majoriteten överens om att arbetet är vagt i förening och antidoping planer saknas eller är under konstruktion. Med begränsad tid för antidopingarbete ser majoriteten inte detta som en prioritering då de anser sin sport som fri från doping.

## 3.2 Tränarens roll som förmedlare av värderingar kring prestation och doping

Under den andra frågeställningen framkom tre teman, social miljö, kroppsnormer och prestation samt attityder och värderingar.

### 3.2.1 Social miljö

Alla respondenter var eniga om att föräldraskapet hade en stor betydelse för ungdomarnas grundvärderingar. Genom att ungdomarna har fått en bra uppväxt där de fått moralen att doping är dåligt kan det minska risken att börja. En av respondenterna nämnde att föräldrar skyller på skolan vid dåliga förhållanden och där ansåg en av de intervjuade att samhället har tappat det lite grann. Respondenten anser att det är föräldrarnas ansvar att fostra sitt/sina barn och vara närvarande. Kompisar och umgänge påstods också vara en viktig del. Det är viktigt att dem inte hamnar fel i samhället, en av respondenterna pratade om att sporten är bra på så vis att det inte lika lätt kan hamna fel då sporten tar upp tiden. En av tränarna beskriver att gruppsycket kan ha en stor inverkan på ungdomarna gällande valet att använda sig av olika preparat. Han menar på

att ungdomar kan formas genom att utsättas för en grupp där doping är accepterat och finns tillgängligt:

Dem som är harmoniska, glada, friska, krya, skrattar och ler det är ju inte där jag tror doping finns utan de är dem som är ensamma, utanför, som inte har föräldrar, som inte känner att dem presterar på den nivån dem hade önskat de är ju där riskgruppen finns och det är ju där jag tänker att där finns dem kloka tränare finns och fångar upp i sammanhang och förebygger och liksom hjälper. – Jonas

Majoriteten av respondenterna tyckte att skolan bör ta större ansvar i dopingfrågor, dock var det samtidigt väldigt öppna med att de skulle vilja skapa ett samarbete tillsammans. En av deltagarna pratade om att skolor har tillgång till något som heter EFFEKT vilket är ett arbete med föreläsningar om alkohol, tobak och droger. Det var också lite tankar över hur lätt det egentligen är att få tag på droger och doping:

Men nu är det bara att hitta rätt person på snapchat så har man det samma dag säkert. Det är lite läskigt på det sättet. – Elias

De som tog upp detta ansåg att det var väldigt enkelt. Vill man ha dopingpreparat så trodde några av de intervjuade att genom ett samtal eller en snapchat kan det inom en timme ha preparatet i handen. Något annat som kom upp var ADHD:

Jag har varit på något informationsmöte i skolan, å det blir ju vanligare och vanligare att dem med ADHD mediciner säljer till kompisarna. - Erik

De som är diagnostiserade med ADHD har tillgång till mediciner som är dopingklassade om det inte finns ett recept. En av tränarna sa att det säkert finns föräldrar som nästan skulle kunna göra vad som helst för att deras barn skulle bli bäst och lyckas inom idrotten.

Det som framkom är att föräldrarna har en viktig del i skapandet av grundvärderingarna hos ungdomarna. Det är också viktigt att ungdomarna får hjälp att inte hamna i fel umgänge och även se över hur lätt det är att få tag på olagliga preparat i dagens samhälle. Något alla var överens om var att ett samarbete med skolan eller att skolan aktivt jobbar med doping skulle kunna ses som en viktig del i antidopingarbetet.

### 3.2.2 Kroppsnormer och prestationer

Något som framkom hos majoriteten av intervjupersonerna var att kroppsnormer inte diskuteras i stor utsträckning. Ungdomarna befinner sig i åldern där de börjar bli mer allvar och uttagningar till distriktslag eller bli flyttade till större klubbar börjar komma kan det bli en helt ny press. För att ungdomarna ska klara av de högre kraven behöver dem lägga på sig muskler och bli starkare vilket kan leda till prestationsångest berättade en tränare. Det är viktigt för ungdomarna att vara vältränade utifrån prestationsperspektiv, de har inte visat någon tendens till att det handlar om kroppsfixering berättar en respondent:

Det märks framförallt på dom här som nu börjar bli 14,15,16 att det blir viktigare för dem att vara vältränade utifrån en prestations aspekt, upplever inte att i det här fallet i våran grupp har så mycket med utseendet att göra utan mer prestationen, man upplever att man måste vara vältränad för att kunna prestera helt enkelt. - Hampus

När kraven blir så pass höga kan det vara en enkel väg att använda doping för att snabbare nå målen säger en respondent. En annan av tränarna berättade att han förstod varför ungdomarna kan börja med doping även om han var helt emot det:

Det är ju lite jobbigt för mig då som har levt och vuxit upp i breddverksamhet men i min nya förening som är elitverksamhet där behöver man ha den tydligheten. Det är ett annat norm tänk det ställs högre krav mellan spelarna. – Jonas

