

Vebjørn Lilleås Johansen

# Treningscenteret som et sosialt felt

Akkumulering av kapital gjennom kroppsarbeid

Masteroppgave i Idrettsvitenskap

Veileder: Niels Feddersen

Juni 2023



**NTNU**

Kunnskap for en bedre verden



Vebjørn Lilleås Johansen

# **Treningscenteret som et sosialt felt**

Akkumulering av kapital gjennom kroppsarbeid

Masteroppgave i Idrettsvitenskap

Veileder: Niels Feddersen

Juni 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Institutt for sosiologi og statsvitenskap



Kunnskap for en bedre verden



## Sammendrag

**Formål:** Formålet med denne mastergradsavhandlingen er å utforske det sosiale miljøet og treningskulturen ved treningssenteret på Sit Dragvoll, og hvordan medlemmene anvender kroppsarbeid for å akkumulere kapital, samt prosessene som påvirker denne akkumuleringen. Videre ønsket jeg å se hvordan den akkumulerte kapitalen påvirker medlemmenes posisjonering innenfor treningssenterets sosiale hierarki.

**Teori:** Pierre Bourdieus praksisteori danner det teoretiske rammeverket for denne oppgaven. Sentrale begreper fra Bourdieus teori, først og fremst «habitus», «sosialt felt», «kapital» og «doxa» benyttes for å beskrive og forklare oppgavens resultater.

**Metode:** Denne masteroppgaven anvender en kvalitativ forskningstilnærming, og er forankret i en sosialkonstruktivistisk vitenskapelig tilnærming. Det ble gjort en etnografisk casestudie av treningssenteret på Sit Dragvoll over en tremånedersperiode. I tillegg ble det gjennomført semistrukturerte intervjuer med syv av treningssenterets medlemmer.

**Resultater:** Resultatene viser at Dragvolls sosiale miljø er unikt da medlemsmassen oppleves som hyggeligere, mer imøtekommende og mer inkluderende enn den informantene har møtt andre steder. Med dette særegne miljøet følger det implisitte sosiale normer og forventninger omkring hva som utgjør passende atferd. Brudd med akseptert atferd møtes med negative reaksjoner og påvirker medlemmers evne til å navigere innenfor feltets sosiale hierarki. Styrke, fysikk og innsats muliggjør akkumulering av fysisk kapital, som anerkjennes av andre medlemmer. Treningssenteret viser seg også å tjene sosiale formål, og sosiale relasjoner på senteret muliggjør akkumulering av sosial kapital. Denne sosiale kapitalen kan gjennom interaksjon med erfarne medlemmer konverteres til kulturell kapital i form av kunnskap. Sosiale medier bidrar også til akkumuleringen av sosial, symbolsk og kulturell kapital for senterets medlemmer. Funnene omkring kjønn viser til forventninger om maskulinitet og femininitet. Dominerende normer og forventninger rundt atferd, øvelser og treningstøy, illustrerer hvordan menn og kvinners praksis på treningssenteret tas for gitt. Sosial kapital fordeles til kjønnete kroppar i samsvar med disse normene og forventningene, og påvirker hvordan medlemmene på senteret posisjoneres i det sosiale hierarkiet.

**Nøkkelord:** Bourdieu, kroppsarbeid, treningssenter, kapitalakkumulering

## **Abstract**

**Purpose:** The purpose of this master's thesis is to explore the social environment and training culture of the gym at Sit Dragvoll, and how the members use bodywork to accumulate capital, as well as the processes that affect this accumulation. Furthermore, I wanted to see how the accumulated capital affects the members' positioning within the gym's social hierarchy.

**Theory:** Pierre Bourdieu's theory of practice forms the theoretical framework for this thesis. Key concepts from Bourdieu's theory, primarily "habitus", "social field", "capital" and "doxa" are used to describe and explain the results of the thesis

**Method:** This master thesis uses a qualitative research approach and is rooted in social constructivism. An ethnographic case study was made of the gym at Sit Dragvoll over a three-month period. In addition, semi-structured interviews were conducted with seven of the gym's members.

**Results:** The results show that Dragvoll's social environment is unique as the community is perceived to be nicer, more welcoming and more inclusive than what the informants have experienced elsewhere. With this particular environment comes implicit social norms and expectations about what constitutes appropriate behaviour. Breaking with accepted behavior is met with negative reactions and affects the members' ability to navigate within the field's social hierarchy. Strength, physique and effort enable the accumulation of physical capital, which is recognized by other members. The gym also turns out to serve social purposes, and social relationships at the gym enable the accumulation of social capital. Through interaction with experienced members, this social capital can be converted into cultural capital in the form of knowledge. Social media also contribute to the accumulation of social, symbolic and cultural capital for the gym's members. The findings concerning gender point to expectations around masculinity and femininity. Dominant norms and expectations around behaviour, exercises and gym attire illustrate how men's and women's practices at the gym are taken for granted. Social capital is distributed to gendered bodies in accordance with these norms and expectations, and affects how the members of the gym are positioned in the social hierarchy.

**Key words:** *Bourdieu, bodywork, gym, capital accumulation*

## **Forord**

Fem år ved NTNU går omsider mot slutten. Det siste året har vært en lang og svært utfordrende prosess, men samtidig veldig givende. Jeg vil rette en stor takk til min veileder Niels Feddersen for gode tilbakemeldinger og verdifulle råd underveis. Ditt engasjement i dette prosjektet har bidratt til at jeg presset meg selv og strakk meg lenger enn jeg kanskje opprinnelig ville. En stor takk skal også rettes til mine informanter. Uten dere ville ikke oppgaven blitt som den ble.

Jeg vil rette en spesiell takk til min venn Andreas. Din generelle interesse i dette prosjektet har vært motiverende. Dine tilbakemeldinger var også til god hjelp helt på tampen av prosjektet.

Trondheim, juni 2023.

Vebjørn Lilleås Johansen

# Innholdsfortegnelse

<b>1. Introduksjon .....</b>	<b>6</b>
1.1 Bakgrunn og aktualisering .....	6
1.2 Formål og forskningsspørsmål .....	9
1.3 Oppgavens struktur .....	9
<b>2. Teori.....</b>	<b>10</b>
2.1 Bourdieus teoretiske rammeverk .....	10
2.1.1 Habitus .....	10
2.1.2 Kapital.....	12
2.1.2.1 Økonomisk kapital .....	12
2.1.2.2 Kulturell kapital.....	12
2.1.2.3 Sosial kapital .....	13
2.1.2.4 Symbolsk kapital .....	14
2.1.3 Sosiale felt.....	14
2.2 Doxa.....	15
2.3 Symbolsk makt og symbolsk vold.....	16
<b>3. Metode .....</b>	<b>17</b>
3.1 Vitenskapelig tilnærming .....	17
3.2 Metodisk valg – etnografi.....	18
3.2.1 Casestudier .....	19
3.2.2 Min rolle som forsker.....	20
3.2.3 Observasjon som metode .....	21
3.2.3.1 Etske hensyn ved observasjon.....	22
3.2.4 Intervju som metode.....	23
3.2.4.1 Informantutvalg .....	24
3.2.4.2 Tilgang til informanter .....	25
3.2.4.3 Forberedelser og etiske overveielser .....	26
3.2.4.4 Gjennomføring .....	28
3.3 Databehandling og analyse.....	28
3.3.1 Tematisk analyse.....	29
3.4 Kvalitetsvurdering .....	32
3.4.1 Refleksivitet .....	32
3.4.2 Gjennomsiktighet .....	33



<b>4. Resultater og diskusjon.....</b>	<b>35</b>
4.1 Dragvoll – en introduksjon .....	35
4.1.1 Dragvolls sosiale spilleregler .....	36
4.1.2 Det sosiale hierarkiet.....	41
4.2 Sosiale nettverk.....	46
4.2.1 Analoge nettverk .....	46
4.2.2 Virtuelle nettverk .....	50
4.3 Betydningen av kjønn .....	53
4.3.1 Kjønnsnormer og forventninger .....	53
4.3.2 Treningsmote .....	57
<b>5. Generell diskusjon.....</b>	<b>62</b>
5.1 Sosiale spilleregler.....	62
5.2 Sosiale nettverk.....	64
5.3 Kjønn .....	66
<b>6. Metodediskusjon.....</b>	<b>69</b>
6.1 Feltarbeidet .....	69
6.2 Intervjuene .....	70
6.3 Forskerrefleksivitet.....	71
<b>7. Oppsummering og avsluttende kommentarer .....</b>	<b>71</b>
7.1 Videre forskning .....	75
<b>8. Referanser .....</b>	<b>76</b>
<b>9. Vedlegg .....</b>	<b>85</b>
Vedlegg 1: Informasjonsskriv .....	85
Vedlegg 2: Samtykkeerklæring .....	88
Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD .....	89
Vedlegg 4: Intervjuguide .....	90
Vedlegg 5: Meldeskjema – personverntjenester.....	95

# 1. Introduksjon

## 1.1 Bakgrunn og aktualisering

Som et symbol på prestisje har det slanke og muskuløse kroppsidealet opp igjennom historien utviklet seg på bakgrunn av både økonomiske og kulturelle endringer. Bilder av slanke kvinner og mannlige kroppsbyggere opplevde økende popularitet i løpet av 1900-tallet, og dermed ble en muskuløs, fettfri og velformet kropp akseptert som helse- og skjønnhetsidealet (Hutson, 2016). Som en følge ble trening fremhevet som en primær fremgangsmåte til kroppslig forbedring, og treningssentre ble populære steder for å utøve denne type aktivitet. Selv om denne helsereformen inkluderte mennesker fra alle sosiale lag, var effektene tydeligst blant medlemmer av middelklassen (Hutson, 2016). Ved midten av 1900-tallet hadde konseptet «fitness», som tidligere hadde vært reservert for eliteutøvere, blitt tilgjengelig for alle som kunne oppnå – eller hadde råd til – en slik distinksjon (Bourdieu, 1986). Blant medlemmer av middelklassen ble derfor en godt trent kropp som var formet gjennom fysisk aktivitet et middel for å kunngjøre ens sosiale status (Schwartz, 1986). Siden trening ble ansett som viktig for å opprettholde helsen, og fordi ytre utseende ble antatt å være en refleksjon av indre karakter, ble arbeid med kroppen i økende grad synonymt med arbeid med ens egen identitet (Hutson, 2016).

I dagens samfunn vektlegges kropp og kroppslig utseende i større grad enn noen gang. Studier viser at veltrente, muskuløse og slanke kropper utgjør kroppsidealet til de fleste unge mennesker (Grogan, 1999). Dette er fordi det har vist seg å øke egenverd og velvære, og er tett knyttet til inkludering og ekskludering fra sosiale forhold (Frost, 2003). Å ha en vel trent kropp symboliserer også at man er sunn, disiplinert, har kontroll over livet generelt og er i stand til å møte samfunnets krav om å ta ansvar for egen helse (Giddens, 1991). Kroppslig fremtoning og arbeidet med å anskaffe en vel trent kropp er en grunnleggende del av identitetsdannelsen i senmoderniteten og i en forbrukerkultur (Giddens, 1991). Når de mer spesifikt rettes mot kroppen blir identitetsprosjekter forstått som «kroppsarbeid», en praksis rettet mot å endre kroppen som også påvirker identiteten. Kroppsarbeid kan forekomme i en rekke ulike former, inkludert muskelvekst, vekttap, kosmetisk kirurgi, klær, frisyre, tatoveringer, osv. (Thorsby, 2008; Best, 2011). Samtidig har dette arbeidet effekter utover identitetsnivået. Nettopp fordi kroppen fungerer som et symbol på prestisje, er arbeidet med kroppen også et middel som kan brukes for å bygge status. I denne forstand handler kroppsprosjekter både om identitet og om å investere i en verdsatt ressurs som er nyttig for å navigere i sosiale hierarkier, konseptualisert som «kroppslig kapital» (Bourdieu 1984).

Forskning viser at samfunnsmessige trekk som selvrealisering, selvkonstruksjon og fokus på kropp, helse og utseende påvirker fysisk aktivitet, og antallet nordmenn som trener på treningssenter har økt kraftig de siste tiårene (Vik, 2011; Breivik, 2013). Likevel er det lite forskning som har undersøkt medlemmers erfaringer med treningsregimene som gjennomføres på treningssentrene. Treningssentre har blitt vurdert på en rekke måter. På den ene siden ser man at de tilbyr mennesker et sted hvor de kan bygge en sterkere, sprekere og bedre formet kropp. På den andre siden hevder kritikere av treningssenterkulturen at disse områdene hovedsakelig okkuperes av homofobiske og narsissistiske unge menn som streber etter tegneserieforestillinger av maskulinitet (Klein, 1993; Rubinstein, 2003; Phillips, 2005). Imidlertid fanger ikke disse kritiske stereotypiene av kroppsarbeidet som utøves på treningssentre opp den økende kompleksiteten til treningsopplevelsen, og måtene kropp, som "konstituerende av selvet", refleksivt bearbeides, modifiseres og forbedres, i jakten på en modernisert identitet (Thualagant, 2012). I dag er det mer nøyaktig å si at treningssenteret har blitt et sted hvor individer utfører kroppsprosjekter med utgangspunkt i de nyliberale imperativene om selvforbedring, inntrykkshåndtering og kjønnsprestasjoner (Magurie, 2008; O'Toole, 2009).

Kroppsprosjekter kan ha mange former (Gimlin, 2002; Phillips, 2005; Shilling, 2005), men når de kokes ned til et grunnleggende nivå, er målene enten å oppnå et bedre kroppsutseende eller å forbedre kroppens ytelsesevne. Målet er å "se ung, sunn og sexy ut", og å føle seg selvsikker og selvbestemt (Monaghan, 2001). Det er en mengde teknikker – eller teknologier – som disse kroppsprosjektene utføres med, men et fellestrekk er behovet for å rekonstruere kroppen og presentere den for andre i en gjenskap form (Gimlin, 2002). Videre er ikke denne gjenskapte "riktige typen kropp" et mål i seg selv, men brukes til å sikre en følelse av hvem man er og hva man ønsker å være (Orbach, 2009).

Det finnes en solid mengde litteratur som bekrefter at fysisk aktivitet forbedrer individers helse og velvære (Warburton, Nicol, & Bredin, 2006; Birkeland, Torsheim, & Wold, 2009). Noen studier forklarer folks beslutninger om å påta seg kroppsarbeid i utgangspunktet (McCreary & Saucier, 2009; Cox, Ullrich-French, Madonia, & Witty, 2011), men langt færre tar for seg fordelene de sikrer, og deres evaluering av den generelle treningsopplevelsen. I lys av det faktum at mange vestlige nasjoner står overfor økende fedme og fallende nivåer av fysisk aktivitet, anses dette derfor som et fremtredende kunnskapshull (Lee, Lee, Guo & Harris, 2011). Treningssentre er utmerkede steder for å utøve fysisk aktivitet, og data som kan brukes for å gjøre treningsdeltakelse mer attraktivt kan bare være positivt.

Treningssentre utgjør en spesifikk setting der mennesker kan praktisere sin interesse for kroppen og utøve sitt kroppsarbeid. Nordmenns valg av fritidsaktiviteter er i endring, og stadig flere benytter kommersielle treningssentre (Vik, 2011). De samme trendene observeres i mange andre vestlige land (Sassatelli, 2010). Blant disse individuelle aktivitetene utgjør styrketrening den mest populære (Dalen, 2019). Økningen i antall individer som benytter treningssentre kan hovedsakelig tilskrives to trender: den endrede oppfatningen av trening som et livsstilsprodukt, og et samfunnsskifte mot individualisering som støtter skreddersydde aktiviteter (Elling & Claringbould, 2005; Andreasson & Johansson, 2014).

Studier av bindingseffekter og sosiale grenser i idrett har hovedsakelig vært begrenset til forskning i frivillige idrettslag og konkurranseidrett, og treningssentre anses for å være av sekundær betydning i utforskningen av sosial interaksjon (Janssens & Verweel, 2014), selv om de blir en stadig større del av det sosiale livet (Crossley, 2006; Sassatelli, 2015). Fordi aktivitetene på treningssentre er ulike for hvert individ, antar mange at treningssentrenes medlemmer er mindre bevisste og interesserte i den sosiale interaksjonen sentrene oppmuntrer til og at medlemmer baserer sin beslutning om å melde seg inn på motiver som helse, kroppsilde og utseende i stedet for en idé om fellesskap (Ulseth, 2004, 2008). Til tross for disse rådende antakelsene presenterer Crossley (2006) og Sassatelli (2010, 2015) bevis for at selv om noen individer baserer medlemskapsbeslutningene sine på motiver som fysiske og treningsorienterte resultater, har de sosiale interaksjonene som treningssentrene fremmer, fortsatt integrerende effekter som medlemmene kan være uvitende om. Altså kan treningssentre ha verdier utover de helsemessige.

Vik (2011) stiller spørsmål om trening på treningssentre bør analyseres med utgangspunkt i helsebegrepet, eller om et begrep som «kroppsetetikk» er et bedre utgangspunkt. Et sentralt funn i hans studie var at flerfoldige posisjoneringer fra informantenes side, sett opp mot tidligere forskning, gjorde at fysisk aktivitet på treningssenter ikke utelukkende kunne analyseres som uttrykk for de verdier og normer som assosieres med behandlingssamfunnet (Vik, 2011). På bakgrunn av dette hevder han at: *«trening på treningssenter [kan] betraktes som et sosialt fenomen som grunnet sin økende utbredelse og kulturelle kompleksitet burde appellere til sosiologiske forskningssinteresser over et vidt spekter»* (Vik, 2011, s. 327).

Tendensene i tidligere forskning, som beskrevet i avsnittene over, viser at det finnes kunnskapshull når det kommer til hvordan styrketrenende individer evaluerer fordelene av sitt kroppsarbeid (Smith & Stewart, 2012). Treningssenteret som en sosial arena som fremmer sosiale interaksjoner er også av interesse for videre utforskning (Cardone, 2019). Siden

tidligere forskning har en tendens til å sette søkelyset på kropp og helse gjennom en kvantitativ forskningstilnærming (Rafoss, 1993; Ulseth, 2008) med lite sosiologisk analyse (Gill, 2013), ønsker jeg derfor å benytte en sosiologisk tilnærming for å undersøke treningssentre, de som trener der og den type trening de utøver. Disse temaene utgjør derfor utgangspunktet for dette forskningsprosjektet.

## 1.2 Formål og forskningsspørsmål

Formålet med denne oppgaven er å utforske det sosiale miljøet og treningskulturen ved ett spesifikt treningssenter, nærmere bestemt Sit Dragvoll. Videre ønsker jeg å utforske kroppsarbeidet og helseatferden medlemmene ved dette senteret praktiserer. Basert på dette ble følgende forskningsspørsmål formulert:

1. *Hva utgjør Sit Dragvolls spesifikke sosiale miljø og treningskultur?*
2. *Hvordan bruker senterets medlemmer kroppsarbeid for å akkumulere verdifulle ressurser i form av kapital, og hvordan anvendes denne kapitalen for å navigere innenfor treningssenterets sosiale hierarki?*

Med utgangspunkt i etnografisk feltarbeid utforsker dette forskningsprosjektet treningssenteret på Dragvoll og dets medlemmer. For å fange opp mangfoldet av de oppfattede godene som er knyttet til kroppsarbeid på treningssenteret, benyttes Bourdieus teori og sentrale begreper for å ramme inn resultatene.

## 1.3 Oppgavens struktur

I dette kapitlet har jeg presentert bakgrunn for oppgaven, tidligere forskning og utgangspunktet for min studie. I det neste kapitlet presenteres det teoretiske rammeverket som vil benyttes for å svare på oppgavens forskningsspørsmål. Deretter vil jeg redegjøre for de metodiske valgene jeg har gjort og datainnsamlingsprosessen. I oppgavens fjerde kapittel vil resultatene fra analysen tolkes og diskuteres i lys av det teoretiske rammeverket. Dette følges av en generell diskusjon hvor resultatenes helhet settes inn i et større bilde. Oppgavens sjette kapittel består av en metodisk diskusjon, der styrker og svakheter ved de metodiske valgene drøftes. Avslutningsvis oppsummeres oppgavens viktigste funn og hvorvidt de besvarer forskningsspørsmålene.

## 2. Teori

I dette kapitlet presenteres oppgavens teoretiske rammeverk. I denne oppgaven benyttes Pierre Bourdieus praksisteori og hans mest sentrale tankeverktøy som teoretisk rammeverk. I det følgende kapitlet vil jeg først gi en kort innføring i Bourdieus praksisteori, før jeg gir en grundigere innføring i hans mest sentrale tenkeverktøy: habitus, kapital, sosiale felt og doxa. Disse begrepene vil senere benyttes for å belyse oppgavens resultater og drøfting.

### 2.1 Bourdieus teoretiske rammeverk

Særlig tre begreper er fremtredende i Bourdieus praksisteori; habitus, kapital og felt, hvor praksis utledes fra samspillet mellom disse tre (Yang, 2014). I *Distinksjonen* (1984) formuleres praksis på følgende måte: [(habitus)(kapital)] + felt = praksis. Denne spesifikke formuleringen understreker hvordan Bourdieus mest fremtredende tenkeverktøy passer inn i hverandre (Yang, 2014). Det er den samlede innsatsen fra disse som produserer praksis. Kort forklart viser denne ligningen at praksis er resultatet av forholdet mellom ens disposisjon (habitus) og ens posisjon i et felt (kapital), innenfor den nåværende situasjonen til den sosiale arenaen (feltet) man befinner seg i (Yang, 2014).

Begrepene brukes også for å beskrive individuelle smaker og distinksjoner i sosial status. Det sentrale i Bourdieus teori er at individuelle smaker og estetiske disposisjoner (verdenssyn) er unikt formet gjennom interaksjon med sosialiseringssagenter (familie, klasse, sosial interaksjon, osv.). Disse interaksjonene bidrar til å reprodusere sosialt situerte interaksjonelle normer, roller og forventninger, i tillegg til sosiale hierarkier og ulikhet i det sosiale liv (Bridges, 2009). Dog er ikke Bourdieus begreper ment å være bestanddeler i en altomfattende teori, men heller et sett med tenkeverktøy i forbindelse med empirisk forskning. I avsnittene som følger vil jeg redegjøre nærmere for Bourdieus mest sentrale tenkeverktøy.

#### 2.1.1 Habitus

Bourdieus habitusbegrep er selve kjernen i hans praksisteori og aktørforståelse. Habitus beskrives som et integrert system av varige og kroppsliggjorte disposisjoner som regulerer hvordan vi forstår, vurderer og handler i den fysiske og sosiale verden (Bourdieu, 1984). Med «kroppsliggjort» i denne sammenhengen mener Bourdieu en førrefleksiv og nærmest instinktiv forståelse av hva vi må gjøre i en situasjon, «vi bare vet». Vi er nødvendigvis ikke

selv bevisst hvor preget vi er av habitus, den bare er der. Videre bistår habitus i aktørens kompetente deltakelse i sosiale praksiser, og gir aktøren en «praktisk sans» gjennom en evne til å orientere seg på en selvstendig og fornuftig måte (Aakvaag, 2008).

Internaliseringen av klassifikasjoner, koder og implisitte regler som strukturerer i samfunnet, er midler individet benytter for å konstruere sin identitet, bekrefte sin tilhørighet i sosiale grupper, samt skille seg fra andre. Like fullt er ikke habitus kun en internalisering av sosiale forhold og disposisjoner, men Bourdieu forestiller seg det på samme tid som et genererende prinsipp for praksiser uttrykt i «smak». Gjennom sosialisering og lærdommen (institusjonalisert eller uformell, diskursiv og kroppslig) som medfølger, skaffer sosiale aktører seg et system av disposisjoner som gjør at de handler og reagerer på et vis som er passende for hans/hennes sosiale gruppe (Laberge & Kay, 2002).

Habitus kan være både individuell, kollektiv og samfunnsmessig på samme tid. Habitus er individuell da den personifiserer det sosiale, og sosiale begrensninger ses på som personlige valg. Habitus er kollektiv da den tilegnes i et sosialt miljø, gjerne karakterisert gjennom en form for felles forståelse og fellesskap (Wilken, 2008). Det kollektive danner en ramme for det individuelle, og gjør det individuelle mer forståelig og ofte forventet i bestemte sosiale kontekster. I en samfunnsmessig kontekst gjør habitus at vi aksepterer og tar for gitt samfunnets ulikheter (Wilken, 2008).

Bourdieu vektlegger klassespesifisiteten ved habitus. Med idrettsfeltet som eksempel forklarer han at det er systematiske forskjeller i hvilke idretter som utøves (og måten disse idrettene utøves på) mellom arbeiderklassen og overklassen (Bourdieu, 1995). Mens overklassen og middelklassen behandler kroppen som et objekt for kontinuerlig investering fra et helseperspektiv (kroppen som et mål i seg selv), har arbeiderklassen et mer instrumentelt kroppssyn knyttet til ekspressive motiver som utseende (kroppen for andre) (Skauge & Seippel, 2020). Siden habitus er klassespesifikk, vil den nødvendigvis gjenspeile individets posisjon i det sosiale rom eller sosiale felt. Dette er det begrensende aspektet ved habitus, og betyr at den er et produkt av objektive sosiale betingelser og setter klassespesifikke grenser for individers væremåte og handlinger. Dette gjør at vi fungerer bra i noen sosiale miljøer, men dårlig i andre. For å studere mennesker, må de derfor ses i lys av sin posisjon i det sosiale rom og sosiale felt (Aakvaag, 2008).

## 2.1.2 Kapital

Bourdieu's forståelse av kapitalbegrepet inkluderer flere ressursformer som kan benyttes for å skape anerkjennelse i et gitt sosialt felt (Bourdieu & Wacquant, 1992). Ifølge Bourdieu (1986) kan kapital anses som akkumulerte ressurser. Dette omfatter ikke bare materielle ressurser, men også ressurser tilknyttet det kulturelle, sosiale, kognitive og symbolske. Hos Bourdieu har kapitalbegrepet tett tilknytning til makt, da han definerer styrkeforholdene i samfunnet, eller innenfor et sosialt felt, som den fordelingen av kapital som gjør seg gjeldende der. Et maktforhold er dermed en bestemt kapitalfordeling (Bugge, 2002). Dette vil si at et sosialt ulikhetsforhold, et forhold mellom individer, grupper eller institusjoner preget av over- og underordning, også er et maktforhold hos Bourdieu (Bugge, 2002). Bourdieu (1986) opererer hovedsakelig med tre primære kapitalformer som påvirker individers plassering i det sosiale rommet: *økonomisk*, *kulturell* og *sosial* kapital. Også en fjerde kapitalform trekkes ofte frem som sentral, nemlig *symbolsk kapital*.

### 2.1.2.1 Økonomisk kapital

Ifølge Bourdieu (1986) er økonomisk kapital den mest sentrale og grunnleggende kapitalformen. Selv om Bourdieu omtaler økonomisk kapital som den viktigste formen for kapital, skrives det minst om denne kapitalformen i hans tekster. Noe av årsaken til dette er trolig at begrepet i stor grad er dagligdags og intuitivt forståelig, og at det i liten grad utgjør noen begrepsmessig nyvinning fra Bourdieus side. Bourdieu (1986) anser økonomisk kapital som roten til alle andre kapitalformer, da den lettest kan konverteres til andre kapitalformer, for eksempel kulturell eller sosial kapital. Altså kan kulturell og sosial kapital forstås som omformede og kamuflerte former for økonomisk kapital. Økonomisk kapital kan defineres som alle typer økonomiske ressurser som kan investeres og gi økonomisk vinning og avlastning for et eller flere individer (Aakvaag, 2008). Dette er med andre ord penger eller andre ressurser som har materiell verdi (Bugge, 2002).

### 2.1.2.2 Kulturell kapital

De økonomiske forholdene man vokser opp i, er ikke alene om å være avgjørende for hvem man er, og hva man kan delta i. Kulturen spiller også en viktig rolle. Kulturell kapital kan forekomme i tre former: i en *kroppsliggjort* form, en *objektivisert* form og en *institusjonalisert* form (Bourdieu, 1986). Kulturell kapital i kroppsliggjort form utgjør de holdningene,



praksisene og vanene man med fordel anvender (Bourdieu, 1986; Moore, 2014; Gilleard, 2020). Den kroppsliggjorte formen for kapital, som er tett sammenknyttet med habitus, er grunnleggende for et individ da den involverer en evne til å tyde samfunnets «kulturelle koder» (Yang, 2014). Akkumulering av kroppsliggjort kulturell kapital forutsetter en kroppsliggjøringsprosess som innebærer assimilering og innprenting over tid, tid som må investeres av individet selv. Arbeidet med anskaffelsen av kroppsliggjort kulturell kapital, er arbeid rettet mot selvforbedring, en innsats som forutsetter en personlig kostnad og en investering av tidsbruk fremfor noe annet. Bourdieu bruker anskaffelsen av en muskuløs fysikk som et eksempel på hvordan et individ må yte en innsats over lengre tid for å oppnå selvforbedring (Bourdieu, 1986).

Med kulturell kapital i objektivisert form menes objekter materialisert i form av eiendeler som litteratur og kunst. Kulturell kapital i denne formen er overførbar i sin materialitet. Eksempelvis kan kunst selges og dermed overføres til økonomisk kapital (Bourdieu, 1986). Den tredje formen for kulturell kapital Bourdieu nevner, institusjonalisert kulturell kapital, viser til formalisering av kulturelle prestasjoner, som utdanning eller yrkeskvalifikasjoner (Gillard, 2020).

