

”VEJEN TIL DET GODE LIV”

Et antropologisk feltstudie af fitnessudøvere og deres
identitetsdannelse i det senmoderne samfund



Projektet er udarbejdet af:

Katrine Hertz Feddersen
Sociologi og Kulturanalyse 4. semester

Kamilla Hvid-Jensen
Sociologi og Kulturanalyse 4. semester

Siw Busborg
Sociologi og Kulturanalyse 4. semester

Louise Keller Kristensen
Sociologi og Kulturanalyse 4. semester

Vejleder:

Martin Lindhardt
Institut for Sociologi, Miljø- og
Erhvervsøkonomi

Antal anslag: 95.219

Tro og love erklæring

“Det erklæres herved på tro og love, at undertegnede egenhændigt og selvstændigt har udformet denne rapport. Alle citater i teksten er markeret som sådanne, og rapporten eller væsentlige dele af den har ikke tidligere været fremlagt i anden bedømmelsessammenhæng.”

Katrine Hertz Feddersen

Kamilla Hvid-Jensen

Siw Busborg

Louise Keller Kristensen

Forord

Semesterprojektet er en antropologisk feltundersøgelse af, hvordan fitness spiller en rolle for identitetsdannelse i det senmoderne samfund. Endvidere har vi interesse for at undersøge, om fitness kan anses som en ny religion. Projektet tager udgangspunkt i træningscenteret Odense Bodybuilding Club, som i opgaven omtales som OBBC. I projektet vil fagene Kultursociologi og analyse, Kulturliv og kulturinstitutioner, Antropologisk feltarbejde og Databehandling indgå. Kultursociologi og analyse indgår under emnet "Identitet og religion", herunder har vi primært anvendt Clifford Geertz' religionsforståelse. Ved hjælp af Geertz teori har vi analyseret vores data og hermed forsøgt at skabe et indblik i informanternes verdenssyn, samt det etos som de lever efter. Endvidere er Pierre Bourdieu blevet anvendt i analysen, idet vi ser på hvordan informanterne klassificerer hinanden. Teoretikerne Jenkins, Spinney og Bauman anvendes i et mindre omfang for at beskrive, hvordan informanterne danner deres identitet.

Vi vil første og fremmest gerne takke Peter William Mølhøj, Centerleder for OBBC, for at give os muligheden for at lave en undersøgelse i OBBC. Sidst, vil vi selvfølgelig gerne takke vores informanter og træningsmakkere for at deltage i undersøgelsen.

Indholdsfortegnelse

1. Indledning.....	1
1.1 Emneafgrænsning	2
2. Litteraturstudie.....	3
2.1 Identitetsdannelse og selvrealisering i det senmoderne samfund	3
2.2 Selvrealisering - en ny religion?	4
2.3 Sundhed som den nye religion.....	5
2.4 Religion som symbolsk system	7
2.5 Opsamling	8
3. Metode.....	10
3.1 Videnskabsteori	10
3.2 Dataindsamling.....	11
3.2.1 Ikke-deltagende observation	12
3.2.2 Deltagende observation.....	13
3.3 Interview	15
3.4 Dataanalysestrategi og databehandling	17
3.4.1 Kodningsprocessen.....	18
3.4.2 Nvivo	19
3.5 Bias, reliabilitet og validitet.....	21
4. Analyse	22
4.1 Selvrealisering	22
4.1.1 Selvbillede	22
4.1.2 Identitet som fitnessudøver	23
4.1.3 Krop og sind	27
4.2 Religion	29
4.2.1 Det gode liv	29
4.2.2 Ritualer.....	35
4.2.3 Synd og straf	36
4.2.4 Fællesskab.....	37
4.3 Opsamling	38
4.4 Diskussion	39
5. Konklusion	41
6. Litteraturliste.....	42

1. Indledning

Selvidentitet og selvudvikling er efterhånden almindelige samtaleemner. I det senmoderne samfund taler vi om en individualisering, hvor individet i stigende grad er i centrum (Giddens, 1996). Her er individet selvstændigt og skaber i højere grad, end i det traditionelle samfund, selv sit eget liv (Ibid.) Professor i almenpsykologi Svend Brinkmann mener, at vi i et sekulariseret samfund ikke længere kan regne med at opnå evigt liv i paradiset, og derfor søger vi i stedet at fylde vores verdslige liv med så meget som muligt (Brinkmann, 2014: 11). Fitness er et af de områder, der i stigende grad optager danskerne. I foråret 2015 var cirka 950.000 danskere medlemmer i et kommercielt motions- og fitnesscenter (Idrættens Analyseinstitut, 2016). Det er en betydelig stigning fra 2009, hvor antallet af medlemmer blev estimeret til 550.000 (Ibid.).

Inden for sociologien anses fitnesskulturen, modsat eksempelvis holdsport, som et udtryk for den stigende individualisering i samfundet. Her er det det enkelte individs træning, sundhed og krop, der er i fokus (Eichberg, 2010). I forlængelse af samtidens øgede sundhedsfokus, synes der at være opstået nye kropsidealer, som kræver en hård disciplin at leve op til (Sørensen, 2013). Den norske psykiater Finn Skårderud har tidligere udtalt: *“Den slanke krop er en helt konkret symbolisering af kontrol. Den vidner om askese, mådehold og selvdressur i en overflodskultur”* (Sørensen, 2013). Mia Lichtenstein, der er psykolog og Ph.d.-studerende ved Syddansk Universitet, har foretaget et studie af træningsafhængighed og frygter at disse kropsidealer vil skabe et mere egoistisk samfund. Hun begrundes dette med, at det er et stort individuelt projekt at få sådan en krop. Ikke alene kræver det mange timers træning i fitnesscenteret, men det kræver også en helt særlig kost (Ibid.). Læge Lotte Hvas skrev i 2014 et debatindlæg i Politiken med titlen *‘Sundhedshysteriet er blevet en religion’*. Hun forklarer her, at Danmark har fået en ny religion ved navn *“sundhedismen”*, som blandt andet er kendetegnet af, at alle de *“frelste”* ser ned på de, som ikke formår at leve efter den rette sundhedslære (Hvas, 2014). Hun skriver, at det blandt andet bliver anset som syndigt at spise chokolade – medmindre den har den rigtige kakaoprocent, og at vi må en tur i fitnesscenteret før vi med god samvittighed kan slænge os på sofaen med et glas vin fredag aften. Denne religions præster er lægerne, og deres fire bud om kost, rygning, alkohol og motion dikteres til befolkningen af sundhedsstyrelsen (Ibid.). Denne sundhedslære har også en moralsk overtone, hvilket omtales som skyld, skam og ansvar. I sundhedismen er der risiko for udstødelse, idet de overvægtige her er dovne

og rygerne er tabere – begge parter er ansvarlige for egen elendige skæbne i form af sygdomme. Lotte Hvas mener, at vi er ved at gå over stregen, når alt skal måles, noteres og vejes (Ibid.). Hos den svenske universitetslektor Britta Pelters ses lignende tanke om, at sundhed kan anses som en slags religion (Kjensmo, 2016). Pelters sammenligner nutidens fokus på sundhed og træning med religion. Det er hendes opfattelse, at nutidens fitness-fokus har samme træk som religion (Ibid.). Hun fremhæver WHO's holistiske definition på sundhed: "(...)en tilstand af fuldstændig fysisk, psykisk og social velvære." (Kjensmo, 2016), hvortil hun forklarer, at denne definition beskriver det perfekte sundhedsbillede, hvilket får karakter af et guddommeligt princip (Ibid.). I den vestlige sundhedskulturs omfattende verdensbillede er fokus på et langt sundt liv, samt at det er en moralsk pligt at holde sig i form (Ibid.).

Det øgede fokus på krop og træning samt fitnesskulturens opblomstring gennem de senere år har vakt vores interesse for at besvare følgende forskningsspørgsmål: *Hvordan spiller fitness en rolle for identitetsdannelse i det senmoderne samfund?*

1.1 Emneafgrænsning

I dette projekt undersøger vi, hvordan medlemmer af træningscenteret OBBC oplever og beskriver fitness og sundhed. Vores nysgerrighed er drevet af, hvad fitness giver folk i det senmoderne samfund. Som antydnet foroven diskuteres det i nyere tid, om sundhed er en nye religion for folk (Pelters & Wijma, 2015). Spørgsmålet er, om fitness også er blevet en ny form for religion. Vi ønsker dog i projektet også en bredere undersøgelse af, hvordan fitness spiller en rolle for identitetsdannelse i det senmoderne samfund.

2. Litteraturstudie

I første del af litteraturstudiet præsenteres Giddens' teori om selvidentitet i det senmoderne samfund. Ydermere kobles Giddens' teori sammen med en rapport om selvrealisering. Dernæst vil vi diskutere nye måder at tænke religion på. Først vil vi præsentere rapporter og undersøgelser, som diskuterer om selvrealisering er den nye religion for folk. Herefter anvendes Vanderpools teori om 10 religiøse karakteristika og en rapport til at belyse, at sundhed har religiøse aspekter. Slutvis præsenteres Geertz' teori om religion som et symbolsystem.

2.1 Identitetsdannelse og selvrealisering i det senmoderne samfund

Ifølge Giddens er *øget refleksivitet* ét af kendetegnene ved det senmoderne samfund (Giddens, 1996: 32). I projektet har vi afgrænset os til øget refleksivitet, med argumentet at vi har interesse i, hvilken *selvidentitet* en fitnessudøver har. Giddens mener, at der i takt med aftraditionaliseringen af samfundet er kommet et øget krav til refleksivitet (Ibid.: 46). På det individuelle plan medfører refleksivitet en opretholdelse af selvidentitet (Giddens, 1996). Selvidentitet i det moderne samfund er ikke længere noget givet. I det traditionelle samfund var individets identitet stærkt påvirket af blandt andet social status, køn og normer. Disse var den primære kilde til dannelse af identitet, der i vidt omfang forekom givet (Ibid.: 42). I det senmoderne samfund er selvidentitet blevet "(...) *et refleksivt projekt*" (Ibid.: 46). Selvidentitet er betinget af refleksiv bevidsthed, og den skabes samt opretholdes i individets refleksive rutinemæssige aktiviteter (Ibid.: 68). Selvets refleksivitet er varig og altgennemtrængende, og individet må med jævne mellemrum eller hele tiden være refleksiv i forskellige situationer (Ibid.: 94). Individet skal i det senmoderne samfund selv skabe sin biografi, og individet finder, ifølge Giddens, sin identitet i evnen til "(...) *at holde en særlig fortælling i gang*" (Ibid.: 70).

I sammenhæng med selvidentitet er begrebet *selvrealisering*. Selvrealisering skal forstås på baggrund af balancen mellem mulighed og risiko (Ibid.: 97). Giddens mener, at man gennem forskellige teknikker kan løsrive sig fra tidligere vaner og hermed udvikle sig selv (Ibid.). Personlig udvikling afhænger af at overvinde følelsesmæssige blokeringer, der kan forhindre en i at forstå sig selv (Ibid.: 98). Endvidere bliver individet nødt til at opleve nye farer for at bryde med nuværende adfærdsmønstre (Ibid.: 97). Med andre ord er individet i senmoderniteten, hvad individet selv vælger at gøre sig til (Ibid.: 94). Mair Underwood beskæftiger sig i rapporten '*Body as choice or body as compulsion: An experiential perspective on body-self relations and the boundary between normal and*

pathological' ligeledes med selvrealisering, og nærmere betegnet med den rolle kroppen spiller i moderne selvrealiseringsprocesser. Her argumenteres der for, at kroppen er gået fra at være opfattet som naturligt givent til at være et middel til selvrealisering og funktionalitet (Underwood, 2013: 377). Rapportens formål er, at undersøge hvordan kroppen i dag opleves som et projekt og en måde at udtrykke sig på (Ibid.). Kroppen og selvet beskrives som forbundne, og Underwood argumenterer for, at kroppen fungerer som en refleksion af selvet (Ibid.: 379). Endvidere fandt hun frem til, at hvis selvet er udfordret, vil det udfordre ens syn på kroppen, og omvendt hvis kroppen er udfordret, vil det udfordre ens syn på selvet. Det skyldes, at der opleves en sammenhæng mellem krop og selvet (Ibid.). Undersøgelsen viser, at dette er et resultat af den stigende individualisering og opfattelse af kroppen som et projekt. Derfor kan en tyk krop betragtes som en refleksion af et individ, som ikke tager varer på sig selv (Ibid.). Kroppen bliver derved transformeret til en sammenligning af selvet, fordi der gennem individualiseringen og krops-selv forholdet ikke skelnes mellem de to. Der konkluderes, at en "dårlig" eller "forfejlet" krop er et udtryk for et forfejlet selv (Ibid.: 381).