Han menade på att ungdomarna som hade höga mål och ambitioner som tränade mycket utan att de fick den förändringen de ville. Det som då blir svårt som tränare är att säga träna mer eftersom ungdomen i fråga redan tränar tillräckligt mycket, då är det inte helt otänkbart att doping skulle kunna vara intressant. Eftersom ungdomarna fortfarande växer togs det upp att de kan skilja väldigt mycket på dem hur långt de kommit i utvecklingen, en av intervjupersonerna berättade att de hade vissa i laget som var väldigt stora och muskulösa medan andra fortfarande var väldigt små vilket gav olika fysiska förutsättningar:

Sen är det ju så att vi har killar i vårt lag som kommit jättelångt i sin utveckling och vissa som knappt kommit in i puberteten nästan faktiskt även fast det är så gamla. - Elias

Detta trodde vissa av tränarna kunde vara något som kunde bli påfrestande. En respondent berättade att det haft ett fall där en spelare blivit retad över att hen varit för smal. Det tränaren gjorde då var att kontakta vårdnadshavaren till ungdomen som varit elak, därefter löste sig problemet och inget liknande har hänt sedan dess.

Det som visas är att kroppsnormer ur samhällsperspektiv inte är något som diskuteras. Däremot är det viktigt att ha en vältränad kropp då de ställs högre krav på ungdomarna i denna ålder. Det som kan ses som problematiskt är att ungdomarna kommit olika långt i utvecklingen och de fysiska förutsättningarna skiljer sig mellan ungdomarna, detta är något som respondenterna tar upp som en ingång till brukandet av doping.

### **3.2.3 Attityder och värdering**

Som tränare kommer ett ansvar då det kan ha stort inflytande och möjlighet att influera sina idrottare:

En spelare träffar ju en tränare väldigt mycket och vissa kan ju se mig som en förebild. Så det är otroligt viktigt att visa vad jag tycker, vad jag känner och hur jag är som människa för många tar ju efter. – Max

Majoriteten var övertygade om att de skulle säga att det ansåg sig själva som förebilder till ungdomarna. Eftersom det har möjlighet att influera ansåg tränarna att dem bör tänka på hur de pratar och beter sig runt spelarna för att ge ett positivt intryck och påverkan. En respondent berättade att attityden mot doping var viktig att få in som en kultur i föreningen. Han menade på att hans attityd inte spelade en alltför stor roll, när han försvinner från föreningen måste attityden fortfarande finnas kvar för att arbetet ska fortsätta fungera. Doping ansågs inte acceptabelt:

Det är en enkel fråga, jag motiverar mitt svar även enkelt. Tänker som såhär, det går ju emot vårt policydokument det betyder att skulle de ske så skulle jag ta spelaren åt sidan och tala om för spelaren vad som gäller och kan hon/han inte förhålla sig till det så platsar hon/han inte i laget. - Jonas

Vid en av intervjufrågorna var alla tränare tydliga, skulle de komma in en ny spelare med en positiv syn på doping som sedan pratar positivt om doping till övriga spelare är den spelaren inte välkommen i klubben om inte spelaren är redo att ändra sin attityd. Respondenterna var eniga om att doping var fusk och oacceptabelt. Tränarna var

beredda att ge alla en chans oavsett och inte enbart slänga ut spelaren direkt, en av respondenterna berättade att spelaren i fråga kanske inte mår bra och behöver därför stöttning och hjälp. Majoriteten av respondenterna var också tydliga med att det var viktigt att prata med sina spelare och vårdnadshavare i tidigt stadium om något händer. En annan fråga som många av respondenterna blivit tillfrågad om är kosttillskott. Ingen av de som fått frågan besvarade spelarna med att det var tillåtet, i stället valde de att själva leta upp information om preparatet för att få kunskap om vad det är. De intervjuade uppmanade inte sina spelare att använda sig utav detta och det gäller att vara försiktig:

När det gäller kosttillskott så är vi ruggigt tydliga mot ungdomarna att det som står på burken stämmer inte alltid utan det är det måste va otroligt checkat om man ska använda det sen så behovet finns inte för det så det är vi ganska tydliga med. - Simon

Även om kosttillskott säljs på vanliga butiker ansåg respondenterna att det är viktigt att vara försiktig eftersom de kan vara svårt att veta vad som finns i innehållet. I stället riktar det in sig mer på kosten som alla intervjupersoner ser som en viktig del i idrotten och lägger stor tyngd på:

Va otroligt försiktig med kosttillskott även om det är lagligt och finns att köpa i vanliga butiker, man klarar sig rätt bra med vanlig mat med rätt näringsinnehåll. - Elias

Respondenterna var tydliga med att lära spelarna äta rätt och hur kroppen fungerar. Något som även nämndes var ordet lagom, det går inte att vara för muskulös då det fysiska förutsättningar för att klara av sporten kan bli påverkad. Detta kan vara ett sätt att få idrottarna att välja den vägen istället för att ta till doping.

Sammanfattningsvis ser sig respondenterna som förebilder och därför är det viktigt hur de agerar inför ungdomarna. Respondenternas attityder till doping var att det är otillåtet. I stället arbetade respondenterna med kost som en viktig aspekt och rekommenderade inte kosttillskott.