### 2.1.2.3 Sosial kapital

Den tredje kapitalformen er sosial kapital og omhandler individers tilgang til sosiale nettverk. Bourdieu ser på sosial kapital som de forbindelsene som utvikles av individer eller grupper i samfunnet, og nettverket av sosiale relasjoner som binder mennesker sammen (Gilleard, 2020). Medlemskap i en gruppe gir hvert enkelt medlem tilgang til ressurser og støtte fra kollektivets kapital. Slike grupper kan være familie, venner, kolleger eller organisasjoner (Bourdieu, 1986). Den totale mengden sosial kapital et individ besitter, avhenger av størrelsen på nettverket av forbindelser man effektivt kan mobilisere, samt mengden kapital man besitter gjennom hver av dem man er tilknyttet (Bourdieu, 1986). Et nettverk av relasjoner er et produkt av individuell og kollektiv investering, bevisst og ubevisst rettet mot å etablere eller reprodusere sosiale forhold som er anvendbare både kortsiktig og langsiktig. Dette kan for eksempel skje gjennom at betingede relasjoner (naboforhold eller arbeidsrelasjoner) omformes til relasjoner som er nødvendige og valgfrie, innebærer varige forpliktelser og subjektive følelser (vennskap, respekt og takknemmelighet). Sosial kapital er både selvtjenende – siden det kan bidra til å styrke ens egen sosiale posisjon – og sosialt verdifullt – siden det kan bygge gjensidighet og tillit (Stewart, Smith & Moroney, 2013).

#### 2.1.2.4 Symbolsk kapital

Kapitalformene beskrevet i avsnittene over, blir også anerkjent i dagliglivet som symbolsk kapital. Selv om symbolsk kapital i seg selv ikke er en kapitalform, er det en måte andre former for kapital fremtrer eller oppfattes under bestemte betingelser. Altså er denne kapitalformen et samlebegrep for kapitalformer og verdifulle egenskaper som anerkjennes innenfor et sosialt felt (Bourdieu & Wacquant, 1992). Dermed viser ikke symbolsk kapital til én bestemt ressurs, men heller akkumulasjonen av ressurser og egenskaper som har verdi innenfor et gitt sosialt felt (Danielsen & Hansen, 1999). Symbolsk kapital forekommer når andre kapitalformer konverteres til ulike former for innflytelse og anerkjennelse, eksempelvis prestisje, autoritet, ære, myndighet, renommé, osv. (Bjørnhaug, 2002; Bugge, 2002).

Symbolsk kapital er også tett knyttet til økonomisk kapital, og akkurat som økonomisk kapital, kan symbolsk kapital akkumuleres og utgjøre en kilde til makt og kontroll (Bjørnhaug, 2002). Gjennom symbolsk kapital forsøker Bourdieu å utvide kapitalbegrepet ved å bruke det i et bredere utvekslingssystem der egenskaper av ulike slag omformes og utveksles innenfor komplekse nettverk eller kretser, både innenfor og på tvers av ulike felt (Moore, 2014).

#### 2.1.3 Sosiale felt

Sosiale felt er en av de sentrale pilarene i Bourdieus teoretiske rammeverk. Ved å bruke feltbegrepet konseptualiserer Bourdieu den sosiale verden og demonstrerer samspillet mellom ulike ressurstyper (kapital), samt koblingen mellom habitus og maktens stratifiserende struktur (Yang, 2014). Det finnes flere analogier for Bourdieus feltbegrep, en av dem en fotballbane. Akkurat som i fotball består et sosialt felt av posisjoner beskjeftiget av aktører, og det som skjer innenfor feltet er avgrenset som en følge. Ifølge Bourdieu forekommer det en konkurransedyktig «kamp» i sosiale rom eller felt, der ulike aktører benytter ulike strategier for å opprettholde eller forbedre sin posisjon (Thompson, 2014). Disse posisjonene defineres basert på distribueringen av kapital, hvis besittelse gir adgang til spesifikke gevinster som står på spill i feltet (Thompson, 2014).

Sosiale felt opererer semi-autonomt. Det er en menneskelig konstruksjon med et eget sett av oppfatninger som rasjonaliserer reglene for atferd innenfor feltet. Hvert felt har sin særegne «praksislogikk» (Thompson, 2014). Aktører som inntar bestemte posisjoner innenfor feltet, forstår hvordan de skal opptre, og denne forståelsen føles ikke bare naturlig, men kan

forklares gjennom sannhetene, eller *doxa* (Thompson, 2014). Individuer okkuperer mer enn ett sosialt felt om gangen. De kan tenkes å okkupere et felles sosialt rom – det Bourdieu betegner som *the field of power* eller *maktfeltet* – som består av flere sosiale felt, som utdanningsfeltet, det økonomiske feltet, det politiske feltet, kunstfeltet, osv. Bourdieu foreslår at det er sentrale likhetstrekk mellom sosiale felt. De regelmessige og forutsigbare praksisene innenfor hvert felt har tydelige likheter, og det samme har aktørene som er dominerende i hvert felt (Bourdieu & Wacquant, 1992; Thompson, 2014).

De ulike formene for kapital er gjenstand for sosiale kamper i forskjellige sosiale felt. Basert på disse kampene og mengden kapital, rangeres individene hierarkisk innenfor feltene (Wilken, 2008). I motsetning til det sosiale rom, hvor aktører posisjoneres basert på mengde og sammensetning av de ulike kapitaltypene, bestemmes aktørenes posisjon i et sosialt felt basert på mengden feltspesifikk kapital (Aakvaag, 2008). Individuer som har en dominerende posisjon i ett felt, kan ha en underordnet posisjon i andre. Likevel kan man veksle inn en kapitalform i en annen. Mulighetene for å veksle inn kapital avhenger av kapitalens relevans som byttemiddel relatert til et spesifikt felt, og av individets evne til å gjøre sin kapital verdifull. Man er alltid bundet av sin habitus og dette har betydning for hvilke vekslingsmuligheter man har (Wilken, 2008).

## 2.2 Doxa

Et felt defineres av grunnleggende regler som aktørene innenfor det aktuelle feltet bør akseptere. Bourdieu omtaler disse reglene som *doxa*. Dette er ubestridte premisser og regler som aktørene handler ut ifra, og som plasserer individene i feltet (Wilken, 2008). Doxa er hjørnesteinen i ethvert felt i den grad det avgjør de objektive sosiale strukturenes stabilitet gjennom måten disse reproduseres, samt reproduserer seg selv i aktørenes praksiser og oppfatninger; med andre ord i deres habitus (Deer, 2014). Man si at doxa er kunnskap som tas for gitt i et felt, der doxa vil samsvare med individets habitus.

Den gjensidige forsterkningen mellom felt og habitus styrker den rådende makten til doxa, som igjen veileder den passende «følelsen for spillet» hos aktørene i feltet via forutsetninger som er innebygd i selve doxaen. Konseptualiseringen av doxa som ubestridte «delte oppfatninger», som er grunnleggende for et felt, underbygger den relaterte forestillingen om symbolsk makt som er særlig relevant i Bourdieus senere forståelse av sosiale relasjoner i moderne samfunn (Deer, 2014). Alle spill er ikke tilgjengelig for alle, noe som gjør at feltets

aktører forsøksvis vil utelukke nyankomne og forhindre innblanding utenfra. Bourdieu betegner dette som en form for eksklusjonsmekanisme (Wilken, 2008).

Aktørene som aksepterer gjeldende doxa, tar del i feltets hierarki. Dersom et individ har avvikende meninger og gir ytring for disse, vil det stride mot feltets doxa. At feltets spilleregler utfordres, omtaler Bourdieu som *heterodoxa*. Dette kan for eksempel forekomme ved at yngre generasjoner utfordrer det «gamle» og etablerte. Når doxa utfordres, vil aktørene med makt og dominans forsøke å forsvare den, og doxa omformes til *ortodoxa* (Wilken, 2008). Ubestridte premisser og regler som tidligere var implisitte, må tydelig omdannes eller artikuleres. Dette kan medføre at doxa mister sin selvfølgelighet, sin naturlige posisjon og svekkes. Begrepene doxa, heterodoxa og ortodoxa kan dermed bidra til å belyse treningsfeltets dynamikk, samt hva som blir og bør utvikles (Aakvaag, 2008).

### 2.3 Symbolsk makt og symbolsk vold

Forestillingen om symbolsk makt kan knyttes til begrepet doxa – det som tas for gitt. I denne sammenheng tar doxa formen som symbolsk makt som formidles av ulike former for akkumulert kapital. Eksplisitt fysisk makt erstattes av implisitte sosiale vaner, mekanismer og antakelser hvis «naturlige» styrke og legitimitet ligger i en manglende gjenkjennelse av den arbitrære naturen til deres sosiohistoriske fremvekst og reproduksjon (Deer, 2014). Symbolsk makt er tilfeller der maktutøvelsen handler om å påvirke, forme eller bestemme andres ønsker. For Bourdieu handler det om å forme andres forståelse av en situasjon som gitt (Bergsgard, 2017). Doxa, som en symbolsk maktform, krever at de som er underlagt den, ikke stiller spørsmål ved dens legitimitet eller legitimiteten til de som utøver den (Deer, 2014).

Ifølge Bourdieu produseres og opprettholdes moderne sosiale hierarkier og sosial ulikhet mindre av fysisk makt enn av symbolske former for dominans (Schubert, 2014). Symbolsk vold er en generelt usynlig form for vold, og i motsetning til systemer der fysisk makt er nødvendig for å opprettholde et sosialt hierarki, er den en effektiv form for dominans. Det kreves relativt lite energi av medlemmene i de dominerende klassene for å opprettholde sin dominans (Schubert, 2014). Medlemmer av de dominerende klassene trenger kun å leve sine vanlige liv og følge reglene i systemet som tildeler dem deres privilegerte posisjoner. Hierarkier og dominerende systemer reproduseres dermed i den grad både de dominerende og de dominerte oppfatter systemene som legitime (Schubert, 2014).

### 3. Metode

I dette kapitlet presenteres og begrunnes de metodiske valg og vurderinger som har blitt gjort underveis i forskningsprosessen. Først presenteres oppgavens vitenskapelige tilnærming.

Deretter tar jeg for meg oppgavens valg av metode – etnografi – med tilhørende metoder for datainnsamling. Dette følges av analyseprosessen og avslutningsvis en kvalitetsvurdering.

#### 3.1 Vitenskapelig tilnærming

Samfunnsvitenskap betegner alle vitenskaper som empirisk utforsker forhold ved samfunnet og mellommenneskelige forbindelser (Berg, 2021). Samfunnsvitenskapen omfatter individers sosiale bakgrunn, handlinger og meninger, individuelle og kollektive egenskaper og deres relasjoner både til hverandre og det samfunnet de inngår i, samt kjennetegn ved den helheten samfunnet utgjør (Grønmo, 2004). Det finnes flere paradigmer innenfor samfunnsvitenskapen. Et paradigme «beskriver hva som oppfattes som mønstergyldig innenfor et forskningsfellesskap» (Tjora, 2017, s. 263). Mer generelt brukes begrepet om synsvinkel eller verdensanskuelse.

Konstruktivisme eller det ofte brukte *sosialkonstruktivisme*, betegner innenfor samfunnsvitenskapen en verdensanskuelse hvor man betrakter menneskers virkelighetsforståelse som kontinuerlig formet av situasjoner de befinner seg i og opplevelser de har. Særlig har Berger og Luckmann og deres verk *The Social Construction of Reality* vært sentralt for forståelsen og populariteten av dette perspektivet (Madsbu, 2004; Tjora, 2020). Her analyseres kunnskap som individer tar for gitt, med særlig vekt på prosessen som fører frem til denne kunnskapen. Berger og Luckmanns generelle, abstrakte analyser leder til spørsmålet om hvilke spesifikke prosesser «den sosiale konstruksjonen av virkeligheten» medfører. I fortolkende samfunnsvitenskap er dette spørsmålet den sentrale drivkraften (Knoblauch, 2008). Den sosiale konstruktivismen fastholder at meninger kan institusjonaliseres i ulike former. De blir til faste mønstre, gjøres til vaner av aktørene og objektivert i tegn og kulturgjenstander (og legitimeres av dem som ønsker å beholde dem). Altså er det innebygde kulturtrekk som aktualiseres av øyeblikkets samhandling i situasjonen (Knoblauch, 2008). Selv om meningen i disse aspektene ved samhandlingen ofte er representert i visuelle data, må den rekonstrueres ved hjelp av andre midler. Det er her etnografi, en metode som avdekker de typiske kulturelle meningene innenfor spesifikke sosiale felt, kommer inn (Knoblauch, 2008).

### 3.2 Metodisk valg – etnografi

I denne oppgaven har jeg valgt å benytte en kvalitativ forskningstilnærming. Gjennom en pragmatisk kvalitativ tilnærming stiller man spørsmål ved hva samfunnsaktørene tar for gitt. Store konseptuelle systemer, fra kultur til struktur, samt individers innerste tanker og følelser, er områder for utforskning, heller enn ressurser for å forklare funn. Altså går man inn i forskningen med en genuin nysgjerrighet om hvordan menneskers liv formes, og hvordan sosial orden oppstår (Tjora, 2017). Målet er å oppnå dybdekunnskap og en helhetlig forståelse av en spesifikk kontekst.

I sosialantropologien har lange feltstudier kjennetegnet idealet for god forskning. En slik tilnærming omtales ofte som etnografi. Dette er metoder hvor forskeren, åpent eller skjult, deltar i menneskers hverdag over en gitt tidsperiode og samler data som kan kaste lys over de temaene som er sentrale for forskningens fokus. Slike studier bærer preg av naturalisme. Det vil si en idé om at den sosiale verden må studeres i sin naturlige situasjon (Tjora, 2017). Etnografi kan forstås som et perspektiv som bidrar til større forståelse av kvalitativ forskning, og baseres på at sosiale prosesser bør studeres og forstås i den sosiale og kulturelle konteksten de inngår i (Atkinson, 2015). Å tilbringe tid i et sosialt fellesskap gir forskeren en mulighet til å beskrive hverdagslivets aktiviteter med et blikk innenfra. Alle typer metoder, kilder og materialer kan være aktuelle for å tolke og forstå dette hverdagslivet (Wiederberg, 2007).

Wacquant har utviklet en omfattende forskningsmetode og filosofi som setter habitus i hjertet av dens teoretiske og praktiske anvendelighet. Konseptet *carnal sociology*, eller *kjødelig sosiologi* og dets metodologiske praksis – enaktiv etnografi – anerkjenner at forskere, som alle menneskelige aktører, også er oppegående, kjødelige vesener, som lærer ved å gjøre (Wacquant, 2005, 2015). Enaktiv etnografi, der forskeren foretar en kroppslig fordypning i det kosmos som undersøkes, behandler analytikerens bevisste kropp som en kilde til sosial kompetanse og er et uunnværlig verktøy for forskning (Wacquant, 2015). Enaktiv etnografi innebærer ikke bare å være til stede og observere de «innfødte» eller å gjennomføre dype samtaler og intervjuer. Det handler om å ta del i miljøet ved å utføre fenomenet. Ved å ta hele opplevelsen av feltet i betraktning, gir enaktiv etnografi forskningsmetodikken dypere emosjonell bevissthet og kroppsliggjøring i feltarbeid (Wacquant, 2005, 2015).

I de kommende avsnitt tar jeg for meg det etnografiske casestudiet som metodisk tilnærming, og med dette min rolle som forsker, metodene for datainnsamling – observasjon og intervju – og etiske overveielser relatert til disse.

### 3.2.1 Casestudier

Casestudiet er en utforskning av et avgrenset område eller case (eller flere caser) over tid gjennom dyptgående datainnsamling, og forskningsdesignet er utviklet fra etnografisk design (Yin, 2003). Casestudier er en del av hermeneutisk forskningstradisjon og betegnes som et design med mange muligheter (Skogen, 2006). Metoden har også spesifikke grenser, men innenfor disse grensene er det stort rom for personlig design, blant annet ulike former for observasjon og intervju, nærmere bestemt metodetriangulering. Gjennom metodetriangulering kan man benytte styrkene, og redusere begrensningene, fra hver metode. Dermed gis den innsamlede empirien mer dybde og forskerens bias reduseres (Fusch, Fusch & Ness, 2017). Dette er ønskelig i denne oppgaven da jeg selv er en del av miljøet det forskes på.

Dette prosjektet er en etnografisk casestudie av treningssenteret på Sit Dragvoll. Valget om å gjøre en etnografisk casestudie av treningssenteret på Dragvoll baseres på at det er et ordinært treningssenter som på en god måte reflekterer menneskers treningshverdag og populære treningskulturer i samfunnet. Utforskningen av et relativt lite treningssenter som Sit Dragvoll er nyttig som en innledende forskningsrekognosering av treningssenterkulturen, da aktivitetene foregår innenfor et lett tilgjengelig sted. Studien er basert på etnografiske prinsipper, og skjult observasjon og semistrukturerte intervjuer ble benyttet som metoder for datainnsamling. De etnografiske kjennetegnene ved denne studien er beskrivelsen og tolkningen av treningskulturen på Sit Dragvoll og menneskene som deler denne. Det overordnede målet til enhver studie er å besvare forskningsspørsmålet. Ved bruk av et etnografisk casestudiedesign i denne oppgaven, legger jeg til rette for å utforske atferd, handlinger og den sosial interaksjon blant treningssenterets medlemmer. Dermed kan oppgaven bidra til en dypere forståelse av hva medlemmene gjør for å akkumulere de kapitalformene som verdsettes innenfor dette spesifikke feltet.

Fusch og kolleger (2017) argumenterer for fordelene av en etnografisk tilnærming innenfor en casestudieprotokoll da dette er praktisk gjennomførbart for en studentforsker med begrenset tid og økonomi. I denne oppgaven er jeg interessert i å utforske hvordan kroppsarbeid brukes for å akkumulere kapital på treningssenteret, og hvordan denne kapitalen anvendes for å navigere innenfor treningssenterets hierarki. Som uerfaren forsker bør man velge et forskningsdesign som på best mulig vis bidrar til å besvare forskningsspørsmålet. Jeg vurderer derfor en casestudie som et godt valg da det er den foretrukne strategien blant forskere som stiller spørsmål om *hvordan, hva eller hvorfor* (Fusch et al., 2017).



### 3.2.2 Min rolle som forsker

Treningssenteret er en arena hvor jeg har tilbragt mye tid, både som medlem og som personlig trener, noe som i forskningssammenheng kan medføre både fordeler og ulemper. Før jeg startet på mastergraden ved NTNU i Trondheim og ble medlem av treningscenteret på Dragvoll, hadde jeg omtrent 10 år med styrkebasert treningserfaring. De fem siste av disse årene var dedikert til målrettet og seriøs styrketrening, og inkluderte en periode på godt over to år som personlig trener ved Sats Åsane i Bergen. Siden jeg flyttet til Trondheim i august 2018, har jeg trent regelmessig ved treningscenteret på Sit Dragvoll. Min særegne posisjon har gjort det mulig for meg å anvende enaktiv etnografi i denne oppgaven, som er en fordypende type feltarbeid som baseres på å «utføre fenomenet» (Wacquant, 2015). Jeg mener derfor dette er en lukrativ tilnærming for å utforske de kognitive, konative og affektive skjemaene (det vil si habitus) som genererer praksiser og ligger til grunn for miljøet som undersøkes, nærmere bestemt treningscenteret på Sit Dragvoll.

Matthews (2021) snakker om å bruke sin egen kropp som et fordypningsverktøy, noe som gir en grad av forståelse og innsikt i felt hvor kroppen opptar en opplagt og prominent del av hverdagslivet. Min lange erfaring, utdanning og akkumulerte kunnskap om treningskultur har tilrettelagt for bruken av min egen kropp som et forskningsverktøy og en kilde til sosial kompetanse (Wacquant, 2015). Enaktiv etnografi gjør det mulig for meg å utnytte min posisjon som et etablert medlem på treningscenteret, og legger til rette for få frem implisitte dimensjoner som *tacit knowledge* og *knowing how* (Wacquant, 2015) ved sosiale interaksjoner på senteret. Mitt engasjement på treningscenteret har signalisert mine evner som et kompetent medlem og bidratt til min aksept blant andre medlemmer. Å være en del av feltet man selv forsker på kan gjøre at man utvikler intersubjektivitet med andre som befinner seg i miljøet. Slik kan man få tilgang til sider av individene som er skjulte eller utydelige for de som ikke har slike delte erfaringer. Nesten fem år på Sit Dragvoll har gjort det mulig for meg å utvikle visse relasjoner, i mange tilfeller bekjentskaper og vennskap, med flere medlemmer og ansatte på treningscenteret. Følgelig har den intersubjektive forståelse jeg har skapt sammen med individene på treningsfeltet gjort det enklere å forstå, dokumentere, beskrive og tolke deres atferd (Matthews, 2021). Å ta del i Sit Dragvolls miljø har bidratt til innsikt i de kroppslige aspektene (Wacquant, 2015) ved å være et medlem der – følelsen av tilhørighet og fellesskap, anerkjennelsen av min fysikk, samt stigmaet knyttet til visse øvelser. Disse erfaringene ga innsikt i styrketrening som aktivitet, men også i styrketrening som en tilhørighetspraksis som virker tilbake på medlemmets kropp (O'Reilly, 2012).



I kvalitativ forskning vil forskerens forkunnskaper alltid være til stede når man søker å tolke og forstå den data man genererer. Innsikt i egen forforståelse vil skape økt bevissthet rundt hvordan den påvirker forskningen og hvordan jeg tolker data fra observasjoner og intervjuer (Dalen, 2011). Min tolkning av faglitteratur, observasjoner og intervjuer er farget av min forståelse og opplevelse av fenomenene jeg utforsker. Min forkunnskap og forforståelse når av treningsfeltet og aktørene som opptrer der, vil nødvendigvis påvirke hva som observeres. De observasjonsdata som genereres kan derfor være påvirket av min erfaring og rolle innenfor feltet jeg studerer. Tjora (2017) påpeker at mye kunnskap om det aktuelle forskningstemaet kan være fordelaktig for å stille presise spørsmål, men kan også være en ulempe ved at man bringer med seg mange forutinntattheter. Personlige erfaringer kan benyttes for å nyansere intervjuguiden med relevante og presise spørsmål, samt skape en opplevelse av seriøsitet fra informantens side (Tjora, 2017). Hvilke situasjoner jeg har valgt å notere og hvordan jeg har notert det, har nødvendigvis påvirket min tolkning og forståelse av empirien i videre arbeid med prosjektet. Denne oppgaven vil derfor i stor grad være basert på min tolkning og forståelse av empirien.

### 3.2.3 Observasjon som metode

Som en del av den etnografiske tilnærmingen, ble observasjon av treningssenterets medlemmer benyttet som metode for datainnsamling. Observasjonsstudier muliggjør tilgang til sosiale situasjoner som de involverte selv ikke har tolket på forhånd (slik som i intervjuer). Kort sagt kan man si at man gjennom observasjon studerer det mennesker gjør, mens man gjennom intervjuer studerer det mennesker sier at de gjør. Er man interessert i å studere hva mennesker gjør, bør derfor observasjon inkluderes som metode for datainnsamling (Tjora, 2017).

I tillegg til å gjøre gode observasjoner for temaet man ønsker å studere, er det viktig å finne en observasjonsrolle som er legitim på det området man skal observere. I de fleste situasjoner er det ikke naturlig at forskere «henger rundt» for å undersøke hva som skjer (Tjora, 2017).

Mine observasjoner ble gjort på treningssenteret hvor jeg selv trener og har trent i mange år, noe som gjorde det mulig å påta meg en rolle som skjult observatør. I min rolle som skjult observatør besøkte jeg treningssenteret fem dager i uken over en periode på tre måneder, og totalt utgjorde disse besøkene 15 til 20 timer i per uke. Treningsøktene fant stort sett sted mellom kl. 11 og kl. 18. Ved å kombinere observeringen med min egen treningstid fikk jeg

muligheten til å samle data som var sentral for min forskning, og som jeg ikke ville klart å generere dersom aktørene hadde vært klar over at de ble observert. Da jeg har selv trent på Sit Dragvoll siden august 2018, er det liten grunn til å tro at min tilstedeværelse har hatt nevneverdig påvirkning på miljøet. En skjult observatørrolle tillot meg å gjøre feltnotater av aktører, atferd, interaksjoner og fenomener som underveis ble oppfattet som interessante.

Ved feltarbeid i egen kultur kan det være vanskelig å oppdage ting fordi vi tar dem for gitt (Wadel, 2014). Dette har jeg forsøkt å være veldig bevisst på underveis i dette prosjektet. Selektiv hukommelse og bekreftende bias kan være utfordringer og hindre god kvalitet på forskningen. Ofte har man en tendens til å huske det som passer med sine forutinntatte inntrykk, og glemme det som ikke passer (Tavory & Timmermans, 2014). Jeg forsøkte derfor å benytte dyptgående og rike feltnotater som verktøy underveis i feltarbeidet, for å hindre bias og forutinntatte idéer. Under observasjonene inkluderte dette informasjon om omgivelsene, medlemmenes kroppsspråk, og til og med bakgrunnsstøy. Som en uerfaren forsker følte jeg det var viktig å registrere så mye som mulig under datainnsamlingen.

Ekspertise er både en forutsetning og en utfordring i observasjonsstudier. Hvordan jeg som forsker har «lest» eller «skrevet» feltet, har vært avhengig av mine *observasjonsmodi* (Tjora, 2017). Selv om min innsidekunnskap har vært nødvendig for å gjøre gode observasjoner, kan den også by på problemer. Som eksempel har jeg benyttet *fortolkende* feltnotering (Tjora, 2017) hvor jeg brukte observasjon og innsidekunnskap for å tillegge de ulike aktørene historier, meninger eller lignende. Jeg har også benyttet *undrende* feltnotering ved å gjøre spekulasjoner om meninger eller formål ved medlemmenes handlinger (Tjora, 2017).

### 3.2.3.1 Etiske hensyn ved observasjon

Skjult observasjon er, som en generell regel, etisk betenkelig i forskning da det strider mot prinsippet om at individer skal vite at de deltar i forskning og ha mulighet til å trekke seg fra prosjektet. Tjora (2017) hevder imidlertid at det i offentlige rom er en aksept for at observasjon kan gjennomføres uten at forskeren tar på seg den nærmest umulige oppgaven det vil være å informere folk og gi dem muligheten til å trekke seg. Siden treningssenteret er et offentlig rom, vurderer jeg at skjult observasjon kan forsvares. Min kontakt med medlemmene på senteret var minimal, da jeg hovedsakelig ønsket å observere hvordan de brukte treningssenteret. Opplysningene jeg samlet var heller ikke sensitive da jeg først og fremst observerte bruken av treningsområdet. Ettersom observasjonen foregikk i et åpent område

hvor medlemmene alltid vil være klar over at de kan bli sett, var også sannsynligheten liten for at jeg kunne observere noe sensitivt. Det finnes heller ikke grunn til å tro at medlemmene på treningssenteret vil ta skade av forskningen da feltnotatene i liten grad inneholder personlige kjennetegn, og ingen informasjon som ble generert vil være av betydning for de som trener der. Forskningens nytteverdi vil nødvendigvis være større enn skaden som kan gjøres, og basert på dette konkluderer jeg med at bruken av skjult observasjon på Sit Dragvoll kan forsvares.

### 3.2.4 Intervju som metode

Jeg vurderte at observasjon som eneste metode for datainnsamling ikke ville være tilstrekkelig for å oppnå den dybdekunnskapen jeg ønsket. Med utgangspunkt i observasjoner som ble gjort, ble det derfor avgjort å gjennomføre intervjuer for å bedre forstå aktørenes opplevelser og erfaringer.

Intervjuer forekommer i mange ulike former og er den mest utbredte metoden for datagenerering innenfor kvalitativ forskning. Særlig er semistrukturerte intervjuer og dybdeintervjuer populære valg, da formålet er å oppnå en åpen samtale som kretser rundt spesifikke temaer som forskeren har bestemt på forhånd. Man benytter åpne spørsmål og gir dermed informanten mulighet til å gå i dybden på områder hvor de har mye å fortelle, mens man samtidig har en viss struktur på samtalen (Kvale & Brinkheim, 2015; Tjora, 2017). Godt gjennomførte intervjuer lar forskeren tre inn i informantens verden og forstå deres perspektiver og erfaringer (Silverman, 2017). Slike intervjuformer baseres på et fenomenologisk perspektiv der man søker å forstå informantens opplevelser og hvordan dette reflekteres over. De vil også være hensiktsmessige i situasjoner hvor man ønsker å utforske nyanser i erfaringer og opplevelser. Kvaliteten på intervjuet hviler på tillit mellom forsker og informant, noe som er særlig relevant når det forskes på sensitive temaer (Kvale & Brinkheim, 2015; Tjora, 2017).

Siden det semistrukturerte intervjuet er fleksibelt i sin natur og benytter åpne spørsmål som fokuserer på spesifikke temaer, ble dette vurdert som en nyttig intervjuform for å utfylle datamaterialet som ble generert gjennom observasjon. I en slik studie, hvor sannsynligheten for at informantene ville gi variert respons var stor, ville denne intervjuformens fleksibilitet tillate meg som forsker å omdirigere spørsmål eller stille tilleggsspørsmål. En annen styrke ved semistrukturerte intervjuer er at de tillater forskeren å utforske. Utforsking er et vanlig og

verdifullt verktøy i semistrukturerte intervjuer, og kan oppmuntre deltakerne med spørsmålene og generere informasjon som vil kreve dypere forklaring (Kvale & Brinkmann, 2015).

