

Bentzen, M. & Engdahl-Høgåsen, L. (2025). «Én idrett – like muligheter»: en evigvarende utopisk visjon? I S. Loland & O. O. Sæle (Red.), *Å løpe en risiko: Etske refleksjoner om å lede praksis i kroppsøving, idrett og friluftsliv* (s. 327–354). Fagbokforlaget. DOI: <https://doi.org/10.55669/oa610713>

Kapittel 13

## **«Én idrett – like muligheter»: en evigvarende utopisk visjon?**

**Marte Bentzen og Linn Engdahl-Høgåsen**

**Sammendrag:** Imponerende 93 prosent av barn og unge deltar i organisert idrett i løpet av barne- og ungdomsårene i Norge. Nasjonale og internasjonale trender viser derimot at det samme tallet dessverre ikke er like høyt for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Lav deltakelse blant barn og unge med funksjonsnedsettelse gjelder både i organisert idrett og i fysisk aktivitet generelt. Disse skjevhetene i deltakelse er ikke noe nytt. Lavere deltakelse i idretten for mennesker med funksjonsnedsettelse er belyst både i nasjonal og internasjonal forskning, og strategier for å imøtekomme denne utfordringen har i flere tiår vært på agendaen til Norges Idrettsforbund. Resultatet så langt: vi får det ikke til. Det er et åpenbart dilemma at det viser seg vanskelig for norsk idrett å oppfylle sitt eget uttalte mål om en «Idrett for alle», som i sin forlengelse også er nedfelt i den nye parastrategien for norsk idrett for 2022–2027: «En idrett – like muligheter». Dette kapittelet bygger på funn fra en nylig publisert litteraturstudie som systematiserer tidligere forskning om deltakelse i organisert idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse. Når forskere har studert deltakelse i idrett, bruker de bevisst eller ubevisst ofte en medisinsk eller instrumentell forståelse av deltakelse der målet er å «kurere funksjonsnedsettelsen» (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023). I en slik forståelse blir idrettsdeltakelse for mennesker med funksjonsnedsettelse sett på som et middel for å oppnå både «normalitet» og «et godt liv». Å forstå idrettsdeltakelse i hovedsak som et middel for å oppnå noe annet medfører dilemmaer knyttet til å gi et likeverdig idrettstilbud til alle, i tillegg til at det påvirker måtene idrettsorganisasjoner, trenere og ledere jobber med og mot deltakelse for mennesker med funksjonsnedsettelse. I dette kapittelet skal vi diskutere de utfordringene den rådende forståelsen av deltakelse for mennesker med funksjonsnedsettelse medfører innen den organiserte idretten.

*Nøkkelord:* funksjonsnedsettelse, idrettsdeltakelse, barn og unge, inkludering, parastrategi, like muligheter, Norge

**Abstract:** An impressive 93 percent of children and adolescents in Norway participate in organized sport. This high participation rate sharply contrasts with the persistently lower levels of engagement in organized sport among their peers with disabilities. This disparity is neither new nor unique to the Norwegian context, but is consistently observed across national and international studies. Furthermore, the participation gap extends beyond organized sport to encompass leisure-time physical activity and physical education, thereby underscoring the enduring structural and cultural barriers that limit equitable access to physical activity for individuals with disabilities. Lower participation rates in organized sports for people with disabilities has been on the agenda of the Norwegian Olympic and Paralympic Committee and Confederation of Sports for several decades. The result so far: we are not able to fix it. It is an obvious dilemma that it is proving difficult for Norwegian sports to meet its own stated goal of «Sport for All», which by extension is also enshrined in the new para-strategy for Norwegian sports for 2022–2027: «One sport – equal opportunities». This chapter builds on findings from a recently published literature review that systematizes previous research on participation in organized sports for people with disabilities. When researchers have studied participation in sports, they often consciously or unconsciously use a medical or instrumental understanding of participation where the goal is to «cure the disability» (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023). In such an understanding, sports participation for people with disabilities is seen as a means to achieve both «normality» and «a good life». Understanding sports participation mainly as a means to achieve something else, entails dilemmas related to providing equal sports to all, in addition to affecting the ways in which sports organizations, coaches and leaders work with and for participation among people with disabilities. In this chapter, we will discuss the challenges that the prevailing understanding of participation for people with disabilities entails in organized sports.

*Keywords:* disability, sport participation, youth sports, parasport, inclusion

## Innledning

### **Deltakelse i organisert idrett – et skjevt fordelt gode**

Organisert idrett er en av de mest populære fritidsaktivitetene for barn og unge globalt (Aubert mfl., 2018). I Norge viser det seg at imponerende 93 prosent av barn og unge deltar i organisert idrett i løpet av barne- og ungdomsårene (Bakken, 2019). Deltakelse er knyttet til positive faktorer for barn og unge, slik som tilhørighet, vennskap, fysisk og psykisk helse, samt identitetsutvikling og skoleprestasjoner (Eime mfl., 2013; Wiium & Säfvenbom, 2019). Likevel har ikke alle barn og unge like tilganger til organisert idrett. Studier over tid viser at barn og unge med nedsatt funksjonsevne er mindre fysisk aktive sammenlignet med jevnaldrende uten funksjonsnedsettelse (Bloemen mfl., 2015; Shields & Synnot, 2016) og deltar sjeldnere i organisert idrett (Katsarova, 2021; NIF, 2022).

NIFs nøkkeltallsrapport fra 2022 og tidligere rapporter (Bakken, 2019; Barne- og likestillingsdepartementet, 2019) viser utfordringer med rekruttering og frafall, spesielt i ungdomstiden. Nær 20 prosent slutter før ungdomsskolen, mens 30 prosent slutter i løpet av ungdomsskolen, med størst frafall fra 9. trinn til første år på videregående (Bakken, 2017).

Barn og unge med funksjonsnedsettelse opplever ofte økende distanse til jevnaldrende i skole og fritid etter hvert som de blir eldre (Wendelborg, 2010) og deltar oftere i aktiviteter med foresatte enn med jevnaldrende, spesielt de med alvorlige funksjonsnedsettelse (Neter mfl., 2011; Tonkin mfl., 2014). Skjevhet i deltakelse har vært en vedvarende utfordring for norsk idrett, noe som historisk har preget NIFs strategier. I langtidsplanen 2023–2027, «Idretten vill!», slås det fast: «Norges idrettsforbund skal arbeide for at alle mennesker gis mulighet til å utøve idrett etter egne ønsker og behov, uten å bli utsatt for usaklig eller uforholdsmessig forskjellsbehandling» (NIF, 2023, s. 7). Den påfølgende visjonen er «Idretts glede for alle» (s. 7), en visjon som var identisk med visjonen i den forrige langtidsplanen for norsk idrett (2019–2023) (NIF, 2019). Verdien for langtidsplanen for 2019–2023 var «Leken, Ambisiøs, Ærlig, Inkluderende» (NIF, 2019, s. 8), og for 2023–2027 er de «Felleskap, Mestring, Ærlighet» (NIF, 2023, s. 10). Særlig utmerker verdien «Inkluderende» og «Felleskap» seg i arbeidet NIF gjør for idretten som en arena som skal tilpasses, være ivaretagende og inkluderende for alle. Ord som «trygghet, respekt, og tilhørighet» står sentralt i planene, og NIF skriver videre at det er «verdiene våre som gjør idretten unik!» (NIF, 2023, s. 10).

For å realisere disse målene trengs ny innsikt, kompetanse og konkrete tiltak for å imøtekomme barrierene mennesker med funksjonsnedsettelse opplever i organisert idrett (Rambøll, 2023). Det er derfor relevant å undersøke hvordan idrettsdeltakelse for denne gruppen er forsket på fordi det sier oss noe om hvilken kunnskap som deles knyttet til mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten. Dette kapittelet bygger på en nylig publisert litteraturstudie (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023) som systematiserer forskning med fokus på hvordan deltakelse i idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse er forstått og hvilke temaer relatert til deltakelse som har vært sentrale. Studien diskuterer metodiske funn og implikasjoner for videre forskning, men berører i mindre grad de praktiske implikasjonene disse funnene har for det fremtidige arbeidet i den organiserte idrettskonteksten, og da spesielt for å kunne nærme seg målet om en idrett for alle. Det er i særlig grad en tydeligere diskusjon om hva de ansvarlige som arbeider i den organiserte idretten kan gjøre for å nå dette målet som dette kapittelet vil ha fokus på.

Før vi kommer dit, er det behov for å løfte frem hva som kjennetegner paraidretten, og rette et blikk mot de varierende forståelsene av begrepet «deltakelse».