### 3.3 Påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrotten

Under frågeställning tre framkom ett tema, utbildning och kunskap.

### 3.3.1 Utbildning och kunskap

Alla respondenter kände sig väldigt osäkra inom ämnet doping och att det saknade både kunskap och utbildning. En av respondenterna hade tidigare erfarenhet inom dopingarbete dock ansåg han sig inte ha på koll vad som brukas idag. Majoriteten av tränarna hade aldrig gått en utbildning inom antidoping, många berättade även att det knappt fått någon information om detta under sina tränarutbildningar som genomförs via Specialidrottsförbunden kopplat till respektive sport. Vid något tillfälle hade det snabbt kommit in och pratat om doping under utbildningarna. De flesta tränare hade inte ens tänkt på antidopingutbildningar då det varit andra saker som tagit deras tid. Något som majoriteten hade önskat att det fått lära sig under en antidopingutbildning var att få kunskap hur de kan upptäcka om någon spelare använder doping. Att det var lite information om doping blev tydligt:

Jag kan tycka att de organisationer som jobbar med antidoping kanske skulle behöva stappa upp lite mer, visa framfötterna lite mer och komma ut till föreningarna, ha lite monstrar, informationsblad, lämna ut lite enkla grejer. Kanske lite mera större ansvarstagande att synas, höras och påverka från dem organisationerna. – Jonas

Respondenterna var eniga om att deras förbund inte visat att det fanns något arbete, dock skulle dem flesta ändå tänka sig att kontakta RF-SISU om de skulle behöva stöd inom dopingfrågor. Vad gäller hjälpmedel kopplat till doping som erbjuds till tränare upplever majoriteten att det är stor brist på sådant. När vi kom in på olika instanser som arbetar med antidoping blev majoriteten väldigt fundersamma och berättade att de inte hade så bra koll på dessa. De vanligaste som nämndes var deras eget förbund.

Sammanfattningsvis var det viktigaste att tränarna beskriver hur kunskapen och utbildning saknas och att de inte gått någon antidopingutbildning eller fått tillräckligt med information om detta i sin tränarutbildning. Något som majoriteten önskade var att lära sig se signalerna om en spelare använder sig av doping.



## 4. Diskussion

Studiens syfte var att utforska tränares syn på och attityder till doping och antidopingarbete inom ungdomsidrott. Här nedan kommer studiens resultat att diskuteras kring tidigare forskning och besvaras enligt de tre frågeställningar som studien är byggd på: hur uppfattar tränare föreningens roll inom antidopingarbetet? hur ser tränare på sin roll som förmedlare av värderingar kring normer, kroppsnormer, prestation och doping? och hur anser tränare att de kan påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrotten? De fem teman som framkom vid analysen var: förening och antidoping som kopplas till frågeställning ett. Temana social miljö, kroppsnormer och prestation, attityder och värderingar som kopplas till frågeställning två. Temat utbildning och kunskap kopplas till frågeställning tre.

### 4.1 Resultatdiskussion

#### 4.1.1 Föreningens roll inom antidopingarbetet

Det flesta av författarnas respondenter uppgav att deras förening inte är drabbad av doping och därför finns inte något aktivt arbete inom föreningarna. Däremot var majoriteten av respondenterna övertygade om att ett sådant arbete skulle prioriteras om det i framtiden skulle bli nödvändigt. Detta skulle kunna ses som att skjuta problemet framför sig istället för att ta tag i det direkt för att undvika dopingfall i framtiden. Detta överensstämmer med tidigare forskning som beskriver hur förebyggandet av doping bör bedrivas och hur viktigt det är att kunskapen sprids (Folkhälsomyndigheten, 2022). Allen m.fl. (2017) visar på att tidigare forskning kring föreningar och tränare inte engagerar sig i antidopingarbete om det inte finns ett tydligt problem, då många anser att doping inte förekommer i deras förening. Om det skulle bli aktuellt visar Allen m.fl (2017) att förening och tränare är villiga att starta ett arbete.

Majoriteten av de intervjuade upplevde föreningens roll inom antidopingarbetet näst intill obefintlig. Ändå menar dem på att det är viktigt att samtala om ämnet och belysa vikten av dess negativa hälsoeffekter, dock anser de sig inte ha tillräcklig kunskap vilket kan bero på dålig kommunikationen mellan föreningen och tränarna. Författarna ser alltså att avsaknaden av kunskap kring ämnet doping och dess problematik stödjer vad tidigare forskning kommit fram till (Engelberg, m.fl., 2016; Barnes, m.fl., 2022; Riksidrottsförbundet, 2022b). Vilket kan bero på att ideella föreningar har fullt upp med

att planera träningar, tävlingar och att det är ovetandes om hur vanligt förekommande doping är.