2.2 Selvrealisering - en ny religion?

I bogen *'De nye myter'* tager Iben Krogsdal fat i en ny måde at tænke religion på. Religion er i dag ikke det samme som i det traditionelle samfund (Krogsdal, 2011). Tidligere handlede religion om et tydeligt fællesskab og ældgamle traditioner. I dag er religion, ifølge Krogsdal, blevet mere individuelt, og alle finder deres egen religion i helt utraditionelle former. Krogsdal beskriver det gnostiske menneske som et idealmenneske, der ikke lægger sin fremtid i andres hænder: *"Udgangspunktet for den gnostiske myte er den forestilling, at hvert enkelt menneske er helt unikt og har et medfødt selv"*(Ibid.: 147). Den nye måde at anse religion på er mere selvrealiserende end førhen og handler i højere grad om at være herre over sit eget liv. Man søger ikke længere svar i en gud eller i andre guddommelige kræfter, men idealmennesket vil finde svarene i sig selv ved hjælp af sine følelser (Ibid.: 160). Ifølge Ludvigsen og Mikkelsen, der ligeledes beskæftiger sig med religion, kan man i det senmoderne samfund betragte selvrealisering som en religion. Man dyrker i højere grad *jeget* og *selvet* end man gjorde førhen (Ludvigsen & Mikkelsen, 2011: 7). Mange forskellige ting kan nu være en religion for det enkelt individ. Der er mange former for selvrealisering, og *'De nye myter'* er interessant, idet den handler om dyrkelse af idealmennesket og selvet. Krogsdals, Ludvigsens og Mikkelsens syn på selvrealisering og religion er interessant i forhold til spørgsmålet om, hvorvidt fitness kan være en måde at realisere sig selv på, samt om det kan anskues som en ny form for religion.

På tilsvarende vis hævder den australske sociolog Douglas Ezzy i *'Religion, aesthetics and moral ontology'*, at der i det moderne samfund ikke er samme behov for samling i religionen som tidligere. Derimod er religion individualiseret i sådan en grad, at den afhænger af den enkeltes følelser og æstetiske behov (Ezzy, 2016: 266). Det er samtidig disse behov, som er overgået fra den klassiske religionspraksis og har skabt en stigende individualisering. Det æstetiske og følelsesmæssige vinder indpas, og de religiøse fællesskaber forsøger i stigende grad at imødekomme dette gennem udvidelse af religionens praksisser (Ibid.: 267). Ezzy argumenterer for, at det æstetiske altid har været en del af religionen, men i stigende grad bliver definerende for individets udøvelse af religion. Der argumenteres yderligere for at mødet med en religion er mødet med en ny opfattelse af selvet, andre, samfundet og i sidste instans verden (Ibid.). Den øgede følelsesmæssige og æstetiske oplevelse af religion medfører også, at religion i højere grad har fokus på det enkelte individs oplevede fænomen frem for rationelle argumenter (Ibid.). Det påpeges desuden at andre æstetiske oplevelser, som fitness, der ligger uden for det traditionelle religionsperspektiv, kan defineres som religiøse gennem æstetiske og emotionelle oplevelser (Ibid.: 268). Det er med afsæt i *'Religion, aesthetics and moral ontology'* nærliggende at undersøge, om der i OBBC er udviklet en praksis blandt medlemmerne, der kan beskrives som selektiv religiøs. Yderligere ønsker vi at undersøge om de oplevelser og erfaringer, som gøres i centeret kan være medvirkende til at forme verdensforståelsen, handlen og den emotionelle oplevelse, der på en måde kan afspejle en religiøs karakter (Ibid.). Ezzy konkluderer endvidere, at religionen bruges som et middel til at kategorisere og forstå verden og sig selv i den stigende individualisering, hvilket også er en relevant pointe for vores projekt.

2.3 Sundhed som den nye religion

Sociologen Harold Y. Vanderpool argumenterer i rapporten *'The Religious Features of Scientific Medicine'* for, at til trods for at det er en almen forståelse, at moderne medicin er sekulær og bygger på videnskab, bærer dens praksisser præg af religiøsitet (Vanderpool, 2008: 201). Vanderpool undersøger disse præg, der forbindes med religion, og som betegnes som "religiøse karakteristika" (Ibid.). Han har opstillet 10 religiøse karakteristika (Ibid.):

1. *Omfattende verdensbillede*: Fortolker universet og menneskene deres formål og skæbne som en del af dette.

2. *Ultimativ hellig virkelighed*: Kilden til mening og formål. Den hellige virkelighed er tæt forbundet med steder, ritualer og hellige tekster.
3. *Moralske værdier*: Etiske værdier, der fortæller, hvordan menneskelige handlinger vurderes som henholdsvis tilladt eller forbudt, rigtig eller forkert og prisværdigt eller forkastelig.
4. *Beskyttende lag*: Beskytter fra det mennesket frygter og giver forklaring på det onde.
5. *Frelse*: Det religiøse menneske kan opnå frelse i form af frigørelse, salighed og en tilfredsstillende tilværelse.
6. *Symboler*: Ofte anvendte objekter, billeder, steder og handlinger, der bevarer tro og følelser.
7. *Ritualer*: Er gentagende og de legemliggøres gennem handlinger.
8. *Sindsstemning og følelser*: Forbindes med religion, hvor religiøse grupper oplever følelser som ekstase, ro, alvor, indre fred og skyld.
9. *Fællesskab*: Hvor sociale grupper er bundet sammen af en fælles overbevisning.
10. *Overbevisning om en unik sandhed*: Religiøse grupper er af den overbevisning, at det de tror, oplever og lever efter er sandheden (Ibid.: 205-207).

Vanderpools 10 religiøse karakteristika anvendes i den videnskabelige artikel '*Neither a sinner nor a saint: Health as present-day religion in the age of healthism*' af Britta Pelters og Barbro Wijma. Med udgangspunkt i ovennævnte karakteristika undersøger de, om den moderne sundhedsforståelse kan anses som en religion. Ved alle 10 dimensioner finder de karaktertræk fra sundhed, der stemmer overens med de religiøse karakteristika. *Det hellige* beskriver de som en "guddommelig sundhed" (Pelters & Wilja, 2015: 133). Her forklarer de, at spørgsmålet om sundhed er blevet idealiseret og overdrevet i et fejlfrit koncept, hvilket med rette kan omtales som noget "guddommeligt" (Ibid.: 132). Sundhed har altid været forbundet med religion, hvor det værdige liv er uden sygdom og dårlighed, i stedet ser vi nu sundhed som det, der definerer "det gode liv". Sundhed anses for at inkludere noget eksistentielt meningsfuldt og livsformende. Herudover forklarer de også, hvordan der i sundhed er et sæt af moralske værdier, som lyder således: "*Et perfekt helbred, det gode liv og et blomstrende selv*" (Egen oversættelse, Pelters & Wijma.: 136). Pelters og Wijma forklarer, at denne nye måde at se sundhed på giver ideen om "at det sunde liv er lig med det gode liv" (Ibid.). Det gode sunde liv ses som det, der er med til at opretholde et blomstrende selv (Ibid.). Det at leve det gode sunde liv tillægges nogle personlige værdier, der anses for at være sund adfærd. Dette giver mulighed for at kunne dømme en anden person samt personens sociale status ud fra det visuelle helbred (Ibid.). Ydermere giver det sunde liv ligeledes en idé om beskyttelse mod sygdomme og døden, idet risikoen mindskes gennem sundhed (Ibid.: 137). Herudover giver sundhedsrelaterede aktiviteter ikke kun en form for *beskyttende lag*, men sikre også vejen til *frelse* (Ibid.: 138). Inden for

sundhedsreligion kan fitnesscenteret anses som en vigtigt ikonisk lokation, der repræsenterer moralske værdier, forventninger og forpligtelser (Ibid.: 139).

De konkluderer til sidst, at Vanderpools 10 religionskarakteristika med fordel kan udvides i studiet af sundhed som religion. For eksempel kan man tilføje *nåde*, som viser sig i, at en person kan "have vundet de gode gener". Hertil er der yderligere behov for religionsbegrebet *synd*, der kan optræde hvis der spises noget, som ikke anses som værende passende inden for den fulgte diæt. Pelters og Wijma mener, at man bør se sundhed med en mere religiøs kant, idet man nu ser sundhed som noget rationelt. I det nuværende syn tages der ikke højde for den følelsesmæssige forbindelse, der ligger i en værdig sundhed. Denne mere religiøse forståelse for sundhed åbner op for at se sundhed som en moralsk forpligtelse, hvilket den nuværende rationelle forståelse ikke åbner op for.

2.4 Religion som symbolsk system

Clifford Geertz definerer i sit klassiske essay '*Religion As a Cultural System*' religion på en anden måde. For Geertz er religion først og fremmest et kulturelt fænomen, hvorfor han, inden han definerer, hvad religion er, starter med en definition af kultur som historisk mønster af betydninger, der er udformet i symboler. Kultur skal endvidere forstås som et system af nedarvede forestillinger, som udtrykkes gennem symbolske former, hvorigennem man kommunikerer og udvikler viden om og holdninger til livet (Geertz, 1993: 89). Ydermere beskriver han *etos*, og det kan eksempelvis forstås som den måde livet leves på (Ibid.: 89). I sammenhæng med *etos* beskrives *verdenssyn*, som det billede individer har af den måde ting i ren virkelighed er (Ibid.: 89). I religiøs tro og praksis er *etos* og verdenssyn bestyrket af hinanden, idet man skal handle på en bestemt måde, som passer til det verdenssyn, man har (Ibid.: 90).

Geertz definerer religion på følgende måde:

"(1) a system of symbols which acts to (2) establish powerful, pervasive, and long-lasting moods and motivations in men by (3) formulating conceptions of a general order of existence and (4) clothing these conceptions with such an aura of factuality that (5) the moods and motivations seem uniquely realistic."(Ibid.: 90).

Punkt (1) er, at religion skal forstås som et system af symboler. Geertz forklarer symboler som abstraktioner fra erfaringer fastgjort i synlige former. Det er konkret legemliggørelse af eksempelvis ideer og overbevisninger (Ibid.: 91). Geertz beskriver yderligere en *model of reality* og *model for*

reality. Disse er med til afspejle et verdenssyn og hjælper med at forklare, hvordan verden ser ud, samtidig med at religion også udskriver retningslinjer for handling i verden (Ibid.: 93). Ved model of reality laver man en plan og lever efter denne, hvor man ved model for reality laver en model og forklarer, hvorfor verden ser ud, som den gør (Geertz, 1993).

Det leder op til Geertz' punkt (2), der er, at systemet af symboler etablerer stærke, gennemgribende og varig stemning og motivation hos mennesker. Geertz skelner mellem to dispositioner: Stemning og motivation. Forskellen på disse to er, at motivation er bestemt af eksempelvis et mål, der skal opnås, hvorimod stemninger er situationsbestemt og forekommer i højere eller mindre grad (Ibid.: 97). Punkt (3) i religionsdefinitionen er, at "*Formulere forestillinger om den generelle orden i eksistensbetingelserne*" (Egen oversættelse Geertz, 1993: 90). Geertz sammenligner golf og religion, hvor han påpeger, at en golfspiller kan siges at være "religiøs" om golf. Golfspilleren skal, for at være religiøs om sin golf, se golf som symbolsk for nogle oprindelige sandheder. Det er ikke kun nok at forfølge golf med lidenskab og spille det om søndagen (Ibid.: 98). Geertz' syn på golf har stor relevans for vores fokus omkring fitness som religion. Ydermere bygger Geertz, i det tredje punkt, på sociologen Max Webers "*the problem of meaning*" (Ibid.: 104). Det er nødvendigt at skabe mening i en tilværelse for at gøre den udholdelig, og derfor kan der være behov for religion (Geertz, 1993). Det næstsidste punkt (4) handler om at give sine opfattelser et skær af virkelighed. I den forbindelse taler Geertz om tro, der kan tilføje det uforklarlige et skær af virkeligheden (Ibid.: 109). Geertz illustrerer denne pointe ved at sammenligne religiøse perspektiver med andre perspektiver, som er æstetiske perspektiv, common sense perspektiv og et videnskabeligt perspektiv (Ibid.: 111). Geertz beskriver også ritualer, som er med til at gøre religion virkelig for individer. I ritualet kan mødet mellem stemning, motivation og verdenssyn finde sted. Her bliver verdenssynet erfaret som "virkelig virkelighed", og ens verdenssyn kan forstærkes, når man eksempelvis føler Guds nærvær (Geertz, 1993). Dette leder til det sidste og femte punkt (5), der omhandler at stemning og motivation kan forekomme realistiske. Her påpeges, at ritualer eksempelvis er en relativ kortvarig begivenhed, der ikke varer for evigt. Det religiøse individ springer mellem mere og mindre religiøse situationer, men samtidig kan konkrete religiøse perspektiver vare ud over den rituelle situation og præge hverdagen (Ibid.).

