

Nyhed publiceret på [www.teamdanmark.dk](http://www.teamdanmark.dk) 20. september 2018

---

## Ny tænketank skal styrke mental sundhed i eliteidræt

**Team Danmark og Institut for Idræt og Biomekanik på SDU tager i fællesskab initiativ til en international tænketank, der skal udvikle nye gode råd og strategier på det mentale område i elitesport.**

Torsdag og fredag samles en række førende internationale eksperter i Odense til en konference om mental sundhed i eliteidræt. Konferencen markerer startskuddet til en ny tænketank, der på internationalt niveau skal diskutere, hvordan eliteidrætten håndterer et stadigt stigende pres på atleter.

”Vi har gennem de seneste år kunnet observere en stigende tendens i samfundet, hvor mange unge kæmper med depression, stress og angst. I udlandet har vi samtidig set, at en række atleter inden for forskellige idrætsgrene fortæller om svære mentale problemer. Med konferencen tager Danmark teten ved at sætte fokus på udfordringerne og komme med bud på strategier, der kan forebygge, at atleter får svære mentale udfordringer i deres eliteidrætskarriere,” siger sportspsykologisk konsulent Carsten Hvid Larsen.

På konferencen vil deltagerne udarbejde nogle anbefalinger til, hvordan eliteidrætsorganisationer, trænere med videre kan arbejde for, hvordan talenter og eliteatleter kan udvikle sig i et sundt miljø.

”I dansk eliteidræt arbejder vi med en socialt ansvarlig model, som giver atleter muligheder for at præstere sportsligt og en sideløbende civil karriere. Det er en model, som både giver mening i forhold til præstationsoptimering og i forhold til at skabe balance i atleternes liv. Verden står dog ikke stille, og derfor skal vi hele tiden optimere vores arbejde i takt med at samfundet udvikler sig. Med konferencen og etableringen af tænketanken kan vi forhåbentlig være med til at styrke fundamentet for vores talent- og eliteidrætsarbejde og dermed forebygge at danske atleter havner i svære mentale udfordringer,” siger Lone Hansen, direktør i Team Danmark.

Ifølge institutleder Jørgen Povlsen, Institut for Idræt og Biomekanik ved SDU, har mental sundhed fået berettiget fokus i samfundet i dag, hvor blandt andet eliteatleter er under meget stort psykisk pres.

”Kravet om toppræstationer stiger og parallelle krav om uddannelse, erhverv og indtjening gør, sammen med risiko for skader, livet som eliteatlet komplekst og mentalt belastende. Et initiativ med henblik på at styrke mental sundhed i eliteidrætten kan kun hilses velkommen. Initiativet fra Team Danmark og SDU’s sportspsykologer kommer på det rette tidspunkt til at kunne få betydning for nutidens og fremtidens atleter,” siger Jørgen Povlsen.

---

### Yderligere oplysninger

Lone Hansen, direktør, Team Danmark, 6038 2527

Jørgen Povlsen, institutleder, Institut for Idræt og Biomekanik, SDU, 6011 3451

Carsten Hvid Larsen, sportspsykologisk konsulent, Team Danmark, 3131 0111

---

Link: <https://www.teamdanmark.dk/nyheder/2018/september/ny-taenketank-skal-styrke-mental-sundhed-i-eliteidraet/>