#### **4.1.2 Tränarnas roll som förmedlare av värderingar, prestation och doping**

Alla intervjupersoner var överens om att doping var fusk och förödande för idrotten. Idrotten ska utövas på samma villkor. Vi ser att WADAS arbete om idrott i en ren miljö har haft inflytande på tränarna, eftersom många hade svårt att namnge antidopingorganisationer kanske det inte är medvetet dock fanns tanken där. Något som bör tas i beaktning är att tränare påverkas av normerna i samhället där doping är något som inte ska diskuteras ur ett positivt perspektiv, detta kan således resultera i att tränarna innerst inne inte vågar bryta mot denna norm (Engelberg m.fl., 2016).

Tränarna såg sig som förebilder och som hade ett stort ansvar att lära ungdomarna rätt och fel, de ansåg också att de förmedlar attityder och normer. Att föräldrarna hade en viktig roll var tränarna noga med att förklara och grundvärderingarna hemifrån var viktiga. Föräldrar har visat sig ha en betydande roll vilket tränarna har antytt. Som Crozier m.fl. (2022) beskrivit så har fler personer i omgivningen ett inflytande i skapandet av normer och värderingar där tränarna och föräldrarna har en central roll. Attityderna formas hos ungdomarna i 12–18 årsåldern och tidigare forskning tyder på att risken för doping användande ökar då (Kristensen m.fl., 2022). Eftersom ungdomarna i denna studie befinner sig i denna ålder är det extra viktigt att tydliggöra normer och värderingar. Vi ser att tränarna inte uppmanar sina ungdomar till användande av kosttillskott och förklarar att de är svårt att veta vad det innehåller. I studien av Erickson m.fl. (2015) beskriver de att intag av kosttillskott kan ge en ökad risk för senare användning av dopingpreparat.

Tränarnas inställning och attityd gällande doping är att de är totalt förbjudet, de fokuserar i stället på kosten då den är en viktig del i idrottandet. Detta är något som Antidoping Sverige (2022) vill uppnå, att sporten ska utföras rent. Att ha normer i ett lag är viktigt för att det ska fungera. Tidigare forskning visar på att människor anpassar sig oftast till normerna som finns i gruppen för att inte hamna i utanförskapet (Crozier m.fl., 2022). Eftersom tränarna säger att dem markerar direkt skapas en norm som spelarna kan formas in i där doping inte är tillåtet. Det är delade meningar mellan en tidigare studie av Engelberg m.fl., (2016) och denna studies resultat. I Engelberg m.fl.,

(2016) framkom det att tränare väljer att undvika från dopingämnet och respondenterna i denna studie var väldigt tydlig med att det är viktigt att ta upp ämnet om det kommer på tal.

Tidigare forskning kring kroppsnormer belyser olika faktorer som kan vara en inkörningsport mot doping användande (Erickson m.fl., 2015). En av respondenterna nämnde även att alla spelarna har olika fysiska förutsättningar eftersom ungdomarna är i en ålder där de sakta börjar övergå till att bli vuxna och kroppen utvecklas därav olika. Det här kan ha en stor påverkan hos ungdomarna då vissa är mindre och andra större och starkare. Detta belyser det som Mickelson, (2009) nämner, att tankarna kring kroppen samt utseendet är mer centralt i ungdomarnas liv i dagens samhälle och är något som kan påverka dem. Något som Bahrke m.fl., (2000) nämner är att dålig kroppsuppfattning kan vara en bidragande faktor till att börja bruka dopingpreparat, viljan att bli bättre och starkare kan ha en betydande roll. Vi ser alltså att de fysiska förutsättningarna hos ungdomarna kan vara en inkörningsport till doping då det kan vara förknippade med varandra. Respondenterna i denna studie berättade att det inte är själva utseendet som är viktigt för ungdomarna, istället hamnar fokus på prestationen. Erickson m.fl., (2015) nämner att viljan att prestera kan kopplas till doping och även förändring av utseende. Utifrån denna studies resultat verkar det som att prestationen väger tyngre än utseende. Dock kan prestationen kopplas ihop med utseende då en respondent tog upp fallet där en spelare blivit retad för sitt utseende. Detta visar på att det finns en form av kroppsnorm att inte vara för smal. Intervjupersonerna pratade om att det var viktigt att berätta hur kroppen fungerar och att det är viktigt att vara lagom tränad för att kunna utöva sporten. Tidigare forskning pekar på att doping användande kan triggas av tränare och viljan att imponera på dem (Erickson m.fl., 2015). Eftersom respondenterna i denna studie valde att diskutera kroppen sunt och även markera att doping inte är tillåtet skulle det kunna minska risken för att ungdomarna börjar bruka preparat för att prestera och imponera på sina tränare.

#### **4.1.3 Påverka och utveckla antidopingarbetet inom ungdomsidrott**

Något som samtliga respondenter var eniga om var att doping är skadligt för kroppen och är förbjudet. För att kunna påverka och utveckla föreningens antidopingarbete ansåg respondenterna att frågan skulle behöva lyftas i olika forum och skapa dialoger med ungdomarna för att ge dem rätt vägledning i livet. Föreningen, RF och

specialidrottsförbunden behöver bli bättre på att ta ställningstagande, ta ansvar över dessa frågor och skapa en fungerande kommunikation. Där värderingar och utbildningar är tydliga och tillgängliga. Respondenterna menar på att de sällan pratar om doping dels för de inte tror att deras förening är drabbad och på grund av okunskap kring ämnet. Det författarna ser är att tidigare forskning pekar på att det kan finnas en rädsla över vad utfallet kan bli om utbildningar skulle utföras, detta kan överensstämma med tidigare forskning (Barkoukis m.fl., 2019). Dock anser alla de intervjuade att utbildningar inom doping är viktigt.