2.5 Opsamling

I litteraturstudiet er der præsenteret rapporter og teorier, som løbende vil blive anvendt i projektet. Giddens vil blive brugt i projektet til at skabe en forståelse af det senmoderne samfund, og den selvidentitet vores informanter tilegner sig i forhold til træning og sundhed. Herudover vil vi ved

hjælp af Geertz' teori forsøge at skabe et indblik i det verdenssyn, informanterne har. Desuden vil vi undersøge om der er overensstemmelse med den måde informanterne handler på, og om dette passer til deres verdenssyn. De resterende rapporter bruges til en overordnet diskussion om fitness og religion, samt hvilken betydning træning og sundhed har for informanternes dannelse af identitet.

3. Metode

I dette afsnit beskæftiger vi os med projektets udførelse. Som videnskabsteoretisk standpunkt har vi anvendt fænomenologi til at skabe en forståelse for informanternes livsverden. Dataindsamlingen er foretaget gennem deltagende og ikke-deltagende observationer samt interviews, hvor der er benyttet grounded theory og Nvivo 10 til behandling af den indsamlede data.

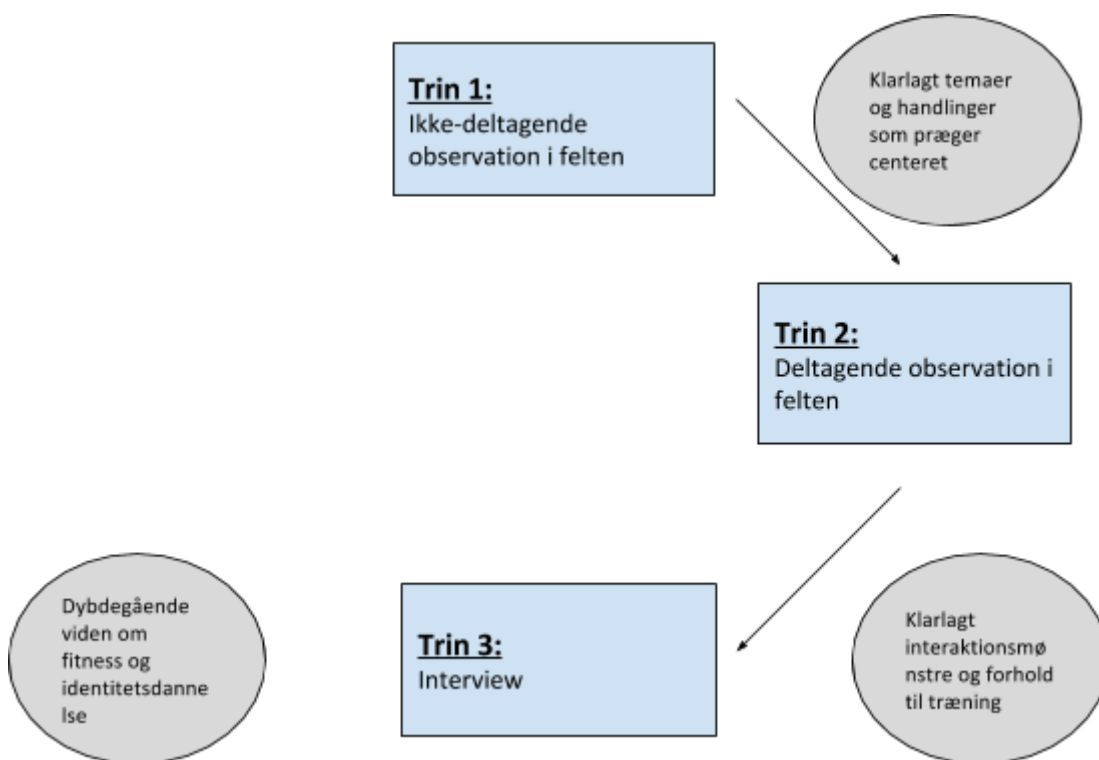
3.1 Videnskabsteori

Fænomenologien er en filosofisk tradition, hvor al erkendelse går gennem subjektets erfaring (Juul, 2012). På samme måde er det ikke vores opfattelse, at der findes en objektiv realitet, som er uafhængig af de involverede personers egen erfaringsverden (Ibid.). I feltstudiet har vi benyttet *fænomenologisk reduktion*, hvor der sættes parentes om egne fordomme, også kaldt *epoché* (Ibid.: 70). Dette betyder samtidig, at vi har tilsidesat egen viden, og ikke har orienteret os i eksisterende litteratur om fitnesskultur. Hvilket er med til, at sikre at vores erkendelsesgrundlag opbygges i første-personers perspektiv, sådan at erkendelsen bygger på de involverede parterers erfaringer og oplevelser uden vores egne fordomme (Ibid.: 71). Vi har, på samme vis som i fænomenologiske undersøgelser, udviklet anden-ordensbegreber ud fra de involverede parterers første-personers perspektiver. Formålet med anden-ordensbegreber eller idealtyper er at overskride den forhenværende viden. Ifølge Alfred Schutz skal de, dog samtidig kunne føres tilbage til aktørernes første-ordens perspektiv (Ibid.: 87). Ligeledes har vi noteret personernes egne ord, samt hvad vi i førstehåndsperspektiv observerede. Efterfølgende har vi under kodningen inddelt disse i egne anden-ordensbegreber. Et eksempel herpå er en af vores informanter, der udtaler "*Jeg synes det helt vildt fedt, at presse mig derud hvor jeg næsten ikke kan få luft mere (...)*" (Maibritt, interview), hvilket vi under den åbne kodning har kaldt "at presse sig selv til det yderste". Under den lukkede kodning, hvor vi har dannet anden-ordensbegreberne, kaldte vi denne "askese" (Jf. dataanalysestrategi og databehandling). I kodningsprocessen blev det tydeligt for os, at der er forskellige opfattelser af sundhed og fitness, og dette særligt afhænger af de involverede personers baggrund og træningsform. Inden for fænomenologien er der den antagelse, at intet går forud for den menneskelige erfaring, og det væsentlige er at finde ud af, hvordan folk skaber deres erfaringer intersubjektivt. Herunder hvordan der gennem rutiner skabes en *common-sense-forståelse* (Ibid.: 104). På samme måde bliver det også den fænomenologiske forskers vigtigste opgave at fremvise mønstre for social samhandel i livsverden (Ibid.). Da vi så, at informanternes common-sense-forståelser om fitness og sundhed var forskellige, fandt vi det relevant at undersøge hvilke faktorer, som lå bag de individuelle forståelser.

3.2 Dataindsamling

Vi har i dataindsamlingen benyttet os af en cirkulær proces, som afspejles i figur 1. Vores observationsstudie strækker sig over fire uger. Under indsamlingen af data har vi været inspireret af Cato Wadels 'runddans' mellem teori, data og metode (Wadel, 1991: 13). Vi adskiller os dog ved, at vi ikke har benyttet nogen teoretisk viden om emnet under indsamlingsprocessen. Dette begrundes med, at vi gennem projektet har arbejdet induktivt og ved hjælp af observationer og interviews har forsøgt at opnå en forståelse for fitness rolle for identitetsdannelse (Bitsch og Pedersen, 2003: 151). Figur 1 illustrerer, hvordan vi har indsamlet vores data ved hjælp af inspiration fra Wadel.

Figur 1: Runddans mellem data og metode



Egen tilvirkning

Som figuren viser, har vi anvendt flere forskellige undersøgelsesmetoder. Vi påbegyndte indsamling med ikke-deltagende observation for at få et overblik og et kendskab til selve træningsmiljøet i OBBC. Den viden som vi fik gennem disse observationer er anvendt i det videre forløb med deltagende observation. Endvidere er viden fra ikke-deltagende observation og deltagende observation anvendt i interviews. Vi har valgt denne tilgang, idet vi kontinuerligt er vendt tilbage til

feltet og har taget et skridt videre for at få et mere præcist fokus. Ydermere har vi gennem disse ændringer i indsamlingsmetoderne anvendt den foregående viden i en ny proces. Denne tilgang er valgt med argumentation om, at vi gennem indsamling af data har fået et mere præciseret fokus og for at skabe en mere fyldestgørende viden omkring, hvilken rolle fitness spiller for identitetsdannelse i det senmoderne samfund (Wadel, 1993: 13). Efter interviewindsamlingen ville det have været ideelt, hvis vi var vendt tilbage til feltet, i og med vi ville have haft et mere præciseret fokus, hvorved vi kunne arbejde endnu mere cirkulært.

Feltnoter

Under feltobservationerne benyttede vi forskellige former for feltnoter. Feltnotaterne har været en blanding af de observationer, vi har gjort os i feltet, samt de stemninger og indtryk vi har indfanget. I feltnoterne var der en observationsguide, hvori vi skrev noter under forskellige temaer (Bilag 1). Fordi vi arbejdede induktivt, var vi fortsat opmærksomme på, at vi ikke måtte lade os blive for farvede af temaerne. Derfor var vi stadig åbne overfor ny viden, som ikke nødvendigvis havde noget med temaerne at gøre.

De ikke-deltagende observationer har i højere grad været præget af kondenserede beskrivelser, hvor de deltagende observationer har været udvidede redegørelser (Krogstrup & Kristiansen, 1999: 151). Under de ikke-deltagende observationer havde vi rig mulighed for at nedskrive observationer og indskydelser løbende. For at virke mindst muligt opsigtsvækkende benyttede vi vores telefoner til nedskrivelse af notater. Grundet vores høje deltagelsesgrad var vores muligheder for feltnoter under den deltagende observation begrænset, idet vi ikke ønskede at kompromittere vores status som deltagere eller skabe en følelse af overvågning (Ibid.: 154). For at minimere dette skrev vi derfor dagsresume efter endt observation.

3.2.1 Ikke-deltagende observation

Som udgangspunkt for dataindsamlingen benyttede vi i den første uge ustrukturerede ikke-deltagende observationer. Dette skete ved, at vi klarlagde eventuelle temaer og handlinger, der præger centeret (Bundgaard, 2003: 57). Efter de indledende observationer begyndte vi at arbejde semi-struktureret i vores ikke-deltagende observationer. Ligesom i de indledende observationer havde vi her fokus på den *partielle deltagelse*, hvori vi observerede et udsnit af de udøvede aktiviteter og handlinger (Kristiansen og Krogstrup, 1999: 54). Vi har i disse observationer ikke været opøgende, men har ladet centrets medlemmer opsøge os, dette har medført uformel samtale med

medlemmerne. I disse observationer har vi dannet temaer, der i højere grad har gjort observationerne selektive, såsom fællesskab, sundhedsopfattelse og æstetik.

Som ikke-deltagende observatører har vi haft stort fokus på ikke at forstyrre de naturlige omgivelser og vække unødigt opsigt. Centerlederen og receptionisterne har været informeret om vores tilstedeværelse og derudover har der hængt et opslag om vores tilstedeværelse i centeret. For ikke at vække opsigt valgte vi at iklæde os træningstøj. De ikke-deltagende observationer har dannet grundlag for vores deltagende observationer, og disse er valgt for at skabe en større forståelse for feltet og opnå en indsigt i medlemmernes livsverdener (Bundgaard, 2003: 57). Herudover har de ikke-deltagende observationer gjort os nysgerrige på hvorfor, der forefindes så stærkt et fællesskab i OBBC, når fitnesskulturen generelt er præget af individualitet og individuelle mål. Dette har ledt os til vores deltagende observation, hvor vi har forsøgt at skabe større indsigt i felten

3.2.2 Deltagende observation

Vi valgte deltagende observation, da man uden deltagelse i et felt ikke har samme forståelse for livsverdenen og praktisering af denne. Som deltagere i feltet har vi skabt forudsætning for relationsdannelse til informanterne og derved skabt mulighed for at blive en del af disses fremstillinger af verden (Bundgaard, 2003: 55).