### **(Para)idrettens egenart og historiske utvikling**

Den paralympiske bevegelsen har vært avgjørende for utviklingen av paraidretten slik vi kjenner den i dag (Ferez mfl., 2020). En historisk milepæl for «sportifiseringen» av idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse var etableringen av den Internasjonale Paralympiske Komité (IPC) i 1989 med mål om å fungere som et globalt styringsorgan for den paralympiske bevegelsen (International Paralympic Committee, u.å.). Siden opprettelsen av IPC inntok konkurransepreget for alvor idrett for funksjonshemmede med økt fokus på treningsregimer, konkurranse og «individuelle forbedringer». Av nyere systematiske oversiktsartikler med fokus på idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse er det et økt fokus på prestasjon, (para)utøvere og klassifisering (Anderson, 2003; Liu mfl., 2022), og ikke kun rehabilitering av krigsrammede og attføring. Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse har altså endret seg i takt med historien og er etter hvert anerkjent som en prestasjonskultur med tydelige rammer og regler for trening og konkurranse (Legg & Steadward, 2013). Slik sett kan idrett for mennesker med

funksjonsnedsettelse innlemmes under de samme tre hovedkriteriene for organisert idrett som annen øvrig idrett: konkurranse, fysisk aktivitet og struktur underbygget av regler og rammer (Guttmann, 2004).

I 2017 ble benevnelsen «Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse» endret til betegnelsen «paraidrett» i Norge. Paraidrett er en samlebetegnelse for idrett for mennesker med bevegelseshemming, synshemming, utviklingshemming og hørselshemming. Begrepet paraidrett omfatter aktivitet på alle nivåer, fra bredde til topp. Para betyr «parallell» og «ved siden av», og viser til idrett som utøves parallelt og likeverdig med annen idrett.

I dag deles paraidretten ofte inn i integrerte og segregerte tilbud. Integrerte tilbud innebærer at mennesker med funksjonsnedsettelse deltar på lik linje med mennesker uten funksjonsnedsettelse, mens segregerte tilbud er særskilt tilrettelagt for mennesker med funksjonsnedsettelse. I nyere tid har det også kommet til en tredje kategori, såkalte omvendt-integrerte tilbud («reversed integration»). Omvendt-integrering er aktiviteter for mennesker med funksjonsnedsettelse der mennesker uten funksjonsnedsettelse inviteres inn med tilpasninger som likestiller dem fysisk med mennesker med funksjonsnedsettelse.

Et kort historisk blikk på framveksten av norsk paraidrett gir innsikt i sentrale trekk ved utviklingen slik vi kjenner paraidretten i dag. Den første sportsklubben for døve (tidligere benevnelse) ble stiftet i Norge i 1892, mens den første sportsklubben for synshemmede ble opprettet på 1940-tallet. Idrettsaktiviteter for dem som ble omtalt som «vanføre» ble arrangert på vanføre hjem og ved ulike spesialskoler av Norges Blindforbund og Norges Handikapforbund.

Generelt ble idrettsaktiviteter for mennesker med funksjonsnedsettelse på denne tiden tilrettelagt og organisert av spesialiserte organisasjoner eller forbund med særskilt kompetanse på visse typer funksjonsnedsettelse, altså gjennom segregerte tilbud og aktiviteter.

I 1959 fikk Norges Idrettsforbund, ved Norges Bedriftsidrettsforbund, ansvaret for organiseringen av idrett for funksjonshemmede innen NIF-organisasjonen. I årene som fulgte, pågikk det store diskusjoner innad i NIF og i idrettsstyret om de handicappedes (tidligere benevnelse) plass i idretten. Blant annet førte disse diskusjonene til at Norges Handicapidrettsforbund (NHIF) ble dannet i 1970, hvor idretten i stor grad foregikk frivillig og ble arrangert som segregerte tilbud av helsesport- og handicapidrettslag utover på 1970-tallet.

Det langsiktige målet for NHIF var at all idrettsaktivitet for funksjonshemmede skulle integreres som en del av den ordinære idretten i alle organisasjonsledd. Det skulle imidlertid ta om lag 20 år, til 1991, før NHIF vedtok denne endringen på idrettstinget. Videre vedtok idrettstinget i 1996 at idrett for funksjonshemmede skulle integreres i alle organisasjonsledd i NIF, noe som førte til opprettelsen av Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund (NFI) året etter, i 1997. Formålet for NFI var full integrering i særforbundene og derav også nedleggelse av NFI på sikt.

Integreringsprosessen kom som et ønske fra ulike organisasjoner som på den tiden arbeidet med mennesker med funksjonsnedsettelse og opplevde store utfordringer, for eksempel med organisering og rekruttering til handicap-idrettslagene. Samtidig var det også et politisk press for å få dette til, da flere integrerings- og likestillingsprosesser pågikk i samfunnet generelt. Det uttalte målet var at alle skulle ha like muligheter ut fra sine forutsetninger, geografi og befolkningspredning.

Integreringsprosessen var dermed i full gang, men utviklet seg også til å bli en langsom prosess. Først i 2007 hadde alle særforbund inkludert idrett for funksjonshemmede i sine organisasjoner, og NFI ble samme år oppløst. Flere evalueringsrapporter ble skrevet underveis i integreringsprosessen (Sørensen mfl., 1999; Sørensen mfl., 2003a, b, c, d, e), hvor konklusjonene pekte på at utfordringene for å nå målene for integreringsprosessen var manglende kompetanse knyttet til tilrettelegging for alle i idrettslagene, samt organisatoriske utfordringer i selve integreringsprosessen.

Videre viste konklusjonene positive effekter av integreringsprosessen, blant annet gjennom et økt tilbud av idretter å velge mellom. Utøvere med funksjonsnedsettelse opplevde dessuten økt bestemmelsesrett og kontroll over egen idrettsdeltakelse, ettersom idrettens hittil manglende tilpasning for mennesker med funksjonsnedsettelse endelig fikk plass i den sosiale debatten (Sørensen & Kahrs, 2006). Det er imidlertid viktig å understreke at de som opplevde mest selvbestemmelse og bedre muligheter for deltakelse, var mennesker med lav grad av funksjonsnedsettelse på konkurranse- eller toppnivå (Sørensen & Kahrs, 2006).

I løpet av de siste tiårene har det vært en stadig utvikling i integreringen i norsk idrett, både organisatorisk og økonomisk. Blant annet har spillemidler fra den norske pengespillmodellen ført til flere ansatte i både særforbund og idrettskretser, og det rapporteres om stor vilje i organisasjonene. Det er

vanskelig å tallfeste antall parautøvere på grunn av underrapportering i særforbundene, og fordi flere barn, unge og voksne med funksjonsnedsettelse deltar i integrerte tilbud der de telles som aktive medlemmer og ikke som parautøvere. Det er også utøverne selv som velger om de vil registrere at de har en funksjonsnedsettelse, og for mange er det ikke naturlig å gjøre dette. Nøkkeltallene fra NIF baserer seg derfor på det de selv kaller et «grovt anslag», og de siste tallene viser at det var 10 484 aktive medlemmer innen paraidrett i 2022 (NIF, 2022). For å se på utviklingen i antall aktive parautøvere rapporteres det en økning på 2,8 prosent fra 2016 til 2022, med en sterkere økning blant gutter og menn sammenlignet med jenter og kvinner.

I paraidrettsstrategien (NIF, 2022) vektlegges det at «for at mennesker med funksjonsnedsettelse skal oppleve glede ved idretten, er det både viktig at en skaper gode sosiale miljøer, og at trenere innehar kompetanse til at den enkelte kan oppleve mestring og utvikling» (NIF, 2022, s. 1). Samtidig har regjeringen gjennom idrettsstrategien «Sterkere tilbake – en mer inkluderende idrett» øremerket 30 millioner kroner for perioden 2022–2024 til et «krafttak for mangfold og inkludering». Ett av fire satsingspunkter i dette prosjektet er å styrke deltakelsen for mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten.

Til tross for økt politisk vilje og bevilgninger til paraidretten, viser evalueringer av paraidretten (Oslo Economics, 2020) at det fremdeles er betydelige utfordringer knyttet til å tilrettelegge idretten for alle. Det er et misforhold mellom hva som oppleves som nødvendige endringer på utøvernivå, i idrettsklubbene og idrettskretsene, og for de enkelte særforbundene, og hva som faktisk prioriteres politisk. Gode sosiale miljøer og kompetente trenere ser ut til å være viktige faktorer for varig deltakelse i idretten, og at: «Nøkkelen til suksess ligger i å gjennomføre tiltak som gir flere i målgruppen et ønske om å begynne med idrett, og en glede over å utøve idretten når de først er i gang» (s. 5, Oslo Economics, 2020). Selv om det er enighet om behovet for bedre tilbud, informasjon og mobilisering, tar endringene tid og krever harde prioriteringer i flere ledd.

Selv om det er bred enighet om at norsk idrett skal være inkluderende og tilgjengelig for alle, viser historien at det kontinuerlig må jobbes for å tette gapet mellom målsetninger og realiteten slik særforbund, idrettskretser, idrettslag, utøvere og trenere opplever den i hverdagen. Både i langtidsplanen for norsk idrett i perioden 2019–2023 (NIF, 2019) og i den nyeste paraidrettsstrategien for Norge for 2022–2027 (NIF, 2022), understrekes viktigheten av at «Norges idrettsforbund skal arbeide for at alle mennesker får mulighet til å utøve idrett etter egne ønsker

og behov, uten å bli utsatt for usaklig eller uforholdsmessig behandling». Samtidig kan målene og midlene som bevilges, også ses som et uttrykk for at vi i 2025 fortsatt ikke er i mål med visjonene for norsk idrett om en idrett som faktisk er tilgjengelig for alle, selv om dette har vært et uttalt mål siden integreringsprosessen startet i 1997. Derfor er det nødvendig å vende blikket mot forskningen for å få en dypere forståelse av hva deltakelse i paraidrett faktisk innebærer.