Majoriteten av respondenterna tog upp sina specialförbund. För att kunna utvecklas behövs det stöd från RF och andra förbund. Specialförbunden och RF samarbetar med antidoping sverige och erbjuder former av utbildningar så som vaccinera klubben och ren vinnare (Antidoping Sverige, 2022). Respondenterna nämnde inget om dessa utbildningar vid frågorna kopplade till ämnet. Anledningen att respondenterna inte vetat om detta kanske kan bero på dålig kommunikation från förbunden samtidigt som tränarna inte visat ett tillräckligt starkt intresse för att söka upp vad som erbjuds. Möjligtvis skulle det kunna finnas en koppling till inställningen att det inte förekommer doping inom deras sport. Som Patterson och Backhouse (2018) visar på är att det krävs stöd från högre instanser för att tränare ska få en ökad motivation för att kunna bedriva arbetet. Majoriteten av intervjupersonerna ansåg att det krävs ett samarbete mellan föreningen och förbunden för att stärka arbetet inom antidoping.

## 4.2 Metoddiskussion

Den valda designen för denna studie blev en kvalitativ metod med semistrukturerade intervjuer. Designen valdes efter uppbyggnaden av syfte och frågeställningar för att dels få ut bredare och en mer detaljrikare information och även strävan efter hög tillförlitlighet (Kallio m.fl., 2016). Skulle en kvantitativ metod genomföras hade det blivit svårt att få djupare och bredare svar från respondenterna, då den typ av metod inte genererar det svaren som vi ville uppnå med studien därav föll valet på den kvalitativa metoden (Hassmén och Hassmén, 2008).

De intervjuade som valdes blev ur ett ändamålsenligt urval och ett snöbollsurval. Det valda urvalet föll sig naturligt hos författarna då de intervjuade besatt kompetens inom det valda ämnet (Denscombe, 2010; Campbell m.fl., 2020; Gratton & Jones, 2010;

Farrugia, 2019), urvalet gav författarna bred och rikligt med information. Något som kan ha varit en svaghet i studien är att de respondenter som deltog i studien enbart bestod av män. Eftersom författarna riktade in sig på lagidrott hade det varit intressant att även väva in individuella idrotter, för att få ännu bredare inblick i synen på och attityder till doping och antidopingarbete. Detta hade möjligtvis kunnat påverka utfallet på resultatet.

Utifrån studiens metod och urval anses tillförlitligheten vara god av den anledningen att respondenterna arbetade som tränare för ungdomslag och följde de inkluderingskriterier som författarna hade. Informationen som respondenterna uppgav anses därav som tillförlitlig (Bryman, 2018; FitzPatrick, 2019). Något som kan ses som en styrka i arbetet är att det utfördes två pilotstudier innan påbörjad intervju, för att på bästa sätt kunna få till en så bra intervjuguide som möjligt (Denscombe, 2010). Då studien innehåller få respondenter kan de ses som en svaghet i överförbarheten. Det kan vara svårt och veta om deltagarna är representativa för studien då de är få och därför anses överförbarheten vara vag. Författarna har tagit del av de intervjuades infallsvinklar dock kan författarna inte veta om respondenterna talat sanning. Något som visade sig svårt var att hitta lag som inte var i blandade åldrar. Vissa lag hade spelare som var både yngre och äldre. Detta kan ha påverkat resultatet och dess infallsvinklar då respondenterna kan ha haft i åtanke i sina svar att det beror på åldern (Bryman, 2018).

Intervjuerna varade mellan 25 - 45 minuter och genomfördes både live och via zoom/teams. Dessa 2 tillvägagångssätt har olika fördelar. Zoom/teams är ett verktyg som kan användas vart som helst, vilket är väl användbart då författarna och respondenterna kan anpassa sig på ett helt annat sätt. Verktöget har tillgång till ljud och bild vilket gav författarna att lättare kunna se uttryck och analysera respondenternas kroppsspråk. Fyra av fem respondenter via zoom/teams använde sig utav bildupptagning. Den femte respondenten valde att inte visa sig via bild. Detta kan ses som en svaghet då det blev svårt för författarna att läsa av sinnesintryck och kroppsspråk. Den sjätte respondenten valde att utföra intervjun live på Högskolan i Gävle, detta tillvägagångssätt kräver mer anpassning och planering. Dock var det lättare att läsa av respondentens kroppsspråk och uttryck då hela respondenten syns och inte enbart överkroppen som syns vid zoom/teams intervjuer.