#### 3.2.4.1 Informantutvalg

Hovedregelen for rekruttering av informanter i kvalitative intervjuer, er at man velger informanter som vil kunne uttale seg på en reflektert måte om det aktuelle temaet. Slike utvalg kalles strategiske eller teoretiske (Tjora, 2017). Informanter velges ofte fordi de har en særegen kunnskap om en spesifikk setting eller sosial praksis, noe som gir dem en rolle som ekspert (Kvale & Brinkheim, 2015). Hvor mange og hvilke informanter man velger ut vil være avgjørende for empirien som samles inn. For få informanter kan skape et dårlig grunnlag for analysen, mens for mange kan gjøre tolknings- og analyseprosessen svært tidkrevende (Dalen, 2011).

I såkalte casestudier avgrenses informantutvalget av en naturlig enhet som eksisterer uavhengig av undersøkelsen (Tjora, 2017). I dette prosjektet undersøkes ett enkelt treningssenter. Treningssenteret på Dragvoll blir da min case, og jeg søker kunnskap om fenomener relatert til dette senteret. Når intervjuer benyttes i slike casestudier, antas det at disse kan fortelle oss noe om informantenes egne erfaringer og opplevelser, samt at dette gir et innblikk i noe som er knyttet til casen som sådan (Tjora, 2017).

Formålet med dette prosjektet var å studere treningsmiljøet og treningskulturen på Sit Dragvoll, samt hvilke typer atferd ulike medlemmer anerkjenner og tillegger status. Jeg avgjorde derfor at det ville være fordelaktig å finne informanter som har kjennskap til senteret og dets kultur, både i større og mindre grad. En bred variasjon i informantutvalget ble vurdert som fordelaktig for å best mulig representere treningssenterets medlemsmasse. Med tanke på dette avgjorde jeg også at det ville være hensiktsmessig å ha en jevn fordeling av mannlige og kvinnelige informanter. Dette ville også gi mulighet til å utforske forskjeller mellom kjønnene. I mitt tilfelle var det ønskelig å studere medlemmer med ulike bakgrunner, erfaringer og treningsmål, og hvordan disse medlemmene opplever Sit Dragvolls spesifikke kultur og miljø. Det ble også viktig å tenke over hvilke informanter som ville være i stand til å gi gode og reflekterte svar knyttet til oppgavens forskningsspørsmål. En slik form for informantutvelgning krever god kjennskap til temaet, slik at man vet hvilke informanter som kan være representative for helheten (Dalen, 2011). Fordelen ved å selv hyppig benytte

treningssenteret på Dragvoll, er at jeg har god kjennskap til kulturen og miljøet, hvem som har trent der i lang tid, hvem som er relativt nye, og hvilken type trening de foretrekker å bedrive.

#### 3.2.4.2 Tilgang til informanter

Widerberg (2011) påpeker at man som forsker kan benytte seg av sitt eget kontaktnettverk i søken etter aktuelle informanter innenfor et felt. Som student og medlem i Sit, har jeg gjennom de siste fem årene utviklet et nettverk som jeg anser som relevant i denne sammenheng. Jeg har blitt kjent med flere personer på det aktuelle treningssenteret som kan bidra til å besvare på oppgavens forskningsspørsmål.

Samtlige informanter ble rekruttert fordi de trener på Sit Dragvoll. Rekrutteringsprosessen i seg selv gikk greit for seg. Informantene jeg kjente fra før ble kontaktet direkte på senteret eller via melding. Av informantene jeg ikke kjente fra før, og som var nye på senteret, kontaktet jeg tre direkte på senteret. Den fjerde ble jeg tipset om av en felles bekjent, og denne informanten kontaktet jeg via tekstmelding. Alle informantene jeg kontaktet svarte ja til å bli intervjuet etter at jeg hadde forklart hva prosjektet gikk ut på. Totalt rekrutterte jeg åtte informanter, fire mannlige og fire kvinnelige, hvor en av de kvinnelige måtte trekke seg samme dag som intervjuet grunnet personlige årsaker. Jeg endte da på syv informanter totalt. Jeg vurderte dette som et godt utgangspunkt, da jeg også benyttet observasjon som metode for datainnsamling. Skulle jeg likevel oppleve å ikke oppnå datametning, var det fremdeles mange potensielle informanter å kontakte på treningssenteret. Fire av informantene, tre gutter og en jente, var relativt nye på treningssenteret, og tre av disse var i tillegg relativt uerfarne med trening på treningssenter i det hele. De resterende tre informantene, to jenter og en gutt, har trent på Dragvoll i flere år. Under gis en kort presentasjon av informantene:

- **Elias:** 27 år og både jobber og studerer. Han har vært aktiv på treningssenter siden 2012, og trent på Dragvoll siden 2016. Elias har en seriøs tilnærming til trening.
- **Marte:** 23 år og både studerer og jobber. Hun hadde vært aktiv på treningssenter og Dragvoll siden 2018, og har en seriøs treningstilnærming. Hun er fitnessutøver, personlig trener og coach.
- **Espen:** 23 år og student. Han hadde vært aktiv på treningssenter siden 2017, men startet på Dragvoll høsten 2022. Espen har en seriøs treningstilnærming.

- **Synne:** 25 år og student med deltidsjobb. Hun har vært aktiv på treningssenter og Dragvoll siden høsten 2018. Hun er idrettsutøver og benytter treningssenteret for å prestere bedre i sin idrett.
- **Fredrik:** 21 år og student. Han har litt erfaring fra treningssentre, men startet ordentlig på Dragvoll høsten 2022. Hans treningstilnærming er for øyeblikket rekreasjonell, men blir stadig mer seriøs.
- **Ingrid:** 19 år og student med deltidsjobb. Tidligere forsøkt å trene på treningssenter. Ny til både styrketrening og Dragvoll. Uerfaren, men har fått en ganske seriøs treningstilnærming.
- **Terje:** 24 år og student. Litt erfaring fra treningssenter, men noe uerfaren og har en rekreasjonell tilnærming til styrketrening.

#### 3.2.4.3 Forberedelser og etiske overveielser

En sentral del av forberedelsene henger sammen med formelle tillatelser og etiske retningslinjer. Siden jeg i denne studien behandler personopplysninger, sendte jeg en søknad til norsk senter for forskningsdata (NSD) om godkjenning av studien. Studien er godkjent av NSD (vedlegg 3) og jeg har følgelig fulgt forskningsetiske retningslinjer derfra. Når det gjelder kvalitative forskningsintervjuer finnes det ulike etiske retningslinjer man må ta hensyn til (Dalen, 2011). Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH), har utviklet flere forskningsetiske retningslinjer som bør følges i en samfunnsvitenskapelig forskningsprosess. Disse retningslinjene fungerer som et godt hjelpemiddel for forskeren, og viser til ulike normer, sentrale hensyn og ufravikelige krav i forskningsprosessen, (NESH, 2021).

Utover generelle, overordnede retningslinjer, finnes det mer spesifikke etiske prinsipper jeg har tatt hensyn til i denne oppgaven: informert samtykke, konfidensialitet og tillit (Ryen, 2012). For at punktet om informert samtykke skulle ivaretas, mottok informantene et informasjonsskriv i forkant av intervjuet (vedlegg 1). Her ble studiens formål beskrevet, hva deres deltakelse innebar, hva informasjonen fra intervjuene skulle brukes til og hvem som hadde tilgang til informasjonen. Til slutt ble de informert om at deltakelse var frivillig (Ryen, 2012). Samtykkeerklæringen (vedlegg 2) ble tatt med til intervjuene, hvor informantene signerte etter de var innforstått med sine rettigheter. Disse valgene var bevisste for å skape tillit mellom informantene og meg.

En av de vanligste etiske utfordringene innenfor kvalitativ forskning, er konfidensialitet. For å sikre konfidensialitet kreves det at informantene ikke skal kunne identifiseres (Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017). I kvalitative studier er det derfor viktig å ta hensyn til konfidensialitet og anonymitet. Da informantene i denne studien forteller om opplevelser og erfaringer knyttet til kroppsbilde og psykiske konsekvenser av trening, ble det viktig å skape en situasjon hvor informantene følte seg trygge på at de kunne snakke fritt uten at deres historier ville fortelles videre. Jeg forsikret informantene om at jeg alene ville høre på lydopptakene, gjennomføre transkriberingene og at datamaterialet ville slettes ved prosjektets avslutning. For å sikre informantenes anonymitet, ble de tildelt pseudonymer under analyseprosessen. Disse pseudonymene har blitt benyttet gjennom hele studien. Sitater er skrevet på bokmål, som medfører at særegne uttrykk erstattes med mer generelle begreper. Slik kan ikke sitater kunne kobles direkte til informantene.

Gjennom forskningsprosessens varighet har jeg forsøkt å forholde meg til de etiske retningslinjene for samfunnsvitenskapelig forskning. Dette vil jeg hevde har bidratt til å sikre at informantene ikke har erfart store belastninger som en følge av deres deltakelse i dette prosjektet.

Før intervjuene kunne gjennomføres ble en intervjuguide utformet (vedlegg 4). Denne intervjuguiden var i stor grad basert på observasjoner gjort i forkant, for på denne måten å oppnå en dypere kunnskap og forståelse av de aktuelle fenomenene jeg ønsket å utforske. For mye struktur i en intervjuguide kan resultere i at forsker ikke fanger opp eller misforstår fenomener som er sentrale for informanten (Ryen, 2002). Det kreves god forberedelse for å skape et godt intervju (Kvale & Brinkmann, 2015). Arbeidet med intervjuguiden tok derfor utgangspunkt i «traktprinsippet», hvor man starter med lette og generelle spørsmål, og ikke går rett på sensitive temaer (Dalen, 2011). Å starte med enkle og nøytrale spørsmål bidrar til at informantene føler seg mer avslappet og lettere åpner seg for mer følsomme temaer utover i intervjuet (Dalen, 2011; Thagaard, 2013). Intervjuene startet derfor med spørsmål knyttet til informantenes aktivitetsbakgrunn. En slik inngang kan bidra til å skape en fortrolig atmosfære mellom meg som forsker og informanten. Målet var at informantene skulle føle seg komfortable ved å få intervjuet så nærme en vanlig samtale som mulig (Ryen, 2002). Sånne spørsmål krever også relativt lite refleksjon, og kan være en fin måte for informanten å «varme opp» på (Tjora, 2017). I takt med traktprinsippet gikk jeg deretter inn på intervjuets sentrale temaer, med mer reflekterende og sensitive spørsmål. Dette var spørsmål rundt informantenes personlige erfaringer, opplevelser og følelser knyttet til trening og

treningssenteret på Dragvoll. Intervjuguiden bestod av fire hovedtemaer som jeg ønsket innsikt i: 1) kroppsbygge, 2) treningssenteret på Dragvoll, 3) egen trening, og 4) faktorer utenfor treningssenteret. Avslutningsvis stilte jeg åpne og enkle spørsmål med den hensikt å tone ned det emosjonelle nivået hos informantene (Thagaard, 2013).

#### 3.2.4.4 Gjennomføring

Selve gjennomføringen av intervjuene foregikk på en god måte. Samtlige informanter fikk anledningen til å velge hvor og når intervjuene skulle skje. Dette for å skape en så trygg og avslappet situasjon som mulig. Når informantene selv kan velge tid og sted, åpnes muligheten for å velge kjente og komfortable omgivelser, som igjen skaper en mer avslappet atmosfære (Thagaard, 2003). At informantene selv fikk velge tidspunkt, gjorde at jeg kunne være trygg på at de hadde satt av nok tid til intervjuet. I tillegg bidrar det til å sikre gode muligheter for informasjonsflyt mellom forsker og informant (Kvale & Brinkmann, 2015). Seks av de syv intervjuene ble gjennomført på Dragvoll, mens det siste ble gjort på Kalvskinnet. At intervjuene forekommer i informantenes dagligdagse omgivelser, bidrar til å redusere konteksteffekten (Dalen, 2011).

En rekke åpne spørsmål ble benyttet da slike spørsmål overlater svarene til informanten, noe som gjør det mulig for dem å si hva de virkelig tenker og føler (Tjora, 2017). Det var av viktighet for oppgaven at informantene bidro med gode svar, og da måtte det være opp til informantene selv å presentere sine oppfatninger og erfaringer rundt treningsatferd.

Fordelen med å ha mye innsidekunnskap om treningsfeltet og selv være en del av miljøet jeg studerer, er at det i større grad legger til rette for en uformell samtale og muligheten til å stille presise oppfølgingsspørsmål. Samtidig er det viktig å passe på at informanten kan forvente at intervjueren tar enkelte erfaringer og synspunkter for gitt, siden begge er en del av samme miljø (Tjora, 2017). Jeg var derfor bevisst på å innta en slags naiv posisjon.

### 3.3 Databehandling og analyse

I denne oppgaven har jeg valgt å benytte meg av tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006, 2021). Som masterstudent anser jeg dette som et godt valg da jeg har lite erfaring med kvalitativ forskning, og denne tilnærmingen er relativt grei å jobbe med. En annen fordel med denne tilnærmingen, er dens fleksibilitet. Analysemetodens teoretiske frihet kan bidra til å



berike forskeren med detaljerte og komplekse betraktninger av forskerens data (Braun & Clarke, 2006, 2021). I tillegg til disse fordelene, påpeker også Braun & Clarke (2006) at analysen gjør det mulig å sammenfatte nøkkelkarakteristikker ut ifra store datasett, samt å trekke frem likheter og ulikheter i datasettet.

### 3.3.1 Tematisk analyse

Analyseprosessen tok utgangspunkt i Braun og Clarkes (2006) seks faser innen tematisk analyse. Første fase omhandler at forskeren gjør seg kjent med datamaterialet. Dette startet allerede under observasjonsprosessen, hvor jeg gjorde feltnotater for hver treningsøkt. Her merket jeg meg potensielle mønstre og temaer som kunne være aktuelle. Videre fortsatte arbeidet med å bli kjent med datamaterialet gjennom transkriberingen av intervjuene, for å gjøre datamaterialet klart for videre analyse (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved å selv transkribere intervjuene ble jeg i løpet av prosessen godt kjent med empirien. Nilssen (2012) påpeker viktigheten av å gjennomføre transkriberingen i tiden rett etter intervjuene. Intervjuene ble derfor forsøksvis transkribert samme dag og dagen etter de ble gjennomført. Dette var ikke praktisk gjennomførbart ved to av intervjuene. Lange intervjuer gjorde lydopptak underveis til en nødvendighet. Å benytte lydopptak gjør det mulig for forskeren å konsentrere seg om informanten og informantens reaksjoner i intervjusituasjonen, og ikke bli distraheret av notering underveis (Thagaard, 2013).

Tjora (2017) påpeker at det ikke finnes en objektiv oversettelse fra muntlig til skriftlig form. Man velger hvordan man skal transkribere ut fra hva som er aktuelt i den konkrete oppgaven. De første par intervjuene var jeg veldig påpasselig med å få med så mange ord og detaljer som mulig, inkludert såkalte «nøleord» som «ikke sant» og «liksom». Tankeord som «eh», «hm» og «mhm» ble også i stor grad inkludert de første intervjuene, men ble ekskludert i senere intervjuer (Nilssen, 2012). Både med hensyn til informantenes anonymitet, samt egen forståelse og lesbarhet, valgte jeg å gjøre all transkriberingen på bokmål (Kvale & Brinkmann, 2015). Etter at transkriberingen av intervjuene var ferdig, leste jeg på nytt gjennom feltnotatene og transkripsjonene, og noterte meg stikkord om temaer og ideer for arbeidet videre.

Da jeg hadde gjort meg kjent med datamaterialet fra observasjonene og intervjuene, og dannet meg en viss oversikt, kunne jeg starte arbeidet med fase to. I denne fasen utarbeidet jeg koder for å kunne organisere datamaterialet i meningsfulle grupper. Kodingen ble gjennomført ved

at jeg merket meg relevant tekst i feltnotatene og transkripsjonene, og beskrev med få ord hva innholdet i teksten var. «Kult med muskeldefinisjon» er et eksempel på en semantisk kode som viser hva et medlem legger merke til og anerkjenner hos andre medlemmer på senteret. «Lite feminint å være svær» er eksempel på en latent kode, hvor jeg har tolket informantens svar angående kvinners unngåelse av overkroppsovelser. Koder skiller seg fra temaer ved å være med spesifikke, mens temaer ofte er bredere (Braun & Clarke, 2006). Kodene ble samlet i et Excel-dokument og fargekodet for å lettest mulig kunne skille mellom hver enkelt informant. Siden jeg analyserte med utgangspunkt i et forhåndsbestemt forskningsspørsmål, var dette forskningsspørsmålet stadig langt fremme i bevisstheten under kodingen. Like fullt fulgte jeg Braun & Clarkes (2006) råd om å kode mot så mange potensielle temaer som mulig, da man aldri vet hva som vil ende opp med å være av interesse senere i prosessen.

Da kodingen av datamaterialet var ferdig, startet arbeidet med å lete etter temaer. Denne fasen dreier seg om at forskeren retter fokuset mot å etablere bredere temaer, for deretter å sortere passende koder under hvert enkelt tema (Braun & Clarke, 2006). Grunnet oppgavens teoretiske rammeverk, hadde jeg i forkant av denne fasen sett for meg aktuelle kategorier og temaer. Selv om arbeidet med datamaterialet fra observasjonene og intervjuene hadde gitt meg en viss indikasjon på hva de overordnede temaene kunne bli, startet jeg med å samle kodene i undertemaer som senere kunne plasseres under et hovedtema. Et slikt undertema kunne for eksempel være «fysisk styrke». Jeg var bevisst på at datamaterialet skulle danne grunnlaget for kategoriseringen. Braun & Clarke (2006) anbefaler å benytte seg av et tankekart eller en form for tabell i denne fasen, for å samle de ulike kodene under passende temaer. Som nevnt, benyttet jeg meg av et Excel-dokument hvor egne feltnotater og hver enkelt informant var fargekodet. Her ble kodene først sortert i undertemaer, noe som gjorde det enklere å strukturere de store hovedtemaene senere. I denne fasen ble det også gjort tydelig at noen koder ikke passet inn i noen av temaene, noe som er naturlig i denne fasen (Braun & Clarke, 2006). Disse kodene, selv om det var få av dem, ble tatt vare på i tilfellet de skulle bli nyttige på et senere tidspunkt. I slutten av denne fasen endte jeg opp med fire hovedtemaer; 1) fysiske prestasjoner, 2) miljø og kultur, 3) kunnskap og informasjon, og 4) tilnærming.

Den fjerde fasen handler om at man på nytt går gjennom temaene for å sjekke deres kvalitet. I denne fasen vil det vise seg om visse temaer egentlig ikke er temaer, da de har for lite data å støtte seg på. Denne fasen dreier seg spesifikt om at jeg leste gjennom tekstutdragene og vurderte om de dannet de tenkte mønstrene. Jeg sammenlignet deretter temaene med teksten i datasettet for å sjekke om det eksisterte tekst jeg hadde oversatt, men som burde vært kodet og

plassert i et tema. Om noen temaer skulle vise seg å gå for mye inn i hverandre, kan det være nødvendig å slå sammen temaene (Braun & Clarke, 2006). Siden Bourdieus begreper i stor grad går inn i hverandre, opplevde jeg det som noe problematisk å skille temaene fra hverandre på en god måte. Etter å ha gått gjennom temaene på nytt, besluttet jeg å danne både nye undertemaer og hovedtemaer. Eksempelvis ble store deler av hovedtemaene «fysiske prestasjoner» og «miljø og kultur», samt noe av temaet «tilnærming», slått sammen til et nytt tema: «Dragvoll – en introduksjon», som maler et større bilde av treningssenterets miljø, kultur og kamp om kapital. Etter å på nytt ha gjennomgått materialet anså jeg meg som fornøyd med at måten koder og temaer var koblet sammen på gjenspeilet de mest sentrale meningene i datasettet, og jeg endte opp med tre nye hovedtemaer; 1) Dragvoll – en introduksjon, 2) sosiale nettverk, og 3) betydningen av kjønn. Hvert enkelt av disse temaene inneholdt to undertemaer, og disse vil presenteres i resultatkapitlet.

Dermed kunne jeg omsider bevege meg over i den femte fasen, som ifølge Braun & Clarke (2006) handler om at forskeren arbeider med å identifisere for seg selv hva hvert tema omhandler, og avgjør hvilke aspekter av datasettet de ulike temaene tar for seg. I praksis vil dette si at man skriver ned en analyse av hvert tema, hvor man konkret gjør rede for hva hvert enkelt tema dreier seg om (Braun & Clarke, 2006). Dette innebar at jeg, i tillegg til å definere hva hvert enkelt tema omhandlet, beskrev hvordan hvert enkelt tema passet inn i forhold til forskningsspørsmålene og den historien jeg ønsket å fortelle gjennom det innsamlede datamaterialet. I slutten av denne fasen skulle jeg, kort og konkret, være i stand til å beskrive innholdet og omfanget av hvert tema. Eksempelvis ble et av hovedtemaene, «Dragvoll – en introduksjon», beskrevet på følgende måte:

Temaet gir en introduksjon av treningssenteret på Dragvoll og forteller generelt om treningsmiljøet og treningskulturen. Det gir innsikt i hvordan det enkelte medlem oppfatter treningssenterets spesifikke sosiale miljø, hva de oppfatter som både positivt og negativt ved andre medlemmers kulturelle atferd og fremvisning, samt et innblikk i det sosiale hierarkiet. Dette temaet bidrar til å øke forståelsen av hva som utgjør Sit Dragvolls spesifikke sosiale miljø og treningskultur, samt hvordan eventuelle brudd med den aksepterte kulturen påvirker hvordan man betrakter andre medlemmer og deres posisjonering i det sosiale hierarkiet.

Braun & Clarke (2006) presiserer at det er viktig å ikke tillegge hvert enkelt tema for mye ansvar, som vil si at temaet tar for seg for mye eller blir for komplekst. Temaet i eksempelet over er relativt stort og bredt, og tar for seg flere aspekter. Braun & Clarke (2006) anbefaler å

dele hovedtemaene inn i undertemaer, som bidrar til å gi dem en mer oversiktlig struktur: «*Sub-themes are essentially themes-within-a-theme. They can be useful for giving structure to a particularly large and complex theme, and also for demonstrating the hierarchy of meaning within the data*» (Braun & Clarke, 2006, s. 92). Etter å ha definert de ulike temaene, kunne jeg starte på den sjette og siste fasen. Fase seks dreier seg om å rapportere analysens funn, noe jeg gjør i kapittel fire.

### 3.4 Kvalitetskriterier

I kvalitativ forskning er det visse kriterier som bidrar til å etablere tillit til forskningens funn. I etnografisk arbeid er særlig kvalitetskriterier som refleksivitet og gjennomsiktighet sentrale, da de underbygger forskningens kredibilitet. De følgende avsnittene tar for seg de to mest sentrale kvalitetskriteriene – refleksivitet og gjennomsiktighet – som må overveies ved etnografiske forskningsstudier.

#### 3.4.1 Refleksivitet

I mye av kvalitativ forskning ligger refleksivitet som et grunnprinsipp. Begrepet brukes til å beskrive vekselvirkning mellom forsker og forskningsarbeid. Det er en anerkjennelse av at forskeren bidrar til å forme forskningsprosessen gjennom forforståelse, preferanser, teorier og begreper (Bergsland, 2021). Refleksivitet dreier seg om at forskeren reflekterer over hvordan egne erfaringer, verdier og målsetninger preger forskningen. Forskeren vil alltid ha forkunnskaper og fordommer om feltet. Refleksivitet handler ikke om å forsøke å fjerne disse, men å være ærlig omkring hva disse forkunnskapene innebærer (Bergsland, 2021).

Refleksivitet er en reise, ikke en destinasjon (Braun & Clarke, 2021). Underveis i metodekapitlet har jeg forsøkt å redegjøre for prosedyrer og fremgangsmåter i prosessen med datainnsamling og analyse, og hvordan min egen bakgrunn og forforståelse har preget dette. Refleksiviteten kan sies å ha økt ved at den har blitt dyrket frem gjennom dialog med veileder som er godt innforstått med empiriske, metodologiske og teoretiske forutsetninger (Tjora, 2017).

Bourdieu (2003) anbefaler en teknikk han kaller *deltakerobjektivering* for å oppnå vitenskapelig refleksivitet. Objektivering gjør det mulig å utnytte egne erfaringer ved å bruke dem på en rasjonell måte for å forstå andres. Deltakerobservasjon i en etnografisk kontekst er

spesielt egnet for refleksivitet innen samfunnsvitenskap. Deltakende observasjon innebærer å strebe etter å gjøre det fremmede kjent, og det kjente fremmed, og man må hele tiden stille spørsmål, fordype seg og ta avstand i den pågående prosessen med å produsere etnografisk innsikt (O'Reilly, 2012). At jeg i denne oppgaven har benyttet observasjon i en etnografisk kontekst, kan dermed forstås å ha bidratt til økt refleksivitet.

### 3.4.2 Gjennomsiktighet

Gjennomsiktighet er hjørnesteinen i samfunnsvitenskapen. Akademisk diskurs hviler på forskerens forpliktelse til å tilkjenne teori, metoden og empirien deres konklusjoner hviler på. Om forskningen skal være til å stole på, må andre kunne undersøke bevis, analysere analysen og forstå prosessene der teorier og bevis ble valgt. Moravcsik (2014) trekker frem tre dimensjoner ved forskningsgjennomsiktighet: 1) datagjennomsiktighet, 2) analysegjennomsiktighet og 3) produksjonsgjennomsiktighet.

*Datagjennomsiktighet* sikrer tilgang til dataen som brukes for å støtte empiriske forskningspåstander. Dette gjør det mulig å verdsette fylldigheten og nyansene i hva kildene faktisk sier, vurdere nøyaktig hvordan de forholder seg til bredere påstander, og vurdere om de har blitt tolket eller analysert riktig (Moravcsik, 2014).

*Analysegjennomsiktighet* sikrer tilgang til informasjon om dataanalysen. Den presise tolkningsprosessen der forskeren drar slutningen om at data støtter en spesifikk, fortolkende eller kausal påstand (Moravcsik, 2014). Gjennom metodekapitlet har jeg forsøkt å beskrive valgene mine, hvorfor jeg har gjort dem og hvordan jeg har gått frem. Ved å gjøre dette har jeg forsøkt å sikre tilstrekkelig innsikt i min forskning og den resultater. Ved å beskrive analyseprosessen i detalj og endringene som ble gjort underveis i prosessen etter beste evne, har jeg forsøkt å oppnå analysegjennomsiktighet.

*Produksjonsgjennomsiktighet* sikrer tilgang til informasjon om prosedyrene der bestemte sitater, argumenter og metoder ble utvalgt. Samfunnsvitenskapelige forskningsresultater står alltid overfor bekymringen om at de spesifikke observasjonene forskeren har valgt, bare avslører en del av dataene som er relevante for forskningsspørsmålet. Dette øker faren for seleksjonsbias, som kan oppstå på grunn av bevisst manipulasjon, ubevisst bekreftelsesbias eller rett og slett slurv. Dette er en spesiell bekymring ved datautvelgelse ved casestudier, der forskere vanligvis håndplukker kilder (Moravcsik, 2014). Ved å bruke sitater fra intervjuene og utdrag fra egne observasjoner, får leseren mulighet til å komme tettere på empirien enn

dersom jeg bare skulle presentert min egen tolkning. Ved å beskrive informantene og tildele dem pseudonymer, vil leseren også få inntrykk av hva slags og hvor store deler av empirien som brukes, samt om noen informanter siteres mye mer enn andre.

## 4. Resultater og diskusjon

I denne delen av oppgaven vil jeg presentere og diskutere resultatene fra analysen. Dette vil gjøres med utgangspunkt i Bourdieus teoretiske rammeverk og ytterligere belyses av annen forskning. Den foregående analysen resulterte i tre hovedtemaer: 1) Dragvoll – en introduksjon, 2) sosiale nettverk, og 3) betydningen av kjønn. For å strukturere de relativt brede hovedtemaene er hvert av disse delt inn i undertemaer.

### 4.1 Dragvoll – en introduksjon

I denne delen av analysen ble det identifisert to undertemaer: 1) Dragvolls sosiale spilleregler og 2) det sosiale hierarkiet. I de kommende avsnittene brukes Bourdieus teoretiske begreper for å belyse hva som utgjør Sit Dragvolls spesifikke sosiale miljø og treningskultur, samt hvordan eventuelle brudd med denne kulturen påvirker hvordan medlemmer betraktes og posisjoneres i det sosiale hierarkiet.

Før jeg presenterer resultatene av analysen, vil jeg gi en kort beskrivelse av treningssenteret på Dragvoll som en innledende smak av det sosiale feltet. Dette gjøres for å sette situasjonen for leseren, akkurat som et potensielt medlem som kommer inn på treningssenteret.

Beskrivelsen er basert på forskerens feltnotater.