### **Hvordan blir deltakelse forstått, målt og diskutert i paraidrettsforskningen?**

Deltakelse har lenge vært studert som en sentral faktor for trivsel og livskvalitet, også for mennesker med funksjonsnedsettelse (Moeijes mfl., 2018). Deltakelse er anerkjent som et menneskerettslig prinsipp (FN, 2006) og har en sentral plass i idrettspolitikken og folkehelsearbeid. Likevel preges deltakelsesbegrepet av konseptuell tvetydighet og fagspesifikke tilnærminger (Dijkers, 2010). Innen rehabiliteringsfeltet har deltakelse ofte blitt forstått som individets evne til å gjenoppta «normale» livssituasjoner gjennom fysisk aktivitet (Cardol mfl., 2001). Denne forskningen har tradisjonelt hatt et mer naturvitenskapelig og medisinsk fokus.

I paraidrettsforskningen har ulike perspektiver vært fremtredende, avhengig av både fagtradisjon og forskningsspørsmål. Forskning med fokus på politikk og inkludering har for eksempel sett på deltakelse som en sosial rettighetskamp (Kiuppis, 2018; Marcellini, 2018; FN, 2006). Studier med et mer sosialpsykologisk perspektiv har vært opptatt av hvordan kontekstuelle faktorer samspiller med motivasjonen for deltakelse i fysisk aktivitet for mennesker med funksjonsnedsettelse (for eksempel Saebu & Sørensen, 2011). Disse ulike perspektivene har bidratt til varierende definisjoner og forståelser av hva deltakelse er og innebærer.

WHO sitt rammeverk International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) definerer deltakelse som «involvering i en livssituasjon» (WHO, 2001) og operasjonaliserer dette ut fra individets funksjon og aktivitetsnivå. Denne forståelsen har blitt kritisert for å være for ensidig opptatt av observerbare faktorer og for å overse den subjektive opplevelsen av deltakelse (Dean mfl., 2016; Ueda & Okawa, 2003). Rammeverket Family of Participation Related Constructs (fPRC) (Imms mfl., 2017) forsøker å bøte på dette ved å inkludere både fysisk tilstedeværelse – «oppmøte» – og den subjektive dimensjonen av tilstedeværelse – «involvering».

Det anses som viktig å inkludere begge dimensjonene for å oppnå en helhetlig forståelse av deltakelse: både innsikt i den faktiske deltakelsen (tilstedeværelsen) og hvordan denne tilstedeværelsen oppleves for individet (involvering), samt kunnskap om konteksten, altså samspillet mellom individet som deltar og omgivelsene der deltakelsen foregår. For å fange den subjektive opplevelsen av deltakelse hos individet, legges det vekt på både hvor involvert individet føler seg, og kvaliteten på denne involveringen mens hen er til stede i aktiviteten. Dette er avgjørende for å få bedre innsikt i hvordan man kan legge til rette for optimale deltakelsesopplevelser, også kalt kvalitetsdeltakelse (Martin Ginis mfl., 2017). Viktige aspekter ved kvalitetsdeltakelse er opplevelse av autonomi (selvbestemmelse), tilhørighet, engasjement, utfordring, mestring og mening.

Funn fra den systematiske litteraturstudien om deltakelse i paraidrett (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023) viste at av de 58 inkluderte fagfelle-vurderte studiene, ble deltakelse studert som tilstedeværelse eller oppmøte i 67 % av studiene. Kun 24 % av studiene målte den subjektive dimensjonen (involvering) av deltakelse, og 7 % målte både oppmøte-dimensjonen og utøvernes subjektive opplevelse av å delta. Flertallet av studiene forsto altså deltakelse som «å være der» og målte dette gjennom frekvens (hvor ofte), tilstedeværelse eller ikke (ja/nei), varighet av tilstedeværelse i aktiviteten, fullføring av en sesong eller kombinasjoner av disse.

Av de totalt 18 studiene (31 %) som undersøkte subjektive opplevelser av deltakelse, var 15 kvalitative og brukte intervjuer som datainnsamlingsmetode. Disse studiene satte søkelys på følelser knyttet til deltakelse, hvordan individene selv forsto begrepet deltakelse, og deres kroppslige erfaringer med å delta. Samlet sett viser disse resultatene at hovedfokuset har vært på tilstedeværelse, snarere enn på opplevelsen av deltakelse.

Videre undersøkte litteraturstudien hva deltakelse har blitt studert i relasjon til, og resultatene identifiserte to sentrale temaer: 1) Normalitet gjennom idrett og 2) «Det gode liv» gjennom idrett (se Figur 1). Under temaet «Normalitet gjennom idrett» har forskningen ofte en medisinsk eller funksjonell tilnærming, der idrett forstås som et verktøy for å forbedre generell fysisk funksjon eller prestasjon i idretten.

«Det gode liv»-perspektivet retter oppmerksomheten mot kvalitetsdimensjoner ved involvering, som autonomi, tilhørighet, utfordring, engasjement, mestring og mening, eller mot positive utfall som økt selvtilit, bedre livskvalitet, vennskap og fysisk helse.

Oppsummert viser disse funnene at både hvordan deltakelse hovedsakelig blir forstått, og hva deltakelse studeres i relasjon til, overordnet har en medisinsk eller instrumentalistisk tilnærming. Disse forståelsene av hva deltakelse i paraidrett innebærer, får reelle konsekvenser for idrettsdeltakelsen til mennesker med funksjonsnedsettelse. Særlig er disse – ofte implisitte – oppfatningene og forståelsene av deltakelse i paraidrett noe trenere og ledere blir påvirket av og må forholde seg til i sin praksis og kommunikasjon. Spenninger og etiske dilemmaer kan oppstå, og disse skal vi diskutere videre.

### Figur 13.1

*Hovedtemaer studert i relasjon til deltakelse i organisert idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse. Note: Tilpasset resultatfigur, Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023, s. 15.*



## Diskusjon

Hensikten med dette kapittelet er å utdype diskusjonen rundt sentrale funn fra en nylig systematisk litteraturstudie om deltakelse i organisert idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023). Med utgangspunkt i resultatene ønsker vi særlig å trekke fram tre dilemmaer som diskusjonspunkter: 1) at deltakelse forstås som «oppmøte», 2) at deltakelse forstås som et middel for å oppnå normalitet, og 3) at deltakelse forstås som et middel for å oppnå et bedre liv.

Diskusjonen vil hovedsakelig rette søkelyset mot hvordan disse tydelige dilemmaene kan få konkrete konsekvenser i det praktiske arbeidet i den organiserte idretten, særlig med tanke på målet om «en idrett for alle». Det er avgjørende å drøfte hvordan implikasjonene av disse dilemmaene kan bli framtrepende i idretten, og hvordan de påvirker praksisen til ledere og trenere. Dette er viktig fordi slike forhold har direkte og/eller indirekte betydning for den subjektive opplevelsen til den enkelte utøver, og dermed kan påvirke både antallet mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten og deres trivsel når de deltar.

Videre er det et vedvarende behov for å synliggjøre og debattere hvordan paraidretten skal videreutvikles – både med tanke på praksis og på hvordan implisitte holdninger knyttet til deltakelse i idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse påvirker arbeidet med å utvikle disse praksisene.

### **Deltakelse i paraidrett: Fra oppmøte til kvalitet**

Funn fra litteraturstudien viser at majoriteten av studier om deltakelse i paraidrett siden 2001 har fokusert på én dimensjon: tilstedeværelse. Måling av deltakelsesrate gir innsikt i utvikling over tid og kan indikere hvorvidt idretten lykkes med tilrettelegging, for eksempel fra år til år eller over en lengre tidsperiode (NIF, 2020). Likevel peker både NIF og evalueringer (Oslo Economics, 2020) på utfordringer med underrapportering, ettersom idrettslag ofte ikke registrerer funksjonsnedsettelse av hensyn til personvern (GDPR) og et ønske om en inkluderende idrett. Dette utgjør en selvmotsigelse der behovet for dokumentasjon kolliderer med prinsippet om full integrering.

Videre er deltakelsesstatistikk begrenset i sin forklaringskraft: Den sier lite om utøvernes subjektive opplevelser. Med andre ord, hva er det som

eventuelt fører til at noen ikke finner sin plass og slutter, mens andre trives godt og fortsetter?