Analysmetoden som användes var en tematisk innehållsanalys där författarna stegvis genomförde databearbetningen som Braun och Clarke (2006) framställt. Kodning och teman var inte förutbestämt innan påbörjad analys vilket ses som en styrka då den insamlade empirin och kodningen gjorde det lättare att få en helhetsbild av datainsamlingen. Detta gjorde även att kategoriseringen av teman blev lättare att finna för att få en djupare förståelse för vad analysen belyste. För att skapa ytterligare tydlighet färgkodade författarna svaren från respondenterna med respektive färg för att lättare se vilket tema det tillhörde. Senare i analysen underlättade färgkodningen när citat och resultatet skrevs, detta gjorde det enkelt gick att hitta de teman och citat som var sammankopplade. Den tematiska analysen är väldigt okomplicerad och flexibel då den passar in i många olika sammanhang i den kvalitativa forskningen. Därför ansågs denna analys vara lämplig till denna studie. Svagheten med tematisk analysen är att den kan bli för enkel och det kan ibland leda till feltolkningar i analysen. Det finns andra mer komplexa tillvägagångssätt som kräver mer detaljrikhet och kunskap (Braun och Clarke, 2006). Valet föll ändå på den tematiska analysen, då författarna kände att den var lämpligast utifrån det som skulle undersökas och tematiseringen genomfördes noggrant så att risken för att resultaten skulle ha påverkats är liten.

## 5. Framtida forskning

Respondenterna var eniga om att föreningens roll inom antidopingarbetet bör ses över, en ökad kommunikation mellan förening och tränare. Eftersom denna studie enbart är ur tränares perspektiv och deras inställning skulle det även vara intressant att se hur styrelsen i förening tänker och ser på ämnet om det finns skillnader i hur de tänker. Samtliga respondenter kände att de inte besatt någon vidare kunskap inom området. Därför finner författarna att framtida forskning bör undersöka hur högre instanser och ungdomsföreningar tillsammans arbetar med doping och antidoping. Hur arbetar de högre instanser för att få föreningar att bilda sig kunskap och utföra utbildningar. Det vore även intressant att undersöka ungdomarnas perspektiv, hur de ser på tränarna och vilken kunskap de har. Även om tränarna anser att de inte besitter kunskap och pratar om doping finns det stor tillgång till internet där det går att få fram information. Ungdomarna kan själva ha letat fram information och kanske sitter på mer kunskap än vad tränarna tror.

I studien har endast lagidrotter undersökts, därför borde en studie på individuella idrotter också genomföras. De flesta av respondenterna i denna studie hade som inställning att det är i individuella sporter som doping främst framkom. Det hade varit intressant att utföra en undersökning för att se om det finns någon skillnad mellan lagidrotten och den individuella idrotten vad gäller kunskap och attityder till antidopingarbetet. Något annat som hade varit intressant att forska vidare på är att jämföra ideella och elitsatsande föreningar då en av respondenterna uppgav att det är stor skillnad mellan dessa. Alla respondenter i studien var män och tränade främst pojkar. Det skulle i framtiden vara intressant att få en större variation där även kvinnliga tränare och flicklag undersöktes för att se om kropps normerna skiljer sig mellan de olika könen.

## 6. Slutsats

Denna studie indikerar på att tränare inte uppfattar föreningens roll som drivande i antidopingarbete. Tränarna var öppna till att vilja utveckla och påverka antidopingarbetet inom föreningen. Dock ansåg majoriteten att föreningen och högre instanser bör hjälpa till och bistå med vägledning samt utbildningar. Detta skulle kunna ses som en undanflykt och att det är lätt att lägga arbetet på andra istället för att ta reda på information själv. Tränarna anser att de saknar tillräckligt med hjälpmedel hur ett antidopingarbete ska genomföras och hur de ska agera om dopingfall skulle uppstå. Detta kan bero på den tidsbrist som respondenterna beskriver samt tanken på att doping inte är aktuellt inom sporten och även okunskapen kring ämnet. Några av föreningarna är i uppstarten av en form av antidopingarbete. Det som möjligtvis skulle kunna göras är att få in mer doping i tränar utbildningarna och framförallt belysa de olika utbildningar som finns att tillgå hos exempelvis Antidoping Sverige eftersom tränarna inte vet om att det finns. Tränarna har som inställning att doping inte är acceptabelt, de är med och formar ungdomars värderingar tillsammans med vårdnadshavarna och kan på så vis påverka ungdomarna att avstå doping och bibehålla en bra kroppsutfattning. Det här skulle kunna visa på att tränarnas attityder och inställningar har en stor betydelse för ungdomarnas bildande av värderingar och kroppsnormer. Kroppsnormer pratas det lite om, i stället handlar det om en vältränad kropp ur ett prestationsperspektiv då nivån ökar och en stark kropp behövs. Tränarna pratade till viss del med ungdomarna om detta och belyste sömn, kost och lagom mycket träning som det viktigaste. Utifrån det tränarna berättar kan de ses som viktigt att tränarna fortsätter pratar med ungdomarna om vad som är en sund vältränad kropp för att undvika eventuell dopingproblematik.



## 7. Referenser

Allen, J. B., Morris, R., Dimeo, P., & Robinson, L. (2017). Precipitating or prohibiting factor: Coaches' perceptions of their role and actions in anti-doping. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 12(5), 577-587–587.