*Døren til idrettsbygget på Dragvoll åpner seg sakte. Jeg tar av meg headsettet og går inn i resepsjonsområdet. Det er onsdag, som betyr at Olav er på jobb. Vi slår av en prat. Hvor lang samtalen blir varierer fra gang til gang, men den kan fort strekke seg opp mot en halvtime. Jeg skanner omsider kortet og går inn i den lange korridoren som leder ned mot treningssenteret. Langs korridoren er det fem dører. De tre øverste leder inn i tre ulike herregarderober, mens de to nederst i korridoren leder inn til damegarderobene. Jeg går inn i min faste garderobe og finner mitt faste skap. Jeg legger fra meg det jeg ikke trenger før jeg slenger treningsbaggen tilfeldig over skulderen og subber inn på senteret. Det første som møter meg, er en rekke tredemøller til venstre. De går langs vestveggen og skilles fra resten av senteret ved noen ruter av glass. Man kan høre suset fra tredemøllene og de rytmiske dunkene av føtter som treffer rullebåndet. Fra tredemøllene har man oversikt over hele det åpne treningslokalet. På andre siden av rutene, også vendt inn mot senteret, står en rekke ergometersykler. Musikken treffer meg i det jeg trer inn i det åpne treningslokalet. Skikkelig 80-tallsrock. Basert på musikken, kan jeg høre at det er Olav som jobber i dag. Musikken*

*blander seg med lyden av vekter som treffer bakken, stenger som settes tilbake i rackene, og brusen fra et knippe samtaler. En svak lukt av tigerbalsam fyller luften.*

*I det relativt lille lokalet er det fire racks vendt seg mot sørveggen, som er tapetsert i speil. Det samme er mesteparten av østveggen. Langs østveggen finner man manualene, som går fra to til 40 kg. Området foran er okkupert av flere treningsbenker, som man kan justere og flytte på. Ellers fylles lokalet av ymse Technogym-apparater i noe stusslig kvalitet. I det nord-østlige hjørnet – tøyområdet – skimter jeg noen kvinner som tøyer forsiktig mens de prater om løst og fast. De ler og tar en selfie eller to. Jeg får et overblikk over senteret, og får blikkontakt med flere kjente ansikter, «det faste inventaret», og vi nikker anerkjennende til hverandre. Jeg får også øye på Halvor, en kompis. Vi gir hverandre en «fist bump», treningscenterets klassiske tegn på anerkjennelse og respekt. Halvor trener bryst i dag. Han har en arbeidsvekt på over 100 kg, og trenger derfor «spot». Med Halvor, som andre kjente på Dragvoll, har jeg over tid utviklet et kjennskap, eller bånd. Når Halvor er klar til å utføre arbeidssettet sitt, trenger han bare å se i min retning og gi et lite nikk, så vet jeg. Et ordløst språk som utvikles over tid. Det er heller ikke behov for instruksjoner fra Halvors side. Jeg vet hvordan jeg skal «spotte» han.*

Utdraget over maler forsøksvis et bilde av treningscenteret på Dragvoll, og introduserer et par av «karakterene» man kan møte der. Videre fremhever utdraget min unike innsikt, blant annet ved at jeg kan høre hvem som er på jobb basert på musikken som spilles inne på senteret. Dette er et eksempel på den tause kunnskapen man tilegner seg ved å «utføre fenomenet» på treningscenteret (Wacquant, 2015). De implisitte dimensjonene ved den sosiale interaksjonen med Halvor eksemplifiser videre *knowing how* (Wacquant, 2015) ved at jeg gjennom en ren blikkutveksling forstår hans nøyaktige behov for assistanse.

#### 4.1.1 Dragvolls sosiale spilleregler

Treningscenteret på Dragvoll er et sosialt felt med uskrevne regler og normer, eller det man kan si «tas for gitt». Gjennom sosialiseringen som finner sted på treningscenteret og den lærdommen som følger, skaffer Dragvolls medlemmer seg et system av disposisjoner som gjør at de handler og reagerer på passende vis (Laberge & Kay, 2002). Følgende avsnitt viser hvordan informantene beskriver Dragvolls spesifikke sosiale og inkluderende miljø, samt hva de opplever som korrekt sosial atferd på senteret.



Dragvolls generelle medlemsmasse beskrives av samtlige informanter som hyggelige, imøtekommende og medgjørlige mennesker: «Jeg syns folk er hyggelige. Det er veldig lett å komme i kontakt med folk, føler jeg. Folk hilser ofte» (Synne). Espen legger til: «Jeg vil si at miljøet er veldig bra. Merker det liksom på stemningen til folk at det er flere som snakker sammen, det er mer kødd og gøy på en måte». Det sosiale miljøet man finner på Dragvoll skiller seg dermed fra miljøene på de fleste andre treningssentre, og med dette følger det visse forventninger når det kommer til hva som anses som passende atferd. Elias, som både jobber og trener på Dragvoll, sier det følgende om medlemmer som ikke utøver det han anser som korrekt sosial atferd:

*«La oss si det er en person jeg i utgangspunktet ser på som en normal type inne på senteret. Hvis han er en drittsekk i resepsjonen, går bare med headset og nekter å se på deg når du sier «hei», da blir han automatisk stemplet som en idiot. Inne på senteret også».*

Viktigheten av hyggelige sosiale interaksjoner trekkes frem av flere informanter som et sentralt aspekt ved Dragvolls sosiale miljø. Ifølge Bourdieu kan slike brudd med implisitte sosiale normer og forventninger, resultere i at man utelukkes av andre medlemmer på senteret (Wilken, 2008; Deer, 2014). Utover uhyggelige sosiale interaksjoner, trekker informantene frem medlemmer som lager støy og tar plass, som noe som skaper negative reaksjoner. Fredrik påpeker at «de som tar plass og lager støy (...) de får rettet blikk mot seg når de gjør slikt». Et utdrag fra egne feltnotater beskriver nettopp en slik hendelse:

*Stor gutt. Ny her etter nyttår. Han trener mark og smeller vektene hardt i gulvet. Man kan kjenne vibrasjonene i gulvet fra andre siden av senteret. En som jobber her kommer bort til meg og kommenter det. Vi ler av hele opplegget. I pausen ser han seg i speilet og flekser brystmuskulene. Han har treningsbaggen på slep, er iført caps bakfrem og bruker reimer – seriøst utstyr. Flere medlemmer snur seg når han smeller vektene i bakken. Det er umulig å ikke legge merke til. Flere bare smiler av hele opplegget. Denne gutten skriker etter oppmerksomhet.*

Grynting, stønning og annen støy kjennetegner visse medlemmer. Som utdraget over viser, tolkes ikke dette bare som de store og sterke gutturale lyder, men også som ønsker om oppmerksomhet og anerkjennelse (Bridges, 2009). Marte, som også trener på Kaliber, et senter med en særlig fremtredende kroppsbyggerkultur, merker reaksjonene hun får når hun tar plass på Dragvoll:

*«På Kaliber, så merker du at folk er litt mer komfortable. (...) De bare tar plassen sin, fordi de vet at det er akseptabelt. Mens her, hvis jeg har vært her med mitt kamerastativ og filmet, så merker du at du får litt sånne blikk».*

Utdraget fra feltnotatene og sitatene til Elias og Marte, viser at avvikende sosial atferd strider mot senterets doxa. Det er noe som legges godt merke til og skaper reaksjoner hos Dragvolls medlemsmasse. Det er sentrale likhetstrekk mellom ulike treningscentre, men hvert treningscenter vil ha sin egen «praksislogikk» (Thompson, 2014). Dragvolls faste aktører vet hvordan de skal opptre. De har lært senterets spilleregler å kjenne og med dette har de utviklet en spesifikk habitus i form av delte meninger og akseptabel atferd. Sammenlignet med etablerte medlemmer, vil naturlig nok nyankomne være mindre integrerte i det sosiale miljøet og dermed ha mindre kontekstspesifikk kunnskap (Cardone, 2019). Jeg forstår det slik at når medlemmer fra andre treningscentre entrer Dragvoll, tar de med seg en praksislogikk som ikke stemmer overens med den man finner på Dragvoll. Aktører som eksempelvis utøver atferd og besitter kapitalformer som anerkjennes på sentre med en mer fremtredende løftkultur, som Kaliber og Gløshaugen, vil ikke i like stor grad anerkjennes på Dragvoll. Som Terje sier: *«Det er noen andre sosiale spilleregler på Sit Dragvoll (...) å brøle og kaste vekta i bakken etter marken, fordi du synes den var jævlig tung, er ikke akseptabelt».*

Datamaterialet viser også at treningscenterets doxa er preget av en tydelig rydde- og vaskekultur. Denne kulturen er særlig viktig blant Dragvolls mer etablerte medlemmer. Egne observasjoner viser at de fleste medlemmer er flinke til å rydde etter seg, men at det stort sett er de mer seriøse, erfarne og etablerte medlemmene som vasker utstyr og apparater. De ansatte bidrar også til opprettholdelsen av senterets ryddighet, da de ofte har runder hvor de setter på plass vekter og utstyr. I tillegg er det egne ansatte som utelukkende vasker utstyr og apparater. I januar fikk Gløshaugen problemer med garderobene sine, som resulterte i at flere av Sit-medlemmene som vanligvis trener på Gløshaugen strømmet til Dragvoll. Dette medførte at man kunne se en tydelig økning i antall medlemmer som ikke ryddet og vasket etter seg på Dragvoll. Informantene beskriver medlemsmassen på Gløshaugen som «annerledes», mindre imøtekommende, mer innelukket og mer selvsentrert. Andre premisser er gjeldende på Gløshaugen, og disse premissene ser ikke ut til å stemme overens med treningshabitusen til medlemmene som foretrekker Dragvoll. Gløshaugens medlemmer beskrives som *«litt mer aggressive»* (Synne) og det oppleves at *«de tar mer avstand fra alle andre»* (Fredrik). Under en samtale jeg hadde med Elias på treningscenteret, nevner han «Gløs-flyktingene», og en frykt han har for at de skal ødelegge ryddekulturen på Dragvoll,

da de kommer fra et senter med en dårligere ryddekultur. Egne feltnotater er også i perioden etter nyttår preget av frustrasjon rundt manglende rydding på senteret. Ved flere anledninger måtte jeg gi beskjed til andre medlemmer om at de måtte rydde etter seg. Et utdrag fra egne feltnotater beskriver en slik hendelse på følgende vis:

*I sidesynet registrerer jeg to gutter trener beinpress. Jeg kjenner ikke ansiktene deres og kan ikke huske å ha sett dem her før. De lar 220 kg være igjen på apparatet når de går videre. Dette er ikke innafor, det er ikke slik vi gjør det her. Selv om jeg har registrert dem, får jeg ikke helt med meg hvem de er. Jeg spør Olav, som jobber her, om han så hvem det var. Han peker ut de han tror det er. Jeg spør Olav om jeg eller han skal gå bort å si ifra. «Jeg synes du skal gjøre det», sier han. Jeg stusser litt på at han ønsker at jeg, som medlem, skal ta på meg jobben, men det gjør meg ingenting å gi beskjed. Jeg spør de to guttene om de brukte beinpressen, og når de bekrefter det, sier jeg pent ifra at de må huske å rydde etter seg. De gjør så, men vil la en 25kgs stå igjen på hver side. Jeg må da igjen gi beskjed om at alt skal av.*

Dette viser hvordan nyankomne aktører på feltet setter doxa på prøve da de kommer fra et annet felt med andre spilleregler. Basert på Wilken (2008), kan man i slike situasjoner fortolke sammenhengen mellom handlinger og feltets eksisterende doxa. Når medlemmer ikke rydder etter seg, utfordres treningssenterets gjeldende doxa, og heterodoxa oppstår. Når heterodoxa oppstår er det sannsynlig at aktører med makt og dominans, som representerer feltets eksisterende doxa (i dette tilfellet meg), trer frem i doxas forsvar (Wilken, 2008). I tråd med tidligere forskning, kan man se at når nye medlemmer ikke følger senterets spilleregler, vil feltets dominante aktører forsøksvis utelukke de nyankomne og forhindre innblanding utenfra (Cardone, 2019). Dette betegnes av Bourdieu som en form for eksklusjonsmekanisme (Wilken, 2008). Her mener jeg man kan snakke om at de nyankomne utsettes for symbolsk vold. Min frustrasjon og handlingen som følger kan forstås som et redskap for overføringen av doxa, som definerer akseptabel praksis innenfor konteksten av feltet. Videre konsolideres den sosiale differensieringen konstruert av noen aktører for å påtvinge dominans over andre (Cushion & Jones, 2012).

Viktigheten av rydding og vasking er også noe informantene som er relativt nye til senteret på Dragvoll har registrert, og at dette er en norm man bør følge dersom man vil passe inn. Kommentarer som «Jeg har en følelse av at folk stirrer veldig på meg om jeg ikke vasker av en benk» (Fredrik) og «en norm, som jeg kanskje bryter ganske ofte, er det at man må vaske

*opp etter seg* (Terje) var utbredte blant nye medlemmer. Og som Espen sier: «*jeg oppfører meg ordentlig, typ rydder etter meg, setter på plass vekter, vasker etter meg*».

Jeg tolker det dithen at nye medlemmer som Fredrik, Terje og Espen, tilegner seg en kollektiv habitus gjennom sine møter med treningssenterets sosiale miljø, noe som karakteriseres gjennom en form for felles forståelse og fellesskap (Wilken, 2008). Skal de inkluderes og anerkjennes på treningssenteret, må de besitte en bestemt form for habitus som eksisterer innenfor feltet (Bourdieu & Wacquant, 1992). At nye medlemmer tilegner seg en kollektiv habitus, tolker jeg som en sentral årsak til at miljøet og kulturen på et treningssenter som frekventeres hovedsakelig av studenter, vedvarer over tid. Dette til tross for jevnlige utskiftninger av medlemsmassen. At de godtar treningssenterets doxa som ubestridte «delte oppfatninger» underbygger den relaterte forestillingen om symbolsk makt og vold. Everett (2002) hevder at der doxa skaper ulik fordeling av kapital og en legitimering av produksjonen og formene av kapital, vil man finne symbolsk vold. At Fredrik føler seg uglesett om han ikke vasker etter seg, eller at Espen føler han må oppføre seg «ordentlig», kan her tolkes som en form for symbolsk makt. En makt som her formidles av etablerte medlemmer med en viss mengde akkumulert kapital, da de former nye medlemmers forståelse av en situasjon som gitt (Schubert, 2014; Bergsland, 2017). Treningssenterets doxa forteller nye medlemmer at korrekt sosial atferd innebærer å følge de sosiale spillereglene. Analysen viser at de mest fremtredende spillereglene på Dragvoll omhandler positiv sosial omgang med andre medlemmer, unnvikelse fra å ta plass og lage støy, samt å rydde og vaske etter seg, da det er den type atferd som tas for gitt.

Utover det som ble forbundet med passende atferd ble jeg under feltarbeidet oppmerksom på rollen høflighet spilte innad i miljøet. Høflighet utspilte seg som en metode å tilnærme seg anerkjennelse ved å utføre handlinger som ble verdsatt av andre medlemmer. Flere av informantene beskriver hyggelige interaksjoner med høflige og medgjørilige medlemmer som noe de verdsetter. Eksempler som nevnes i denne sammenhengen er at medlemmer ikke okkuperer utstyr og apparater, eller at «*de gir plass for at jeg skal få det lettere*» (Fredrik). Noe jeg gjør på treningssenteret, er å automatisk flytte meg ut av veien om jeg oppdager at jeg blokkerer noens tilgang til speilet. Gjennom en årrekke har dette elementet blitt implantert, dyrket og distribuert gjennom mitt engasjement på treningssenteret. Det er et eksempel på den tause kunnskap og viten jeg har tilegnet meg ved å «utføre fenomenet» (Wacquant, 2015).

Min analyse viser hvordan nye medlemmer aksepterer treningssenterets implisitte normer og regler, og at en funksjon av sosialiseringen som finner sted inkluderer en formidling av

vedvarende verdier og en ideologi som styrer atferd i samsvar med gitte forventninger. Lærdommen medlemmene opparbeider seg er skjult og innlemmet i daglig rutine og praksis. De kan dermed forstås som *hidden curriculum* (Kirk, 1992), eller en *skjult læreplan*, som involverer implisitte budskap knyttet til kunnskap, verdier, holdninger og normer for atferd man opplever i og gjennom en utdanningsprosess (Skelton, 1997). Medlemmene handler basert på disse normene og reglene, inntar bestemte posisjoner deretter, og får dermed en passende «følelse for spillet» (Deer, 2014). Som Skelton (1997) hevder, oppleves implisitte sosiale budskap som normale og tas for gitt gjennom deres daglige produksjon og reproduksjon. I den grad senterets medlemmer oppfatter dette som legitimt, reproduseres hierarkier og dominerende systemer (Schubert, 2014), og medlemmene opplever en kontinuerlig sosialiseringssprosess som tjener å binde sammen sosiale legitimiteter (Cushion & Jones, 2012). På Dragvoll inkluderer disse legitimitetene kollektivitet, korrekt sosial atferd og hierarkisk bevissthet.

#### 4.1.2 Det sosiale hierarkiet

Dragvoll kjennetegnes av et sosialt og inkluderende treningsmiljø, og skiller seg dermed fra mange andre treningssentre. Blant informantene skaper dette spesifikke miljøet en generell oppfatning av Dragvoll som et felt uten et tydelig fremtredende hierarki. Den foregående analysen av Dragvolls sosiale spilleregler, viser like fullt at et hierarki er til stede, og dersom man skal posisjonere seg høyt i feltets sosiale hierarki, må man omfavne feltets doxa og dominerende habitus (Wilken, 2008; Smith & Stewart, 2012; Deer, 2014). I de kommende avsnittene vil jeg se nærmere på Dragvolls sosiale hierarki, og forsøksvis belyse hvordan medlemmer på treningssenteret benytter ulike strategier for å opprettholde eller forbedre sin posisjon. Posisjoner som defineres basert på akkumulering og betydning av kapital (Thompson, 2014). Tidligere studier av mer ekstreme treningskulturer har vist viktigheten av fysisk styrke og muskelmasse for aktørenes sosiale makt og posisjonering i det sosiale hierarkiet (Andrews, Sudwell & Sparkes, 2005; Bridges, 2009; Smith & Stewart, 2012). Min analyse av en ordinær treningskultur med et mangfold av medlemmer, antyder at sosiale aspekter, innsats og ydmykhet kan være vel så viktig for medlemmenes posisjon i treningssenterets sosiale hierarki. Som Elias sier: «*For å være oppe å nikke i hierarkiet så må det også være en sosial bestanddel*».

Innenfor sosiale felt som treningssentre, finnes det ofte implisitte blåtegninger for hva som definerer den idealtypiske kroppen til «den dyktige utøveren» (Paradis, 2012). På

treningssenteret, som andre felt, er disse blåtegningene en refleksjon av doxiske systemer (Paradis, 2012). Medlemmer som innehar de kroppslige kjennetegnene som verdsettes på treningssenteret, vil posisjoneres høyere i det sosiale hierarkiet nettopp fordi deres fysiske evner og utseende henger sammen med feltets doxa. På et treningssenter hvor i all hovedsak styrketrening utøves, vil mengden kroppslig kapital oppfattes som høyere blant medlemmer som innehar de kroppslige kjennetegnene enn de uten (Paradis, 2012). Kroppslige kapital i form av styrke og muskelmasse nevnes av samtlige informanter som noe de streber etter å oppnå gjennom egen trening. Oppfatningen er også at dette anerkjennes av alle aktører på treningssenteret. Marte påpeker at demonstrasjoner av fysiske styrke er noe man automatisk legger merke til: *«Altså, hvordan kan du ikke legge merke til noen som marker 200 kg, liksom? Det er kult»*. Videre trekker Elias frem at han opplever å få anerkjennelse for sine tunge løft: *«Si jeg drar 240-250 kg i markløft da. Jeg ser jo i speilet hvordan noen stopper opp midt i øvelsen sin for å stå og se på, og det er jo stas»*.

Observasjoner av denne typen har jeg hatt flere av underveis i observasjonsprosessen. Noen medlemmer entrer treningssenteret og får umiddelbar anerkjennelse basert på sin størrelse og/eller styrke. Et utdrag fra mine observasjoner beskriver en slik hendelse:

*(...) «Bamsen» kjører knebøy. Han øker gradvis vekten og hvert arbeidssett blir tyngre. Han har et toppsett på 200 kg. Han psyker seg opp. Han har en fast rutine før de tunge løftene. Først setter han på den «rette» sangen, så tar han på seg løftebeltet, så wrist wraps, deretter strammer han beltet før han støter nakken gjentatte ganger inn i stangen. Han tiltrekker seg oppmerksomhet fra andre på senteret. Folk snur seg for å få med seg de imponerende løftene.*

På grunn av feltets konkurransedyktige natur, vil en aktør utilsiktet prøve å trekke ut den maksimale mengden kapital fra hver symbolsk utveksling (Bourdieu, 1986). Både Elias og «bamsen» er gode eksempler på dette, da de streber etter å konvertere sin fysiske kapital til symbolsk kapital i form av anerkjennelse og status. I tråd med tidligere forskning viser datamaterialet at akkumulert fysisk kapital kan konverteres til symbolsk kapital (Stewart et al., 2012; Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017), da kroppsarbeidet man utfører på treningssenteret kan generere anerkjennelse, status og respekt fra andre medlemmer. Dette kan forekomme umiddelbart, ved anerkjennelsen av tunge løft eller en velformet kropp, eller over lang tid ved at man merker seg andres vedvarende innsats. En sterk og veltrent kropp medfører positiv oppmerksomhet og sosial anerkjennelse grunnet dens utseende, samt innsatsen og det harde arbeidet den representer (Bourdieu, 1986). Den sterke og veltrente

kroppen, og anerkjennelsen som medfølger, bidrar dermed til at visse medlemmer posisjoneres høyt i det sosiale hierarkiet. Med dette får deres handlinger også legitimitet. Terje, som er ganske ny på Dragvoll, har merket seg det følgende:

*«Ser jeg en som sitter der og fikler litt, tar 40 kg i beinpress og så sitter på telefonen i fem minutter, ser litt rundt seg, så går og fyller opp flasken og legger igjen ting på apparatet. (...) hvis en kjempetrent hadde gjort det samme, så hadde jeg ikke tenkt over det engang. Jeg tenker «han vet sikkert bedre enn meg uansett».*

Her påpekes det hvordan medlemmer med en viss kroppslig kapital slipper unna med mer enn andre, og at deres atferd fremstår som legitim basert på den fysiske og symbolske kapitalen de innehar. Individuer med imponerende styrke, fysikk, teknikk og innsats trekkes stadig frem som besittere av verdifulle ressurser, eller innehavere av den såkalte blåtegningen (Paradis, 2012).

Selv om medlemmer innehar kroppslig kapital som verdsettes og anerkjennes, viser det seg like fullt at dette alene ikke er tilstrekkelig for å oppnå status på treningssenteret. Med utgangspunkt i egne observasjoner og informantenes fortellinger, tyder det på at mengde og type anerkjennelse man får for sine fysiske prestasjoner, er subjektiv og avhengig av den som observerer. Analysen peker på at såkalt «egoløfting» i større grad anerkjennes blant medlemmer som selv ikke har mye erfaring og kunnskap om styrketrening. Egoløfting er fenomenet der individer bruker en så tung belastning at det går på bekostning av den tekniske utførelsen av øvelser, og man stimulerer egoet heller enn musklene. Elias påpeker at *«de som ikke kan så mye om trening, de er jo blinde for det her»*. Egne observasjoner inkluderer flere tilfeller hvor såkalte egoløfterne valideres og oppsøkes av andre medlemmer for veiledning. Et utdrag fra egne feltnotater beskriver et særlig interessant tilfelle av en karakter jeg kaller for «skyggebokseren», grunnet hans tendens til å skyggebokse på senteret:

*"Skyggebokseren" kommer inn og går rett på tung skulderpress, null oppvarming. Bruker mer rå kraft enn teknikk, som vanlig. (...) T-bar row: Krum rygg, raskt tempo, null kontroll, strekker ikke ut - dårlig ROM. Deiser vekten i bakken. Skriker etter oppmerksomhet. Nå begynner han å instruere en annen gutt også. En som er ny på senteret og som ikke har peiling på hva han gjør. "Skyggebokseren" vet jo heller ikke hva han driver med, så dette blir bare en ond sirkel av egoløfting, dårlig teknikk og manglende kunnskap. "Nå tar du mer på, dette var alt for lett", sier han til den nye.. Dette kommer ikke til å ende bra. "Kom igjen, to til!", roper han. Har så lyst å gå bort*

*å sette han på plass. Ser at han digger å være i rollen som instruktør/"den som vet". Utrolig at en med så dårlig peiling og teknikk kan gå rundt med så mye selvtillit og selvgodhet.*

Jeg tolker det dithen at egoløftere som «skyggebokseren» tilegner seg symbolsk kapital fra senterets uvitende medlemmer, da han innehar visse kroppslige kjennetegn som anerkjennes. På grunn av dette innehar han også det Bourdieu & Passeron (1990) omtaler som pedagogisk autoritet, som vil si at informasjon og kunnskap videreføres uten å stilles spørsmål ved. Dermed blir resultatet det jeg i mine feltnotater omtaler som en «ond sirkel av egoløfting, dårlig teknikk og manglende kunnskap». Hans innflytelse bygger på den symbolske kapitalen tilskrevet kroppen hans, en symbolsk kapital tilpasset treningssenterets doxa (Paradis, 2012). Siden «skyggebokseren» innehar visse kroppslige kjennetegn som verdsettes på senteret, vil han nødvendigvis posisjonere seg noe høyere enn andre i det sosiale hierarkiet. Eksempelet over viser også hvordan jeg, som en person med institusjonalisert kulturell kapital (Bourdieu, 1984) og lang erfaring på området ser ned på egoløfting som fenomen. Egoløfting oppfattes generelt som noe negativt blant senterets etablerte medlemmer, da de selv besitter store mengder av feltets verdsatte kapitalformer og befinner seg høyt oppe i det sosiale hierarkiet. Dette tillater etablerte og erfarne medlemmer å evaluere andre medlemmer, og dermed deres legitimitet (Paradis, 2012). Når jeg og andre erfarne medlemmer observerer «skyggebokseren», blir vi svært lite imponerte og vi tilskriver dermed hans handlinger liten legitimitet. Den tekniske utførelsen hans er svak, han er høylytt og tar plass, altså utøver han det mange av Dragvoll's medlemmer vil anse som ukorrekt sosial atferd. Dette poengterer ytterligere viktigheten av senterets sosiale spilleregler for medlemmenes posisjonering i det sosiale hierarkiet.

I tilknytning til dette mener jeg senterets maktrelasjoner er relevant å trekke inn. Det er makt som gir «skyggebokserens» pedagogiske handlinger legitimitet hos senterets uvitende medlemmer. Samtidig vil legitimiteten til «skyggebokserens» pedagogiske handlinger miskjennes av de aktørene som har mer kapital enn han innenfor feltet (Bourdieu & Passeron, 1990). Han mangler også de kulturelle og sosiale evnene som er mer sentrale når det gjelder dette spesifikke treningssenterets doxa. Ved å ta plass, lage støy og demonstrere manglende tekniske og sosiale evner, godtar ikke dette medlemmet i så måte treningssenterets ubestridte premisser – doxa. Han vil dermed ikke posisjoneres høyt i feltets hierarki, selv om han besitter en viss kroppslig kapital som verdsettes innenfor feltet.



Som tidligere nevnt, peker datamaterialet på at fysisk kapital kun utgjør en del av ressursene som verdsettes på treningssenteret. Min analyse ser ut til å vise at selve innsatsen man legger ned på senteret, verdsettes i større grad enn de fysiske prestasjonene, særlig hos de mer erfarne medlemmene. Elias ønsker anerkjennelse for sine resultater basert på det harde arbeidet og innsatsen de representerer (Bourdieu, 1986): *«Det er viktig at den innsatsen jeg har lagt ned de siste 10 årene skal anerkjennes. (...) det er noe som bør anerkjennes uavhengig av hvem som har gjort det og hvilken form for trening det er»*. Også Marte opplever demonstrasjoner av innsats som inspirerende: *«Når du går inn på gymmen og ser at her er det en person som legger ned en innsats og har jobbet for det, det er inspirerende. (...) hvem som helst kan inspirere meg»*. I likhet med tidligere forskning kan man se at Dragvolls medlemmer kan generere symbolsk kapital i form av anerkjennelse, respekt og status gjennom investeringer i sitt kroppsarbeid (Stewart et al., 2012; Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017). Her kan også treningssenterets størrelse være av betydning for hvordan medlemmers innsats anerkjennes av andre. Ingrid påpeker at hun *«kjenner jo igjen folk i treningsrutinene sine»*. Gjennom nærmere fem år på Dragvoll har jeg merket meg flere medlemmers vedvarende innsats og progresjon, som har medført at jeg har utviklet økt anerkjennelse og respekt for disse medlemmene.