Træningsmakker

For at skabe forståelse for medlemmernes meningsunivers har det været nødvendigt at få adgang til feltet indefra. Vi opnåede dette, da vi kontaktede foreningens medlemmer gennem den private Facebookgruppe og efterlyste træningsmakker til vores projekt. Endvidere for at sikre tilfredsstillende informanter, i forhold til projektet, opstillede vi krav til træningsmakkerens seriøsitet og antal af træningspas ugentligt. Dette gav mulighed for tre træningsmakker:

Tabel 1: Oversigt over træningsmakker

Stefan	Ditte	René
28 år, personlig træner og fysioterapeut.	30 år og styrkeløfter.	45 år og bodybuilder.
Træner hovedsageligt styrkeløft og træner 3-5 gange ugentligt.	Hun træner hovedsagelig styrkeløft og træner 4-5 gange ugentligt og har deltaget i DM.	Han træner hovedsageligt bodybuilding og træner 5-7 gange om ugen og er tidligere nordiske mester i bodybuilding.

Egen tilvirkning

For at skabe de mest optimale observationsvilkår valgte vi at indgå som deltagere i deres faste træning og følge med efter bedste evne (Bundgaard, 2003: 56). Træningsmakkerene var bekendt med vores status som forskere, hvilket kan ses som en ulempe, men træningen blev styrket gennem, at mange af deltagerne havde set os i centeret i forbindelse med de øvrige observationer. Vi var derfor bekendt med interaktionsformerne og kulturen i centeret (Kristiansen og Krogstrup, 1999: 137). Som forberedelse til træningen gennemgik vi de tidligere observationer for at udforme tematikker og underspørgsmål, som kunne være interessante at undersøge (Bilag 2). Det har dog været en prioritet at træningen var i fokus, da dette giver mulighed for at observere handlinger og interaktionsmønstre, der ikke ville kunne indfanges gennem traditionelle interviews (Kusenbach, 2003: 463). For at sikre den bedste indgang og etablering i feltet havde vi fokus på vores ydre fremtræden. Især under træningerne med træningsmakkerne benyttede vi os af vores indledende observationer, der muliggjorde at tilegne os foreningens interaktionsmønstre, sprog og adfærd (Kristiansen og Krogstrup, 1999: 147). Under træningen har vi indgået i træningsmakkernes programmer for at skabe den bedste forudsætning for indførelse i deres livsverden. Vi har benyttet os af interview- og observationsform inspireret af Kusenbachs go-along tilgang. I go-along tilgangen kombineres observationen med spørgsmål om det, der observeres. Denne tilgang giver mulighed for bedre at forstå det, som man observerer (Kusenbach, 2003: 464). Under deltagelsen i træningsmakkerens rutine har vi stillet spørgsmål på baggrund af temaer fastsat gennem de tidligere observationer, samtidig med at vi har været åbne for nyfremkomne fænomener. Formålet med træningsmakkerne har været at deltage i relevante aktiviteter og samtidig observere disse og de personer der indgår (Kristiansen og Krogstrup, 1999). Gennem den deltagende observation med

træningsmakkerene formåede vi at klarlægge deres interaktionsmønstre og forhold til træningen, centeret og de øvrige medlemmer (Ibid.: 148).

Holdtræning

På baggrund af de tidligere observationer kunne det ses at det tydelige fællesskab, der dominerer i centeret, også er at finde på de forskellige træningshold. Ved denne deltagende observationsmetode følger vi samspillet og interaktionen mellem deltagerne som helhed på træningsholdene. Gennem denne observationsform har vi indgået i fællesskabet på lige fod med de øvrige deltagere og har derigennem kunne tilegne os viden. Vi har deltaget på forskellige træningshold, herunder et spinning og styrkeløftshold, hvor vi har observeret et stærkt fællesskab. De forskellige instruktører har været bevidst om vores rolle som forskere, og de har derigennem kunne give en dybere indføring i det enkelte hold og de øvrige deltagere, som ikke har været forskerstatusen bevidst. Dette har haft betydning for observationerne af, hvordan nye medlemmer velkommes ind i miljøet samt en mulighed for på førstehånd at observere kulturen, begreberne og de overbevisninger, der forekommer i de forskellige grupperinger (Bundgaard, 2003: 55). Under holdtræningerne har det været en prioritet at blende ind og adoptere den øvrige gruppes adfærd for i højere grad at fremstå som et gyldigt medlem.

3.3 Interview

Som supplement til vores observationer har vi anvendt interviews. Vi har benyttet interviews for at skabe en dybere mening til det observerede og for at undgå misforståelser af disse (Guvå & Hylander, 2003: 39). I interviewguiden har vi anvendt vores viden fra tidligere observationer, eksempelvis sundhed og fællesskab. Ud fra dette har vi opstillet tematikker til vores interviewguide (Bilag 3). Metodisk har vi brugt foto-etnografi, idet vi bad interviewpersonerne medbringe billeder, der illustrerede deres forhold til sundhed, og disse billede interviewede vi ud fra. Formålet med foto-etnografisk metode er at få et indblik i informanternes individuelle måde at forstå og opleve sundhed på. Dette kan denne metode være behjælpelig med, idet informanterne selv udvælger billederne (Warren, 2002: 232). En bias ved foto-etnografisk metode kan være, at det bliver informantens agenda, som bliver strukturen for interviewet (Ibid.). For at undgå dette kombinerede vi foto-etnografi med semistruktureret interview. Ved at anvende semistruktureret interview kunne vi på forhånd udarbejde nogle tematikker og i en vis grad styre strukturen i interviewet mod nogle af de tematikker, som vi fandt interessante (Kvale og Brinkmann, 2015: 52). Vi har endvidere valgt denne

kombination i interviewet, da den kan skaffe dybdegående information omkring informanternes følelser og oplevelser omkring fitness og sundhed. Yderligere kan det give nogle personlige svar, der ikke er muligt at observere.

Måden hvorpå interviewet blev udført var, at informanterne blev bedt om at medbringe 10 billeder til interviewet. Informationen vi gav informanterne var, at de skulle tage 10 billeder af det, som de mente repræsenterede sundhed for dem. Grunden til at informanterne selv udvalgte billederne var, at vi i projektet er interesserede i informanternes subjektive følelser og holdninger omkring emnet. Herudover er vi interesserede i at forstå sundhed ud fra deres opfattelse og ikke vores egen (Warren, 2002: 231). At kombinere disse to metoder viste sig at være en succes. Den foto-etnografiske metode virkede således, at den gav en 'dåseåbner effekt', da informanterne beskrev sundhed (Ibid.: 239). Billederne var med til at få informanterne til at reflektere, i samtale med forskeren, over hvad billederne viste og repræsenterede for dem (Ibid.). Det semistrukturerede interview gav mulighed for at få afdækket nogle tematikker under interviewet. Vi ønskede ikke at udelukke ny viden, hvorfor vi anvendte åbne spørgsmål. I stedet ønskede vi at få afdækket nogle specifikke tematikker, men ikke bestemte meninger om temaerne (Kvale og Brinkmann, 2015: 52).

Interviewudførelse

Vi fik gennem den private facebookgruppe mulighed for at interviewe seks personer. Disse seks informanter præsenteres i tabel 2:

Tabel 2: Oversigt over interviewpersoner

Navn	Alder	Trænet i antal år	Træninger pr. uge	Træningsform
Andreas	24	9	5	Styrkeløft på konkurrenceplan
Lucas	25	6	6	Bodybuilding + styrketræning
Maibritt	27	9	5-6	Cardio + styrketræning
René	49	38	4-5	Hardcore Bodybuilding
Sebastian	24	7	5	Styrketræning + Cardio
Siham	26	2	4	Styrketræning

Egen tilvirkning

Et interview er en iscenesat situation, hvor forskeren ønsker, at interviewpersonerne beskriver deres liv og synspunkter. Derfor er det vigtigt, at få skabt en god kontakt med interviewpersonerne inden interviewet starter for at skabe en mulighed for, at de taler mere åbent og frit (Kvale og Brinkmann, 2015: 183). Dette har vi eksempelvis gjort ved brug af uformel samtale. Yderligere indledte vi interviewet med en briefing, hvor vi forklarede hvem vi var, og hvad vores projekt omhandlede (Ibid.). Under briefinggen fik vi yderligere aftalt med informanterne, hvorvidt de ønskede anonymitet samt fik tilladelse til at optage interviewet for herefter at transskribere det. Endvidere fik vi tilladelse til at bruge besvarelserne og billederne yderligere i projektet (Ibid.: 116). Til at starte med blev der stillet nogle generelle spørgsmål til informanten, som eksempelvis *”hvor længe har du trænet?”*. Herefter placerede interviewereren de 10 forskellige billeder, som informanten havde med, på bordet. Efterfølgende blev informanten bedt om at udpege det billede, som beskrev sundhed bedst for dem samt beskrive det. Interviewet fortsatte i dette spor, indtil informanten havde talt om det vigtigste ved hvert enkelt billede og beskrevet dette (Jf: Johansen, 2012: 85). Vi har i primært anvendt *indledende spørgsmål* i samtalen om tematikkerne eksempelvis *”hvorfør træner du?”*. Argumentet for dette valg er, at informanterne selv fortæller, hvad de synes er nogle væsentlige aspekter i forhold til denne tematik (Kvale og Brinkmann, 2015: 190). Var der noget vi fandt interessant, og ønskede dette uddybet, anvendte vi *sonderende spørgsmål* som eksempelvis *”Kan du forklare mere om det?”* (Ibid.). Til slut i interviewet havde vi en debriefing, hvor vi afrundede med at spørge om informanterne havde mere at sige. Havde informanten ikke det, slukkede vi diktafonen (Ibid.: 184)

3.4 Dataanalysestrategi og databehandling

Vi har anvendt grounded theory som dataanalysestrategi, med det formål at skabe en teoretisk model som er forankret i empirien (Guvå & Hylander, 2003: 37). Vi har gennem projektet undersøgt interessante hændelsesforløb og forsket inden for fænomenet *”fitness”*, som vi ved hjælp af grounded theory har forsøgt at kortlægge (Ibid.: 48). I grounded theory tages der udgangspunkt i *teoretisk udvælgelse, kodning, komparation og konceptualisering* (Ibid.: 38). I vores projekt har vi primært anvendt grounded theory som en metode til bearbejdning og analyse af vores data. Vi har dog, ligeledes grounded theory, i vores teoretiske udvælgelse af data startet åbent i feltet og løbende sporet os ind på vores problemfelt, og hermed været mere fokuseret og strategiske (Ibid.: 38).

Måden hvorpå grounded theory blev anvendt til bearbejdning af vores rå data var gennem kodning. Kodningen var en induktiv proces, hvor vi stillede spørgsmålstejn ved vores materiale (Ibid.: 41).

Dette gjorde vi for at finde frem til, hvad det var, som skete i feltet og hvad, der ansås som vigtigt for de individer, som befandt sig inden for feltet (Ibid.: 48). Vi har endvidere anvendt kodning for at skabe en mening i alt vores data, således at vi kunne finde frem til nogle mønstre, begreber og processer, der gjorde sig gældende inden for feltet (Ibid.: 41). Gennem viden fra observationerne og interviewene fandt vi frem til indikatorer, der gav et fingerpeg om noget interessant i vores data (Ibid.: 42). Kodningen har været en tolkende proces, hvor vi har bevæget os fra empirisk data til data i teoretiske form (Ibid.: 41).