Når deltakelse reduseres til oppmøte, risikerer vi at trenere og ledere i idretten overser viktigheten av å rette oppmerksomheten mot kvalitetsdimensjoner som engasjement, mestring og autonomi (Martin Ginis mfl., 2017) – dimensjoner som kan bli tilsidesatt til fordel for fokuset på å «få med flest mulig». Breddeidretten har et uttalt mål om å få med «flest mulig – lengst mulig», men for å oppnå dette ligger det et tydelig premiss om et tilbud som er «best mulig» for alle.

Dersom paraidretten i hovedsak er opptatt av å forbedre tilgang til haller, baner og idrettsarenaer (et rettighetsbasert fokus), og i mindre grad retter oppmerksomheten mot kvaliteten i det arbeidet ledere og trenere utfører i møtet med paraidrettsutøveren, kan vi, til tross for økte medlemstall ett år, risikere å miste disse igjen ved årsslutt. Politiske føringer om inkludering og like muligheter vil alltid påvirke paraidrettens drift og tilbud, og ledere må derfor være oppmerksomme på nasjonale og internasjonale initiativer og politiske målsettinger for å fremme inkludering av mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten.

Dette arbeidet må imidlertid ikke bare handle om politiske prosesser for å sikre at idrettsanlegg blir tilrettelagt og tilgjengelige for alle, men også om politikk som støtter utdanning og opplæring innen tilrettelegging av idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse. Dette er avgjørende for å utvikle kompetente ledere og trenere i paraidretten.

Breddeidrettens mål om «flest mulig – lengst mulig» forutsetter et tilbud som er «best mulig» for alle. For å oppnå dette er trenernes og idrettsledernes arbeid med å skape gode opplevelser for alle avgjørende. Studier på idrettsfeltet viser at *kvaliteten* på idrettsopplevelsen og innsatsen utøveren legger ned, er viktigere for fremgang enn hvor mange ganger utøveren møter på trening. Markører på kvalitetsopplevelse er, som nevnt, autonomi, mestring og sosiale relasjoner (Martin Ginis mfl., 2017), noe som sammenfaller med de tre psykologiske behovene beskrevet i selvbestemmelsesteorien.

Forskning har imidlertid vist at trenere, foresatte og jevnaldrende kan hindre ungdommer med funksjonsnedsettelse i å oppleve behovstilfredsstillelse ved å undervurdere deres evner, ta beslutninger på deres vegne og gjennom negative stereotypier (Bantjes mfl., 2015; Bredahl, 2013; Steinhardt mfl., 2021). En av hovedårsakene til dette kan være den største og mest hyp-

pige barrieren paraiddrettsutøvere rapporterer: trenerens manglende kunnskap om hvordan tilrettelegge for en kvalitetsrik deltakelse (Alexander mfl., 2020; Allan mfl., 2020; Pomerleau-Fontaine mfl., 2022).

For å møte utfordringer knyttet til kunnskap om paraiddrett og trening av parautøvere, er det viktig at klubber og særforbund satser på kompetanseheving for trenere gjennom utdanning, praktisk erfaring eller mentorordninger med erfarne paraiddrettstrenerne. Forskning viser at trenere innen paraiddretten ofte føler seg usikre i sin rolle, og at de har manglet både formell kursing og utdanning for å tilegne seg paraspesifikk trenerkompetanse og bedre kunne tilrettelegge for et større mangfold av utøvere (Bentzen mfl., 2020). Økt tilgjengelighet til ressurser, som veiledningsmateriell og digitale kurs, kan bidra til at trenere føler seg mer kompetente, men dette må ses som en prosess som krever strukturert tilnærming og støtte fra ledelsesnivå over tid, både fra NIF som øverste idrettsorgan i Norge og fra de ulike særforbundene.

Under Covid-pandemien ble det iverksatt digitale treningskurs og mentorprogrammer innen paraiddretten i Canada (Alexander & Bloom, 2023), noe som med fordel kan videreføres med tanke på stor geografisk spredning og begrensede økonomiske ressurser i den norske konteksten. I tillegg til økt kompetanse blant trenere bør paraiddrettsutøvere i større grad involveres aktivt i utviklingen av treningsopplegg sammen med treneren, slik at tilpasningene bygger på felles erfaringer og behov. Idrettsorganisasjoner har en sentral rolle i å skape inkluderende treningsmiljøer gjennom retningslinjer, økonomiske insentiver og krav til trenerutdanning. Samtidig er det avgjørende å arbeide for holdningsendring og bevisstgjøring for å utfordre stereotypier og fremme forståelse for paraiddrettens egenverdi.

Et annet dilemma knyttet til et for stort fokus på kun oppmøte, er at det kan bidra til økt stigmatisering av mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten. Oppmøte tolkes ofte som et innsatsparameter i organisert idrett, men dette parameteret bør nyanseres i paraiddrett. Parautøvere kan ha særlige utfordringer knyttet til smerter, energinivå og praktisk tilgjengelighet (Steffen mfl., 2022), noe som krever fleksibilitet fra trenere og ledere med tanke på oppmøte og innsats på trening (Liu mfl., 2024).

Differensiering av innsatsforventninger basert på bredden i type funksjonsnedsettelse (Shakespeare, 2013) kan redusere risikoen for at utøvere velger å slutte med idrett. I paraiddretten, som i idretten ellers, finnes det ingen «en størrelse passer alle», men trenere må i større grad møte utøveren med

hens utgangspunkt, ønsker og mål for å delta i idretten. Dette gjelder spesielt kanskje de integrerte aktivitetene, men variasjon blant utøvere finnes også i de segregerte tilbudene.

Reversert integrering (det vil si aktiviteter der funksjonsfriske deltar på lik linje med funksjonsnedsatte) kan være et eksempel på en tilnærming der aktiviteten tilpasses deltakerne, snarere enn at deltakelsen må tilpasse seg en forhåndsdefinert aktivitet. Denne modellen utfordrer den tradisjonelle tankegangen om at mennesker med funksjonsnedsettelse må tilpasse seg en normativ idrettspraksis, og setter i stedet premissene ut fra et mangfoldig deltakergrunnlag. Det kan bidra til å normalisere ulike måter å delta på og samtidig redusere opplevelsen av annerledeshet eller utenforskap.

Samtidig kan det være verdt å reflektere over hvilke forutsetninger som ligger til grunn for at reversert integrering faktisk fungerer i praksis. For eksempel kan maktbalansen mellom funksjonsfriske og funksjonsnedsatte deltakere spille en rolle, og det er avgjørende at tilretteleggingen ikke blir symbolsk, men faktisk bidrar til reell inkludering og likeverdige deltakelsesmuligheter.

Det kan hevdes at forskningens vektlegging av oppmøte har vært nødvendig, siden tilgang er en forutsetning for deltakelse. Likevel er ikke forbedringer på papiret tilstrekkelige dersom praksisfeltet henger etter (Nick Watson, personlig kommunikasjon, NNFF-konferansen, Bodø juni 2024). Både forskning, rapportering og idrettens praksis må i tiden framover rette oppmerksomheten mot kvaliteten på deltakelsen. Det er viktig at denne endringen skjer snart, ettersom vi vet at endringsprosesser tar tid.

Arbeidet for likestilling og inkludering i idretten gjennom prosjekter som «Krafttak for mangfold» (2021–2025), strategiplaner som «Idretten Vil!» og «Paraidrettsstrategien» kan alle risikere å bli en diskurs og «anekdoter om paraidrett» heller enn veiledninger for endring av praksis. Fra NIFs konferanse om «Erfaringsutveksling etter Krafttaket for mangfold», der paraidretten var ett av fire satsingsområder, var det dessverre lite som tydet på at det er gjort konkrete tiltak for å øke kvaliteten i paraidrettstilbudene (personlig kommunikasjon, Krafttakets erfaringskonferanse, Oslo 28. januar 2025). Narrativene i dette seminaret om paraidrett handlet fortsatt primært om det å tilgjengeliggjøre tilbud og få flere utøvere med ulike typer funksjonsnedsettelse med, mens det ble vist til lite kunnskap eller erfaring om hvordan trenere og ledere skal jobbe for å «beholde» de utøverne som allerede deltar.

## **Deltakelse – et middel for å bli mer normal?**

Resultatene fra litteraturstudien (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023) viser videre at forskning på deltakelse ofte vektlegger hvordan idrett kan bidra til at mennesker med funksjonsnedsettelse fungerer «bedre» og blir mer «normale». Et slikt forbedringsfokus er ikke unikt for idrett, men finnes også i kroppspøving (for eksempel Larsson, 2023). Likevel skiller idrett seg ut ved at den, ifølge Tangen (2004), defineres som en kontekst hvor «kroppslig skal vise frem og sammenligne dyktighet ved å konkurrere» (s. 60). Konkurransen og den binære koden vinn/tap blir dermed sentrale elementer i idrettens sosiale struktur.