En annen gruppe som også stikker seg ut i datamaterialet, er såkalte «gym bros». Dette begrepet betegner unge menn som er engasjert i en treningsform der målet er å oppnå muskelmasse raskt – med et særlig fokus på overkropp (Bowstead, 2022). En rent estetisk tilnærming skiller gym bros fra den mer funksjonelle treningstilnærmingen som er vanlig blant Dragvolls medlemmer. Synne beskriver at *«de går med «hoodies», så venter de liksom til blodårene deres popper, så tar de av seg til singlet»*. I mine feltnotater refererer jeg til dette som å fjerne «pump covers». Valg av treningstøy er derfor en tydelig markør for hva som definerer en gym bro. Betydningen av treningsklær drøftes ytterligere i den delen av analysen som tar for seg treningsmote. Blant mannlige medlemmer er det gym bros man oftest merker seg flekse og ta bilder av seg selv i speilet. Av det kan man tolke at sosiale medier som Snapchat og Instagram spiller en sentral rolle i tilegnelsen av symbolsk kapital blant gym bros. Særlig blant yngre menn fungerer estetisk kroppsarbeid som en kilde til selvtillit og et verktøy for kapitalakkumulering i et samfunn som vektlegger det visuelle. Min evaluering av gym bros sammenfaller med tidligere forskning (Sandford & Quarmby, 2019; Hakim, 2021; Bowstead, 2022), og jeg vil komme nærmere innpå betydningen av sosiale medier i den delen av analysen som omhandler virtuelle nettverk.

## 4.2 Sosiale nettverk

I analysen av sosiale nettverk ble det identifisert følgende undertemaer: 1) analoge nettverk og 2) virtuelle nettverk. I de kommende avsnittene benyttes Bourdieus teoretiske rammeverk for å belyse betydningen av analoge og virtuelle nettverk og hvilken rolle de spiller for medlemmenes treningshverdag.

### 4.2.1 Analoge nettverk

En rekke studier om treningsdeltakelse viser at en dominerende årsak til engasjement, er ønsket om å bygge et nettverk av venner og bekjente (Crossley, 2006; Stewart et al, 2012; Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017). Denne studien bekrefter dette aksiomet, da informantene ofte beskriver stifting av bekjentskaper og vennskap, eller tilfeller av samarbeid med andre medlemmer som sentrale elementer. Treningsprosessen bidro til at informantene dannet sosiale relasjoner og utviklet en tilknytning og en fellesskapsfølelse med likesinnede medlemmer. På denne måten ga treningen tilgang til sosial kapital. Min analyse viser at den sosiale konteksten på Dragvoll er av særlig betydning for informantene. I tillegg til å være en arena for å utøve fysisk aktivitet, tjener treningssenteret også sosiale formål: «*Når jeg drar på trening, så drar jeg dit i stor grad for å være sosial*» (Elias). «*Det sosiale aspektet er også veldig fint. Hvis jeg trener med noen, så får jeg de to-tre timene vi er sammen*» (Ingrid).

Analysen viser at sosiale nettverk er sentrale i oppstartsfasen og inngangen til treningssenteret. Samtidig viser det seg at sosiale ressurser også er viktig for vedvarende deltakelse i det sosiale feltet (Bourdieu, 1986; Crossley, 2006, 2008). Fredrik og Ingrid har begge prøvd forskjellige treningssentre tidligere, uten nevneverdig suksess. De trekker frem Dragvolls inkluderende og sosiale miljø som en avgjørende faktor for deres treningsdeltakelse: «*Hvis jeg bare hadde Gløshaugen, så tror jeg ikke at jeg hadde trivdes nok til å gjøre det fast*» (Ingrid). Videre trekker Fredrik frem følelser av tilhørighet og trygghet som sentrale: «*Jeg føler meg mest hjemme her. Nå har jeg skapt relasjoner til folk her. (...) Jeg føler meg tryggere på å trene her*».

Flere av informantene var i stand til å få sosialt utbytte av treningsinnsatsen, og dermed konvertere sin kroppslige kapital til sosial kapital på treningssenteret. Treningen fikk også følger for det sosiale livet utenfor treningssenteret. Fire av informantene poengterer at treningssenteret er deres primære sosiale arena, eller at de hovedsakelig sosialiserer med individer de har møtt der. For eksempel sier Synne: «*For meg så går det ikke utover det*

*sosiale, fordi det er egentlig det sosiale livet mitt».* Informantenes treningstilnærming kan også påvirke selve vennekretsen, som hos Ingrid:

*«Jeg kan fort ende opp med å være her en fredagskveld eller lørdagskveld istedenfor å dra ut. Også har jeg jo fått meg mange venner som er interessert i det samme da. Så jeg har jo kanskje valgt litt andre typer venner, egentlig, ut ifra det».*

Følgene for sosial interaksjon utenfor treningssenteret, er tydeligst hos Marte. Følgende sitat illustrerer de sosiale implikasjonene av høy treningsprioritet og et kontrollert kosthold:

*«Si i helgene da, hvor folk kanskje går ut på byen eller sånne ting, så holder jeg meg heller hjemme. Fordi jeg må passe på kostholdet mitt, så jeg drikker jo nesten ikke alkohol. Så jeg vil heller legge meg kl. 22 enn å være ute på byen. Jeg tenker veldig mye over hva jeg spiser og mye på at jeg må hvile. Så det er litt sånn 24-timersjobb. (...) Det har påvirket vennekretsen min. Nesten alle jeg tilbringer tid med, er folk som også er på trening. Så min sosiale arena er vel egentlig treningssenteret».*

Disse utdragene er i tråd med tidligere forskning, og viser at hyppige treningsøkter og et kontrollert kosthold være vanskelig å kombinere med et sosialt liv der andre ikke er interessert eller involvert i det samme. Dermed kan sosialisering med venner utenfor treningssenteret begrenses som en følge (Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017).

Mange av medlemmene på Dragvoll trener sammen med andre. Særlig trekkes kvinner og utenlandske medlemmer frem som de som oftest trener sammen i grupper. Andre trener hovedsakelig alene, men assisteres noen ganger av andre medlemmer. Dermed viser treningssenteret seg å være en fin arena for å få tilgang til en annen viktig sosial gode, nemlig kontakt med medlemmer som har omfattende treningserfaring og kunnskap (Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017). Selv har jeg blitt kontaktet flere ganger på treningssenteret, av kjente og ukjente, for tips om trening og kosthold, samt veiledning av teknikk. Et utdrag fra feltnotatene beskriver en slik interaksjon på følgende vis:

*Jeg trener ved siden av en som er her ofte. Dette er en person jeg er på «nikkestadiet» med, så vi anerkjenner hverandre. Jeg spør om han har mange sett igjen, da jeg trenger kabelen han bruker. Vi har nå brutt isen. Han spør meg om hvordan jeg pleier å varme opp til benken, hvilke øvelser og hvor mange oppvarmingssett. Jeg deler gledelig. Etter han har gått og begynt å varme opp i benken, kommer jeg på en ting til jeg bruker å gjøre. Jeg går da bort til han for å demonstrere og forklare. Han har nå*

*etablert at han er mottakelig for råd og tips. Han finner frem kalk og wrist wraps, utstyret som brukes av de seriøse løfterne, og han har 100 kg på stanga. Jeg søker etter blikkontakt for å se om han trenger «spot», da jeg har vært i denne situasjonen titalls ganger før og vet at behovet er der. Vi får blikkontakt og det forventede spørsmålet kommer. Etter settet kommer jeg med noen tilbakemeldinger på teknikk og tips til hva han kan forbedre. Han er takknemlig og ser ut til å ta informasjonen til seg. Vi snakker faktisk en del etter dette. Jeg fortsetter å «spotte» han. Han spør hva jeg tenker om forskjellig: hvordan øke i benkpress og negative reps. Før siste settet hans trenger han ikke å spørre om «spot» engang, jeg bare kommer sigende og er klar. Etter siste settet gir han meg en fist bump. Vi utveksler navn.*

Utdraget fra feltnotatene fremhever den implisitte kunnskapen man oppnår som en følge av å være en del av miljøet over lengre tid. Årevis med trening, særlig på ett og samme senter, medfører en kjødelig kunnskap og sosial kompetanse (Wacquant, 2015). Som i eksempelet over kan jeg, uten å ha snakket med denne personen tidligere, få en god forståelse for hvem han er, og dermed hvordan jeg skal forholde meg til han. Informantene trekker også frem andre medlemmer som gode kilder til informasjon og kunnskap. Terje forteller hvordan han observerer og merker seg hva de mer erfarne medlemmene: «*Det er gjerne folk som har litt peiling og hvor man tenker «her bør jeg kanskje følge litt med, det er kanskje noe jeg kan lære her»*». Utover observasjon trekker Fredrik frem interaksjoner med andre medlemmer som en nyttig informasjonskilde:

*«Jeg har mine gode kontakter på gymmen som jeg føler meg komfortabel med å spørre om råd, for eksempel deg. Som sitter på mer kunnskap enn meg, og jeg ser på som en god ressurs som gjør at jeg kan få mer ut av treningen»*.

Utdraget fra min interaksjon med et annet medlem stadfester meg som innehaver av feltets verdifulle kapitalformer, som jeg har tatt for meg tidligere i resultatkapitlet, og det er dette som gjør at min kunnskap oppfattes som legitim (Bourdieu & Passeron, 1990). Utover å vise hvordan medlemmer kan få tilgang til relevant informasjon og kunnskap fra etablerte medlemmer, viser denne interaksjonen også en måte å stifte bekjentskaper på. I likhet med annen forskning viser datamaterialet at danning av sosiale relasjoner med erfarne medlemmer medfører akkumulert sosial kapital, og denne sosiale kapitalen kan man konvertere til kulturell kapital i form av informasjon og kunnskap (Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017). Samtidig vil den som veileder konvertere sin kulturelle kapital til symbolsk kapital, i form av anerkjennelse, status og respekt. Basert på intervjudataene, virker det særlig viktig for

informantene å uttrykke at de besitter en viss mengde kunnskap om trening: «*Jeg håper at jeg fremstiller meg selv som en som vet hva jeg gjør*» (Marte). Samtidig trekkes mangel på kunnskap frem som noe negativt, og noe man ønsker å unngå: «*Det jeg er mest redd for er å fremstå som skikkelig nybegynner*» (Ingrid). Kulturell kapital forstås dermed som en viktig kapitalform blant senterets medlemmer.

Analysen reflekterer også tidligere forskning omkring psykiske konsekvenser knyttet til sosiale relasjoner og fysisk aktivitet (Crossley, 2006; Stewart et al, 2012; Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017). Samtlige informanter trekker frem de emosjonelle og kognitive fordelene ved fysisk aktivitet, som bidrar til følelser av mestring, velvære og bedre selvbilde. Treningens psykiske påvirkning ble et fremtredende tema i denne studien, og knytter sammen de iboende u håndgripelighetene som er uavhengige av individenes sosiale rolle, sosiale posisjon, omdømme eller intellektuelle status. Kommentarer som «*Jeg føler jeg får mer energi, jeg føler meg bedre i egen kropp, jeg får bedre selvtillit*» (Marte) og «*det er jo det med at når jeg får en godfølelse etter å ha trent, så får jeg lyst til å gjøre mye mer (...) Jeg føler meg mye mer vel*» (Ingrid) var utbredte blant informantene. I flere tilfeller strekker de psykiske fordelene seg forbi opplevelsen av velvære og selvtillit, og noen av informantene fremhever treningens viktighet for deres mentale helse. Særlig Terje, som har slitt med psykiske problemer, trekker frem de positive effektene ved fysisk aktivitet: «*Kroppsbildet mitt, synet på meg selv, psyken og alt sånn var egentlig ganske dårlig før jeg begynte å trene (...) Det har vært medisinen min mot psykiske problemer. Trening har definitivt vært den viktigste faktoren*». Også Espen vektlegger de mentale fordelene trening medfører, og trekker frem viktigheten av treningscenterets rolle som et fristed:

*Styrketreningen har definitivt hjulpet meg mentalt, med hvordan jeg tenker på meg selv (...) Det blir på en måte fristedet da. Det er her jeg kan komme og være i to timer, og legge alt annet vekk. Det har vært viktig for meg».*

De psykiske effektene av trening ble trukket frem av alle informantene, og det viser seg at trening på treningscenter muliggjør frigjøring fra studier og arbeid, og gir rom for en terapeutisk avkobling. Disse resultatene reflekterer tidligere forskning (Stewart et al., 2013). Like fullt trekker også flere av informantene frem de psykiske ulempene knyttet til trening på treningscenter. Mange av informantene er i stor grad aktive, og trening utgjør en betydelig del av deres hverdag. Elias og Synne forklarer hvordan brudd med treningshverdagen kan få negative følger for psyken:

- 1) «*Problemet med at trening blir en del av hverdagen er jo at det blir veldig stress når man ikke får trent. Du føler deg som en potetsekk når du ikke får trent på fire dager. (...) Hvis du ikke klarer å innfri forventningene til deg selv, så er det kjipt*» (Elias)
- 2) «*Jeg føler at hvis jeg ikke trener så får jeg dårlig samvittighet overfor meg selv. Jeg har jo lyst til å trene, og når jeg selv velger å ikke gjøre det, så blir jeg jo sur på meg selv, og det skader jo meg selv psykisk*» (Synne)

Bourdieu's konsept om kapitalakkumulering går langt i å forklare hva som driver medlemmene til å trene og hvordan de posisjonerer seg innenfor treningssenterets sosiale hierarki. Grunnet den svært fremtredende viktigheten til selvtillit og velvære, peker Stewart og kolleger (2012) på psykisk kapital som en manglende kapitalform hos Bourdieu. Psykisk kapital på den andre siden vurderes som en form for symbolsk kapital, som gjort av Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen (2017).

#### 4.2.2 Virtuelle nettverk

Som nevnt, er andre medlemmer på senteret en kilde man kan anvende for å øke sin treningskunnskap (Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017; Cardone, 2019). Utover andre medlemmer, trekker samtlige informanter frem sosiale medier som viktige kilder til treningsinformasjon. Gjennom sosiale medier har medlemmene på treningssenteret muligheten til å søke opp øvelser til enhver tid, også under selve økten, for å finne øvelsene som best passer dem: «*Jeg har begynt å kikke litt mer på instruksjonsvideoer på Instagram*» (Elias). Fredrik legger til: «*Jeg bruker egentlig sosiale medier som et verktøy for å finne øvelser jeg kan prøve ut*». Man kan derfor argumentere for at sosiale medier er et pedagogisk felt (Bourdieu, 1984); en kontekst der uformelle pedagogikker, i denne sammenheng om trening, kan produseres og reproduseres (Sandford & Quarmby, 2019).

Analysen viser at innholdet som promottes på sosiale medier kan by på problemer for hvordan aktive medlemmer, spesielt uerfarne medlemmer, navigerer gjennom treningsinformasjon på nettet, særlig når det gjelder å skaffe pålitelig og troverdig informasjon (Rich, 2019). Fredrik ser ut til å være klar over dette: «*Kan ikke si om alt er rett, tviler sterkt på om alt er rett faktisk. (...) Ikke alt som funker, ikke alt jeg stoler på*». I tråd med tidligere forskning, er min forståelse at mange henter informasjon og kunnskap om trening fra sosiale medier. Mens denne kunnskapen vil være variert og i noen tilfeller potensielt nyttig, er

det ikke gitt at medlemmer klarer å omsette denne kunnskapen til praksis (Rich, 2019). Kunnskapen man tilegner seg fra andre medlemmer på senteret og via sosiale medier kommer fra aktører som har pedagogisk autoritet. I denne forstand godtar eller erkjenner uvitende medlemmer informasjon fra sosiale medier eller andre medlemmer uten å sette spørsmålstejn ved hvorfor (Bourdieu & Passeron, 1990; Sandford & Quarmby, 2019). Den kulturelle kapitalen treningssenterets medlemmer akkumulerer i form av informasjon og kunnskap om trening, gjør det mulig for dem å omsette kulturell kapital til kroppslig kapital, ved at de anvender den kunnskapen de tilegner seg i praksis (Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017).

Sosiale medier visker vekk de grensene individer vanligvis samhandler og sosialiserer gjennom, dermed blir en av de mest åpenbare formene for kapital som erverves innen sosiale medier sosial kapital – primært i form av forbindelser med, og status blant, likesinnede (Sandford & Quarmby, 2019). Min analyse viser at den sosiale kapitalen som erverves kan konverteres til symbolsk kapital ved å benytte sosiale medier for å nå individer utenfor treningssenteret. Flere av informantene trekker frem at de bruker eller har brukt sosiale medier som Snapchat eller BeReal for å vise andre at de er på trening: «*Det var en stund i vennegjengen at vi holdt på med «BeReal», hvor du tar et bilde og en selfie samtidig. Da var det at jeg tok et par inne fra senteret*» (Terje). Ingrid legger til: «*Jeg sendte litt snaps i starten, for da var jeg liksom fornøyd med meg selv*». Bruk av Snapchat er også noe jeg gjorde hyppige observasjoner av under feltarbeidet. Basert på feltnotatene ser kvinner ut til å være ivrigere enn menn når det kommer til å ta selfies. Blant menn ble selfies hyppigst observert hos de tidligere nevnte gym bros. Sosiale medier tilbyr medlemmene på treningssenteret umiddelbar kontakt med omverdenen. Jeg tolker denne kontakten man har med sitt sosiale nettverk utenfor senteret, som en måte å oppnå umiddelbar symbolsk kapital for sin (antatte) innsats inne på senteret.

Blant informantene er det kun Marte som aktivt bruker Instagram for å legge ut treningsrelatert innhold. Hun sier: «*Jeg bruker Instagram veldig mye og legger ut videoer av min egen trening*. Da Marte er fitness-utøver, utdannet personlig trener og jobber som coach, tilbyr Instagram henne en plattform for å demonstrere sin fysiske og kulturelle kapital gjennom bilder og instruksjonsvideoer. Hun tilegner seg også sosial kapital gjennom et økt sosialt nettverk, og symbolsk kapital i form av «likes» (Sandford & Quarmby, 2019). Gjennom sosiale medier kan hun også konvertere sin kulturelle og sosiale kapital til økonomisk kapital. For Marte kan sosiale medier derfor anses som et felt for produksjon,

sirkulasjon og utveksling, noe som gjør det til en forlengelse av den sosiale verden og en del av hennes bredere livsbilde (Paiva, 2014).

Bilder av idealkroppen i sosiale medier trekkes også frem som en påvirkningsfaktor for informantenes eget kroppsarbeid. Ingrid påpeker at profiler i sosiale medier kan fungere som forbilder og at påvirkningen kan være inspirerende: *«Jeg har jo i hvert fall fått noen forbilder. Det er jo noen jeg følger med på og henter inspirasjon fra. Noen på Instagram og sånn».*

Espen føyer til at dette også kan være en motiverende faktor: *«Det er jo de jeg følger, fitness-folk på Instagram. Jeg blir i hvert fall motivert av å se på dem trene noen ganger. De legger ut forskjellig content om kropp og trening».* Kroppsbildet man danner seg gjennom bilder i sosiale medier byr også på utfordringer. Gjennom sosiale medier utsettes man stadig for bilder av godt trente kropper, og for hva som definerer kroppsidealet. Dette bidrar til å skape et press i samfunnet om å trene og anskaffe seg den ideelle kroppen. Elias sier det følgende:

*«Det grunnleggende for alle som er på trening, er et ønske om å bli bedre. Og hvor er det da man får det bildet av hva som er «bedre»? Det får man jo gjennom media. Og når Insta-kroppen og sånne ting er veldig tilstedeværende i samfunnet, så er det veldig lett at det kvalifiseres som bedre».*

De fleste informantene anerkjenner at måten idealkroppen presenteres på i media i større eller mindre grad har hatt betydning for hvordan de oppfatter sin egen kropp. Opplevelsen av «body dysmorphia» eller dysmorfofobi kan knyttes til kroppsbildet man danner seg gjennom bilder i sosiale medier. Dysmorfofobi betegner en personlig opplevelse av at kroppen har et utseende som er stygt eller defekt (Malt, 2019). Fredrik opplever dette på følgende måte: *«Jeg kan se meg selv i speilet og tenke «nei, nå så jeg faen ikke ut, dette er ikke helt bra». (...) Jeg tror alle sitter inne med litt sånn body dysmorphia».*

I tråd med tidligere forskning viser datamaterialet at bilder av idealkroppen som presenteres i media kan bidra til å skape urealistiske forventninger blant de som trener på treningssenter, og kan videre få negative psykiske konsekvenser relatert til selvbilde og selvtillit. Det kan tyde på at denne søken etter fysisk kapital som finner sted på treningssentre, kan bidra til å opprettholde kroppslig misnøye. Man kan forstå at treningssentrenes medlemmer stadig minnes på sin manglende evne til å oppnå den fysiske kapitalen de ønsker på grunn av et vedvarende kroppspress fra media (Frew & McGillivray, 2005; Sandford & Quarmby, 2019; Camacho-Miñano, Gray, Sandford & Maclsaac, 2022).



### 4.3 Betydningen av kjønn

I analysen av feltnotater og intervjudata, ble det tydelig at forskjeller mellom menn og kvinner på treningssenteret var av betydning. Huppatz & Goodwin (2013) demonstrerer at maskulinitet og femininitet er ressurser man trekker fra både bevisst og ubevisst med varierende suksess når man beveger seg i sosiale rom. I denne delen av analysen ble det identifisert to undertemaer i denne delen av analysen: 1) kjønnsnormer og forventninger, og 2) treningsmote. De kommende avsnittene tar for seg hvordan medlemmer på Sit Dragvoll forhandler maskulin og feminin kapital i lys av Bourdieus teoretiske rammeverk. Maskulin og feminin kapital kan ganske enkelt knyttes til å bli vurdert som maskulin eller feminin (Huppatz & Goodwin, 2013).

#### 4.3.1 Kjønnsnormer og forventninger

Kjønnsforskjellene i resultatene kan tolkes gjennom Bourdieus (1984) forestilling om vaneforskjeller inkarnert i kjønnede treningsmotiver. I likhet med sosial klasse kan kjønn også formidle tilgangen til og opplevelsen av deltakelse i ulike sosiale felt, da det skaper ulike muligheter og hindringer (Bourdieu, 2001). Ulikhet i atferd og disposisjoner blant menn og kvinner relatert til deres aktivitetsmønstre, har blitt normalisert innenfor den kjønnede habitus (Metcalf & Lindsey, 2020). Forskjeller mellom dominerende normer for atferd blant menn og kvinner, illustrerer hvordan fysisk praksis kan tas for gitt. Slik oppfatter medlemmer på treningssenteret hva som forventes av dem relatert til deres kjønn (Metcalf & Lindsey, 2020).

Blant informantene er det enighet omkring forventninger knyttet til kjønnene. Den generelle oppfatningen er at menn skal løfte tungt og i større grad vektlegger trening av overkropp. På den andre siden skal kvinner vektlegge trening av bein og rumpe, og unngå å fremstå som maskuline. Habitusbegrepet bidrar til å forklare hvordan kulturelle verdier, inkludert hva som utgjør maskulinitet og femininitet, utøves og reproduseres gjennom sosial praksis på treningssenteret (Bourdieu, 1984). Kroneksempelen på hva som betraktes som en feminin øvelse, er «hip thrust». Samtlige informanter trekker frem hip thrust som en belastet øvelse, og opplever at konsensus på treningssenteret er at denne øvelsen er forbeholdt kvinner: «*Hip thrust mener jeg fremdeles er en jenteøvelse. Eller, mange ser på det, jeg gjør ikke det, men mange ser på hip thrust som en jenteøvelse*» (Elias). Dertil er oppfatningen blant menn at de bør unngå rumpeøvelser: «*Jeg bare så det i trynet hans hvordan han merket at «nå gjør jeg en jenteøvelse mens han ser på».* Da ble det veldig tydelig for meg hvor, kall det kjønnen, visse

*typer øvelser er»* (Terje). Terjes utsagn viser til en kulturell domineringsprosess på treningssenteret der menn som gjør «feminine» øvelser marginaliseres og underordnes, som resulterer i at deres maskuline kapital svekkes. Av reaksjonen til Terjes venn, kan man også se hvordan marginaliserte medlemmer bidrar til sin egen underordning. Dette fremhever en hierarkisk relasjon mellom menn, og at det er maktforskjeller mellom menn og andre menn, samt mellom maskuline og feminine idealer (Connell & Messerschmidt, 2005; Bridges, 2009). På samme måte opplever kvinnene at de bør unngå øvelser for bryst, skuldre og armer: *«Jeg vet at det er mange jenter som ikke trener bryst og sånn (...) at de ikke vil bli svære, ikke vil miste de feminine trekkene på en måte»* (Ingrid).

Denne oppfatningen av visse øvelser som kjønnede gjenspeiler tidligere forskning (Salvatore & Marecek, 2010; Coen, Rosenberg & Davidson, 2018). Det kulturelle idealet av den maskuline kroppen fraråder menn fra å trene hip thrust. På samme vis fraråder det kulturelle idealet av den feminine kroppen kvinner fra å trene øvelser som benkpress. Benkpress kan oppfattes som en maskulin øvelse, og som Ingrid påpeker, kan dette vekke en frykt blant kvinner for å evalueres som mindre feminine (Salvatore & Marecek, 2010; Coen et al., 2018). Jeg mener dette er et godt eksempel som viser at menn og kvinners treningshabitus forklarer hvordan kulturelle verdier om hva som er maskulint og feminint, utøves og reproduseres gjennom sosial praksis på treningssenteret (Bourdieu, 1984).

Menn og kvinner bruker kroppene sine på særegne måter. Gjennom sosialiseringprosessen blir kjønnsnormer og forventninger kroppsliggjort som kjønnsmønstre og internalisert som selvvinnlysende former for kjønnsidentitet. Dette bidrar til at både menn og kvinner blir «ofre» for sin kjønnede habitus (Skauge & Seippel, 2020). Kvinner som bryter med atferden og disposisjonene knyttet til aktivitetmønstrene, stikker seg derfor ut på treningssenteret. Ofte trekkes sterke kvinner frem av informantene som noe positivt og imponerende. Daniels (2012) viser at kvinner som trosser kjønnsstereotypier, kan oppfattes som rollemodeller av andre kvinner, noe mine funn gjenspeiler. I tråd med tidligere forskning (Daniels & Wartena, 2011) viser også resultatene at menn verdsetter kvinner som uttrykker «maskuline» egenskaper som styrke og dominans. Terje reflekterer informantenes generelle oppfatning av sterke kvinner: *«Jeg synes ofte det er noen av dem som ser ganske små ut, gjerne jenter som ikke ser særlig trent ut, så bare tar de tre ganger så mye som meg. Det er ganske kult da»*. Like fullt er kjønnsnormer og kjønnsforventninger fremdeles til stede, og brudd med disse kan resultere i at kvinner som er *«sinte, strenge og sterke»* (Elias) fremstår som maskuline:

*«De jentene, blir jo i uttrykk, gjerne maskuline. Fordi de er komfortable på treningscenteret, og de tar litt plass, og løfter seriøst osv. Grunnen til at man kan karakterisere det som maskulint er jo fordi det er det man er vant med. At det er guttene som holder på sånn. (...) kan jo være litt med at de tar på seg denne maskuline rollen av å være stor og sterk, og å ta plass på senteret».*

Det tyder på at sosial kapital fordeles til kjønnede kropper i samsvar med disse normene og forventningene, og påvirker hvordan medlemmene på senteret posisjoneres i det sosiale hierarkiet (Metcalf & Lindsay, 2020). Likevel viser datamaterialet at disse stereotypene knyttet til maskulinitet og femininitet i relasjon til øvelser, til en viss grad har blitt redusert. Gjennom mine mange år med aktivitet på flere treningscentre, har jeg merket meg en økning i antall kvinner som løfter tungt og inkorporerer overkroppsovelser i øktene sine. I tråd med utsagn fra de mer erfarne medlemmene tyder det på at fenomenene «gutteøvelser» og «jenteøvelse» gradvis viskes vekk:

- 1) *«Jeg tror det også har litt å gjøre med at det har kommet mye, mye mer kunnskap om trening, og at det ikke skal være noen forskjell på hvordan en gutt og en jente trener. For du har øvelser som funker og du har øvelser som ikke funker, og det er ikke bestemt på kjønn, det er bestemt på hvordan musklene dine er».* (Marte)
- 2) *«Skillet har blitt visket bort, og spør du meg så har det ett ellet annet med trenden i sosiale medier å gjøre. «Strong is the new skinny» og alt det her».* (Elias)

Som Marte påpeker, er økt treningskunnskap en av faktorene som forklarer hvorfor kjønnede øvelser gradvis fases ut. Manglende kunnskap har vært en av barrierene som har hindret kvinner i å trene med vekter (Novatchkov & Baca, 2012). Som Elias påpeker, kan endringer i hvordan kvinnekroppen presenteres i sosiale medier også være en forklarende faktor for kvinners økte deltakelse i trening med vekter. Jeg tolker økningen av fysisk sterke kvinner som gjør tradisjonelt maskuline øvelser, og økningen blant menn som gjør tradisjonelt feminine øvelser, som en utfordring av doxa. De implisitte og ubestridte premissene som var rådende før, utfordres i større grad enn tidligere, og kan derfor gradvis fases ut (Aakvaag, 2008; Wilken, 2008). Antakelsene som tas for gitt innenfor medlemmenes habitus, og som dikterer hva som er passende atferd for menn og kvinner, utfordres også (Metcalf & Lindsay, 2020). I likhet med Paradis (2012) sin studie av et boksemiljø, viser min analyse like fullt at treningscenterets maskuline miljø ikke har blitt fullstendig erstattet av egalitære oppfatninger.