<https://doi.org/10.1177/1747954117727653>

Antidoping Sverige. (2021). *Förbundsbeställd dopingkontroll*.

<https://www.antidoping.se/Kontrollverksamhet/Dopingkontroller/forbundsbestallddopingkontroll/>

Antidoping Sverige. (9 september 2022). *Utbildning*.

<https://www.antidoping.se/utbildningfakta/Utbildning/>

Aubel, O., Lefèvre, B., Le Goff, J.-M., & Taverna, N. (2018). Doping risk and career turning points in male elite road cycling (2005-2016). *Journal of Science & Medicine in Sport*, 21(10), 994–998. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.03.003>

Bahrke, M. S., Yesalis, C. E., Kopstein, A. N., & Stephens, J. A. (2000). Risk factors associated with anabolic-androgenic steroid use among adolescents. *Sports medicine (Auckland, N.Z.)*, 29(6), 397–405. <https://doi.org/10.2165/00007256-200029060-00003>

Barkoukis, V., Brooke, L., Ntoumanis, N., Smith, B., & Gucciardi, D. F. (2019). The role of the athletes' entourage on attitudes to doping. *Journal of Sports Sciences*, 37(21), 2483–2491. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1643648>

Barnes, L. T., Patterson, L. B., & Backhouse, S. H. (2022). A systematic review of research into coach perspectives and behaviours regarding doping and anti-doping. *Psychology of Sport & Exercise*, 59. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101780>

Baumbusch, J. (2010). Semi-structured interviewing in practice-close research. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 15(3), 255-258–258.

<https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2010.00243.x>

Braun, V. ( 1,3 ), & Clarke, V. ( 2 ). (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101–101.

<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (Tredje upplagan). Stockholm: Liber.

Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652–661.

<https://doi.org/10.1177/1744987120927206>

Cléret, L. (2011). The role of anti-doping education in delivering wada's mission. *International Journal of Sport Policy*, 3(2), 271-277–277.

<https://doi.org/10.1080/19406940.2011.577084>

Crozier, A. J., Carmichael, M. A., Townsend, J. R., Bingham, J. M., & Stenner, B. J. (2022). Norms in sport: a scoping review. *INTERNATIONAL REVIEW OF SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2051151>

Denscombe, M. (2010). *The good research guide [Elektronisk resurs] for small-scale social research projects*. (4th ed.) Maidenhead: Open University Press.

Engelberg, T. ( 1,2 ), & Moston, S. ( 2 ). (2016). Inside the locker room: a qualitative study of coaches' anti-doping knowledge, beliefs and attitudes. *Sport in Society*, 19(7), 942-956–956. <https://doi.org/10.1080/17430437.2015.1096244>

Erickson, K., McKenna, J., & Backhouse, S. H. (2015). A qualitative analysis of the factors that protect athletes against doping in sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 16(Part 2), 149–155. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.007>

Farrugia, B. (2019). WASP (Write a Scientific Paper): Sampling in qualitative research. *Early Human Development*, 133, 69–71.

<https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2019.03.016>

FitzPatrick, B. (2019). Validity in qualitative health education research. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 11(2), 211–217.

<https://doi.org/10.1016/j.cptl.2018.11.014>

Folkhälsomyndigheten. (24 februari 2022). *Förebyggande arbete mot dopning*.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/forebyggande-arbete-inom-andts/dopning/>

Gratton, C. & Jones, I. (2010). *Research methods for sports studies*. (2nd ed.) London: Routledge.

Hassmén, N. & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. (1. uppl.) Stockholm: SISU idrottsböcker.

Hoff, D. (2013). Dopning utanför idrotten – individualisering och muskulösa skönhetsideal: En studie av dopning i grundskola, gymnasium och på gym i Kalmar kommun. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 4, 1–24.

Kallio, H., Pietilä, A., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of Advanced Nursing (John Wiley & Sons, Inc.)*, 72(12), 2954–2965. <https://doi.org/10.1111/jan.13031>

Kirby, K., Moran, A., & Guerin, S. (2011). A qualitative analysis of the experiences of elite athletes who have admitted to doping for performance enhancement. *International Journal of Sport Policy*, 3(2), 205–224–224.

<https://doi.org/10.1080/19406940.2011.577081>

Kristensen, J. Å., Skilbred, A., Abrahamsen, F. E., Ommundsen, Y., & Loland, S. (2022). Performance-enhancing and health-compromising behaviors in youth sports: A systematic mixed-studies review. *Performance Enhancement & Health*, 10(4).

<https://doi.org/10.1016/j.peh.2022.100237>

Lucidi, F., Zelli, A., Mallia, L., Grano, C., Russo, P., & Violani, C. (2008). The social-cognitive mechanisms regulating adolescents' use of doping substances. *Journal of Sports Sciences*, 26(5), 447–456. <https://doi.org/10.1080/02640410701579370>

Mickelsson, K. (2009). *Dopningen i Sverige: en inventering av utbredning, konsekvenser och åtgärder*. (2. uppl.) Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Nicholls, A. R., Perry, J. L., Levy, A. R., Meir, R., Jones, L., Baghurst, T., Sanctuary, C., & Thompson, M. A. (2014). Coach perceptions of performance enhancement in adolescence: The sport drug control model for adolescent athletes. *Performance Enhancement & Health*, 3(2), 93–101. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2015.07.001>

Parrish, M. (2012). *Mänskligt beteende: perspektiv inom socialt arbete*. (1. uppl.) Malmö: Liber.