3.4.1 Kodningsprocessen

Kodningsprocessen foregik i fællesskab med det argument, at det var mest optimalt, så alle var indforstået med de nye koder og den kodenøgle, som udviklede sig undervejs. Vi startede vores kodningsproces åben, hvor vi gik fra rå data til benævnelse af indikatorer, såsom sundhed. Vi fandt frem til vores indikatorer ved, som tidligere nævnt, at stille spørgsmålstegn ved materialet og stille og roligt udvælge det, som vi fandt interessant (Ibid.: 52). De første koder er præget af informanternes egne ord om eksempelvis forskellige oplevelser i forbindelse med fitness. Det er også, af Glaser og Strauss, kaldt *in vivo-koder* (Ibid.: 42). Vi valgte dette for ikke at risikere at blive hængende i et spor eller en teoretisering, som udsprang sig af eksempelvis allerede teoretiske begreber (Ibid.: 42). Vi har løbende nedskrevet vores ideer i *memoer* for hele tiden at have samlet vores tanker og ideer, samtidigt med at vi kunne tænke nyt (Ibid.: 46). Under kodningsprocessen har vi yderligere lavet konceptualisering, hvor vi har fået ideer til, hvordan materialet kan sorteres og ordnes begrebsmæssigt (Ibid.: 54). I takt med at kodningen skred fremad, har vi foretaget en mere begrebsorienteret kodning af de allerede eksisterende koder. Vi har bevæget os mod *in vitro-koder*, der er mere teoretiske koder, hvor vi gik fra hverdagsudtryk til mere teoretiske begreber, som eksempelvis koden *askese* (Ibid.: 58). Vi har, i forbindelse med dette, været bevidste om at hæve empirien til et teoretisk niveau uden at blive hængende i allerede eksisterende teoretiske viden (Ibid.: 46). Vi har forsøgt at undgå *common-sense* viden og ladet empirien vise vej til ny teori. Endvidere har vi arbejdet nær empirien, men samtidig givet plads til abstraktion og teori (Ibid.) Parallelt med denne kodning har vi lavet en begrebsmæssig komparation, dette gjorde vi for at efterprøve den orden, som opstod gennem kodningen (Ibid.: 44). Gennem disse sammenligninger fik vi en idé om hvilke koder, der var overordnet og mest karakteristisk for feltet. Vi identificerede to kernekategorier, som er: Selvrealisering og religion. Disse to kernekategorier har vi sorteret og delt vores koder i op klynger efter (Ibid.: 55).

3.4.2 Nvivo

Til at behandle den indsamlede datamateriale har vi benyttet analyseprogrammet Nvivo 10.

Programmet kan benyttes til en lang række funktioner, hvortil vi primært har benyttet det til at organisere vores data samt som kodningsprogram. Vi valgte at benytte Nvivo, da det er et effektivt og tidsbesparende redskab, i og med man nemt kan oprette, ændre eller rette koder sammenlignet med data i noteform (Atherton & Elsmore, 2007: 71). Dette viste sig ligeledes at være gældende for vores kodningsproces. Rent praktisk uploadede vi vores transskriberinger og observationsnoter i programmet, hvorefter vi løbende gennem datareduktionen oprettede forskellige *nodes*. Disse nodes var bidder af vores data, der blev inddelt i forskellige temaer og kategorier (Kristiansen, 2010: 450). Desuden hjalp Nvivo med at strukturere vores koder, således vi på en overskuelig måde kunne inddele koderne i over- og underkoder (Jf. afsnittet om grounded theory). Billede 1 viser kodestrukturen med kernekategorierne, herunder deres underkoder, og billede 2 viser et eksempel på en underkode med underkategorier.

Billede 1: Kernekategorier med underkoder

▼ Religion	18	510	3. maj 2017 kl. 15.20	K.F	3. maj 2017 kl. 15.46	K.F
● Frelse	2	5	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F
▶ ● Fællesskab	17	61	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 15.45	K.F
● Inspiration	10	24	3. maj 2017 kl. 15.23	K.F	3. maj 2017 kl. 14.08	K.F
▶ ● Kultur	17	144	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 15.45	K.F
● Myter	1	2	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F
▶ ● OBBC	10	39	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 15.45	K.F
▶ ● Overbevisning	9	57	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	13. apr. 2017 kl. 2...	K.F
● Ritualer	7	11	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 14.53	K.F
● Sindstilstand og ment...	8	36	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	13. apr. 2017 kl. 2...	K.F
▶ ● Sundhed	15	111	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	3. maj 2017 kl. 15.45	K.F
● Udfordring	4	6	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F
● Udholdenhed	8	14	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 14.50	K.F
▼ ● Selvrealisering	16	279	3. maj 2017 kl. 15.23	K.F	3. maj 2017 kl. 15.46	K.F
▶ ● Identitet	10	58	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 15.47	K.F
● Inspiration	10	24	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 14.08	K.F
● Motivation	10	20	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 14.11	K.F
● Sindstilstand og ment...	8	36	3. maj 2017 kl. 15.30	K.F	13. apr. 2017 kl. 2...	K.F
▶ ● Sundhed	16	141	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F	3. maj 2017 kl. 15.46	K.F

Egen tilvirkning

Billede 2: Underkode med underkategorier

▼ ● Sundhed	15	111	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	3. maj 2017 kl. 15.45	K.F
▼ ● Træning	15	55	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	3. maj 2017 kl. 14.56	K.F
● Udstyr	6	12	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	18. apr. 2017 kl. 1...	K.F
▼ ● Kroppen	6	13	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	13. apr. 2017 kl. 1...	K.F
● Æstetik	6	18	3. maj 2017 kl. 15.24	K.F	3. maj 2017 kl. 14.08	K.F

Egen tilvirkning

I forbindelse med at vi havde underkoder med underkategorier, var Nvivo yderst nyttig som hjælp til det strukturelle. Som tidligere nævnt har vi primært benyttet os af *datastyret kodning* (Ibid.: 451), idet vi ønskede at sikre, at de navngivne koder stemte overens med empirien. Vi har derfor benyttet funktionen *word frequency* og visualiserede det gennem en *word cloud* (Bilag 4). Vi undgik for mange fyldeord som "altså", idet vi valgte at sortere ord under 6 bogstaver fra. Ved visualisering af vores data fik vi et overblik, der bekræftede os i, at vores koder stemte overens med empirien.

Muligheder og begrænsninger

Nvivo var brugbar for os, da det, som sagt, var med til at strukturere og organisere vores data på en nem og overskuelig måde. Kodningsprocessen var på baggrund af dette nemmere, mere fleksibel og hurtigere, end den ellers havde været (Kristiansen, 2010: 451). Ydermere var det også en fordel, at datamaterialet var samlet ét sted, da det mindskede risikoen for at nogle af datadelene forsvandt (Atherton & Elsmore, 2007: 71). Til gengæld kunne det være at foretrække, hvis programmet kom i en online udgave, hvor flere brugere kunne arbejde med dataene samtidig. Vi fandt det dog ikke problematisk at kode sammen i forhold til den mængde data, som vi havde indsamlet. Derimod havde vi haft en større datamængde, ville det have været ideelt, at flere brugere kunne sidde i samme projekt og kode samtidigt, således at ens arbejde blev effektiviseret. QASDAS programmer, som eksempelvis Nvivo, bliver af og til kritiseret for ikke at have en induktiv tilgang, fordi programmerne "kvantificere" empirien når det sorteres og kodes (Ibid.: 74). Vi er bevidste om, at når man koder er der risiko for, at man fjerner empirien fra dens kontekst (Ibid.), og vi har derfor forsøgt ikke at tage dele ud af dets kontekst. Samtidig har vi i første kodningsrunde kodet datastyret (Jf. Kristiansen), hvorfor vi mener, at vores kodning er foretaget induktivt.

3.5 Bias, reliabilitet og validitet

Et bias i projektet er, at vi ikke har befundet os i centeret i hele åbningstiden, idet de udeladte tidsrum kunne have medført ny viden. På baggrund af dette er det ikke muligt, at garantere at vores data kan reproduceres hverken i andre omgivelser eller på øvrige tidspunkter i centret (Silverman, 1993: 153). Vi har forsøgt at mindske denne bias gennem vejledning fra ansatte om de bedste mulige tidsrum for observation. Under observation fremkommer der desuden ofte en fortolkningsbias, da man tolker ud fra forskellige livsverdener, og observationerne kan dermed blive et resultat af forskerens interaktion med feltet (Guvå & Hylander, 2003: 39). For at undgå dette var vi flere observatører til stede under observationerne, dette sikrede en overensstemmelse i det observerede data og fortolkningen heraf, og derigennem sikrede vi os imod unøjagtigheder (Angrosino, 2007: 61). Ydermere har vi anvendt flere indsamlingsmetoder, og det har skabt en større ekstern reliabilitet (ibid.). Vi har valgt at benytte metodetriangulering, her i form af interviews og observationer, for at kompensere for de valgte metoders svagheder og for at undersøge, hvorvidt disse bekræfter hinanden.

For at styrke undersøgelsens validitet har vi været opmærksomme på en række områder, der kan have betydning for denne. Vi har været meget bevidst om vores egen optræden i centeret og den effekt, observationer kan have på det naturlige miljø. Det har vi blandt andet forsøgt at overkomme gennem blandt andet vores tøjvalg. For at styrke validiteten har vi observeret regelmæssigt i 4 uger kombineret med interviews. Vi har sørget for at observere en stor variation af omstændigheder, som har givet bedre forudsætning for fortolkningen af vores problemstilling. Metodetrianguleringen har formået at skabe sammenhæng mellem det data, vi henholdsvis har observeret og interviewet. Vi har jævnfør 'runddansen' formået at underbygge vores dataindsamlingsmetoder og dermed styrket vores data.

4. Analyse

Projektet tager udgangspunkt i træningscenteret OBBC. Centeret er blandt medlemmerne kendt for at have en høj grad af fællesskab og seriøsitet, hvorfor vi fandt OBBC til bedst muligt at opfylde vores kriterier. I modsætning til de kommercielle centre (e.g. Fitness World, Fitness DK etc.) er OBBC en forening. Dette betyder, at medlemmerne generelt har indflydelse på centeret, såfremt de ønsker dette. Vi har gennem observationer og interviews indsamlet data fra forskellige informanter, og dataen vil blive belyst i analysen.

4.1 Selvrealisering

I dette afsnit vil vi undersøge og analysere, hvordan informanterne realiserer sig selv gennem træning og kost. Dette gøres gennem analyse af deres selvbillede, identitet og kategorisering af andre.

4.1.1 Selvbillede

Gennem vores observationer blev det tydeligt, at medlemmerne i OBBC bruger træning som et middel til at realisere sig selv og deres potentiale og på den måde "blive en bedre udgave af sig selv". Hermed kan træning ses som et middel til at fremme selvbilledet. Det ses for eksempel ved Sebastian, der forklarer, at han forbinder tydelige blodårer med et symbol på sundhed:

"(...) jeg synes det ser godt ud med blodårer og da jeg var tyk, der tænkte jeg 'jeg vil aldrig få tydelige blodårer', ehm, så det er også bare noget jeg er stolt af og det signalerer også at man er sund og har lav fedtprocent".