Selv om vinn/tap-koden er åpenbar i konkurranseidrett, som Paralympics, er den mindre dominerende i breddeidrett, hvor koder som aktivitet/ikke-aktivitet eller inkludering/ekskludering kan være mer styrende. Praksiser styres sjelden av én enkelt kode, men av komplekse systemer. Likevel kan forståelsen av idrett som en arena for «kroppslig dyktighet og seier» skape utfordringer for mennesker med funksjonsnedsettelse. Ifølge Tangen (2004) skjer all idrett innenfor dens etablerte koder (vinn/tap, oppmøte/fravær), som også påvirker hvem som anses som legitime deltakere i denne konteksten. Idretten blir dermed ikke nødvendigvis sett på som en naturlig arena for mennesker med funksjonsnedsettelse.

Fitzgerald og Jobling (2009) påpeker at den typiske «idrettskroppen» står i kontrast til hvordan funksjonsnedsettelse forstås, mens DePauw (1997) beskriver en spenning mellom funksjonshemming og idrettens vektlegging av kroppslig prestasjon. Trenerne og ledere kan møte denne utfordringen ved å utfordre tradisjonelle idrettsnormer og bevisstgjøre seg selv, utøvere og miljøet rundt om hvordan idrettens strukturer, språk og logikker kan virke ekskluderende. Mange av idrettens etablerte praksiser og forventninger tas for gitt, noe som kan forsterke «ableistiske» holdninger og gjøre det vanskeligere for mennesker med funksjonsnedsettelse å bli anerkjent som fullverdige deltakere. Ved å skape en kultur der funksjonsnedsettelse ses som en naturlig del av idrettens mangfold, utfordres også trenerrollen, da kjerneoppgaven deres – å gjøre utøvere gode – må tilpasses ulike forutsetninger og forståelser av hva dyktighet og suksess innebærer.

I forlengelsen av dette kan det å betrakte idrettsdeltakelse som et middel for å oppnå normalitet, forsterke stigmatiserende oppfatninger om mennesker med funksjonsnedsettelse som avviker fra samfunnets normer. Dersom

ledere og trenere i idretten opprettholder en tanke om at idretten skal være et middel for parautøvere til å oppnå større grad av normalitet ved å bli integrert i samfunnet – selv med gode hensikter – kan dette få en slagside dersom tilbudet ikke tilrettelegges godt nok til at fullverdig deltakelse kan oppleves.

Dersom det er en forventning om at det finnes noe «normalt» som alle skal trenes opp til, kan dette skape utfordringer for ledere gjennom manglende motivasjon hos parautøvere og trenere som skal klare å tilrettelegge for alle. Viktigst av alt kan dette føre til at parautøveren opplever seg som annerledes og avvikende i forhold til hva som forventes ved idrettsdeltakelsen, med påfølgende opplevelser av mindreverd, undertrykkelse og eksklusjon. Spesielt kan spørsmålet om å tilpasses en «normalitet» være en utfordring i segregerte tilbud, der noen typer funksjonsnedsettelse har vist seg å bli forstått som «mer normale» enn andre, og dermed at tilpasninger er enklere.

Et viktig prinsipp innen tilpasset fysisk aktivitet er at det ikke er personene som skal tilpasses – gjøres mer normale eller sterkere – men at det er aktiviteten som skal tilpasses (Hutzler & Sherill, 2007). Det skal og kan ikke forventes at alle aktiviteter skal gjøres likt av alle, og dette må gjennomsyre aktivitetstilbudet som gis. For ledere og trenere blir det helt avgjørende at de i sitt arbeid klarer å fremme en bredde i hva som ansees som «normalt» i idrettsutøvelsen, slik at alle kan oppleve kvalitetsdeltakelse og for å kunne nå målet om en idrett for alle.

For ledere og trenere er det avgjørende at de i sitt arbeid fremmer mangfold og tilrettelegger deretter. Gjennom egen praksis og holdninger kan dette skape synergier som etter hvert preger hele idrettsklubbens kultur. Som NIFs politiske gruppe for påvirkningsarbeid i idretten påpeker (personlig kommunikasjon, Frida Blomgren, Oslo 10. februar 2025), ligger en vesentlig del av påvirkningsarbeidet i å anvende et inkluderende språk, fremme inkluderende holdninger og synliggjøre utfordringer knyttet til inkludering i paraidretten i alle relevante sammenhenger. Dette innebærer at utøvere, trenere, ledere, rådgivere og foresatte i idretten har en aktiv rolle i påvirkningsprosesser. Politisk arbeid bør derfor ikke utelukkende forstås som en sak mellom Idrettstinget og den nasjonale politikken, men også som en kontinuerlig prosess som finner sted i det daglige arbeidet i idrettslag over hele landet.

Et annet perspektiv knyttet til diskusjoner om «normalitet» er at mennesker med funksjonsnedsettelse kan oppleve muligheten til å rekonstruere sin identitet gjennom den organiserte idretten nettopp *på grunn av* idrettens

koder som henviser til å utvise eksellense. For eksempel trekker utøvere i studien til de Cruz mfl. (2019) frem at ved å overse de biologiske forskjellene mellom dem og utøvere uten funksjonsnedsettelse, kunne de omskape seg til idrettsutøvere (s. 75). På den måten kunne de også nærme seg det «normale» individet og bli deltakere i en aktivitet som anses som en sosialt verdsatt arena. De sekundære kodene «forbedring av prestasjoner» og «idrettsutøver» (Tangen, 2004, s. 79) kan altså fungere som en viktig grunn til at mennesker med funksjonsnedsettelser ønsker å delta i den organiserte idretten.

Dette er et potensial ledere og trenere i idretten bør merke seg, ved å fokusere på de universelle, iboende og tiltrekkende egenskapene til den organiserte idretten – som for eksempel et ønske om trivsel, prestasjon og det å strekke seg etter noe som idrettsutøver. Dette er egenskaper mange ønsker seg ved idrettsdeltakelse, uavhengig av funksjonsgrad.

Imidlertid har dette perspektivet vist seg å ha en ytterligere dimensjon for parautøvere, ved at de ofte ikke bare blir akseptert i idrettssystemet for sine idrettsprestasjoner, men også for deres evne til å overkomme sin funksjonsnedsettelse. En slik fremstilling fremhever at disse utøverne, til tross for sitt utgangspunkt, på en heltmodig måte likevel kan vise til idrettslige prestasjoner (f.eks., Bentzen & Evensen, 2021). Å bli ansett som en «helt» kan oppfattes som både uheldig og heldig. Forståelsen av parautøvere som helter er i forskningen blitt omtalt som «supercrip», og uttrykket er blitt kritisert for nettopp å overse parautøveres idrettslige prestasjoner og i stedet rette søkelyset mot deres «skjebne» som individer med funksjonsnedsettelser (Schalk, 2016).

Videre rettes kritikken mot at individet selv gjøres ansvarlig for egen innsats og setter egne begrensninger for deltakelse, selv om sannheten i mange tilfeller er at det skyldes idrettssystemet (Grue, 2015). I overført betydning innebærer dette at dersom personen bare anstrenger seg nok, kan ethvert individ fylle rollen som idrettsutøver. Problemet med en slik framstilling av idretten som en arena for «krøplinger» (supercrips) som gis mulighet til å ta en likeverdig del i samfunnet (organisert idrett), er at den blir voldsom og vulgær, og tar fokuset bort fra selve idrettsprestasjonene. Dette kommer til syne både i breddeidrett og toppidrett, og reflekteres for eksempel ofte i media.

Fokuset bør igjen ligge på å fremme det faktiske mulighetsrommet for deltakelse, som mange parautøvere beskriver som viktig for dem, på lik linje med utøvere uten funksjonsnedsettelse. At parautøvere også, på lik linje med (elite)utøvere generelt, oppfattes som helter, idoler og rollemodeller, oppleves

forhåpentligvis delvis som noe positivt for parautøverne selv. Mange av prestasjonene vi ser under Paralympics, Special Olympics og tilsvarende leker og konkurranser for mennesker med funksjonsnedsettelse, er imponerende i kraft av idrettsprestasjonen.

Når parautøveren ikke anerkjennes som en «naturlig del av idretten», opplever parautøvere utenforskap. Det kan ofte oppstå et skille mellom «dem» og «oss», og ikke et kollektivt «vi». I Norge har vi de senere årene sett viktigheten av å dyrke vi-følelsen i idrett, blant annet gjennom arbeidet med integreringsprosessen. Også private stiftelser som VI-stiftelsen har tatt til orde for viktigheten av å snu om og skape et kollektivt «vi» på viktige arenaer i mennesker med funksjonsnedsettelsers liv, som i idrett, skole, utdanning og arbeidsliv.

Gjennom et arbeid som støtter «vi»-følelsen har fokuset for eksempel vært rettet mot hva paraidretten mangler sammenlignet med øvrig bredde- og konkurranseidrett. Manglende likestilling knyttet til lønn og pengepremier hos paraliteutøvere er en konkret utfordring som gjør det vanskelig for paraliteutøverne å leve av idretten, til tross for at de bruker like mye tid på idrettsutøvelsen som våre olympiske utøvere. Inngripende forskjeller i behandlingen av utøvere, slik debatten har pågått i flere år rundt kjønnsulikheter, skaper store avstander mellom deltakere i samfunnet og bidrar til å svekke «vi»-følelsen.