I likhet med Prichard & Tiggemann (2005) og Fisher, Barbary & Misener (2018) peker resultatene på at bekymringer omkring utseende og evaluering av ferdigheter, både fra andre og seg selv, kan være en kilde til usikkerhet på treningssenteret. Den generelle oppfatningen er at kvinner tar mindre plass, opptrer med mindre selvtillit enn menn, og fremstår som mer ukomfortable på treningssenteret. Ingrid beskriver hvordan hun opplevde inngangen til trening på treningssenter: *«Jeg føler at jeg bare står der og ikke har noen plass å gjøre av meg, og vet ikke hva jeg skal gjøre»*. Denne usikkerheten kan forklare hvorfor mange kvinner oftere benytter utstyr som tredemøller og ellipsemaskiner, unngår frivekter, oftere trener styrkeøvelser i tøyområdet (Metcalf & Lindsay, 2020), samt hvorfor de oftere trener sammen i grupper (Novatchkov & Baca, 2012). Flere av informantene har også merket seg at kvinner generelt presser seg mindre på treningssenteret. Espen har merket seg det følgende om kvinners innsats: *«Det jeg kanskje legger mest merke til, med ganske mange jenter, er at de tar mye mindre vekt enn det de faktisk klarer. (...) de er ofte ikke like slitne som oss, guttene»*. Kvinnenes noe usikre og forsiktige treningstilnærming oppfattes å komme av manglende erfaring og frykt for å gjøre feil, dermed oppleves terskelen for å presse seg på trening som høyere for kvinner enn for menn:

*«Man tør ikke å løfte mer hvis man ikke vet hva man driver med, mens jeg føler i gutteverden så er det kult å løfte mye. Så da bare prøver de, men så trenger det ikke å være riktig i det hele tatt»*. (Synne)

Menn oppfattes som mer selvsikre og at de har lettere for å ta plass på treningssenteret: *«Det første jeg tenker er at gutter har litt høyere selvtillit (...) de kommer inn og breier seg ut»*. (Marte). Synne legger til: *«Jeg tror bare det ligger fra gammelt av, at menn skal være sterke og svære, og jenter skal være søte og pene»*. Av Synnes utsagn kan man tolke at menn først og fremst er avhengig av innsats og fysiske prestasjoner for å oppnå status, mens kvinner i større grad må vektlegge måten de presenterer seg på for å oppnå status. Dette kan også knyttes til den kjønnete habitusen, som jeg har tatt for meg tidligere (Salvatore & Marecek, 2010; Coen et al., 2018). Blant informantene vurderes fysisk innsats, styrke og muskelmasse som egenskaper knyttet til maskulinitet, noe som kan bidra til å forklare hvorfor egoløfting ser ut til å være et langt mer utbredt fenomen blant menn enn hos kvinner. Resultatene sammenfaller med tidligere forskning og viser at menn som utøver atferd i tråd med de dominerende normene, nødvendigvis tilegner seg maskulin kapital. På samme tid kan øvelser som strider mot normene for maskulin atferd, svekke mannlige medlemmers maskuline kapital på senteret (De Visser, Smith & McDonnell, 2009). Hos kvinner som tar plass og løfter tungt svekkes den

feminine kapitalen, da deres atferd vurderes som maskulin. Femininitet knyttes i mindre grad til innsats og i større grad til hvordan man presenterer seg. Kvinner vil da nødvendigvis vektlegge forfengelighet for å tilegne seg feminin kapital. I det kommende undertemaet som tar for seg treningsmote vil jeg komme nærmere inn på dette.

#### 4.3.2 Treningsmote

En ting jeg fokuserte på under mine observasjoner, var valget av treningstøy blant medlemmene på Dragvoll. Analysen viser at valg av treningsklær avhenger av flere faktorer. Medlemmenes valg av treningsklær kan knyttes til identiteten rundt den spesifikke typen kroppsarbeid de bedriver, som styrkeløft, kroppsbygging eller idrettsrettet trening (Cranswick, 2019). Aktuelle trender spiller også en rolle. Både i relasjon til kroppsarbeid og trender, viser analysen at kjønn spiller en sentral rolle i valg av treningstøy. I de kommende avsnittene vil jeg se nærmere på hvordan treningsklær spiller en sentral rolle for hvordan medlemmene på Dragvoll presenterer seg selv.

Synne er volleyballspiller, og benytter treningssenteret på Dragvoll først og fremst for å holde seg skadefri, samt for å prestere bedre i sin idrett. Hun uttrykker følgende om hva hun legger merke til når det kommer til valg av treningstøy blant kvinner:

*«De som pynter seg for å dra på treningssenteret. De ser jeg på som «try hards» (...) Det har jo blitt veldig populært at de har en kort shorts i en eller annen farge, som gjerne har scrunch, sånn den går langt oppi rumpa. Så bruker de gjerne en stor t-skjorte og dytter den nedi bak på ryggen for at man skal se rumpa deres, og har den hengende foran sånn at man ikke skal se magen.» (Synne)*

Denne motetrenden er noe jeg ofte noterte meg under mine egne observasjoner, og noe man ser daglig på treningssenteret. Marte, som er fitnessutøver, og driver seriøs og målrettet styrketrening fem dager i uken, forklarer trenden på følgende måte:

*«Det som er greia da, er at du får frem rumpa, men så kan du dekke til magen hvis du er litt «bloated» eller noe. Sånn at det ser penere ut. Så det føles komfortabelt, men så får du likevel vist frem at du har litt rumpe.» (Marte)*

Som sitatene over viser, beslutter mange jenter seg med å benytte store trøyer. Beslutningen om å bruke store klær har vært forbundet med å skjule sin egen fysikk for å beskytte den mot andres negative oppfatninger om ens kroppslige kapital (Edmonds, 2018; Fisher et al., 2018).

Noe eksisterende litteratur viser til en sammenheng mellom utseende, angst og kroppslige bekymringer, og kan brukes for å tolke individers valg av klær som dekker til kroppen (Murray, Rieger & Touyz, 2011; Edwards, Tod & Molnar 2014). Foruten Marte, gir ikke informantene uttrykk for kroppsrelatert angst når det gjelder deres valg av treningstøy, men poengterer i stedet at deres valg reflekterer et fokus på praktikalitet og komfort. Observasjoner av Dragvolls medlemmer gir heller ikke inntrykk av en overdreven bruk av store og løstsittende klær. Heller viser observasjonsdata at kvinnelige medlemmer tenderer til å benytte tettsittende bekledning. Blant annet er bruken av tights så fremtredende at jeg i feltnotatene beskriver kvinner som ikke bruker tights som «uvanlige» syn. Tights kan forstås som normen når det gjelder treningsmote for kvinner. Om man ikke bruker det samme som alle andre, så stikker man seg ut (Coen, Davidson & Rosenberg, 2021). Og som Synne sier: «Hvis du ikke ser ut som alle andre, så føler du deg jo utenfor».

Samtidig som mange kvinner velger å dekke til en del av kroppen, benytter de tettsittende tights eller shorts for å vise frem en annen del av kroppen. Denne aktuelle trenden kan tolkes som en måte for kvinner å benytte «riktige» treningsklær og utseende for å oppnå anerkjennelse og status på treningssenteret. Terje speiler informantenes generelle oppfatning av at kvinner har mer gjennomførte treningsantrekk, og har lettere for å pynte seg før de drar på trening: «Du ser kanskje ikke så mange av de jentene som kommer helt upyntet». Valg av treningsklær og sammenligning av disse klærne med andres, er et sentralt aspekt ved kvinners generelle treningsopplevelse (Fisher et al., 2018). Jeg tolker dette som at forventningene om et feminint utseende ikke legges igjen utenfor treningssenteret, men er en viktig del av å passe inn i treningssenterets kultur.

Synne og Martes motstridende meninger viser hvordan medlemmer med ulike tilnærminger og mål anerkjenner samme fenomen på ulikt vis. Samtidig uttrykker Synne forståelse for betydningen av treningsklær blant kvinner: «Jeg føler kanskje jenter må pynte seg, eller de blir sett på som bedre hvis de har pynta seg». Som vist i tidligere forskning virker oppfatningen å være at menn lettere bare kan møte opp, mens kvinner på kle seg opp (Coen et al., 2021). Det er flere populære produsenter av treningsklær, men blant Dragvolls medlemmer viser Gymshark seg å være den ubestridte vinneren. Fredrik forklarer Gymsharks popularitet på følgende måte: «Det fokuserer veldig på gymmote. Ikke bare sportsmote, men til «å løfte». (...) Alle bruker liksom Gymshark. Spesielt jenter har veldig mye Gymshark». Espen fortsetter å beskrive at «det er kanskje noe folk tenker på som status da». Ved å vektlegge bruk av den «riktige» treningsmoten tyder det på at man kan oppnå anerkjennelse

og status på treningssenteret, uten nødvendigvis å være avhengig av nevneverdig imponerende fysisk innsats. Basert på datamaterialet, ser dette ut til å være vanligere blant kvinner enn hos menn. Hos menn virker valget av treningstøy mindre viktig og mer tilfeldig. Kommentarer som «*jeg finner ett eller annet i skapet*» (Elias) eller «*jeg tar på meg det første jeg finner*» (Fredrik), var utbredte blant de mannlige informantene.

Analysen viser like fullt at også menn benytter seg av treningstøy for å oppnå symbolsk kapital på treningssenteret. Blant mennene på treningssenteret tyder det på at valg av treningsklær knyttes til den spesifikke typen kroppsarbeid de bedriver, som styrkeløft eller kroppsbygging. De søker dermed å skaffe seg symbolsk kapital gjennom identiteten de inntar (Bourdieu, 1986). Egne observasjoner viser at medlemmene med en styrkeløfttlnærming i større grad benytter seg av løsere og mer funksjonelle klær. Ofte består styrkeløfternes antrekk av en stor t-skjorte i bomull og en kort shorts, og de tar ofte avstand fra kjente merker som Gymshark. De har også som regel treningsbaggen på slep, full av utstyr, noe jeg kommer nærmere innpå om litt. Bruken av Converse har lenge vært vanlig blant styrkeløftere, da sålen er flat og gir god stabilitet i baseløft som knebøy og markløft. Like fullt ser man ofte uerfarne medlemmer med en mer rekreasjonell og useriøs treningstlnærming benytte seg av Converse. Synne har også merket seg Converse-bruken blant «useriøse» medlemmer og uttaler det følgende: «*Det er en trend. (...) Det er fordi de ser andre gjøre det. Det går an å kjøpe sko som har samme effekt, istedenfor å trene i Converse*». Ved å benytte klærne og utstyret til en styrkeløfter, kan man påta seg en styrkeløfteridentitet og dermed potensielt oppnå den symbolske kapitalen denne identiteten medfører (Cranswick, 2019).

På spørsmål om hvilke typer som stikker seg ut på treningssenteret, svarer Fredrik: «*Menn i enten singlet eller oversized hoodies. (...) Det er jo en gjenganger, men det er jo en typisk gymnote da*». Menn i singlet trekkes frem av flere informanter, og de dukker også ofte opp i mine feltnotater. Utover det fysiske kroppsarbeidet de bedriver, er dette en stil som ofte kjennetegner såkalte gym bros, som jeg har vært inne på tidligere. I motsetning til styrkeløftere, benytter gym bros seg ofte av Gymshark-klær (Bowstead, 2022). Bruken av avslørende plagg som singlet tolker jeg som en bevisst strategi visse medlemmer benytter for å demonstrere sin fysiske kapital (Frew & McGillivray, 2005). En veltrent kropp vil medføre positiv oppmerksomhet og sosial anerkjennelse grunnet dens utseende (Bourdieu, 1986), og dermed kan gym bros konvertere sin kroppslige kapital til symbolsk kapital.

Jeg tolker bruken en viss type treningsklær som en måte å sende et budskap til andre på senteret om hvem man er, hvilken type trening man driver med, og at man har peiling. Det

samme gjelder bruken av treningsutstyr som løftesko, løftebelte, knee sleeves, wrist wraps, osv. Ingrid, som har relativt lite erfaring med styrketrening, beskriver hvordan hun oppfatter medlemmer som bruker utstyr:

*«Når man kommer med belte og alt det der, så tenker jeg med en gang at det er noen som har oversikt og kontroll, og som vet hva de driver med. Det samme med alle disse merkene treningstøy, da tenker jeg at de er proffe».*

Bruken av såkalt «seriøst utstyr» er noe jeg hyppig har merket meg under egne observasjoner. At jeg betegner det som seriøst utstyr i utgangspunktet, indikerer at de som bruker det bør ha en noe seriøs tilnærming til sin trening, og vite hva de holder på med. Ved å bruke spesifikke treningsklær og seriøst utstyr, kan medlemmer «kjøpe» seg anerkjennelse og status på treningssenteret. Altså kan det tolkes som at noen medlemmer benytter økonomisk kapital for å kjøpe seg symbolsk kapital, noe Bourdieu (1986) betegner som «transsubstansiasjon». Forhandlingene om å kjøpe og bruke «passende» eller «forventede» treningsklær viser nødvendigheten av et visst nivå økonomisk kapital, både for å få tilgang til og innpass i treningskulturen (Fisher et al., 2018). Elias bygger under denne tolkningen og sier følgende om bruken av utstyr på senteret:

*«I det øyeblikket jeg ser noen som har mye stæsj, da blir jeg automatisk mer obs på hva de løfter. (...) Folk som tar på seg alt mulig utstyr og løfter med ræva teknikk, eller bittelitt vekt, og ikke bruker utstyret slik det er designet for å brukes. Det er mer som: «se på meg, jeg har masse stæsj!».*

Under feltarbeidet merket jeg at egne forventninger til andre medlemmers ferdigheter og kunnskap ofte baserte seg på klærne og utstyret de brukte. Med andre ord kan kulturell kapital i objektivisert form konverteres til symbolsk kapital. Sitatene til Ingrid og Elias demonstrerer videre hvordan erfaring og kunnskap om trening påvirker hvordan man anerkjenner bruken av treningsutstyr. Hos nye og uerfarne medlemmer skaper bruken av seriøst treningsutstyr en oppfatning av kunnskap og erfaring, mens blant medlemmer som selv har lang treningserfaring, dømmes man basert på hvordan man bruker dette utstyret.

De moteriktige og tettsittende parameterne for kvinners treningsklær står i kontrast til de mer tilfeldige kjennetegnene ved menns treningsklær. Å vektlegge bruk av tettsittende eller avslørende treningsklær blant kvinner, avgrenser typene kvinnekropper som kan stiliseres til normative feminine representasjoner på treningssenteret (Coen et al., 2021). I likhet med tidligere forskning viser dette hvordan klær ikke bare aktivt bidrar til materialiseringen av et



sterkt kjønnskille mellom kvinner og menn, men forsterker et hierarki av feminitet der visse kroppstyper står sterkere enn andre (Coen et al., 2021). Både menn og kvinner som bruke avslørende klær, muliggjør en klar visuell deklarasjon av deres kroppslige identitet og fysiske kapital. Tidligere forskning om treningssentre tyder på at medlemmers valg av klær er en bevisst strategi for å vise overlegen fysisk kapital (Frew & McGillivray, 2005). Dette gjenspeiles i denne analysen, da observasjoner og intervjudata tyder på at noen medlemmer benytter avslørende treningsklær for å vise frem sin fysikk. Videre taler datamaterialet for at det ikke er noe naturgitt ved menns og kvinners bekleddning på treningssenteret, men at valg av treningstøy aktivt bidrar til og reflekterer kontekstspesifikke forventninger om maskulinitet og feminitet (Coen et al., 2021).

## 5. Generell diskusjon

Formålet med dette forskningsprosjektet var å utforske 1) *hva som utgjør Sit Dragvolls spesifikke sosiale miljø og treningskultur?* Og videre 2) *hvordan senterets medlemmer bruker kroppsarbeid for å akkumulere verdifulle ressurser i form av kapital, samt hvordan denne kapitalen anvendes for å navigere innenfor treningscenterets sosiale hierarki?* Den foregående analysen og diskusjonen av datamaterialet viste at treningscenteret på Dragvoll har sine egne unike spilleregler (doxa). Gjennom sosialisering og medfølgende lærdom skaffer medlemmene seg et system av disposisjoner (habitus) som gjør at de handler og reagerer på passende vis. Disse disposisjonene er også tett knyttet til kjønn, og dominerende normer og forventninger om maskulinitet og femininitet underbygger konseptet om en kjønnsetreningshabitus. Treningscenteret på Dragvoll er viktig arena for akkumulering av sosial kapital i form av sosiale relasjoner og følelser av tilknytning og fellesskap. Videre belyser resultatene fordeler og ulemper av sosiale medieplattformer som kilder til kunnskap og inspirasjon. Medlemmenes handlinger, atferd og kroppsarbeid vil påvirke deres evne til å akkumulere kulturell, sosial og symbolsk kapital, og dermed deres posisjon innenfor senterets sosiale hierarki. I de neste avsnittene vil jeg diskutere hvordan oppgavens resultater har betydning og relevans. Gjennom perspektivering vil jeg forsøksvis sette helheten av resultatene fra analysen inn i et større bilde.

### 5.1 Sosiale spilleregler – habitus, doxa og symbolsk vold

Fra perspektivene til Wacquant (1995) og Bourdieu (1984), er ikke individers måter å behandle og vedlikeholde kroppen på et resultat av bevisste, rasjonelle valg, men reflekterer de kroppsliggjorte disposisjonene til en habitus forstått som ervervede og inkorporerte praktiske og mentale skjemaer som styrer individers måter å tenke og handle på (Bourdieu, 1984). Tilsvarende, i Wacquants (1995) studie, må boksernes villige omfavelse og underkastelse av idretten og medfølgende levemåte forstås som ubevisste, kroppsliggjorte handlinger basert på en habitus som er innstilt på denne måten å handle og tenke på (Wacquant, 1995). Imidlertid var informantene i denne studien ganske bevisste, gjennomtenkte og refleksive i sine valg og handlinger angående sin kropp. Når de var i tvil om fordeler og ulemper ved treningsøvelser eller kosthold, kunne de oppsøke informasjon fra flere kilder, eksempelvis andre medlemmer eller sosiale medier. De eksperimenterte med forskjellige treningsprogrammer, reflekterte over og vurderte fordeler og ulemper ved disse

treningsprogrammene, og endret deretter praksis og rutiner tilsvarende. En slik detaljert og refleksiv beslutningstaking kan også sees på som *kjødelig refleksivitet* (Ferreira, 2009, referert i Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017), som viser til den økte selvbevisstheten om den sosiale verdien og mangfoldet av betydninger som individer nedlegger i kroppene sine. Resultatene i studien antyder at kroppen blir et objekt som medlemmene på treningssenteret bevisst tar tak i, og som kan brukes for å skille seg ut og bety noe. Kjødelig refleksivitet kan dermed sies å være en viktig dimensjon i medlemmenes kroppsarbeid.

I jakten på sine egne mål, engasjerte medlemmer seg i sosiale praksiser som bidro til å opprettholde og reprodusere den eksisterende kulturen. Ved å gjøre dette opprettholdt de pågående forhold mellom makt og ulikhet i en kamp for kapital. De som hadde makten (etablerte medlemmer) kontrollerte nyankomne og mindre etablerte medlemmer, som oppførte seg med underdanighet og føyelighet, og dermed var medskyldige i deres dominans; et vesentlig element i symbolsk vold (Cushion & Jones, 2012; Deer, 2014). Resultatene fra studien viser også at de kulturelle grensene innenfor treningssenteret forsterkes av både etablerte og utenforstående grupper. Treningssenterets etablerte medlemmer ønsker å beskytte sine felles verdier og den atferden de anser som passende (*doxa*), og følgelig frykter de utenforstående medlemmer som kan endre status quo (*heterodoxa*) (Elias & Scotson, 2008; Elias, 2012). Følgelig viser noen av treningssenterets etablerte medlemmer ikke-aksepterende atferd i retning av nye medlemmer eller utenforstående, og kan sågar uttrykke en viss fiendtlighet mot dem. Utover Bourdieus begreper om *habitus* og *doxa*, kan dette forstås med utgangspunkt i Goffmans (2014) begrep om *område-atferd*, da etablerte medlemmers følelse av fellesskap og tilhørighet kan forsterkes ved å ta avstand fra de utenforstående. På den andre siden viser resultatene at nye, utenforstående eller usikre medlemmer kan benytte mestringsstrategier som å finne sammen i homogene treningsgrupper (f.eks. kvinner eller utenlandske medlemmer), og dermed koordinere aktiviteter og etablere et beskyttet treningsmiljø blant likesinnede (Seiberth, 2012; Sassatelli, 2015). En sammenheng kan dermed også sees mellom treningssenterets sosiale spilleregler og det som kalles *rytmisk fellesskap* (Tjora, 2018). Med utgangspunkt i treningssenteret som et rytmisk fellesskap, blir det mulig å forstå at det gjennom hverdagens ureflekterte og doxiske vaner dannes en form for tilhørighet blant medlemmene. Slik vil brudd på kodeksen fra utenforstående eller mindre erfarne medlemmer på treningssenteret medføre negativ oppmerksomhet.

Videre skaper delte treningsvaner, verdier og den spesifikke treningshabitusen gjensidig avhengighet mellom treningsmedlemmene, som er en vesentlig forutsetning for å utvikle

sosiale relasjoner. Sit Dragvolls medlemmer utviklet en følelse av tilhørighet basert på felles treningsvaner. I tillegg hjelper delte regler og kodifisert praksis med å regulere mangfold (Crossley, 2006; Sassatelli, 2010; Cardone, 2019). Innenfor Sit Dragvolls spesifikke treningssetting håndheves normer omkring respektfull sosial interaksjon, håndtering av treningsutstyr og ryddighet gjennom sosial kontroll fra etablerte medlemmer og ansatte. Dette viser seg å støtte utviklingen av det som oppleves som et svært harmonisk treningsmiljø på treningssenteret (Cardone, 2019).

## 5.2 Sosiale nettverk

Oppgavens funn viser at treningssenteret på Dragvoll er godt tilrettelagt for at medlemmene kan danne sosiale relasjoner, samt utvikle tilknytninger og en fellesskapsfølelse med likesinnede. Slik bidrar treningssenteret med tilgang til sosial kapital som er viktig for vedvarende deltakelse i det sosiale feltet (Bourdieu, 1986; Crossley, 2006, 2008). Resultatene indikerer også at det som først kan virke som en individualistisk aktivitetsform, i stor grad var sosial og hadde stor sosial innvirkning på flere ulike nivåer i informantenes liv. På denne måten utfordrer resultatene fra min analyse forestillingen om trening på treningssenter som noe individualistisk og selvsentrert. For mange av medlemmene på Dragvoll tyder det på at treningen og kroppsarbeidet er alt annet enn individualistisk og selvsentrert. På treningssenteret får de både sosiale relasjoner og en følelse av tilhørighet. Videre viser treningssenteret seg å være en viktig arena, ikke bare for fysisk aktivitet, men også for å møte andre og ha det gøy. Informantene fortalte også at de hadde både mental og sosial nytte av kroppsarbeidet, og treningen var assosiert med opplevelser av velvære. Denne oppgaven bidrar til å underbygge tidligere forskning da resultatene bekrefter sammenhengen mellom målrettet kroppsarbeid og økt psykisk velvære, samt prioriteringen av mentale heller enn fysiske fordeler blant medlemmer i deres begrunnelser for vedvarende aktivitet på treningssenteret. (Monaghan, 2001; Crossley, 2006; Stewart et al., 2012; Pedersen & Tjørnhøj-Thomsen, 2017).

Bourdieus (1984) linse gjør det mulig å forstå treningssenteret som et pedagogisk felt, en kontekst der uformelle pedagogikker om kropp, helse og trening kan produseres og reproduseres. Konseptet pedagogisk autoritet (Bourdieu & Passeron, 1990) bidrar til å belyse hvordan medlemmer på treningssenteret godtar eller erkjenner informasjon og kunnskap fra andre medlemmer, uten å stille spørsmål ved dens legitimitet. Sosiale medier viser seg også å

være sentrale plattformer hvor medlemmene utsettes for aktører som har pedagogisk autoritet. Budskapene som formidles gjennom disse uformelle pedagogikkene omkring kropp, trening og helse, reflekterer treningsfeltets dominerende doxa (Sandford & Quarmby, 2019).

Resultatene indikerer videre at sosiale medier som Instagram og Snapchat kan fungere som rom for uttrykk og for å skildre en bestemt identitet til medlemmenes nettverk. Disse plattformene gjør det også mulig å konvertere fysisk kapital til sosial og symbolsk kapital ved å bygge sosiale nettverk og akkumulere følgere, kommentarer og likes basert på bildene man deler. Her kan man trekke paralleller til Goffmans (1990) arbeid med presentasjonen av selvet, hvor sosiale medier fungerer som en «frontstage» og en scene hvor man kan presentere en polert versjon av seg selv (Bullingham & Vasconcelos, 2013; Sandford & Quarmby, 2019). Papacharissi og Easton (2013) antyder at vi alltid har hatt en tendens til å benytte utfoldelse og selvregulering når vi presenterer oss selv for andre i det virkelige liv, men sosiale medieplattformer gir muligheten for selvregulering før man deler fremstillingen av seg selv. Som sådan tilbyr de en «pause» i presentasjonsprosessen, da virtuelle rom åpner for en mulighet til å foredle det fysiske selvet for å bedre tilpasse seg sosiale normer (Sandford & Quarmby, 2019). Selvovervåkingsprosessen, anerkjent som en sentral innflytelse på kroppsliggjort identitet i det moderne samfunn (Giddens, 1991), forsterkes dermed gjennom sosiale medier, noe som kan være spesielt problematisk med henhold til informasjon, kunnskap og potensielt skadelig helse relatert atferd. Funnene i denne oppgaven underbygger tidligere forskning og viser at sosiale medier kan bidra i dannelsen av urealistiske forventinger blant de som trener på treningssenter, noe som videre kan få negative psykiske konsekvenser relatert til selvbilde og selvtilit (Frew & McGillivray, 2005; Sandford & Quarmby, 2019; Camacho-Miñano et al., 2022).

Bourdieu's teoretiske rammeverk gjør det mulig å fokusere på skjæringspunktene mellom ulike sosiale felt (ekte og virtuelle) og prosessene som underbygger et individs forhandling om kapital innenfor disse feltene. Den teoretiske linsen til Bourdieu kan være til hjelp for å forstå hvordan individer både formes og blir formet av sine interaksjoner med andre innenfor sosiale medier som felt (f.eks. med hensyn til innholdet de får tilgang til, bildene de deler og synspunktene de uttrykker). Med tanke på den treningsrelaterte konteksten i sosiale medier, er det tydelig hvordan interaksjoner mellom individer også kan påvirke deres treningsrelaterte praksiser (Sandford & Quarmby, 2019). Sosiale felt kan fostre treningsrelaterte preferanser, interesser og smak (habitus), men de kan også formidle hva sosiale aktører gjør i spesifikke sosiale kontekster (Bourdieu, 1984). Dette viser at informantene til en viss grad blir formet av

innholdet de presenteres for gjennom diverse medier. Nettbaserte sosiale praksiser kan derfor anses som viktige da de former medlemmers habitus, og fremmer deres preferanser, interesser og smak for kroppsarbeid (Sandford & Quarmby, 2019; Camacho-Miñano et al., 2022).

### 5.3 Forventninger om maskulinitet og femininitet

Resultatene indikerer at kjønn kan formidle tilgangen til og opplevelsen av deltakelse på treningscenteret. Å avsløre prosessene bak kan være til hjelp for å identifisere verdien av Bourdieus konsepter i forståelsen av utvikling og opprettholdelse av maskuline og feminine idealer. Bourdieu redegjør for samspillet mellom habitus, felt og kapital gjennom formulering: [(habitus)(kapital)] + felt = praksis. Informantenes opplevelser støtter dette samspillet. I barne- og ungdomsårene utsettes man for en kjønnsspesifikk habitus, og gjennom sammenligning og forsterkning innenfor en rekke felter, danner disse normene ubevisste preferanser og smak for kroppsarbeid hos menn og kvinner (Edwards, Tod & Molnar, 2017; Sandford & Quarmby, 2019; Camacho-Miñano et al., 2022). Som tidligere forskning også viser, bidrar menns engasjement i typisk maskulin treningsrelatert atferd dem til å tilegne seg maskulin kapital (De Visser et al., 2009; Edwards et al., 2017). Dertil viser resultatene at kvinner forventes å vektlegge utseende og utøve en typisk feminin treningsatferd om de skal tilegne seg feminin kapital (Prichard & Tiggemann, 2005; Salvatore & Marecek, 2010; Coen et al., 2018; Fisher et al., 2018).

Forventningen om at menn skal være maskuline og kvinner skal være feminine, belønnes gjennom symbolsk kapital. Dermed er resultatene sterkt knyttet til Bourdieus begreper om habitus og kapital innenfor treningsfeltet. Sosial kapital fordeles til kjønnede kropper i samsvar med disse normene, og påvirker hvordan medlemmene på senteret posisjoneres i det sosiale hierarkiet (Metcalf & Lindsay, 2020). En opplevd mangel på symbolsk kapital blant menn og kvinner som avviker fra etablerte kjønnsnormer, kan representere en demotiverende faktor i utfordringen av habitus og ved at man skiller seg fra de sosialt konstruerte kjønnsforventningene. Det kan argumenteres for at de kjønnede trendene som legitimerer visse representasjoner av treningsidentiteter gjennom sosial kapital, er potensielt skadelige for både menn og kvinner (Metcalf & Lindsay, 2020). For menn ser dette ut til å manifesteres særlig gjennom presset om å unngå «feminine» øvelser som hip thrust, og for kvinner gjennom presset om å unngå «maskuline» øvelser som benkpress. Resultatene fremhever hvordan akkumulering av symbolsk kapital dikterer hvilke kjønnsidentiteter som er mest verdsatt. For mitt utvalg betydde dette at den store og sterke mannen og den estetisk attraktive

kvinnen hadde mest makt for å påvirke sosial praksis. Dermed underbygger funnene i denne oppgaven resultater fra tidligere forskning (Salvatore & Marecek, 2010; Metcalfe & Lindsay, 2020; Coen et al., 2018).