For Sebastian hænger selvrealisering sammen med det kropslige, han udtrykker, at han ønsker at opnå et større væggtab end hidtil. Ydermere ses det i det foto-etnografiske interview, at en stor del af hans billeder af sundhed omhandler kroppen og optimering af denne. Dermed må det formodes at hans selvbillede formes gennem en kropslig selvrealisering. Generelt ses det, at flere af informanterne betragter træning som et middel til at realisere sig selv kropsligt. Dette blev tydeligt allerede under observationerne, hvor medlemmerne i høj grad brugte spejle og billeder til at følge deres kropslige udvikling. Hos informanten Siham blev det klart, at hendes kropslige udvikling og opfattelsen af selvbilledet fungerer som en drivkraft for at fortsætte med træningen. Ligeledes gør det sig gældende for Sebastian, hvor træning i høj grad handler om forbedring af kroppen. Både

Siham og Sebastian har opnået et vægttab gennem træningen, og begge giver udtryk for at deres selvbillede er blevet ændret til det bedre. Eksempelvis forklarer Sebastian, at han føler sig mere attraktiv, end før han trænede: *"(...) så føler jeg mig også mere attraktiv på en eller anden måde end da jeg ikke trænede (...)"*. For Stefan er træningen et middel til *"at blive en bedre udgave af sig selv"*. Lignende holdning viser sig hos Lucas, som giver udtryk for, at træningen har styrket hans selvtillid. Ydermere nævner han, at han blandt andet træner for at undgå *"at ligne en flødebolle"*. Hos René, der er tidligere professionel bodybuilder, ses det, at der ikke er overensstemmelse mellem hans eget selvbillede og omverdenens billede af ham. Han udtrykker selv, at han træner for ikke at være *"splejset og tynd"*. Samtidig nævner han, at han betragter sig selv som *"småtyk"*, men sådan omtales han ikke af de øvrige informanter. Han fremhæver dog, at det vigtigste i forhold til træning er, *"(...) at man gør det for sig selv og ikke for andre"*. Hvor René påpeger, at træning handler om *"at gøre det for sig selv"*, udtrykker Lucas, at han gør det for, at hans selvbillede stemmer overens med det billede, andre har af ham: *"(...) det er sådan folk ser mig og sådan jeg ser mig selv"*. Selvbilledet handler derfor ikke kun om ens egenopfattelse af kroppen, men i høj grad også om, hvordan man tror, at andre opfatter den. Det at identitet er bundet op på, hvordan andre opfatter individet, samt at identitet skabes i interaktion med omverdenen, er en generel sociologisk forståelse. Blandt andet forklarer Richard Jenkins, at individuel identitet ikke eksisterer uden interaktion med andre personer. Derimod at den individuelle identitet er socialt konstrueret, og individet i interaktion med andre hele tiden definerer, og redefinerer dem selv og andre (Jenkins, 2008: 40). Man kan derfor antage, at individets eget selvbillede ikke blot skabes gennem træning, men også gennem omverdenens opfattelse af individet og dennes sundhed.

I det senmoderne samfund kan selvrealisering ses som et middel til identitetsdannelse (Giddens, 1996: 97). Denne sociologiske pointe italesættes eksplicit af Lucas, der udtrykker sig således: *"(...) dengang jeg begyndte at træne, troede jeg ikke så meget på mig selv(...). Altså, det har givet noget selvtillid og noget selvbevidsthed og det har givet mig en identitet (...)"*. For Lucas har træning altså ikke blot været en del af at realisere et mål for sig selv, men er i sidste instans også blevet oplevet som en del af hans identitet.

4.1.2 Identitet som fitnessudøver

Ifølge Giddens er selvet en vedvarende proces i senmoderniteten, som løbende bearbejdes og formes. Det ses ligeledes i vores undersøgelse at informanterne italesætter identitet som et vedvarende projekt, hvor fitness indgår som en vigtig grundsten. Alle informanterne udtrykker, at

deres identitet er skabt omkring det at være fitnessudøver. De tillægger alle sundhed og træning som en vigtig del af deres identitet. Eksempelvis udtrykker Andreas sig således *"Ja altså, man danner jo lidt sådan identitet omkring det (...)".* Dette afspejles også i det foto-etnografiske interview med Andreas, hvor han forklarer, at fra han udelukkende trænede for at opnå kropslige resultater (Bilag 5: 5,1) har integreret det i sin livsstil og dermed skabt en identitet som styrkeløfter (Bilag 5: 5,2). I forlængelse af dette udtaler han dog også, at *"Det er ikke sådan, det påvirker mig (...) i forhold til fravalg og sådan noget. Sådan en seriøs atlet er jeg så trods alt ikke."* Som citatet viser, påvirkes Andreas' identitet som fitnessudøver ikke af hans valg og fravalg i forhold til ting i livet, for eksempel har Andreas ikke fravalgt byture. Netop hvilken værdi informanterne tillægger deres identitet som fitnessudøver adskiller dem. Til forskel fra Andreas kræver Lucas' identitet som fitnessudøver en stor mængde af hans tid, både fysisk og psykisk. Han gav udtryk for, at en stor del af hans tid bruges i OBBC. Endvidere forklarede han, at denne livsstil kræver enorm planlægning. Lucas er meget kropsbevidst, og han stiller store krav til sin krop. Det virker dog som om, at han har en mere flydende identitet. I perioder kan han godt have mindre fokus på kost og træning. Men på nuværende tidspunkt er hans identitet omkring sundhed og fitness stærk, idet han afholder sig fra det, som han definerer som usundt:

"I nogle periode er det at min træning er mere seriøs end andre og så siger jeg 'jamen, jeg skal ikke i byen, eller jeg tager bare med uden at drikke (...). Lige for tiden, der spiser jeg hverken remoulade eller noget som helst, der er det bare kylling og ris og grøntsager".

En anden ting som adskiller informanterne, i forhold til identitet, er hvor længe deres identitet har været bundet op på sundhed og træning. For Sebastian og Siham har træning og sundhed ikke været en del af deres identitet hele livet, hvilket Siham udtrykker på følgende måde: *"Altså på det tidspunkt så drak jeg jo meget og var i byen (...), og så når man jo bare til et punkt hvor man føler sig lidt ulækker fordi man hele har noget usundt (...)".* Begge har ændret deres forhenværende livsstil til fordel for en med træning og sund kost. I forbindelse med denne ændring er det tydeligt, at deres identitet er blevet bundet op på at være fitnessudøver og at være sund. Eksempelvis forklarer Siham, at træning er blevet en passion for hende. At ens identitet i perioder kan være bundet meget op omkring træning og krop illustrerer, at identiteten kan have en flygtig karakter. Zygmunt Bauman beskriver dette således *"Alt er så at sige overlagt til individet. Det er op til individet at finde ud af, hvad han eller hun evner at gøre, at strække denne evne til det yderste og vælge de mål, som denne evne kan realisere på den bedst mulige (...)"* (Bauman, 2006: 83). Ydermere forklarer Bauman, at *"De*

uendelige muligheds verden er som et tagselvbord (...)" (Ibid.: 84). Identitet er i det senmoderne samfund ikke givet, og individer har en lang række af muligheder for at definere sin identitet. Det betyder også, at identiteter i perioder kan være bundet op på forskellige ting og således være flygtige og jævnligt tage nye drejninger, sådan som det eksempelvis er sket for Sebastian og Siham. Til forskel fra Sebastian og Siham har René dyrkede bodybuilding det meste af sit liv, og hans identitet har stort set altid været bygget omkring det. Ifølge Giddens opretholdes ens selvidentitet ved reflektiv bevidsthed, og den skabes samt opretholdes i individets reflektive rutinemæssige aktiviteter (Giddens, 1996: 68). Gennem René's rutinemæssige aktiviteter er hans identitet blevet opretholdt, hvilket han beskriver således *"(...) det får mig også til at spise sundere generelt. Øhm uden at jeg behøves at skænke det så mange tanker"*. For René er træning og sundhed blevet så fast en del af hans identitet, hvorfor han ikke længere behøver at tænke over det, idet det bare falder ham naturligt. Dog har denne faste identitet haft konsekvenser for René's liv. Han fortæller os, at hans identitet som bodybuilder tidligere har ført til et steroidmisbrug. Udover det har bodybuilding påvirket hans privatliv i sådan en grad, at det har medvirket til en skilsmisse.

Flere af informanterne tilkendegav, hvilken betydning en fratagelse af træning ville have for dem, eksempelvis i forbindelse med en skade. Maibritt har prøvet ikke at kunne træne i en længere periode, idet hun i forbindelse med sin graviditet var indlagt. Hun beskriver følelsen af ikke at kunne træne således: *"(...) jeg havde det elendigt med mig selv, (...) øhm så det var ekstremt hårdt ved, at jeg ikke kunne træne"*. I og med en stor del af Maibritts identitet er bundet op omkring træning, havde det mentale konsekvenser for hende ikke at kunne træne. Hun udtrykker i forlængelse af dette, at træning er blevet en større del af hendes identitet end før indlæggelsen. Det skyldes, at hun er blevet meget fokuseret på, hvad træning giver hende som person. Andreas har ikke oplevet at være ramt af en skade, men han forestiller sig, at han ville blive *"super 'deprimeret'"* samt et *"bittert menneske"*. Ligeledes forklarer Siham, at i forbindelse med at hun har holdt lange pauser, har hun tydeligt kunne mærke det mentalt og fysisk på hendes krop: *"Jeg kan tydeligt mærke at jeg bliver negativ og jeg har ikke lyst til at komme op af sengen og jeg spiser usundt og så er jeg sådan.. jeg bliver træt af mig selv, det kan jeg i hvert fald mærke"*. Herudover havde pausen en stor betydning for hendes selvtillid og selvværd. For Siham har træning og sund kost stor betydning for hendes arbejdsengagement, hun fortæller at hun har svært ved at huske samt føler sig sløv og træt når hun ikke træner.

Kategorisering af andre

Flere af informanterne ytrer forskellige holdninger i forhold til andre personers træningsformer. Ifølge Bourdieu er der intet, som klassificerer mere end den måde, man selv klassificerer andre på:

"This makes for the fact that nothing classifies somebody more than the way he or she classifies. Secondly, a classificatory judgment such as "that's petty bourgeois" presupposes that, as socialized agents, we are capable of perceiving the relation between practices or representations and positions in social space (as when we guess a person's social position from her accent). Thus, through habitus, we have a world of common sense, a world that seems self-evident"(Social space and symbolic power, Bourdieu, 1989: 19)

Under træningssessionen med René anfægtede han, at Bikini Fitness atleter ikke kan betragtes som "rigtige" bodybuildere, han mener ikke at de har aftjent deres værnepligt i centeret. Dette skyldes, ifølge ham, at det tager mindst syv til otte år at opnå en ægte bodybuilder fysik, hvor en Bikini Fitness atlets krop, ifølge René, kan opnås på under et år. Ved denne klassificering af Bikini Fitness atleter klassificerer René sig selv som en "rigtig" bodybuilder. Dette afspejler også, at Renés identitet som bodybuilder er meget stærk, idet der stilles krav fra hans side til at være en "rigtig" bodybuilder. Ydermere forsøger René gennem distinktion til bikinifitness at definere, hvad der er rigtig smag i feltet bodybuilding (Ibid.). På tilsvarende vis gav Ditte under en træningssession udtryk for, at cardio ikke kan kaldes "rigtig" træning. Hun ser kun én træningsform, styrkeløft, som den "rigtige træningsform". Hendes identitet som styrkeløfter er, ligesom Renés, meget stærk. Hun fortalte også, at hun havde mistet en relation til en veninde, hvilket skyldtes hendes syn på- og klassificering af træningstyper. Den tabte relation til veninden skete på baggrund af, at veninden kun trænede cardio, hvorfor hun i Dittes øjne ikke var seriøs omkring sin træning. Endvidere mener Andreas, at medlemmer af OBBC er mere seriøse omkring deres træning end andre: *"De mennesker der er der, der er alle de der mange som er lidt mere seriøse end hvad man kunne forestille sig i FitnessDK eller i Fitness World (...)"*. Denne holdning har Andreas på trods af, at han ikke har et større kendskab til hverken Fitness World eller FitnessDK. Kategoriseringen af andre kan også fremgå gennem det fysiske, det ses for eksempel hos Lucas. Han fremhæver, at han også har overvægtige venner: *"(...) altså for eksempel hvis de ikke træner og de ikke, mange af mine venner er faktisk rimelig overvægtige, men det er jo ikke noget jeg snakker med dem om"*. I og med at Lucas klassificerer sine venner som overvægtige, fremhæver han også sin egen slankhed. Det interessante er her, at vægten

bliver det afgørende for Lucas, når han skal fremhæve forskellen på sig selv og sine venner. Det centrale er vægten, og det er dette, som han klassificerer andre ud fra.

Når informanterne klassificerer andre, klassificerer de altså på samme tid sig selv. Hermed forsøger de også at definere, hvad en rigtig bodybuilder er, eller hvad seriøst træning er. I et felt er der konstant symbolske magtkampe, fordi man kæmper om eneretten til at definere, hvad der i feltet skal anses som legitimt (Bourdieu & Wacquant, 1996: 89). Ved denne klassifikation kan man få en fornemmelse af, hvilken social position informanterne har og prøver at skabe for sig selv i feltet. Ydermere gennem distinktion forsøger informanterne at kæmpe om at definere, hvad den legitime smag er (Ibid.) – i det her tilfælde hvad den legitime træningstype, er i feltet.