Det er tydelig at paraidretten fortsatt oppfattes og behandles som «underordnet», til tross for at det snart er tre tiår (1997) siden integreringsprosessen startet i Norge. Et av de største dilemmaene norsk idrett har knyttet til integreringen av paraidrett, kan gjengis i det mer eller mindre paradoksale spørsmålet som Ferez mfl. (2020) innleder sin studie på inkludering av mennesker med funksjonsnedsettelse i idretten med: «... kan idrettens arv, som er selektiv av natur, forenes med inkludering av et mangfoldig samfunn som noen ganger er langt fra å utvise fysisk dyktighet?» (oversatt til norsk, s. 225).

For å styrke «vi»-følelsen i (para)idrett må trenere og ledere skape en treningskultur der mangfold verdsettes, og alle utøvere opplever seg som en likeverdig del av laget eller gruppen. Konkret innebærer dette å tilrettelegge aktiviteter slik at alle kan delta ut fra sine forutsetninger, samtidig som man beholder en felles ramme for treningene. Det kan bety å variere øvelser slik at de utfordrer hver enkelt, bruke inkluderende språk som ikke skiller mellom «oss» og «dem», og aktivt fremme samarbeid gjennom felles mål, enten det handler om teknisk utvikling, mestring eller lagfølelse. I tillegg må trenere

legge vekt på å anerkjenne og synliggjøre ulike former for ferdigheter og prestasjoner, ikke bare tradisjonelle idrettslige resultater. En kultur der utøverne støtter hverandre og der ulike måter å prestere på verdsettes, kan bidra til at alle opplever tilhørighet og fellesskap i idretten.

Vi har fortsatt manglende kunnskap om barn, unge og voksne med funksjonsnedsettelse sine opplevelser av å delta i norsk idrett, og vi trenger å vite mer for å legge til rette for deltakelse, både når det gjelder rekruttering og motivasjon for deltakelse over tid. Blant flere praktiske implikasjoner kan manglende kunnskap om individets opplevelser av å delta i idrett innebære noen etiske dilemmaer. Ett av dem er at idrettens uttalte mål er å inkludere alle, og at en trener derfor møter en ny (para)utøver med å gjøre så små tilpasninger som mulig, fordi alle skal ha det samme tilbudet. Tanken bak kan være «god», ved at den nyankomne skal innlemmes gjennom å behandles så likt som mulig. Men en slik «normalisert» måte å møte utøvere med funksjonsnedsettelse på kan føre til et etisk dilemma i det å etterstrebe «normalitet» og dermed overse de faktiske konsekvensene det medfører for personen å ha en funksjonsnedsettelse.

Gjennom et kritisk perspektiv må vi tørre å snakke om at de praktiske løsningene som skal muliggjøre å nå målet om en idrett for alle, muligens vil stå i kontrast til noen av idrettens verdier. Kanskje bør vi tenke at «det er en forskjell» og at «alle ikke skal tilbys det samme», og at vi ut fra dette skal ta hensyn til og tilpasse på måter som gjør at opplevelsen blir god, i stedet for at «alle skal med». Videre må vi også våge å reflektere over om det faktisk er mulig å oppnå like tilbud for alle i et langstrakt land som Norge, med 8000 idrettslag og hvor de aller fleste idrettstilbud drives av frivillige (NIF nøkkelrapport, 2022). Dersom det er slik at det aldri kan bli likt, hva skjer da med målet om en «idrett for alle», som stadig frontes og fremheves som det overordnede målet? Er det egentlige etiske dilemmaet at selve målet «idrett for alle» er utopisk, eller i beste fall svært unyansert i et slikt perspektiv?

### **Deltakelse – et middel til å oppnå det gode liv?**

Idrettsdeltakelse – et middel for å oppnå et bedre liv – var den andre tydelige tematikken som kom til syne i studier av deltakelse i paraidrettsforskningen (Engdahl-Høgåsen & Bentzen, 2023). Denne forskningen bygger på en antakelse om at det å drive med idrett gir mange positive effekter, som forbedret

helse, livskvalitet og menneskelige relasjoner. Disse tydelige funnene, sett i lys av populasjonen «mennesker med funksjonsnedsettelse», indikerer at funksjonsnedsettelse i seg selv anses som et «dårligere utgangspunkt» enn det å ikke ha en funksjonsnedsettelse, og at idrett kan være en vei til en bedre fremtid. I et slikt perspektiv forsterkes antakelsene om at funksjonsnedsettelsen skal «fikses» eller «forbedres» gjennom å delta i idrett, et fokus som har røtter tilbake i historien, da idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse ikke var for aktivitetens egen del, men for hvilket utbytte dette skulle gi i form av bedret funksjon gjennom individets tilbakeføring til samfunnet. Forståelsen av hva paraidrett fører til, preges kanskje fortsatt av sitt historiske opphav, men også av den naturvitenskapelige forskningen som konsentrerer seg om forbedring og at pila skal peke «oppover».

Å forstå idretten som et middel til å oppnå noe annet handler ikke om idrettens logikker eller sosiale koder. I motsetning til tematikker diskutert ovenfor, der vi var inne på hva idrett er eller hva idretten representerer (det vil si seier, utvise kroppslig dyktighet), handler dette om hva idretten fører til. Dette dreier seg om diskusjoner om hva idretten kan resultere i, for eksempel glede, mestring, vennskap, inkludering eller spenning. Idrett kan være et middel til å oppnå vennskap, men dette er ikke et unikt forhold ved idretten (Tangen, 2004, s. 163). Det er heller ikke noe som er unikt for mennesker med funksjonsnedsettelse, da dette gjelder alle. Det kan være iboende dilemmaer knyttet til at idretten benyttes som en arena for å oppnå en bedre sosial posisjon for mennesker med funksjonsnedsettelse. Samtidig kan idretten fungere som en katalysator for å utfordre tradisjonelle perspektiver på funksjonsnedsettelse, som for eksempel noe ekkelt, en tragedie eller noe som må fikses (Stiker, 2019). Dersom utøvere bevisst trer inn i denne rollen fordi de ønsker å «bli noen andre», eller for å overkomme en vektlegging av funksjonsnedsettelsen, kan dette stille fenomenet «supercrip» i et kritisk lys (Schalk, 2016). Er det slik at individer med funksjonsnedsettelse faktisk bruker idretten som et middel til å oppnå en annen eller utvidet identitet, er kanskje supercrip ikke lenger problematisk, men heller et myndiggjørende (eng., *empowering*) fenomen.

Idretten som et middel til å oppnå det gode liv har spesielt fått en plass i forskning innenfor livskvalitet og helse, men idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse er også fremhevet som en arena med mulighet for å skape integrering og «sosial kapital». Gjennom begrepet kvalitetsdeltakelse

mener Martin Ginis mfl. (2017) at idrettskonteksten har et potensial til å gi en rekke positive utfall, som å oppleve sosial tilhørighet, støtte til autonomi, passende utfordringer, engasjement, mening og mestring. Kvalitetsdeltakelse kan dermed både romme kvalitet mens utøveren er i aktivitet, men også føre til såkalte «utfall» av det å delta.

Felles for forståelsen av hva det vil si å være aktiv, eller å være medlem i idrettskonteksten, er antakelsen om at det skal «gi oss noe». Helst skal det forbedre livene våre på en eller annen måte, eller til og med *resultere* i et godt liv. Dette er i seg selv ikke nødvendigvis negativt, men vi ser tydelige dilemmaer ved en slik oppfatning. Forskning viser nemlig at en betydelig andel mennesker med funksjonsnedsettelse ikke opplever at idretten gir dem positive opplevelser (Bantjes mfl., 2015; Orr mfl., 2018).

Dersom samfunnet betrakter idrettsdeltakelse som en garanti for et godt liv, kan det føre til at individer føler seg presset til å delta, selv når det ikke er i tråd med deres egne ønsker eller behov. For eksempel kan mennesker med funksjonsnedsettelse eller kroniske smerter oppleve et sosialt eller institusjonelt press om at de «bør» være aktive, selv om det ikke nødvendigvis forbedrer deres livskvalitet. Videre opplever en del mennesker med funksjonsnedsettelse at idretten ikke er en arena for utvikling og mestring (Bantjes mfl., 2015; Bredahl, 2013). Tvert imot kan enkelte kjenne på en avstand til miljøet, inkludert det sosiale fellesskapet som er ment å forene mangfoldet – altså idrett for alle.

Når idrettsdeltakelse blir sett på som en vei til et bedre liv, kan det oppstå en tendens til å marginalisere eller legge skylden på dem som ikke opplever disse fordelene. For eksempel kan ungdom som ikke får økt trivsel, bedre helse eller sosial tilhørighet gjennom idrett, risikere å bli oppfattet som mindre motiverte eller ansvarlige for egen situasjon, i stedet for at strukturelle eller kontekstuelle barrierer vurderes. Det overordnede dilemmaet med et slikt perspektiv er at det retter oppmerksomheten mot hva utfallet av idrett skal være, fremfor kvalitetene i idrettsdeltakelsen, og at utøveren selv blir ansett som «syndebukken» dersom fremgang, mestring og glede er fraværende.