Når det gjelder forventninger til feminitet og maskulinitet kan man igjen trekke paralleller til Goffmans (1990) konsept om «frontstage», der treningssenteret fungerer som en scene hvor medlemmene fremfører en forestilling. «Frontstage»-konseptet bidrar til å belyse hvordan medlemmer uttrykker en personlig front gjennom elementer av utseende som kjønn, klær, frisyre, osv. Som resultatene viser, er disse uttrykkene avgjørende for å formidle medlemmenes akkumulering av symbolsk kapital og fortøner hvordan de spiller sin rolle (Little, 2016). Denne «forestillingen» om hvem man er underbygges også av rekvisitter, som i denne sammenheng vil være treningsutstyret og apparatene medlemmene benytter.

«Frontstage»-begrepet gjør det mulig å belyse medlemmenes visuelle deklarasjon av deres kroppslige identitet og akkumulerte kapital på treningssenteret. Funnene i denne oppgaven fremhever viktigheten av treningsmote og trender, særlig for kvinners «frontstage» og deres tilegnelse av anerkjennelse og status. For menn viser fysiske prestasjoner, styrke og muskelmasse seg å være en større del av deres «frontstage».

Bourdieu's teoretiske rammeverk har mange fellestrekk med hegemonisk maskulinitet (Connell & Messerschmidt, 2005), hvor patriarkatet tas for gitt og maktrelasjoner er sentrale. Hegemonisk maskulinitet tar forskjellige former i ulike felt, og på treningssenteret vil det fungere som en form for kapital, nemlig kjønnskapital (Bridges, 2009). Begrepet er derfor relevant for å sette hierarkiske relasjoner på treningssenteret i perspektiv. Det vil alltid være tilfeller av dominans og underdanighet, samt de som ønsker å vedlikeholde nåværende tilstand (doxa) og de som vil utfordre den (heterodoxa). I likhet med Bourdieus konsept om doxa, kan hegemoniet tolkes som en makt som skaper eksplisitte og implisitte regler for inklusjon og eksklusjon (Alsarve & Tjønndal, 2019). Videre hjelper dette perspektivet å belyse hvordan noen menn/kvinner og maskuline/feminine idealer er overordnede andre innenfor treningsfeltet, og at menns/kvinnens treningstilnærming, treningsklær og sosiale atferd er av betydning og påvirker deres posisjon i det sosiale hierarkiet.

Metcalfe & Lindsay (2020) påpeker at inntil menn som bryter med det maskuline idealet og kvinner som bryter med det feminine idealet anses som «akseptable» kjønnsidentiteter som kan tilegne seg sosial kapital, er det trolig at treningssenterets gjeldende doxa og medlemmenes kjønnede habitus stadig vil forsterkes. Informantene i denne studien, selv om de opplevde at forventninger rundt maskulinitet og feminitet styrte hva som ble vurdert som

akseptabelt, var imidlertid av oppfatningen at kjønnede øvelser var på vei til å fases ut. Man kan derfor argumentere for at antakelsene som tas for gitt innenfor medlemmenes habitus, og som dikterer hva som er passende atferd for menn og kvinner, utfordres på Sit Dragvoll. Alvesson (1998), Adkins (2005) og Huppatz (2012) hevder at å «gjøre» kjønn annerledes kan være fordelaktig, slik at menn kan lykkes med å mobilisere femininitet og kvinner kan lykkes med å mobilisere maskulinitet innenfor visse sosiale felt. Imidlertid viser analysen, i tråd med tidligere forskning, at det er større sannsynlighet for at stereotypiske eller hegemoniske kjønnsdisposisjoner blir symbolsk legitimert (Bridges, 2009; Coles, 2009; Huppatz, 2012). Til tross for sosiokulturelle endringer, er hegemoniske diskurser fremdeles relevante (Gill, Teese & Sonn, 2014).



## 6. Metodediskusjon

I de følgende avsnittene vil jeg ta for meg og diskutere styrker og svakheter ved oppgavens metodiske valg. Etnografi, som hvilke som helst andre forskningsdesign, medfører både styrker og svakheter. På den ene siden legger en etnografisk tilnærming til rette for å gå i dybden, og bidrar dermed til rik innsikt i emnet som studeres. På den andre siden mangler tilnærmingen bredde, da fokuset typisk er på en spesifikk situasjon eller et fenomen (Amuomo & Odoyo, 2020). En svakhet ved etnografiske studier kan være utfordringen knyttet til å bli integrert i kulturen grunnet tidsbegrensninger (Fusch et al., 2017). I mitt tilfelle kan dette ikke anses som en svakhet, siden jeg allerede var integrert i den aktuelle kulturen. Selv om jeg er integrert i treningskulturen og har tatt del i miljøet ved å utføre fenomenet (Wacquant, 2015), har jeg opplevd min manglende erfaring som forsker som et hinder for god kvalitativ forskning.

### 6.1 Feltarbeidet

Sangasubana (2011) foreslår at forskeren skriver ned personlige inntrykk og følelser fra sine erfaringer i feltet for å hjelpe til med å identifisere personlig bias som kan påvirke forskerens tolkning av dataene. Ved å bruke tid på å reflektere i periodene man er borte fra feltet, kan en reflekterende journal hjelpe forskeren til å forstå perspektiver og tolkninger av kulturen (Sangasubana, 2011). Underveis i denne prosessen har jeg reflektert mye, noe som har hjulpet meg å identifisere temaer og mønstre fra observasjonene. I tillegg ble det gjort fyldige feltnotater underveis i feltarbeidet. Fyldige feltnotater er fordelaktig da de senere i forskningsprosessen kan hjelpe til med koding av temaer og ideer som gjentar seg under feltarbeidet (Onwuegbuzie, Leech & Collins, 2010). Like fullt har jeg ikke ført en reflekterende journal, noe som kan anses som en svakhet ved oppgaven, da jeg trolig har mistet mange tanker, meninger og refleksjoner. I likhet med observasjon, er en begrensning ved bruken av feltnotater at jeg er forskningsinstrumentet, og ikke vil kunne skille meg fullstendig fra forskningen (Dennis, 2010; Onwuegbuzie et al., 2010). Dette inkluderer mine personlige perspektiver og bias.

Videre er det viktig å ta tak i min rolle som skjult observatør. At jeg benyttet en forskerrolle der jeg ikke åpent berettet om at jeg var forsker, ei heller om studiens formål, regnes av mange som problematisk etisk sett. Selv om metoden kan være fordelaktig, konkluderes det ofte med at den ikke er etisk akseptabel og derfor bør unngås (Bulmer, 1982). Skjult

observasjon bryter nemlig helt med det etiske prinsippet om informert samtykke. Imidlertid hevder Tjora (2017) at skjult observasjon kan forsvares i offentlige rom. Ettersom feltarbeidet fant sted i et offentlig rom hvor medlemmene alltid er klar over at de kan observeres, var sannsynligheten liten for å observere noe sensitivt. Personopplysninger ble heller ikke samlet inn underveis. Korrespondansen med NSD tydeliggjorde visse utfordringer knyttet til personverntjenester. Av meldeskjemaet fremgikk det at siden prosjektet ikke skulle behandle opplysninger som kunne identifisere enkeltpersoner verken direkte eller indirekte, trengte prosjektet heller ikke en vurdering fra NSD (vedlegg 5).

## 6.2 Intervjuene

På grunn av begrenset tid fikk jeg ikke gjennomført pilotintervjuer i forkant av selve intervjuprosessen, noe som er en definitiv svakhet ved denne oppgaven. Forskningens kvalitet avhenger i stor grad av forskerens ferdigheter som intervjuer (Anderson, 2010). I tiden jeg jobbet som personlig trener, gjennomførte jeg mange intervjuer, så jeg har fremdeles mye erfaring med å gjennomføre intervjuer, dog ikke i en forskningskontekst. At jeg ikke har særlig mye erfaring fra intervjuer i forskningssammenheng kan absolutt tolkes som en svakhet ved denne oppgaven. Jeg forsøkte likevel å tilegne meg så mye kunnskap som mulig gjennom litteratur i forkant av intervjuene. All erfaring ble tilegnet gjennom selve forskningsintervjuene, noe jeg anser som lite gunstig.

Det var ønskelig at informantutvalget i denne oppgaven skulle være et representativt utvalg av treningssenterets medlemsmasse, men også at de kunne bidra til å svare på oppgavens forskningsspørsmål (Abrams, 2010). Som man bør i kvalitativ forskning, har jeg i denne oppgaven valgt å fokusere på dataens kvalitet fremfor dens kvantitet. Man bør velge antall informanter som gir størst sjanse for datametning (Fusch & Ness, 2015). Et større informantutvalg vil ikke garantere at man oppnår datametning, det samme gjelder for et lite utvalg. Det er dreier seg mer om hvem som utgjør informantutvalget (Burmeister & Aitken, 2012). Utvalget på syv informanter opplevdes å være tilstrekkelig for å oppnå datametning. Metodisk triangulering kan også assistere i å nå datametning, så at jeg har benyttet metodisk triangulering gjennom feltarbeid og intervjuer, kan ha bidratt til å styrke oppgavens troverdighet og minske personlig bias (Markula & Silk, 2011). Ved å utvikle intervjuguiden basert på feltarbeid som allerede var gjennomført, tillot semistrukturerte intervjuer meg å gå i dybden, og dermed bidra til en bedre innsikt og forståelse av informantenes tanker og

erfaringer rundt de aktuelle temaene. Tidligere observasjoner la også til rette for å komme med tillegsspørsmål der jeg følte et behov for oppklaring. Spørsmålene gjorde det mulig å oppklare egne mistolkninger og bidro til nye perspektiver, dermed ny forståelse av hva jeg hadde observert. Her er det likevel viktig å poengtere at det i en slik kvalitativ undersøkelse, er umulig å være fullstendig objektiv. For å videre sikre oppgavens troverdighet, tok jeg i bruk informantvalidering (Fusch et al., 2017). Informantene ble sendt transkripsjonen av deres intervju for å gi dem muligheten til å sjekke nøyaktigheten og resonansen med egne erfaringer.

### 6.3 Forskerrefleksivitet

Min særegne posisjon og integrering i det aktuelle forskningsfeltet har gjort det mulig for meg å anvende enaktiv etnografi i denne oppgaven, hvor jeg kunne «utføre fenomenet» (Wacquant, 2015). Å bruke min egen kropp som et fordypningsverktøy har gitt meg en grad av innsikt og forståelse innenfor feltet jeg har forsket på. Jeg har ansett min forkunnskap om forskningstemaet som fordelaktig for å stille presise spørsmål, og den bidro til å nyansere intervjuguiden med relevante og presise spørsmål, samt skape en opplevelse av seriøsitet fra informantens side (Tjora, 2017). Samtidig kan forkunnskapen forstås som en ulempe, da jeg er fullstendig klar over at forutinntattheter har påvirket forskningsarbeidet. Hvilke situasjoner jeg har notert under feltarbeidet og hvordan jeg har notert dem, har nødvendigvis påvirket min tolkning og forståelse av empirien i det videre arbeidet med prosjektet. Jeg har etter beste evne underveis i denne oppgaven forsøkt å klargjøre egne perspektiver, opprettholde bevisstheten om at de er der og utnytte dem. Samtidig har jeg vært på vakt mot forutinntattheter i forhold til hva analysen skal frembringe. Ved å redegjøre for prosedyrer, beskrive nøyaktig hvilke fremgangsmåter som har blitt benyttet for datainnsamling og analyse, og tilkjennegi avveininger og begrunne valg, har jeg forsøksvis reflektert grundig over eget arbeid underveis.

## 7. Oppsummering og avsluttende kommentarer

Hensikten med denne studien har vært å benytte Bourdieus teoretiske rammeverk for å utforske det sosiale miljøet og treningskulturen ved treningssenteret på Dragvoll, samt hvordan medlemmene bruker kroppsarbeid for å akkumulere kapital og prosessene som påvirker denne akkumuleringen. Videre ønsket jeg å se hvordan den akkumulerte kapitalen påvirker medlemmenes posisjonering innenfor treningssenterets sosiale hierarki. I avsnittene som følger vil jeg gi en kort oppsummering av oppgavens mest sentrale funn, før jeg til slutt presenterer noen aktuelle forslag til videre forskning.

Noen av de mest sentrale funnene fra studien dreier seg om treningssenterets sosiale miljø og kultur. Blant informantene oppleves Dragvoll som et senter med en hyggeligere, mer imøtekommende og mer inkluderende medlemsmasse enn den de har møtt på andre sentre. Dette bidrar til å skape en følelse av tilhørighet og fellesskap blant senterets medlemmer. Med dette særegne miljøet følger det implisitte sosiale normer og forventninger omkring hva som utgjør passende atferd. Medlemmer som tar plass og lager støy, unngår sosial interaksjon, eller som ikke rydder/vasker etter seg møtes dermed av en ikke-aksepterende atferd fra senterets etablerte medlemmer. Skal nyankomne inkluderes og anerkjennes på treningssenteret, må de derfor tilegne seg en kollektiv habitus, som kjennetegnes av en form for felles forståelse og fellesskap. At medlemmer som kommer til, utvikler en kollektiv habitus og godtar senterets doxa, forklarer hvordan det sosiale miljøet og treningskulturen vedvarer til tross for jevnlig utskiftninger av medlemsmassen.

Habitus og doxa spiller også en sentral rolle i hvordan medlemmene posisjonerer seg i det sosiale hierarkiet på treningssenteret. En sterk og vel trent kropp medfører positiv oppmerksomhet og sosial anerkjennelse grunnet dens utseende, samt innsatsen og det harde arbeidet den representerer. Medlemmer som har akkumulert den kroppslige kapitalen som verdsettes på treningssenteret, posisjoneres dermed høyere i det sosiale hierarkiet da deres fysiske evner og utseende korrelerer med feltets doxa. Likevel tyder det på at sosiale aspekter, innsats og ydmykhet er vel så viktige som styrke og muskelmasse for medlemmenes posisjonering i det sosiale hierarkiet. Egoløftere anerkjennes ikke av senterets erfarne medlemmer, da de ikke innehar de kulturelle og sosiale evnene som er sentrale for Dragvolls doxa. Dette svekker deres evne til å klatre i det sosiale hierarkiet, selv om de besitter en viss kroppslig kapital som verdsettes innenfor feltet.

I tillegg til å være en arena for å utøve fysisk aktivitet, viser funnene at treningssenteret tjente sosiale formål hos informantene. Dermed blir treningssenteret et felt hvor man kan konvertere sin kroppslige kapital til sosial kapital i form av sosiale relasjoner og følelser av tilknytning og fellesskap. Å danne sosiale relasjoner med erfarne medlemmer, gjorde det også mulig for uerfarne medlemmer å konvertere sosial kapital til kulturell kapital, i form av informasjon og kunnskap. Slike interaksjoner ga også erfarne medlemmer symbolsk kapital, i form av anerkjennelse, status og respekt. Funnene reflekterer også tidligere forskning omkring de psykiske utfallene av sosiale relasjoner og fysisk aktivitet. Følelser av mestring, velvære og selvtillit var utbredt blant samtlige informanter. For noen strakk de psykiske fordelene seg også forbi følelser av velvære og selvtillit. Treningssenteret viste seg å være et fristed som muliggjorde terapeutisk avkobling, og ble dermed viktig for informantenes mentale helse.

Funnene fremhever også relevansen av sosiale medier i samtidens treningskultur. Blant informantene viser sosiale medier seg å være en sentral kilde til informasjon og kunnskap om trening. Profiler på sosiale medier har pedagogisk autoritet, og dermed vil mange av treningssenterets medlemmer godta eller erkjenne informasjonen som formidles, uten å stille seg undrende til den. Videre bidrar sosiale medier til å viske bort de grensene medlemmene vanligvis samhandler og sosialiserer gjennom. Dermed blir sosial kapital den mest åpenbare kapitalformen som erverves gjennom sosiale medier – primært i form av status blant likesinnede. Innholdet rettet mot kropp og trening som informantene presenteres for gjennom sosiale medier, var en påvirkningsfaktor for deres eget kroppsarbeid på både godt og vondt. De fleste informantene anerkjenner at måten idealkroppen presenteres på i media har vært av betydning for hvordan de oppfatter sin egen kropp. Kroppsidealet kan både være en inspirasjons- og motivasjonskilde, men kan også bidra til å skape urealistiske forventninger til eget kroppsarbeid. Dette kan videre få negative psykiske konsekvenser relatert til selvbilde og selvtillit.

Funnene omkring kjønn viser til forventninger om maskulinitet og femininitet. Informantenes oppfatninger av ulike muligheter og hindringer for menn og kvinner på treningssenteret, underbygger konseptet om en kjønnert treningshabitus. Dominerende normer og forventninger illustrerer hvordan menn og kvinners fysiske praksis på treningssenteret tas for gitt. Av analysen kommer det frem at disse forventningene blant annet knyttes til kjønnede øvelser. I tillegg forventes styrke, muskelmasse og selvtillit av menn, mens av kvinner forventes det at de vektlegger utseende og tar mindre plass. Sosial kapital fordeles til kjønnede kropper i samsvar med disse normene og forventningene, og påvirker hvordan medlemmene på senteret

posisjoneres i det sosiale hierarkiet. Videre oppleves det at antakelsene som tas for gitt innenfor aktørenes habitus og dikterer hva som er passende atferd for menn og kvinner, utfordres på Dragvoll. Dette forekommer eksempelvis ved at øvelser som oppfattes som kjønne, gradvis fases ut på grunn av økt kunnskap og aksept blant treningssenterets medlemmer.

Kjønn viser seg også å være av betydning i valg av treningstøy, og påvirker medlemmenes tilgang til symbolsk kapital. Særlig fremhever funnene viktigheten av klær og trender blant kvinnelige medlemmer, da dette henger sammen med kjønne forventninger om utseende. De moteriktige og tettsittende klærne som ofte brukes av kvinnelige medlemmer står i kontrast til tilfeldigheten som preger treningsklærne til mange menn. Tettsittende eller avslørende klesbruk blant kvinner avgrensere typene kvinnekropper som kan stiliseres til normative feminine representasjoner på senteret. Dette demonstrerer hvordan klær ikke bare aktivt bidrar til materialiseringen av et sterkt kjønnskilte mellom kvinner og menn, men forsterker et hierarki av feminitet der visse kroppstyper står sterkere enn andre. Videre sender bruken av bestemte klær, utstyr og treningsmerker et budskap til andre medlemmer på senteret om hvem man ønsker å være. Ved å fremstille seg selv som en styrkeløfter eller kroppsbygger gjennom klærne og utstyret man bruker, kan medlemmer tilegne seg den symbolske kapitalen en slik identitet medfører. På denne måten kan medlemmer benytte sin økonomiske kapital for å tilegne seg symbolsk kapital.

Selv om dette forskningsprosjektet baserer seg på en kort periode med feltarbeid og et relativt lite informantutvalg, bidrar det til litteraturen om individers kroppsarbeid og helselatert atferd ved å foreslå at treningssentre disponerer for denne type arbeid og atferd. Denne hypotesen støtter arbeidet til Smith & Stewart (2012), som hevder at sosiale felt tilbyr en mekanisme for dannelse av habitus, som igjen fører til praksiser og handlinger. Et annet bidrag fra dette prosjektet er den etnografiske tilnærmingen som ble anvendt. Dette gjorde det mulig å samle rik og detaljert data fra både treningssenteret og dets medlemmer. Et ytterligere bidrag fra denne oppgaven er, at i motsetning til de fleste studier, forsøker den å forklare individers kroppsarbeid og helselaterte atferd i en bredere sammenheng ved å benytte et sosiologisk perspektiv.

Avslutningsvis er det viktig å presisere at dette prosjektet er tilknyttet ett enkelt treningssenter, der mesteparten av medlemmene er studenter. Derfor vil det naturligvis være diskutabelt om funnene som presenteres i denne oppgaven vil være gjeldende for andre treningssentre. Likevel kan min etnografiske tilnærming ses på som en kvalitetssikring for hvordan

resultatene kan være gjeldende for treningssentre i sin helhet, da informantenes opplevelser og erfaringer kan knyttes til det som ble observert under feltarbeidet. Oppgavens funn kan bidra til å øke treningssenterets relevans som et sosialt felt.

## 7.1 Videre forskning

Arbeidet med dette prosjektet har synliggjort flere potensielle retninger som kan være interessante å utforske når det kommer til videre forskning. Videre utforsking av ordinære treningssentre ville vært fruktbart for å utvide vår forståelse av kroppsarbeid og helseoppfatninger blant individer som tar del i styrketrening. Dette gjør det også mulig å videre studere Bourdieus begreper om habitus, felt, doxa og kapital i aksjon. Da denne oppgaven har bidratt til å fremheve viktigheten av sosiale relasjoner, anser jeg videre forskning omkring treningssentre som sosiale arenaer for å ha stort potensial, særlig siden styrketrening i utgangspunktet forstås som en individuell aktivitet. Forskning kan også utforske opplevelsene til menn og kvinner som føler seg ukomfortable i den tradisjonelle treningssettingen som fremhever maskulinitet og foreskrevne kjønnsnormer. Å avdekke eventuelle muligheter og hindringer for deres deltakelse på treningssentre, vil derfor være en fruktbar vei for videre forskning.

## 8. Referanser

- Aakvaag, Gunnar C. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Abstrakt forlag.
- Adkins, L. (2005). The new economy, property and personhood. *Theory, Culture & Society*, 22(1), 111-130. <https://doi.org/10.1177/0263276405048437>
- Abrams, L. S. (2010). Sampling 'Hard to reach' Populations in Qualitative Research: The Case of Incarcerated Youth. *Qualitative social work*, 9(4), 536-550. DOI: 10.1177/1473325010367821
- Alsarve, D. & Tjøndal, A. (2019). 'The Nordic female fighter': Exploring women's participation in mixed martial arts in Norway and Sweden. *International Review for the Sociology of Sport*, 55(4), 471-489. <https://doi.org/10.1177/1012690218822307>
- Alvesson, M. (1998). Gender relations and identity at work: A case study of masculinities and femininities in an advertising agency. *Human Relations*, 51(8), 969-1005. DOI: 10.1023/A:1016955712575
- Andreasson, J. & Johansson, T. (2014). The Fitness Revolution: Historical Transformations in the Global Gym and Fitness Culture. *Sport Science Review*, 23(3-4), 91-112. <http://dx.doi.org/10.2478/ssr-2014-0006>
- Andrews, G. J., Sudwell, M. I. & Sparkes, A. C. (2005). Towards a geography of fitness: an ethnographic case study of the gym in British bodybuilding culture. *Social Science*, 60(4), 877-891. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.06.029>
- Amuomo, N. & Odoyo, C. O. (2020). Ethnography, Its Strengths, Weaknesses and Its Application in Information Technology and Communication as a Research Design. *Computer Science and Information Technology*, 8(2), 50-56. DOI: [10.13189/csit.2020.080203](https://doi.org/10.13189/csit.2020.080203)
- Atkinson, P. (2015). *For Ethnography*. SAGE Publications.
- Berg, O. T. (2021, 13. September). Samfunnsvitenskap. Hentet fra <https://snl.no/samfunnsvitenskap>
- Bergsgard, N. A. (2017). Spillet om idrettsanleggene – hvilke ressurser er virksomme i lokale anleggsprosesser? *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 1(2), 171-187. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-05>
- Bergsland, M. D. (2021). Refleksivitet i empirisk kvalitativ forskning på symbolske maktrelasjoner. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 105(1), 42-54. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987-2021-01-05>
- Best, A. (2011). Youth Identity Formation: Contemporary Identity Work. *Sociology Compass*, 5(10), 908-922. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2011.00411.x>
- Birkeland, M., Torsheim, T. & Wold, B. (2009). A longitudinal study of the relationship between leisure-time physical activity and depressed mood amongst adolescents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 25-34. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.01.005>
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Translated by R. Nice. Harvard University Press.
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. I J. Richardson (Red.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (s. 241-258). Greenwood.



- Bourdieu, P. 2001. *Masculine Domination*. Stanford University Press.
- Bourdieu, P. (2003). Participant Objectivation. *Journal of the Royal Anthropological Institute*, 9(2), 281-294. <https://doi.org/10.1111/1467-9655.00150>
- Bourdieu, P. & Passeron, J.-C. (1990). *Reproduction in Education, Society and Culture*. Sage Publications
- Bourdieu, P & Wacquant, L. (1992). *An Invitation to Reflexive Sociology*. Polity Press.
- Bowstead, J. M. (2022). Spectacularizing the Male Body. I V. Karaminas, A. Geczy & P. Church Gibson (Red.), *Fashionable Masculinities: Queers, Pimp Daddies, and Lumbersexuals* (s. 68-82). Rutgers University Press.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V. & Clarke, V. (2021). *Thematic Analysis: A Practical Guide*. London: Sage Publications Ltd.
- Bridges, T. (2009). Gender Capital and Male Bodybuilders. *Body & Society*, 15(1), 83-107. <https://doi.org/10.1177/1357034X0810014>
- Bugge, L. (2002). Pierre Bourdieus teori om makt. *Agora*, 20(3-04), 224-248. <https://www.idunn.no/doi/pdf/10.18261/ISSN1500-1571-2002-03-04-13>
- Bullingham, L. & Vasconcelos, A. C. (2013). «The presentation of self in the online world»: Goffman and the study of online identities. *Journal of Information Science*, 39(1), 101-112. DOI: 10.1177/0165551512470051
- Bulmer, M. (Red.). (1982). *Social Research Ethics*. MacMillan.
- Burmeister, E. & Aitken, L. M. (2012). Sample Size: How Many is Enough? *Australian Critical Care*, 25(4), 271-274. <https://doi.org/10.1016/j.aucc.2012.07.002>
- Camacho-Miñano, M. J., Gray, S., Sandford, R. & MacIsaac, S. (2022). Young women, health and physical activity: Tensions between the gendered fields of physical education and Instagram. *Sport, Education and Society*, 27(7), 803-815. DOI: [10.1080/13573322.2021.1932455](https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1932455)
- Cardone, P. (2019). The gym as intercultural meeting point? Binding effects and boundaries in gym interaction. *European Journal for Sport and Society*, 16(2), 111-127. DOI: [10.1080/16138171.2019.1607057](https://doi.org/10.1080/16138171.2019.1607057)
- Coen, S. E., Davidson, J. & Rosenberg, M. W. (2021). ‘Where is the space for continuum?’ Gyms and the visceral “stickiness” of binary gender. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13(4), 537-553. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2020.1748897>
- Coen, S. E., Rosenberg, M. W. & Davidson, J. (2018). “It's gym, like gym not Jim”: Exploring the role of place in the gendering of physical activity. *Social Science & Medicine*, 196, 29-36. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.10.036>
- Coles, T. (2009). Negotiating the Field of Masculinity: The Production and Reproduction of Multiple Dominant Masculinities. *Men and Masculinities*, 12(1), 30-44. <https://doi.org/10.1177/1097184X07309502>

- Connell, R. W. & Messerschmidt, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender & Society*, 19(6), 829-859. <https://doi.org/10.1177/0891243205278639>
- Coquet, R., Ohl, F. & Roussel, P. (2016). Conversion to bodybuilding. *International Review for the Sociology of Sport*, 51, 817-832. DOI: 10.1177/1012690214557102
- Cox, A., Ullrich-French, S., Madonia, J. & Witty, K. (2011). Social physique anxiety in physical education: Social contextual factors and links to motivation and behaviour. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(5), 555-562. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.05.001>
- Cranswick, I. (2019). *Beyond the Muscle: Exploring the Meaning and Role of Muscularity in Identity* [Doktorgradsavhandling, Liverpool John Moores University]. ProQuest. <https://www.proquest.com/docview/2494886606?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>
- Crossley, N. (2006). In the Gym: Motives, Meaning and Moral Careers. *Body & Society*, 12(3), 23-50. <https://doi.org/10.1177/1357034X06067154>
- Crossley, N. (2008). (Net) Working out: social capital in a private health club. *The British Journal of Sociology*, 59(3), 475-500. <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2008.00204.x>
- Crossley, N. (2014). Social class. I M. Grenfell (Red.), *Pierre Bourdieu: Key Concepts* (s. 85-97). Routledge. DOI: 10.4324/9781315729923-21
- Cushion, C. J. & Jones, R. L. (2012). A Bourdieusian analysis of cultural reproduction: socialisation and the «hidden curriculum» in professional football. *Sport, Education and Society*, 19(3), 276-298. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.666966>
- Dalen, H. B. (2019, 30. oktober). Styrketrening blir stadig mer populært. Hentet fra <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/styrketrening-stadig-mer-populaert>
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode - en kvalitativ tilnærming* (2. utg.). Universitetsforlaget AS.
- Daniels, E. A. (2012). Sexy versus strong: What girls and women think of female athletes. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(2), 79-90. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2011.12.002>
- Daniels, E. A. & Wartena, H. (2011). Athlete or Sex Symbol: What Boys Think of Media Representations of Female Athletes. *Sex Roles*, 65(7), 566-579. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-9959-7>
- Danielsen, A. & Hansen, M. N. (1999). *Om makt: Teori og kritikk*. Ad Notam Gyldendal
- De Visser, R. O., Smith, J. A. & McDonnell, E. J. (2009). 'That's not masculine' Masculine Capital and Health-related Behaviour. *Journal of Health Psychology*, 14(7), 1047-1058. <https://doi.org/10.1177/1359105309342299>
- Deer, C. (2014). Doxa. I M. Grenfell (Red.), *Pierre Bourdieu: Key Concepts* (s. 114-125). Routledge. DOI: 10.4324/9781315729923-21
- Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2021). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Hentet fra <https://www.forskningsetikk.no/globalassets/dokumenter/4-publikasjoner-som-pdf/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora>