4.1.3 Krop og sind

Giddens beskriver identitet i det senmoderne samfund som et *refleksivt projekt* og påpeger, at en *øget refleksivitet* er med til opretholdelse af selvidentitet. Denne refleksivitet oplevede vi under feltarbejdet, hvor informanterne selv i høj grad italesatte deres egen identitet og virkede meget bevidste om, hvad deres identitet som fitnessudøver består i, samt hvad den giver dem. De er refleksive over, at træning og sundhed giver et bedre sind samt en trænet krop. Eksempelvis forklarer Andreas, at han lever denne livsstil, fordi det både giver mere selvtillid og en trænet krop: "(...) måske så skaber det også sådan lidt selvtillid kan man sige, det gjorde det at få større muskler og folk ligger jo mærke til det". Billederne 3 og 4 "sind" og "krop" er også med til at afspejle de to refleksive grunde, som informanterne giver udtryk for er grundlaget for deres identitet.

Billede 3: Sind



Som beskrivelse af billede 3 'sind' forklarede Siham: *"Ja, og det er jo selvfølgelig psyken ik', altså at jeg er robust til at kunne, igen, klare livets udfordringer, der kommer jo nogle bump hen ad vejen i livet og så har jeg psyken til at kunne gøre det"*. Siham kan med træning og sund kost nemmere klare livets udfordringer. Hun er meget reflektiv over, at især træning skaber et bedre sind for hende. Hun fortalte yderligere, at hvis hun ikke var mentalt sund, stabil og stærk kunne hendes hverdag ikke fungere. Ligesom Siham er flere af informanterne reflektive over, at et stærkt sind og psyke er grunden til deres livsstil. En anden begrundelse for deres livsstil er at opnå "den bedste udgave af egen kroppen". Billede 4 'krop' afspejler for Sebastian drømmekroppen og repræsenterer hans idol Ross Dickerson.

Billede 4: Krop



Sebastian beskriver i forhold til billedet, at han stræber efter denne krop med sin træning. Lucas' idol er også Ross Dickerson, og i sammenhæng med dette udtrykker Lucas, at han føler sig sund når han ved, at hans krop er meget veltrænet, og han får det både fysisk og psykisk godt af dette. Denne holdning udtrykker flere af informanterne, og i forbindelse med dette kan man få en fornemmelse af, at kroppen og sindet smelter sammen for dem.

4.2 Religion

I dette afsnit vil vi undersøge og analysere det religiøse aspekt i træningskulturen. Dette gør vi blandt andet gennem analyse af det gode liv og opnåelse af dette, samt ritualer og synd inden for træningsfeltet.

4.2.1 Det gode liv

Gennem observationer og interviews har vi fået et indblik i hvilket verdenssyn informanterne i OBBC har. Generelt omhandler verdenssynet, at sundhed, fysisk og mentalt, giver det gode lange liv. Den ene af informanterne medbragte et billede af en ældre dame (Bilag 5: 5,3), vi spurgte hvad dette repræsenterede, hvortil hun svarede: *"Jeg lever længere, den er så simpel! Jeg bliver gammel og frisk og får set mine børn og børnebørn og hele molevitten"*. Det gælder for alle, at måden at opnå det gode liv på er ved fokus på træning og sund kost, hvorved *etos* og verdenssyn stemmer overens. Sebastian fortæller, at han har fået et nyt job, en ny kæreste og forklarer at *"Alt er relateret til træning og positivitet. Uden træning ved jeg ikke om jeg var nået så langt, jeg har det bedre. Hvad skal jeg sige, alle burde træne"*. I dette citat tydeliggøres det, at træning, ifølge Sebastian, har givet ham et bedre liv. Samtidig er det hans overbevisning, at alle bør træne, og han mener, at *"man skal træne og give den gas! Alle muligheder man har for at gøre noget ved ens liv skal man tage. (...) det kan virkelig hjælpe"*. Dette afspejler *model of reality*, idet det giver en forklaring på, hvorfor han har fået et bedre liv.

I sammenhæng med verdenssynet er det ligeledes en generel overbevisning, at træning og sundhed giver et bedre mentalt helbred og sind. Under den foto-etnografiske del med Siham adspurgte vi hende om et af hendes billeder (Billede 5 'mentalt'). I forbindelse med dette fortæller hun, at hvis man træner får man det bedre mentalt: *"Hvis man både har fokus på det fysiske og mentale, så er man bare glad og energisk og altså, det gør at man er livsglad, og det er jeg!"*.

Billede 5: Mentalt



Ligeledes fortæller Andreas, som tidligere nævnt, at afholdelse fra træning ville gøre ham deprimeret, ”Jeg ville blive super ‘deprimeret’ altså, helt vildt. Altså jeg bliver et bittert menneske tror jeg”. I sammenhæng med dette kan træning ses som en *model for reality*, hvor informanterne træner for at opnå et bedre mentalt selv. Desuden er det også en model of reality, i og med træningen bliver forklaringen på, hvorfor Andreas vil blive deprimeret. Der er, for Andreas, et verdenssyn med klar kausalitet mellem træning og velvære. Det fælles verdenssyn har ydermere en æstetisk dimension, idet en atletisk krop med en lav fedt procent er et symbol på sundhed og hermed det gode liv. På den måde bliver kroppen et symbol, man træner ikke blot for at være sund, men også for fysisk at signalere dette gennem træning. Dette afspejles gennem Sebastian billede af en arm med tydelige blodårer (billede 6, ‘blodårer’):

Billede 6: Blodårer



Sebastians begrundelse for valget af dette billede var: ”(...) jeg synes det ser godt ud med blodårer og da jeg var tyk, der tænkte jeg ‘jeg vil aldrig få tydelige blodårer’, (...) det signalerer at man er sund og

har lav fedtprocent". Sebastian ser altså tydelige blodårer og en lav fedtprocent som sundhed. En atletisk eller slank krop er generelt et æstetisk symbol på det sunde og det 'perfekte', hvor en tyk krop er det modsatte. Tager man udgangspunkt i Charles Peirces tegnteori, kan den trænede krop forstås som et indeks for sundhed. Indexet har at gøre med sensoriske træk, i dette tilfælde den atletiske krop, der kan ses som et resultat af et fænomen (sundhed) (Pharies, 1985:30). Det kan for eksempel ses hos Maibritt, der fortæller at hun i forbindelse med sin graviditet blev "federe" og fik det "elendigt" med sig selv: "(...) *Jeg havde det elendigt med mig selv, jeg bliver bare federe og federe (...)*". Maibritts sensoriske træk forandredes altså og kunne dermed ikke længere korreleres med sundhed. Endvidere er det for flere af de mandlige informanter Arnold Schwarzenegger, der er et kropsligt idol. Eksempelvis hænger der i centeret plakater af ham, hvor vi i observationen så, at en ung fyr så op til plakaten mens han trænede. På baggrund af dette kan man antage, at han bliver en form for symbol på idealmennesket.

Generelt ses det at informanterne mener, at træning og sund kost fører til, at man får det bedre mentalt. Dette verdenssyn fremstår som videnskabeligt baseret og bygger på almen (videnskabelig) viden om relationer mellem kropslig aktivitet og sundhed. Det er dog påfaldende, at kun ganske få af informanterne ikke forklarer deres verdenssyn ud fra videnskab, men derimod ud fra deres erfaringsbaserede viden om sundhed og træning. Dermed får man fornemmelsen af, at sundhed bliver konstrueret af deres egen erfaringsbaserede oplevelse af sundhed og æstetik, og at sundhed i vidt omfang er et spørgsmål om at *føle* sig sund og *se* sund ud.

Vejen til det gode liv

Til trods for det fælles verdenssyn om at mental og fysisk sundhed er "det gode liv", samt at træning og sund kost er vejen til at opnå dette, ses der forskellige forståelser af, hvad sund kost og træning er. Under observationerne så vi flere forskellige træningsformer, hvor folk typisk trænede én slags træning frem for en anden. Eksempelvis var det ofte de samme medlemmer, der var i styrketræningsområdet, og de befandt sig ikke ovenpå for at dyrke cardio. Denne opdeling blev også afspejlet i træningssektionen med Ditte, som kun anså styrketræning som værende "rigtig" træning, hvilket medførte, at hun mistede en relation til en veninde. Etos, som her knytter sig til de værdier Ditte har tillagt styrketræning, udfordres, hvorved der blev sat spørgsmålstejn ved hendes måde at opretholde verdenssynet på. Det er ikke kun Ditte, som oplever, at det er svært at have nære

relationer til folk, hvis verdenssyn ikke stemmer overens med ens eget. Sebastian udtrykker ligeledes at have svært ved dette:

“Folk der ikke træner, dem ser jeg da også, men hvis de ikke træner, og spiser usundt, så er man jo forskellige og så kan det godt være svært. Derfor er jeg jo også sammen med en kæreste der spiser sundt og træner, det betyder meget for mig. Så ja, jeg vil da gerne hænge ud med folk der ikke træner! Men så længe de er positive. Det er nemmere ikke at falde i, når man er sammen med dem der træner meget”.

Ifølge Sebastian er det vigtigt at leve sundt og dyrke motion for at kunne bevare et godt liv. Man kan sige, at træning og et sundt liv er en del af hans etos. Hans etos bliver udfordret, når han omgås folk, der ikke som ham selv vægter disse ting. For ikke at undgå at “falde i” er han oftest sammen med sin kæreste, som har et verdenssyn og etos, der stemmer overens med hans.

Motivationen for at træne er forskellig for medlemmerne i OBBC. For størstedelen af informanterne handler træning om fornyet energi, sundhed og mentalt overskud. Hvor det for andre er en lige så stor motivation at vise, at de har en sund og atletisk krop. René, som er tidligere bodybuilder, træner særligt for det æstetiske, men forklarer at det ikke kun er udseendet, der forbedres gennem træning: *“jeg føler træningen den giver mig noget tilbage i form af (...). Ikke kun muskler men også god energi og selvtillid, godt humør det meste af tiden og det får mig også til at spise sundere generelt”.* Citatet afspejler, at den måde René lever på, er i overensstemmelse med hans verdenssyn om, at træningen opretholder “det gode liv”. For alle er det vigtigt at have en sund krop, men udseendet definerer ikke for alle, om kroppen er sund. Maibritt er en af dem, som udtrykker, at hun ikke tillægger det så høj en værdi at se sund ud: *“Altså sundhed handler jo ikke nødvendigvis om, at se sund ud, det handler jo også om følelser, synes jeg”.* Efterfølgende fortæller hun, at sundhed i høj grad handler om det indre, følelser, selvværd og at være glad. Dette modsiger hendes tidligere udtalelse om, at hun under graviditet blev *“federe og federe”* og oplevede en generel utilfredshed med sig selv og hendes krop. Det indikerer, at hun, trods de øvrige udtalelser, skaber en korrelation mellem kroppens æstetik og sundhed.

Den gode kost

Ved synet på kost er der en bemærkelsesværdig forskel på de informanter, der er meget optaget af det æstetiske og dem, som finder æstetik knapt så vigtig. I forhold til dem, som finder det æstetiske knapt så vigtigt, gælder det, at "rigtig" kost bør være varieret, samt der ingen forbud er. Stefan forklarer, at man bare skal følge de gængse kostråd, som at spise varieret og huske at få nok grønt og protein. Ydermere at indtage mindre eller det samme som man forbrænder. Ligeledes fortæller Maibritt, at hun spiser en varieret kost uden nogle forbud: *"Jeg spiser en varieret kost hvor, (...) jeg spiser sådan set hvad jeg har lyst til, men jeg tænker over ikke at spise for meget af det usunde. Det ikke sådan at jeg har givet mig selv et forbud (...)".* Hun er bevidst om, at det kan skyldes hun ikke så let tager på, hvorfor hun kan spise usundt til tider: *"Det ikke alle der kan det, for der er nogen tager på ved at kigge på en flødebolle".* Andreas har heller ikke strenge forbud, hvilket han udtrykker således: *"(...) Og det er lige modsat, altså jeg spiser hvad jeg har lyst til, sådan med.. Altså nogle guidelines, altså selvfølgelig skal man ikke drikke olie og alt muligt mærkeligt og spise McDonalds hver dag og bare holde det fornuftigt."* Andreas spiser, ligesom Maibritt, hvad han lyster, dog med nogle retningslinjer. For de personer, hvor det æstetiske er vigtigt, spiller kost en anden rolle, i og med det anses som en væsentlig del af at være sund. Der er udvalgte fødevarer, såsom protein, der ses som særlige vigtige, hvorimod nogle fødevarer, som sukker, er forbudt. Nogle af informanterne følger diæter med nogle klare retningslinjer for, hvad der må og ikke må indtages.

