

Scenario: Besvikelse och dopingkontroll

Elias, lagets mittfältare, sitter på en bänk i omklädningsrummet med huvudet i händerna. Laget har precis förlorat den avgörande bortamatchen för att komma upp i Allsvenskan efter att Elias missade en straff i sista minuten. Stämningen i omklädningsrummet är dämpad – några gråter, andra stirrar tomt framför sig.

Plötsligt knackar det på dörren. En dopingkontrollfunktionär kliver in.

Dopingkontrollfunktionären:

"Hej, är Elias här? Du har blivit uttagen till dopingkontroll. Följ med mig, tack."

Elias tittar upp, förvirrad och arg.

Elias (upprörd):

"Va? Nu? Jag orkar inte! Jag vill bara åka hem. Det här är sjukt dålig tidpunkt. Ni fattar väl att jag inte tagit något? Jag är inte ens kissnödig!"

Dopingkontrollfunktionären (lugn och saklig):

"Jag förstår att det här inte känns som ett bra tillfälle, men reglerna säger att du måste följa med direkt och stanna tills testet är genomfört. Det är din skyldighet som idrottsutövare."

Elias slår ut med händerna och suckar djupt. Han tittar på tränaren, som står vid dörren.

Tränaren:

"Jag vet att du är besviken, Elias. Det är vi alla. Men det här är viktigt. Vi väntar på dig i bussen, hur lång tid det än tar. Du gör det här inte bara för dig själv, utan för laget och sporten."

Elias reser sig motvilligt. Han muttrar något tyst och följer med kontrollanten. Inne i kontrollrummet får han vatten och erbjuds att sitta ner och vänta tills han blir kissnödig.

Efter en timmes väntan lyckas han äntligen lämna provet. Trött, fortfarande arg men medveten om att han gjort rätt, kliver han in i lagbussen. Lagkamraterna applåderar lättsamt när han kommer – ett tecken på respekt för att han tagit sitt ansvar.

Reflektionsuppgifter

1. Känslomässig hantering:

- Hur skulle du reagera om du förlorade en viktig match eller tävling på samma sätt som Elias? Hur skulle du känna när du får veta att du är uttagen till dopingkontroll just efter en sådan förlust?

2. Dopingreglernas betydelse:

- Varför är det viktigt att du följer dopingkontrollfunktionärens anvisningar, även om du är besviken och inte känner för det? Vilka konsekvenser kan det få om du inte gör det?

3. Ansvar som idrottsutövare:

- Reflektera över hur ditt ansvar som idrottsutövare sträcker sig bortom matchen och träningen. Vad innebär det för dig att vara en förebild för andra, både inom och utanför idrotten?

4. Stöd från laget:

- Hur viktigt är det att ha stöd från tränare och lagkamrater i situationer som denna? Hur kan det hjälpa dig att fatta rätt beslut?

5. Framtida hantering:

- Om du ställs inför en liknande situation i framtiden, vad skulle du göra för att hantera dina känslor och se till att du följer reglerna utan att orsaka problem?

Syfte och lärdom:

Scenariots syfte är att förbereda idrottaren på dopingkontrollsituationer som den kan ställas inför och övas i att ta kloka beslut som inte bryter mot dopingreglerna.

Det här scenariot belyser att:

- *Dopingkontroller kan ske när som helst och var som helst, oavsett känsloläge.*
 - *Idrottsutövare är skyldiga att följa dopingkontrollantens anvisningar, även om det är känslomässigt svårt.*
 - *Vägran eller försening utan giltig anledning kan tolkas som en dopingförseelse.*
 - *Stöd från ledare och lagkamrater kan hjälpa idrottaren att hantera situationen rätt.*
-