## Oppsummering og avsluttende refleksjon

Forskning på deltakelse i organisert idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse har over tid vært preget av et ensidig søkelys på oppmøtefrekvens, snarere enn kvaliteten på deltakelsen. En dreining mot å undersøke hvordan det oppleves å være en del av idretten, kan gi økt forståelse for hvilke faktorer som både begrenser og fremmer mangfold i idrettsdeltakelse. For at utøvere skal oppleve langsiktig motivasjon, må de føle seg anerkjent og inkludert i sine idrettsmiljøer. Dermed bør fokuset rettes mot kvaliteten på idrettstilbudet fra utøvernes perspektiv, heller enn instrumentelle nytteverdier knyttet til deltakelse.

Trenere og ledere har et særskilt ansvar for å prioritere kvalitet over kvantitet i idrettsdeltakelsen. Treneren styrer i stor grad treningsinnholdet, mens lederens rolle er å definere trenerens handlingsrom. For å unngå en ensidig satsing på «flest mulig» er det derfor avgjørende med en god dialog mellom trenere og ledere om hva en inkluderende idrett faktisk innebærer i praksis.

Til tross for idrettens mål om inkludering, forblir den et skjevt fordelt gode. Mange mennesker med funksjonsnedsettelse velger bort idrett fordi tilbudene ikke er tilpasset deres behov, mens de som deltar ofte ikke gjør det på like vilkår. I denne sammenhengen kan Norges Idrettsforbunds visjon om «én idrett – like muligheter» både forene og ekskludere. Idrettens struktur og logikker kan i seg selv skape et etisk dilemma der visjonen om likhet utfordres av realitetene i idrettshverdagen. Dette reiser et mer grunnleggende spørsmål om hvorvidt idrettens idealer faktisk kan forenes med dens praksis.

Gjennom denne diskusjonen har vi belyst hvordan idrettens motto kan komme i konflikt med utøvernes subjektive opplevelser av deltakelse. Med tanke på paraiddrettens historikk og den langvarige ambisjonen om å skape en idrett for alle, er det verdt å stille et avsluttende spørsmål: Er «idrett for alle» en uoppnåelig utopi, eller kan visjonen realiseres gjennom strukturelle og kulturelle endringer i idretten?

## Referanser

- Aitchison, B., Rushton, A. B., Martin, P., Barr, M., Soundy, A. & Heneghan, N. R. (2022). The experiences and perceived health benefits of individuals with a disability participating in sport: A systematic review and narrative synthesis. *Disability and Health Journal*, 15(1), 1–14.
- Alexander, D. & Bloom, G. A. (2023). Exploring coaches' experiences and perceptions of a virtual parasport coach mentorship program. *Psychology of Sport and Exercise*, 64, 102303.
- Alexander, D., Bloom, G. A. & Taylor, S. L. (2020). Female Paralympic athlete views of effective and ineffective coaching practices. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(1), 48–63.
- Allan, V., Blair Evans, M., Latimer-Cheung, A. E. & Côté, J. (2020). From the athletes' perspective: A social-relational understanding of how coaches shape the disability sport experience. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(6), 546–564.
- Aubert, S., Barnes, J. D., Abdeta, C., Abi Nader, P., Adeniyi, A. F., Aguilar-Farias, N. ... & Tremblay, M. S. (2018). Global matrix 3.0 physical activity report card grades for children and youth: results and analysis from 49 countries. *Journal of physical activity and health*, 15(s2), S251–S273.
- Bakken, A. (2019). Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten? NOVA, Oslo Metropolitan University.
- Bakken, A. A. (2017). Sosiale forskjeller i ungdomsidretten–fattigdomsproblem eller sosial gradient?. *Oppvekstrapporten 2017*.
- Bantjes, J., Swartz, L., Conchar, L. & Derman, W. (2015). Developing programmes to promote participation in sport among adolescents with disabilities: Perceptions expressed by a group of South African adolescents with cerebral palsy. *International Journal of Disability, Development and Education*, 62(3), 288–302.
- Barnett-Page, E. & Thomas, J. (2009). Methods for the synthesis of qualitative research: a critical review. *BMC Medical Research Methodology*, 9(59).
- Bentzen, M. & Evensen, K. V. (2021). «I'm bending in the dust ...». An analysis of the presentations of Paralympic athletes at the Norwegian Sports Awards. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 11, 59–84.
- Bentzen, M., Alexander, D., Bloom, G. A. & Kenttä, G. (2020). What do we know about research on parasport coaches? A scoping review. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 38(1), 109–137.
- Bloemen, M. A., Backx, F. J., Takken, T., Wittink, H., Benner, J., Mollema, J. & De Groot, J. F. (2015). Factors associated with physical activity in children and adolescents with a physical disability: a systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 57(2), 137–148.
- Bredahl, A.-M. (2013). Sitting and Watching the Others Being Active: The Experienced Difficulties in PE When Having a Disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 30(1), 40–58. <https://doi.org/10.1123/apaq.30.1.40>
- Bult, M. K., Verschuren, O., Jongmans, M. J., Lindeman, E. & Ketelaar, M. (2011). What influences participation in leisure activities of children and youth with physical disabilities? A systematic review. *Research in Developmental Disabilities*, 32(5), 1521–1529.

- Cardol, M., de Haan, R. J., de Jong, B. A., van den Bos, G. A. & de Groot, I. J. (2001). Psychometric properties of the Impact on Participation and Autonomy Questionnaire. *Arch Phys Med Rehabil*, 82(2), 210–216.
- De Cruz, N. P., Spray, C. M. & Smith, B. (2019). Implicit beliefs of disability and elite sport: the para-athlete experience. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 11(1), 69–91.
- Dean, E. E., Fisher, K. W., Shogren, K. A. & Wehmeyer, M. L. (2016). Participation and Intellectual Disability: A Review of the Literature. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 54(6), 427–439.
- DePauw, K. P. (1997). The (1n) visibility of disability: Cultural contexts and «sporting bodies». *Quest*, 49(4), 416–430.
- Dijkers, M. P. (2010). Issues in the Conceptualization and Measurement of Participation: An Overview. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 91(9, Supplement), S5–S16.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J. & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1–21.
- Eimhjellen, I. (2011). Inkludering av funksjonshemma i frivillige organisasjoner, Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillighet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/inkludering-av-funksjonshemma-i-frivilli/id637471/>
- Engdahl-Høgåsen, L. & Bentzen, M. (2023). How is the participation of individuals with disabilities studied and understood in current research within the sport context? A systematic literature review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–33.
- Ferez, S., Ruffié, S., Joncheray, H., Marcellini, A., Pappous, S. & Richard, R. (2020). Inclusion through sport: A critical view on paralympic legacy from a historical perspective. *Social inclusion*, 8(3), 224–235.
- Fitzgerald, H. & Jobling, A. (2009). 12 Future directions in disability and youth sport. *Disability and Youth Sport*, 160.
- Goodley, D. (2014). *Disability studies: Theorising disablism and ableism*. Routledge.
- Grue, J. (2015). The problem of the supercrip: Representation and misrepresentation of disability. I T. Shakespeare (Red.), *Disability research today: International perspectives* (s. 204–218). Routledge.
- Guttmann, A. (2004). *Sports: The first five millennia*. University of Massachusetts Press.
- Hutzler, Y. & Sherrill, C. (2007). Defining adapted physical activity: International perspectives. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24(1), 1–20.
- Imms, C., Granlund, M., Wilson, P. H., Steenbergen, B., Rosenbaum, P. L. & Gordon, A. M. (2017). Participation, both a means and an end: a conceptual analysis of processes and outcomes in childhood disability. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 59(1), 16–25.
- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Geertzen, J. H. & Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: a systematic review. *Scand J Med Sci Sports*, 24(6), 871–881.
- Katsarova, I. (2021, 15. februar). *Creating opportunities in sport for people with disabilities*. [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS\\_BRI\(2021\)679096](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI(2021)679096)