Patel, R. & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. (Femte upplagan). Lund: Studentlitteratur.

Patterson, L. B., & Backhouse, S. H. (2018). “An important cog in the wheel”, but not the driver: Coaches' perceptions of their role in doping prevention. *Psychology of Sport and Exercise*, 37, 117–127.

Petróczi, A., Heyes, A., Thrower, S. N., Martinelli, L. A., Backhouse, S. H., & Boardley, I. D. (2021). Understanding and building clean(er) sport together: Community-based participatory research with elite athletes and anti-doping organisations from five European countries. *Psychology of Sport & Exercise*, 55. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101932>

Riksdagen. (10 oktober 2019). *Förstärkt antidopningarbete*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/forstarkt-antidopningsarbete\\_H7022782](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/motion/forstarkt-antidopningsarbete_H7022782)

Saunders, B., Kitzinger, J., & Kitzinger, C. (2015). Anonymising interview data: challenges and compromise in practice. *Qualitative Research*, 15(5), 616–632.

<https://doi.org/10.1177/1468794114550439>

SFS 2003:460. *Om etikprovning av forskning som avser människor.*

[https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som\\_sfs-2003-460](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som_sfs-2003-460)

Shah, J., Janssen, E., Nézet, O. L., & Spilka, S. (2019). Doping among high school students: findings from the French ESPAD survey. *European Journal of Public Health*, 29(6), 1135–1140. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckz116>

Riksidrottsförbundet. (17 januari 2023). *Barn och ungdomsidrott*. <https://www.rf.se/rf-arbetar-med/barn--och-ungdomsidrott>

Riksidrottsförbundet. (u.å). *Riktlinjer för barn och ungdomsidrott* [Broschyr].

<https://www.rf.se/download/18.407871d3183abb2a6133d5/1665042792026/Riktlinjer%20barn-%20och%20ungdomsidrott.pdf>

Riksidrottsförbundet. (27 oktober 2022a). *Barn och ungdomsidrott*.

<https://www.rf.se/rf-arbetar-med/barn--och-ungdomsidrott>

Riksidrottsförbundet. (5 oktober 2022b). *Barn och ungdomsidrott*. <https://www.rf.se/rf-arbetar-med/barn--och-ungdomsidrott>

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk – samhällsvetenskaplig forskning* [Broschyr].

[https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska\\_principer\\_VR\\_2002.pdf](https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska_principer_VR_2002.pdf)

World anti-doping agency. (2020). 2021-2025 Nado program strategy.

[https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/final\\_nado\\_program\\_strategy\\_en.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/final_nado_program_strategy_en.pdf)

## Bilaga 1. Exempel på hur citat blev till koder och teman.

Citat från respondenterna	Koder från citat	Teman som blev av kodningen
<i>Smal och jag vet att dem har han har haft det väldigt jobbigt ett tag alla säger att han är väldigt <b>smal och svag</b>. det har varit men då tog vi upp det i laget och prata om det och sen har det inte varit något mer prat om det.</i>	Smal och svag	Kroppsnormer och prestation
<i>Visst när du kommer upp till U 15 och U 16 så ska du också vinna men det är nog inte samma fokus på <b>prestationen</b> som i dem högre ligorna.</i>	Prestation	Kroppsnormer och prestation
<i>Dem här grabbarna i sådan här ung ålder så som är ju så har så otroligt olika <b>fysiska förutsättningar</b>. Ehm, i och med att alla inte kommit in i <b>puberteten</b> å så vidare.</i>	Fysiska förutsättningar och puberteten	Kroppsnormer och prestation
<i>Däremot är det ju ett hårdare klimat i föreningen där vi ju hör spelarna press på varandra på ett sätt vilket ju blir en lite underlig situation för <b>vi vill ju inte att någon ska känna sig ful, eller tjock eller överviktig</b>.</i>	Vill ju inte att någon och ful, tjock eller överviktig	Kroppsnormer och prestation

<p><i>När jag fått en förståelse så kommer jag ta reda på fakta och sen återkomma till spelaren. Jag kommer inte under några omständigheter att uppmuntra eller bejaka <b>fusk</b>.</i></p>	Fusk	Attityder och värderingar
<p><i>Jag tror mycket på att prata med ungdomarna generellt och på något sätt hänvisa till den <b>värdegrund</b> som finns.</i></p>	Värdegrund	Attityder och värderingar
<p><i>Vissa kan ju se mig som en <b>förebild</b>. Så det är otroligt viktigt att <b>visa vad jag tycker, vad jag känner och hur jag är som människa för många tar ju efter, inte alla men dem flesta.</b></i></p>	Förebild, visa vad jag tycker, känner och hur jag är som människa...	Attityder och värderingar