- Dennis, B. (2010). Ethical Dilemmas in the Field: The Complex Nature of Doing Education Ethnography. *Ethnography and Education*, 5(2), 123-127. <https://doi.org/10.1080/17457823.2010.493391>
- Dingwall, R. (1997). Accounts, Interviews and Observations. I G. Miller & R. Dingwall (Red.), *Context & Method in Qualitative Research* (s. 51-65). Sage.
- Edmonds, S. (2018). Bodily capital and the Strength and Conditioning Professional. *Strength and Conditioning Journal*, 40(6), 9-14. DOI:[10.1519/SSC.0000000000000356](https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000356)
- Edwards, C., Tod, D., & Molnar, G. (2014). A Systematic Review of the Drive for Austerity Research Area. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 18-41. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.847113>
- Edwards, C., Molnar, G., & Tod, D. (2017). Searching for Masculine Capital: Experiences Leading to High Drive for Muscularity in Men. *Psychology of Men & Masculinity*, 18(4), 361–371. <https://doi.org/10.1037/men0000072>
- Elias, N. & Scotson, J. L. (2008). *The Established and the Outsiders* (3. utg.). University College Dublin Press.
- Elias, N. (2012). On the Process of Civilisation: Sociogenetic and Psychogenetic Investigations. I S. Mennell, E. Dunning, J. Goudsblom & R. Kilminster (Red.), *The Collected Works of Norbert Elias 3*. University College Dublin Press.
- Elling, A. & Claringbould, I. (2005). Mechanisms of Inclusion and Exclusion in the Dutch Sports Landscape: Who Can and Wants to Belong? *Sociology of Sport Journal*, 22(4), 498-515. <https://doi.org/10.1123/ssj.22.4.498>
- Everett, J. (2002). Organizational Research and the Praxeology of Pierre Bourdieu. *Organizational Research Methods*, 5(1), 56-80. <https://doi.org/10.1177/1094428102051005>
- Fisher, M. J. R., Berbary, L. A. & Misener, K. E. (2018). Narratives of negotiation and transformation: Women's experiences within a mixed-gendered gym. *Leisure Sciences*, 40(6), 477-493. <https://doi.org/10.1080/01490400.2016.1261744>
- Frew, M. & McGillivray. (2005). Health clubs and body politics: aesthetics and the quest for physical capital. *Leisure Studies*, 24(2), 161-175. <https://doi.org/10.1080/0261436042000300432>
- Frost, L. (2003). Doing Bodies Differently? Gender, Youth, Appearance and Damage. *Journal of Youth Studies*, 6(1), 53-70. <https://doi.org/10.1080/1367626032000068163>
- Fusch, P. I., Fusch, G. E. & Ness, L. R. (2017). How to Conduct a Mini-Ethnographic Case Study: A Guide for Novice Researchers. *The Qualitative Report*, 22(3), 923-941. <https://nsuworks.nova.edu/tqr/vol22/iss3/1>
- Fusch, P. I. & Ness, L. R. (2015). Are We There Yet? Data Saturation in Qualitative Research. *The Qualitative Report*, 20(9), 1408-1416. <https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1466&context=facpubs>
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford University Press.
- Gill, L. (2013). *The drive for the 'perfect body': A Bourdieun analysis of the body image perceptions and health behaviours among male weight trainers* [Doktorgradsavhandling, University of Chester]. <https://chesterrep.openrepository.com/handle/10034/315056>

- Gill, P., Teese, R. & Sonn, C. (2014). Masculine identity negotiation in everyday Australian life: An Ethno-discursive study in a gym setting. *International Journal of Men's Health*, 13(1), 42-59. [https://vuir.vu.edu.au/29950/2/10.3149\\_jmh.1301.42.pdf](https://vuir.vu.edu.au/29950/2/10.3149_jmh.1301.42.pdf)
- Gilleard, G. (2020). Bourdieu's Forms of Capital and the Stratification of Later Life. *Journal of Aging Studies*, 53, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2020.100851>
- Gimlin, D. (2002). *Body Work: Beauty and Self Image in American Culture*. University of California Press.
- Goffman, E. (1990). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Penguin
- Goffman, E. (2014). *Vårt rollespill til daglig. En studie av hverdagslivets dramatik*. Pax forlag A/S.
- Grogan, S. (1999). *Body Image. Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Routledge.
- Grønmo, S. (2004). *Samfunnsvitenskapelige metoder*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Grønmo, S. (2023, 16. januar). Kvantitativ metode. Hentet 23. april fra [https://snl.no/kvantitativ\\_metode](https://snl.no/kvantitativ_metode)
- Huppatz, K. (2009). Reworking Bourdieu's "Capital": Feminine and Female Capitals in the Field of Paid Caring Work. *Sociology*, 43(1), 45-66. DOI: 10.1177/0038038508099097
- Huppatz, K. (2012). *Gender Capital at Work: Intersections of Femininity, Masculinity, Class and Occupation*. Palgrave Macmillan.
- Huppatz, K. & Goodwin, S. (2013). Masculinised jobs, feminised jobs and men's 'gender capital' experiences: Understanding occupational segregation in Australia. *Journal of Sociology*, 49(2-3), 291-308. <https://doi.org/10.1177/1440783313481743>
- Hutson, D. J. (2016). Training Bodies, Building Status: Negotiating Gender and Age Differences in the U.S. Fitness Industry. *Qualitative Sociology*, 39(1), 49-70. <https://doi.org/10.1007/s11133-015-9319-y>
- Janssens, J. & Verweel, P. (2014). The significance of sports clubs within multicultural society. On the accumulation of social capital by migrants in culturally "mixed" and "separate" sports clubs. *European Journal of Sport and Society*, 11(1), 35-58. <https://doi.org/10.1080/16138171.2014.11687932>
- Kirk, D. (1992). Physical education, discourse, and ideology: Bringing the Hidden Curriculum Into View. *Quest*, 44(1), 35-56. <https://doi.org/10.1080/00336297.1992.10484040>
- Klein, A., M. (1993). *Little Big Men: Bodybuilding Subculture and Gender Construction*. State University of New York Press.
- Knoblauch, H. (2008). Videografi: Å tolke samhandling i kontekst. *Sosiologi i dag*, 38(2), 7-24. <http://ojs.novus.no/index.php/SID/article/view/942/933>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Laberge, S., & Kay, J. (2002). Pierre Bourdieu's sociocultural theory and sport practice. *Theory, Sport and Society*, 10, 239-266. [https://www.researchgate.net/profile/Suzanne-Laberge/publication/268151575\\_Pierre\\_Bourdieu's\\_Sociological\\_Theory\\_and\\_Sport\\_Practice](https://www.researchgate.net/profile/Suzanne-Laberge/publication/268151575_Pierre_Bourdieu's_Sociological_Theory_and_Sport_Practice)

</links/548e2adb0cf2d1800d842242/Pierre-Bourdieu-Sociological-Theory-and-Sport-Practice.pdf>

Lee, H., Lee, D., Guo, G. & Harris, K. (2011). Trends in body Mass Index in Adolescence and Young Adulthood in the United States: 1959–2002. *Journal of Adolescent Health, 49*(6), 601-608. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.04.019>

Little, W. (2016). *Introduction to Sociology – 2nd Canadian Edition*. BCcampus. <https://opentextbc.ca/introductiontosociology2ndedition/>

Madsbu, J. P. (2004). Realisme og relativisme innenfor sosial konstruktivisme. <https://core.ac.uk/download/pdf/225910517.pdf>

Maguire, J. (2008). Leisure and the Obligation of Self-Work: An Examination of the Fitness Field. *Leisure Studies, 27*(10), 59-75. <https://doi.org/10.1080/02614360701605729>

Markula, P. & Silk, M. L. (2011). *Qualitative Research for Physical Culture*. Springer.

Matthews, C. R. (2021). *Doing Immersive Research: Using Social Science to Understand the Human World*. CRM Publishing.

McCreary, D. & Saucier, D. (2009). Drive for muscularity, body comparison, and social physique anxiety in men and women. *Body Image, 6*(1), 24-30. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2008.09.002>

Metcalfe, S. N. & Lindsey, I. (2020). Gendered trends in young people's participation in active lifestyles: The need for a gender-neutral narrative. *European Physical Education Review, 26*(2), 535-551. <https://doi.org/10.1177/1356336X19874095>

Monaghan, L. (2001). Looking Good, Feeling Good: the Embodied Pleasures of Vibrant Physicality. *Sociology of Health & Illness, 23*(3), 330-356. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.00255>

Monaghan, L., F. (2002). *Bodybuilding, Drugs, and Risk*. Routledge.

Moore, R. (2014). Capital. I M. Grenfell (Red.), *Pierre Bourdieu: Key Concepts* (s. 98-113). Routledge. DOI: 10.4324/9781315729923-21

Moravcsik, A. (2014). Transparency: The Revolution in Qualitative Research. *PS: Political Science & Politics, 47*(1), 48-53. <https://doi.org/10.1017/S1049096513001789>

Murray, S. B., Rieger, E. & Touyz, S. W. (2011). Muscle Dysmorphia Symptomology During a Period of Religious Fasting: A Case Report. *European Eating Disorders Review, 19*(2), 162-168. DOI: [10.1002/erv.1016](https://doi.org/10.1002/erv.1016)

Nilssen, V. L. (2012). *Analyse i kvalitative studier: den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget

Novatchkov, H., & Baca, A. (2012). Machine learning methods for the automatic evaluation of exercises on sensor-equipped weight training machines. *Procedia Engineering, 34*, 562-567. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2012.04.096>

Onwuegbuzie, A. J., Leech, N. L. & Collins, K. M. T. (2010). Innovative Data Collection Strategies in Qualitative Research. *The Qualitative Report, 15*, 696-726. <http://nsuworks.nova.edu/tqr/vol15/iss3/12>

Orbach, S. (2009). *Bodies*. Profile Books.



- O'Toole, L. (2009). McDonald's at the Gym? A Tale of Two Curves. *Qualitative Sociology*, 32, 75-91. <https://doi.org/10.1007/s11133-008-9120-2>
- Paiva, D. (2015). Experiencing virtual places: Insights on the geographies of sim racing. *Journal of Cultural Geography*, 32(2), 145-168. <https://doi.org/10.1080/08873631.2014.978128>
- Papacharissi, Z. & Easton, E. (2013). In the habitus of the new: Structure, agency, and the social media habitus. I J. Hartley, J. Burgess & A. Bruns (Red.), *A Companion to New Media Dynamics* (s. 171-184). Blackwell.
- Paradis, E. (2012). Boxers, briefs or bras? Bodies, gender and change in the boxing gym. *Body & Society*, 18(2), 82-109. DOI:10.1177/1357034X12440829
- Pedersen, P. V. & Tjørnhøj-Thomsen, T. (2017). Bodywork and bodily capital among youth using fitness gyms. *Journal of Youth Studies*, 20(4), 430-445. <https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1241864>
- Phillips, B. (2005). Working out: Consumers and the Culture of Exercise. *The Journal of Popular Culture*, 38(3), 525-550. <https://www.proquest.com/docview/195367291?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>
- Rafoss, K. (1993). *Et differensiert idrettsbilde – en analyse av deltakelse i aktiviteter, treningsammenhenger og anlegg*. (FDH-rapport 1993:10). Finnmark distriktshøgskole.
- Rich, E. (2019). Young people and public pedagogies of the body within social media. I V. A. Goodyear & K. M. Armour. *Young people, social media and health* (s. 132-146). London: Routledge.
- Rubinstein, G. (2003). Macho man: Narcissism, homophobia, agency, communion, and authoritarianism – a comparative study among Israeli body builders and a control group. *Psychology of Men and Masculinity*, 4(2), 100-110. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.4.2.100>
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet: fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Fagbokforlaget
- Ryen, A. (2012). *Ethical issues Qualitative Research Practice*. Sage Publications
- Salvatore, J. & Marecek, J. (2010). Gender in the Gym: Evaluation Concerns as Barriers to Women's Weight Lifting. *Sex Roles*, 63, 556-567. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9800-8>
- Sandford, R. & Quarmby, T. (2019). Space, Place & Identity. I V. A. Goodyear & K. M. Armour. *Young people, social media and health* (s. 117-131). London: Routledge.
- Sassatelli, R. (2010). *Fitness Culture: Gyms and the Commercialisation of Discipline and Fun*. Palgrave Macmillan.
- Sassatelli, R. (2015). Healthy Cities and Instrumental Leisure: The Paradox of Fitness Gyms as Urban Phenomena. *Modern Italy*, 20(3), 237–249. <https://doi:10.1017/S1353294400014629>
- Schubert, J. D. (2014). Suffering/symbolic violence. I M. Grenfell (Red.), *Pierre Bourdieu: Key Concepts* (s. 179-194). Routledge. DOI: 10.4324/9781315729923-21
- Schwartz, H. 1986. *Never Satisfied: a Cultural History of Diets, Fantasies, and Fat*. The Free Press.

- Seiberth, K. (2012). *Otherness in sport: A theoretical design. Appearances, explanatory models and pedagogical implications* [Doktorgradsavhandling, Universität Tübingen]. [https://ub01.uni-tuebingen.de/xmlui/bitstream/handle/10900/47795/pdf/Seiberth\\_Fremdheit\\_im\\_Sport.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ub01.uni-tuebingen.de/xmlui/bitstream/handle/10900/47795/pdf/Seiberth_Fremdheit_im_Sport.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Shilling, C. (2005). *The Body in Culture, Technology and Society*. Sage Publications.
- Silverman, D. (2017). How was it for you? The Interview Society and the irresistible rise of the (poorly analyzed) interview. *Qualitative Research*, 17(2), 144-158. DOI:[10.1177/1468794116668231](https://doi.org/10.1177/1468794116668231)
- Skauge, M. & Seippel, Ø. (2020). Where do they all come from? Youth, fitness gyms, sport clubs and social inequality. *Sport in Society*, 25(8), 1506-1527. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1840554>
- Skelton, Alan. (1997). Studying hidden curricula: Developing a perspective in the light of postmodern insights. *Curriculum studies*, 5(2), 177-193. <https://doi.org/10.1080/14681369700200007>
- Skogen, K. (2006). Case-forskning. I: K. Fuglseth & K. Skogen (Red.), *Masteroppgaven i pedagogikk og spesialpedagogikk. Design og metoder* (s. 52-65). Cappelen Akademisk.
- Smith, A. C. T. & Stewart, B. (2012). Body Perceptions and Health Behaviors in an Online Bodybuilding Community. *Qualitative Health Research*, 22(7), 971-985. <https://doi.org/10.1177/1049732312443425>
- Stewart, B., Smith A. & Moroney, B. (2013). Capital Building Through Gym Work. *Leisure Studies*, 32(5), 542-560. <https://doi.org/10.1080/02614367.2012.697183>
- Tavory, I. & Timmermans, S. (2014). *Abductive Analysis: Theorizing Qualitative Research*. The University of Chicago Press.
- Thagaard, T. (2003). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (2. utg.). Fagbokforlaget
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og en innlevelse. En innføring i kvalitativ metode* (4. utg.). Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Thompson, P. (2014). Field. I M. Grenfell (Red.), *Pierre Bourdieu: Key Concepts* (s. 65-80). Routledge. DOI: 10.4324/9781315729923-21
- Thorsby, K. (2008). Happy Re-birthday: Weight Loss Surgery and the “New Me.” *Body and Society*, 14(1), 117–133. <https://doi.org/10.1177/1357034X0708753>
- Thualagant, N. (2012). The conceptualizing of fitness doping and its limitations. *Sport in Society*, 15(3), 409-419. <https://doi.org/10.1080/17430437.2012.653209>
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Tjora, A. (2018). *Hva er fellesskap*. Universitetsforlaget AS
- Tjora, A. (2020, 3. desember). Sosialkonstruktivisme. Hentet 18. mai 2023 fra <https://snl.no/sosialkonstruktivisme>

- Ulseth, A. L. B. (2004). Social integration in modern sport: Commercial fitness centres and voluntary sports clubs. *European Sport Management Quarterly*, 4(2), 95-115.  
<https://doi.org/10.1080/16184740408737471>
- Ulseth, A. L. B. (2008). *Mellom tradisjon og nydannelse. Analyser av fysisk aktivitet blant voksne i Norge* [Doktoravhandling]. Universitetet i Oslo.
- Vik, K. T. (2011). Trening på treningssenter: En helserelevant behandlingsvirksomhet? *Sosiologisk tidsskrift*, 19(4), 307-329. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2928-2011-04-01>
- Wacquant, L. (1995). Pugs at Work: Bodily Capital and Bodily Labour among Professional Boxers. *Body & Society*, 1(1), 65-93. <https://doi.org/10.1177/1357034X95001001005>
- Wacquant, L. (2005). Carnal Connections: On Embodiment, Apprenticeship, and Membership. *Qualitative Sociology*, 28(2), 445-474. <https://doi.org/10.1007/s11133-005-8367-0>
- Wacquant, L. (2015). For a Sociology of Flesh and Blood. *Qualitative Sociology*, 38(1), 11-1. <https://doi.org/10.1007/s11133-014-9291-y>
- Wadel, C. (2014). *Feltarbeid i egen kultur* (1. utg.). Cappelen Daam AS.
- Warburton, D., Nicol, C. & Bredin, S. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence. *Canadian Medical Association Journal*, 174(6), 801-809.  
<https://doi.org/10.1503/cmaj.051351>
- Widerberg, K. (2007). Institusjonell etnografi – en ny mulighet for kvalitativ forskning? *Sosiologi i dag*, 37(2), 7-28.  
[https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/15234/inst\\_etno\\_kvalitativ\\_forskning.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/15234/inst_etno_kvalitativ_forskning.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Wilken, L. (2008). *Pierre Bourdieu*. Tapir akademisk forlag
- Yang, Y. (2014). Bourdieu, Practice and Change: Beyond the criticism of determinism. *Educational Philosophy and Theory*, 46(14), 1522-1540.  
<https://doi.org/10.1080/00131857.2013.839375>
- Yin, R. K. (2003). *Case Study Research: Design and Methods* (3. utg.). Sage Publications.



## 9. Vedlegg

### Vedlegg 1: Informasjonsskriv

# **Vil du delta i forskningsprosjektet** **”*Treningssenteret som et sosialt felt*”?**

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke treningskultur og treningsmiljø på Sit Dragvoll. I dette skrivet gis du informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Formål**

Dette prosjektet er en casestudie av treningssenteret på Dragvoll. Formålet med prosjektet er å undersøke treningsmiljøet og treningskulturen på senteret, deriblant hva som gir status og anerkjennelse. I denne forbindelse kommer undersøkelsen inn på hvilke oppfatninger og erfaringer du som medlem har gjort deg. Din rolle i prosjektet er å stille til et intervju på 30 til 60 minutter. Dette intervjuet vil skje ved at vi møtes, helst på Dragvoll, men andre steder er mulig dersom det viser seg å være mer beleilig. Noe mailvirksomhet hva angår informasjon og godkjenninger kan også forekomme både i forkant og etterkant av intervjuet.

Prosjektet er en masteroppgave ved NTNU i Trondheim.

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Ansvarlig institusjon er Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, institutt for sosiologi og statsvitenskap.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Du får spørsmål om å delta i dette prosjektet siden du trener på Sit Dragvoll. Utvalget er trukket for å representere et vidt spekter av aktive medlemmer på treningssenteret, fra relativt

nye medlemmer til de som har trent der i flere år, og fra de som tar trening veldig seriøst til de som har en mer rekreasjonell tilnærming.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Dersom du velger å delta i dette prosjektet, innebærer det at du stiller til et intervju på 30-60 minutter, samt at du svarer på noen e-poster knyttet til godkjenning av nedskrevet intervju. Det vil bli gjort lydopptak av intervjuet og det vil senere bli transkribert. I intervjuet vil det stilles spørsmål om helseopplysninger som rettes mot helseatferd og kosthold. All informasjon om deg vil anonymiseres. All informasjon om deg blir lagret under et pseudonym og oppbevart forskriftsmessig.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Underveis i prosessen vil min veileder ha innsyn i dette prosjektet.
- Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Datamaterialet lagres på en forskningsserver, innelåst og kryptert.
- Personidentifiserbare opplysninger fjernes, omskrives eller grovkategoriseres.

### **Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?**

Prosjektet vil etter planen avsluttes i juni 2023. Når prosjektet er avsluttet og bestått, vil datamaterialet med dine personopplysninger anonymiseres.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet har Sikt – Kunnskapssektorens tjenesteleverandør vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet ved veileder Niels Feddersen, [niels.feddersen@ntnu.no](mailto:niels.feddersen@ntnu.no), tlf: 73 59 22 42.
- Vårt personvernombud: Thomas Helgesen, [thomas.helgesen@ntnu.no](mailto:thomas.helgesen@ntnu.no), tlf: [93 07 90 38](tel:93079038)

Hvis du har spørsmål knyttet til vurderingen som er gjort av personverntjenestene fra Sikt, kan du ta kontakt via:

- E-post: [personverntjenester@sikt.no](mailto:personverntjenester@sikt.no) eller telefon: 73 98 40 40.

Med vennlig hilsen

*Vebjørn Johansen*

## Vedlegg 2: Samtykkeerklæring

---

### Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Treningscenteret som et sosialt felt*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD



[Meldeskjema](#) / [Treningscenteret som et sosialt felt](#) / Vurdering

# Vurdering av behandling av personopplysninger

**Referansenummer**  
390843

**Vurderingstype**  
Standard

**Dato**  
06.03.2023

**Prosjekttittel**

Treningscenteret som et sosialt felt

**Behandlingsansvarlig institusjon**

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap (SU) / Institutt for sosiologi og statsvitenskap

**Prosjektansvarlig**

Niels Feddersen

**Student**

Vebjørn Johansen

**Prosjektperiode**

01.01.2023 - 30.06.2023

**Kategorier personopplysninger**

Alminnelige

Særlige

**Lovlig grunnlag**

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 30.06.2023.

[Meldeskjema](#)

**Kommentar**

Personverntjenester har vurdert endringene registrert i meldeskjemaet 02.03.2023.

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg. Behandlingen kan fortsette.

**ENDRING**

Det er lagt til et nytt utvalg: utvalg 1.

**TYPE PERSONOPPLYSNINGER**

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger og særlige kategorier av personopplysninger (helseopplysninger).

**FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER**

Vi har vurdert at du har lovlig grunnlag til å behandle personopplysningene, men husk at det er institusjonen du er student ved som avgjør hvilke databehandlere du kan bruke og hvordan du må lagre og sikre data i ditt prosjekt. Husk å bruke leverandører som din institusjon har avtale med (f.eks. ved skylagring, nettspørreskjema, videosamtale el.)

Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

**MELD VESENTLIGE ENDRINGER**

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Se våre nettsider om hvilke endringer du må melde: <https://sikt.no/melde-endringer-i-meldeskjema>

**OPPFØLGING AV PROSJEKTET**

Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Kontaktperson hos oss: Callan Ramewal

Lykke til med prosjektet!

## Vedlegg 4: Intervjuguide

### Åpningsspørsmål

1. Hvor gammel er du?
2. Hva studerer du/jobber du med?
3. Hvor lenge har du trent styrke?
4. Hvor lenge har du trent på Dragvoll?

### Hovedspørsmål

#### Kroppsbilde

5. Før du begynte å trene, hva tenkte du om din egen fysikk?
  - Kan du fortelle hva som lå bak disse tankene? Hvor de kom fra?
  - Var dette en avgjørende faktor til at du begynte å trene styrke?
6. Hvilken rolle vil du si at styrketrening har spilt for måten du ser på din egen kropp?
7. Er det noe ved din egen fysikk du har lyst å endre på?
  - Hvordan kom du frem til dette?
8. Påvirker måten idealkroppen presenteres på i media hvordan du ser på din egen fysikk?
  - Hvordan?
  - Hva med godt trente kropper du ser på treningssenteret?

#### Senteret på Dragvoll

9. Hvordan vil du beskrive miljøet/treningskulturen på Dragvoll?

10. Hvordan vil du beskrive Dragvoll sammenlignet med andre sentre?

- Hvordan er det å trene på andre sentre?
- Opptreer du annerledes? I så fall hvorfor? Hvordan?

11. Hva gjorde at du begynte å trene på Dragvoll i utgangspunktet?

- Praktisk?
- Miljøet?
- Utstyret?

12. Hvem legger du merke til på senteret?

- Hvilke typer stikker seg ut? Hva gjør andre som gjør at du legger merke til dem?
- Hva legger du merke til hos andre medlemmer som imponerer deg?
- Hva gjør andre som du reagerer negativt på?
- Hva legger du merke til ved det motsatte kjønn? Antrekk? Type øvelser?

13. Kan du beskrive forholdet ditt til andre på senteret?

- Andre medlemmer
- Treningspartnere
- Ansatte
- Har du blitt kjent med mange på Dragvoll?

14. Er det noen du henter inspirasjon til egen trening fra?

- Instagram?
- TikTok?
- Andre medier?
- Hva med Dragvoll? Er det noen der?
- Hva er det som inspirerer deg med disse personene?

## **Trening**

15. Hva motiverte deg til å starte med styrketrening?

16. Har du spesifikke mål du ønsker å oppnå gjennom styrketrening?

- Hva er disse målene?
- Hvordan går du frem for å oppnå disse målene?

17. Kan du ta meg gjennom en typisk treningsøkt for deg? Så detaljert som mulig.

- Hva har du på deg?
- Hvordan varmer du opp?
- Har du en spesifikk rekkefølge på øvelsene?
- Hvorfor kjører du dette opplegget?

18. Kan du fortelle litt om hvordan du ønsker å fremstå på treningssenteret?

- Klær/antrekk. Er du veldig bevisst på dette?
- Utstyr
- Kroppsspråk
- Teknikk
- Tunge vekter
- Type øvelser
- Hva sier disse tingene om deg? Hvilket budskap ønsker du å formidle?

19. Hva tror du andre på treningssenteret legger merke til ved deg?

- Hvorfor?
- Tenker du over hva andre folk på senteret tenker om deg? Er det i så fall viktig?

20. Hva vil du si er sentrale forskjeller mellom hvordan gutter og jenter blir betraktet på senteret?

- Er det ulike forventninger knyttet til kjønnene på treningssenteret?
- Er det f.eks. noe jenter/gutter unngår i frykt for å fremstå som for maskuline/feminine?  
Er det noe spesielt du prøver å unngå?



21. Har tilnærmingen din til trening endret seg siden du startet?

- Hvordan har den endret seg?
- Har målene endret seg? Hva har i så fall påvirket målene?
- Har Dragvoll spilt en rolle i denne endringen?

22. Hvordan bruker du sosiale medier i forhold til din trening?

- Hvordan bruker du sosiale medier på trening? Insta? Snap?
- Hvordan deler du informasjon/innhold?
- Hvordan får du informasjon/kunnskap på trening? Hvilken type info? Fra hvilke medier?

### **Utenfor treningssenteret**

23. Hvordan påvirker treningen livet ditt utenfor senteret?

- I jobb?
- Sosialt?
- Sosiale medier?

24. Hvor får du informasjon/kunnskap om trening fra?

- Sosiale medier?
- Utdanning?
- Andre medlemmer?

25. Utenom styrketrening, hvilke andre metoder benytter du for å oppnå den ønskede fysikken?

- Hvordan vil du beskrive kostholdet ditt? Bevisst på hva du spiser?
- Andre treningsformer?

26. Utover fysiske fordeler, vurderer du at din helseatferd medfører noen psykiske konsekvenser?

- Hvis ja, hvilke?

### **Avslutningsspørsmål**

27. Er det noe du savner på Dragvoll?

- Utstyr
- Kultur

28. Er det andre ting som vi ikke har snakket om, som du mener er relevant når det gjelder treningssenteret på Dragvoll?

## Vedlegg 5: Meldeskjema – personverntjenester

### **Melding fra Callan Ramewal (Rådgiver)**

22.02.2023 14:54

Det fremgår av meldeskjema den 22.02.2023 med vedlegg og dialog at det ikke skal behandles opplysninger i prosjektet som kan identifisere enkeltpersoner verken direkte eller indirekte.

Prosjektet trenger derfor ikke en vurdering fra Personverntjenester.

HVA MÅ DU GJØRE DERSOM DU LIKEVEL SKAL BEHANDLE PERSONOPPLYSNINGER?

Dersom prosjektopplegget endres og det likevel blir aktuelt å behandle personopplysninger må du melde dette til Personverntjenester ved å oppdatere meldeskjemaet. Vent på svar før du setter i gang med behandlingen av personopplysninger.

VI AVSLUTTER OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Siden prosjektet ikke behandler personopplysninger avslutter vi all videre oppfølging.

Kontaktperson hos oss: Callan Ramewal

Lykke til med prosjektet!