- Kissow, A-M. & Klasson, L. (2018). Deltakelse for barn og unge med nedsatt funksjons-  
evne, med særlig vekt på deltagelse i fysisk aktivitet. En systematisk kunnskapsoversikt.  
Nasjonal kompetansetjeneste for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Aktiv Ung:  
Valnesfjord.
- Kiuppis, F. (2018). Inclusion in sport: disability and participation. *Sport in Society*, 21(1),  
4–21.
- Larsson, H. (2023). Movement learning: Pedagogy and agentic realism. *Quest*, 75(2),  
136–150.
- Legg, D. & Steadward, R. (2013). The Paralympic Games and 60 years of change (1948–  
2008): Unification and restructuring from a disability and medical model to sport-based  
competition. I *Disability in the global sport arena* (s. 31–47). Routledge.
- Liu, J., Yu, H., Bleakney, A. & Jan, Y.-K. (2024). Factors influencing the relationship between  
coaches and athletes with disabilities: a systematic review. *Frontiers in Sports and Active  
Living*, 6, 1461512.
- Marcellini, A. (2018). The extraordinary development of sport for people with dis/abilities.  
What does it all mean? *Alter*, 12(2), 94–104.
- Martin Ginis, K. A., Evans, M. B., Mortenson, W. B. & Noreau, L. (2017). Broadening the  
conceptualization of participation for persons with physical disabilities: A configurative  
review and recommendations. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 98,  
395–402.
- Martin, J. J. (2019). Mastery and belonging or inspiration porn and bullying: Special popula-  
tions in youth sport. *Kinesiology Review*, 8(3), 195–203.
- Moeijes, J., van Busschbach, J. T., Bosscher, R. J. & Twisk, J. W. R. (2018). Sports participa-  
tion and psychosocial health: a longitudinal observational study in children. *BMC Public  
Health*, 18(1), 702.
- Neter, J. E., Schokker, D. F., de Jong, E., Renders, C. M., Seidell, J. C. & Visscher, T. L. (2011).  
The prevalence of overweight and obesity and its determinants in children with and  
without disabilities. *The Journal of Pediatrics*, 158(5), 735–739.
- Norges idrettsforbund. (2019). *Idretten vil! Langtidsplan for norsk idrett 2019–2023*. Norges  
idrettsforbund.
- Norges Idrettsforbund. (2020a). *Nøkkelallsrapport 2020*. Norges idrettsforbund.
- Norges Idrettsforbund. (2020b). *Årsrapport 2020*. Norges idrettsforbund.
- Norges Idrettsforbund. (2022). *En idrett – Like muligheter, Parastrategi for norsk idrett,  
2022–2027*. Norges idrettsforbund.
- Nyberg, G., Barker, D. & Larsson, H. (2020). Exploring the educational landscape of juggling  
– challenging notions of ability in physical education. *Physical Education and Sport  
Pedagogy*, 25(2), 201–212.
- Orr, K., Tamminen, K. A., Sweet, S. N., Tomasone, J. R. & Arbour-Nicitopoulos, K. P. (2018).  
«I’ve had bad experiences with team sport»: Sport participation, peer need-thwarting,  
and need-supporting behaviors among youth identifying with physical disability. *Adap-  
ted Physical Activity Quarterly*, 35(1), 36–56.
- Oslo Economics. (2020). *Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse (OE-rapport nr.57)*.  
[https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/70ae151872224b9fad4d46a552a5b038/  
rappor t-2020-idrett-for-mennesker-med-funksjonsnedsettelse.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/70ae151872224b9fad4d46a552a5b038/rappor-t-2020-idrett-for-mennesker-med-funksjonsnedsettelse.pdf)

- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., McGuinness, L. A., Stewart, L. A., Thomas, J., Tricco, A. C., Welch, V. A., Whiting, P. & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *British Medical Journal*, 372(n71).
- Pomerleau-Fontaine, L., Bloom, G. A. & Alexander, D. (2022). Wheelchair basketball athletes' perceptions of the coach-athlete relationship. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 40(1), 105–125.
- Rambøll. (2023). *Hva vet vi om mangfold og inkludering i idretten? En kunnskapssammenstilling om deltakelse, barrierer og tiltak*. Rambøll Management Consulting.
- Saebu, M. & Sørensen, M. (2011). Factors associated with physical activity among young adults with a disability. *Scand J Med Sci Sports*, 21(5), 730–738.
- Sahlin, K. B. & Lexell, J. (2015). Impact of organized sports on activity, participation, and quality of life in people with neurologic disabilities. *Pm r*, 7(10), 1081–1088.
- Schalk, S. (2016). Reevaluating the supercrip. *Journal of Literary & Cultural Disability Studies*, 10(1), 71–86.
- Schinke, R. J., McGannon, K. R. & Smith, B. (2016). Expanding the sport and physical activity research landscape through community scholarship: Introduction. I *Community based research in sport, exercise and health science* (s. 1–4). Routledge.
- Shamseer, L., Moher, D., Clarke, M., Ghersi, D., Liberati, A., Petticrew, M., Shekelle, P. & Stewart, L. A. (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015: elaboration and explanation. *BMJ: British Medical Journal*, 349, g7647.
- Shields, N. & Synnot, A. (2016). Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a qualitative study. *BMC Pediatr*, 16(9).
- Shields, N., Synnot, A. J. & Barr, M. (2012). Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. *Br J Sports Med*, 46(14), 989–997.
- Smith, B., Bundon, A., Best, M. (2016). Disability sport and activist identities: A qualitative study of narratives of activism among elite athletes' with impairment. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 139–148.
- Steffen, K., Clarsen, B., Gjelsvik, H., Haugvad, L., Koivisto-Mørk, A., Bahr, R. & Berge, H. M. (2022). Illness and injury among Norwegian Para athletes over five consecutive Paralympic Summer and Winter Games cycles: prevailing high illness burden on the road from 2012 to 2020. *British Journal of Sports Medicine*, 56(4), 204–212.
- Sørensen, M. & Kahrs, N. (2006). Integration of disability sport in the Norwegian sport organizations: Lessons learned. *Adapted physical activity quarterly*, 23(2), 184–202.
- Sørensen, M., Kahrs, N., Aadland, H., Bjelland, L. A., Garden, J. H., Johnsen, J., Moors, D. & Pensgård, A. M. (1999). Evaluering av integreringsprosessen i norsk idrett. Rapport del 1: Status vår 1999. Norges idrettshøgskole.
- Sørensen, M., Kahrs, N., Aamot, I. L. & Strand, G. H. (2003a). Evaluering av Integreringsprosessen i norsk idrett. Rapport 2: 1999–2003. Delrapport 1. Sammendrag og resultater. Institutt for samfunnsfag: Norges idrettshøgskole.

- Sørensen, M., Kahrs, N., Aamot, I. L. & Strand, G. H. (2003b). Evaluering av *Integreringsprosessen* i norsk idrett. Rapport 2: 1999–2003. Delrapport 2: Særforbund og kretser. Institutt for samfunnsfag: Norges idrettshøgskole.
- Sørensen, M., Kahrs, N., Aamot, I. L. & Strand, G. H. (2003c). Evaluering av *Integreringsprosessen* i norsk idrett. Rapport 2: 1999–2003. Delrapport 3: Idrettskretser, klubber/lag og utøvere. Institutt for samfunnsfag: Norges idrettshøgskole.
- Sørensen, M., Kahrs, N., Aamot, I. L. & Strand, G. H. (2003d). Evaluering av *Integreringsprosessen* i norsk idrett. Rapport 2: 1999–2003. Delrapport 4: Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund. Institutt for samfunnsfag: Norges idrettshøgskole.
- Sørensen, M., Kahrs, N., Aamot, I. L. & Strand, G. H. (2003e). Evaluering av *Integreringsprosessen* i norsk idrett. Rapport 2: 1999–2003. Delrapport 5: Kompetanse. Institutt for samfunnsfag: Norges idrettshøgskole.
- Tangen, J. O. (2004). *Hvordan er idrett mulig?: skisse til en idretts sosiologi*. Høyskoleforlaget.
- Thomas, J. & Harden, A. (2008). Methods for the thematic synthesis of qualitative research in systematic reviews. *Bmc Medical Research Methodology*, 8(1), 45.
- Tonkin, B. L., Ogilvie, B. D., Greenwood, S. A., Law, M. C. & Anaby, D. R. (2014). The participation of children and youth with disabilities in activities outside of school: a scoping review. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 81, 226–236.
- Ueda, S. & Okawa, Y. (2003). The subjective dimension of functioning and disability: what is it and what is it for? *Disabil Rehabil*, 25(11–12), 596–601.
- United Nations. (2006, 6. desember). *United Nations Conventions on the Rights of Persons with Disabilities*. <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>
- Watson, N. (2024, 3. juni). When rights are wrong: How best to promote disability equality. Norsk Nettverk for Funksjonshemming Forskning, Bodø. <https://www.nondr.no/nnff10-program/>
- Wendelborg, C. (2010). Å vokse opp med funksjonshemming i skole og blant jevnaldrene. En studie av opplæringstilbud og deltakelse blant barn med nedsatt funksjonsevne. [Doktorgrad, Institutt for sosialt arbeid og helsevitenskap: NTNU]
- Wiium, N. & Säfvenbom, R. (2019). Participation in organized sports and self-organized physical activity: Associations with developmental factors. *International journal of environmental research and public health*, 16(4), 585.
- Wilhelmsen, T. & Sørensen, M. (2017). Inclusion of children with disabilities in physical education: A systematic review of literature from 2009 to 2015 *Physical Activity Quarterly*, 34(3), 311–337.
- Willis, C., Girdler, S., Thompson, M., Rosenberg, M., Reid, S. & Elliott, C. (2017). Elements contributing to meaningful participation for children and youth with disabilities: A scoping review. *Disability and Rehabilitation*, 39(17), 1771–1784.
- World Health Organization. (2001, 22. May). *International classification of functioning, disability and health (ICF)*. <https://icd.who.int/dev11/l-icf/en>