"Jeg har en fast rutine om morgenen. Det er generelt 50 gram havregryn, 30 gram proteinpulver og en banan, og måske hvis jeg skal forkæle mig selv, lidt jordbær, det spiser jeg om morgenen. Og så til formiddagsmad, så spiser jeg fx en bolle med pålæg, og så til frokost, der spiser jeg som regel, altså jeg vejer meget min mad, det bliver sådan noget 30 gram kulhydrater, så fx pasta eller ris eller et eller andet, og så 150 gram kød og noget grøntsager til og så spiser jeg en proteinshake til mellemmåltid og så til aftensmad så spiser jeg det samme som jeg spiste til frokost fx, og så hvis jeg bliver sulten sådan sent, så tager jeg en melon og spiser det." (Siham, interview)

I citatet beskrives den diæt Siham følger. Hun er en af de informanter, som har klare retningslinjer for kost. Hun forklarer, at den sunde kost hun indtager, får hendes hjerne til at fungere bedre, hvorfor hun kalder det hjernemad. Sund kost og træning gør, at hun får det bedre, derfor kan hun klare sig bedre gennem livets udfordringer: *"Jeg er robust til at kunne, igen, klare livets*

udfordringer". Det at følge en daglig fast rutine omkring kosten gør sig gældende for flere af de adspurgte informanter. I den daglige rutine vejer de maden og dermed sikre et bestemt indtag af protein og grøntsager samt en lille mængde kulhydrat. Rutinen omkring kost bliver en model for reality, hvor de for at opnå en høj sundhed lever efter en plan. I planen er der forbud mod specifik mad eksempelvis *"kage og slik og... burger, det vil jeg ikke spise"*. Som vist tidligere har Lucas også begrænsninger i sin kost. Det tydeliggøres i citatet i afsnittet om fitnessudøverens identitet, at Lucas har særlige retningslinjer for sin kost. Det er særligt mad som junkfood, chips, slik og andre fedtholdige produkter, der ikke må indtages for informanterne. Dette skyldes at denne kost står i vejen for at nå målet om en sund krop og et sundt selv. Til trods for at de ikke mener, at de når deres mål, hvis de indtager en usund kost, gør de alle det ind i mellem. For eksempel forklarer Siham, at hun bliver træt og hendes hjerne ikke fungerer, når hun spiser usund kost: *"hvis man spiser noget junkfood, så bliver man træt og hjernen fungerer langsomt"*. Det usunde bliver en model of reality, der giver en forklaring på, hvorfor der sker noget dårligt med hjernen, når man spiser junkfood. Dette bekræfter at den sunde livsstil, er den korrekte levemåde, hvis man skal opnå sundhed og hermed det gode liv.

Nogle fødevarer tillægges endvidere en ekstraordinær værdi, eksempelvis proteinprodukter, fordi de er "ekstra gode" til at opnå en sund krop og et sundt selv. Gennem observationerne bemærkede vi, at flere i styrkeområdet drak proteinshakes, samt at flere bestilte disse efter træning. Yderligere fortalte flere, at de inddrog proteinprodukter i deres kost med det formål at opbygge muskler. Hvorimod andre mener, at man får nok protein gennem en almindelig varieret kost. Det er hovedsageligt dem, som er mere optaget af den æstetiske kropdimension, der inddrager proteinprodukter i kosten. René ser fødevarer som noget "funktionelt", der hjælper ham til at opnå en flot sund krop. Han forklarer det således: *"Jeg spiser ikke efter smag. Jeg spiser efter funktion"*. I forbindelse med kost har han brugt flere år på at studere fødevarer og deres betydning for kroppens opbygning. René indtager ofte peanoutbutter, da det har den funktion, at der er meget protein i. Herudover optages proteinet langsomt i kroppen, hvorved det er nemmere for musklerne at optage det. Ydermere mener han, at salte er yderst vigtige for kroppen. Saltet bruges til at få cellerne til at køre, hvorved kroppen kan fungere optimalt. I forlængelse af dette forklarer han, at får man ikke salt nok, så er der risiko for krampe *"Hvis man lider af kramper. Så er det fordi man ikke får salt nok"*. Mangel på salt bliver her en model of reality, der trækker på naturvidenskabelig tanker om kausalitet, i og med salt bliver en forklaring på, hvorfor kroppen går i kramper, samt det kan ses som en straf for, at man ikke har spist rigtigt. Ydermere bruger René kosttilskud i sin hverdag, og for ham

er det nødvendigt for at han kan fuldføre en træning. Modsat René, udtaler Sebastian sig: *"...men jeg tager ikke alle mulige andre ting, der er nogle andre der tager noget, der hedder BCA og kreatin og pre workout, det gør jeg ikke, fordi jeg tror mere at det der virker det er rigtig mad..."*, her er det tydeligt, at René og Sebastian har to forskellige værdier og lever efter vidt forskellige retningslinjer. For nogle tillægges nogle bestemte fødevarer, såsom protein, peanutbutter, salt og kosttilskud en form for kraft til at opnå den sunde krop. Samtidig ses det, at flere af informanternes identitet konstrueres gennem deres indtag af mad. Dette skyldes deres vedvarende refleksion over, "hvad de putter i kroppen", og hvad det gør for dem og deres identitet.

4.2.2 Ritualer

I forbindelse med deres træning har flere af informanterne nogle faste ritualer. René fortæller, at han inden hver træning indtager Pre-workout, som er et kosttilskud, der fremmer præstationen ("Hvad er Pre-Workout - Bodylabs introduktion til Pre-workout", 2016): *"Ja det er helt fast, når jeg kommer kørende ude fra motorvejen af, så indtager jeg pre-workout ude ved Blommenslyst og så passer det med at det træder i kraft, når jeg når herind"*. Som citatet afspejler, bliver dette en fast del af hans træningsritual, i og med det er præcis samme sted han indtager Pre-workout. Ydermere fortæller Andreas, at han under sin træning har nogle faste ting, som har gør:

"Når jeg skal til at lave tunge løft, så plejer jeg altid og hvad hedder det, og man kan sige stampe i med fødderne, ehm, men det er også lige så meget at få kroppen i gang, jeg slår mig også på lårene ret tit, men ellers så tror jeg ikke rigtigt der er nogle ting".

En del af hans træningsritual er, at han stamper og slår sig på lårene. Dette gør han for at få kroppen i gang. I ritualet skabes stemning og motivation, og det er her at verdenssyn smelter sammen med verden, som den opleves. Verdenssynet for informanterne omhandler, som sagt, at træning og sundhed giver en bedre fysik og et sundt sind. Informanternes verdenssyn forstærkes gennem ritualet, idet de gennem deres ritualer opfatter det som virkelig virkelighed. Eksempelvis udtrykker Siham under interviewet: *"Årh, ja men jeg fandt vel ud at det var, at det gav mig sådan følelse af, at en dejlig følelse at jeg havde det godt med mig selv efter at jeg havde trænet. Jeg nød at til træne, altså ikke kun bagefter, men også at være i det (...)"*. Gennem ritualet fornyes hendes energi, hvilket er med til at opretholde hendes tro på, at sundhed og træning er vejen til det "gode liv" og dermed forstærkes hendes verdenssyn. Vi ser her, at erfaringen af kropslig sundhed er mangesidet.

Oplevelsen af kroppens sundhed er til dels æstetisk og hænger eksempelvis sammen med at se en trænet krop i spejlet eller modtage komplimenter fra andre, der ser ens krop. Men samtidig ser vi, at fornemmelsen af den sunde krop og det sunde selv også erfares kropsligt gennem træningen. Eksempelvis som Siham forklarer i citatet, opbygges følelsen af velvære i træningen, og denne velvære er vedvarende efter træningen. På samme måde er det vist, at informanternes følelse af velvære aftager, når de ikke træner regelmæssigt. Dette er med til at bekræfte dem i deres verdenssyn. Sundhed handler, med andre ord, ikke bare om den visuelle oplevelse af den sunde (æstetiske) krop, men også om at mærke sin krop. I en analyse af cykelløb i alperne, forklarer Justin Spinney, hvordan vores relationer til omverdenen (i hans tilfælde bjerget, man som cykelrytter kører på) er flersidet. På den ene side kan omverdenen opleves visuelt, beskuende og lettere distanceret og objektiveret. Samtidig argumenterer han også for, at vi kan opleve et kropsligt engagement med omverdenen som et uformidlet forhold, hvor mening skabes og identitet dannes: *“Although our relationships with the world are increasingly mediated by the textual and the visual, practical engagement with the world presents the possibility for an unmediated relationship where meaning is created and identity is formed (...)*” (Spinney, 2005: 712). På samme måde som man som cykelrytter, ifølge Spinney, kan oplevet bjerget beskuende og via et praktisk engagement (når man slider sig op ad det) kan vi se, at selve oplevelsen af den sunde krop er tosidet, og at selve engagement i træning, det at være i træningen og aktiviteten med sin krop, spiller en rolle for fitnessudøvernes syn på egen oplevelse af sundhed, og dette forstærker deres identitet som fitnessudøvere.

4.2.3 Synd og straf

Selvom vores respondenter mener, at indtagelse af usund kost står i vejen for opnåelse af deres mål, spiser de alle usundt en gang imellem. De forbinder det at spise usunde fødevarer med at synde *“Hvis jeg cheater så cheater jeg”*. De anser det at spise det *“forbudte”* med noget syndigt, og mener at hvis dette sker ofte bliver de straffet. I forlængelse af dette udtaler Siham *“(…)altså hvis jeg er ude sammen med en veninde og vi tager en frokost, så gør jeg det! Men jeg tænker stadigvæk, selvom vi skal ud og spise, ‘hvad er det jeg får ind’ altså ‘er dét det værd’”*. Siham tillader sig at synde til tider, men hun afvejer om det *“syndige”* er værd at synde for. Kosten er en helt essentiel værdi for Siham, og det betyder rigtig meget for både hendes mentale og fysiske jeg. Hun ser det, at hun bliver sløv og doven som en straf for at indtage det *“forbudte”* mad. Hun ønsker at opnå det *“gode lange liv”* og mener at træning og kost er måden, hvorpå dette kan opnås. Hun har derfor en asketisk livsførelse, hvilket tydeliggøres i hendes strenge retningslinjer i forhold til kost.

Ligesom Siham levede René i perioder asketisk. Den asketiske livsførelse var typisk i forbindelse med, at han stillede op til bodybuilding konkurrencer. Her skulle have en ekstrem lav fedtprocent og skulle træne mere og hårdere end normalt: *"Så bider man bare smerten i sig og så kører man"*. Ydermere fortalte han, at han i forbindelse med afslutning på Nordisk Mesterskab i Bodybuilding var tæt på at dø, da hans blodtryk var alt for højt: *"Og var ved og dø. For højt blodtryk, jeg havde så meget væske i kroppen jeg kunne lave et vandværk"*. René er ikke den eneste, som presser sig selv til det yderste. Maibritt udtaler, at hun synes det er fedt, at presse sig ud, hvor det er svært at få luft: *"Jeg synes det helt vildt fedt, at presse mig derud hvor jeg næsten ikke kan få luft mere, altså jeg kan godt lide, at det gør lidt ondt når man træner"*. Denne følelse af smerte i kroppen, er en drivkraft for at fortsætte deres livsstil (Jf.: afsAit ritualer, Spinney)

4.2.4 Fællesskab

Den sociale gruppe i OBBC har et fælles verdenssyn og et tydeligt fællesskab. Flere af informanterne fortæller, at de har fået nye venskaber på grund af deres fælles værdier og verdenssyn i OBBC. Lucas udtaler sig blandt andet: *"Jeg kender mange som jeg har mødt deroppe og som, altså ham jeg træner med nu er en af mine bedste kammerater og ham kendte jeg ikke før jeg startede i OBBC. Men ham træner jeg fast med hverdag"*. De sociale bånd blandt medlemmerne er skabt på baggrund af en fælles overbevisning om vigtigheden ved træning og kost. Ydermere fortæller Lucas om en fælles Facebookgruppe, hvor medlemmerne fra OBBC kan dele ting med hinanden:

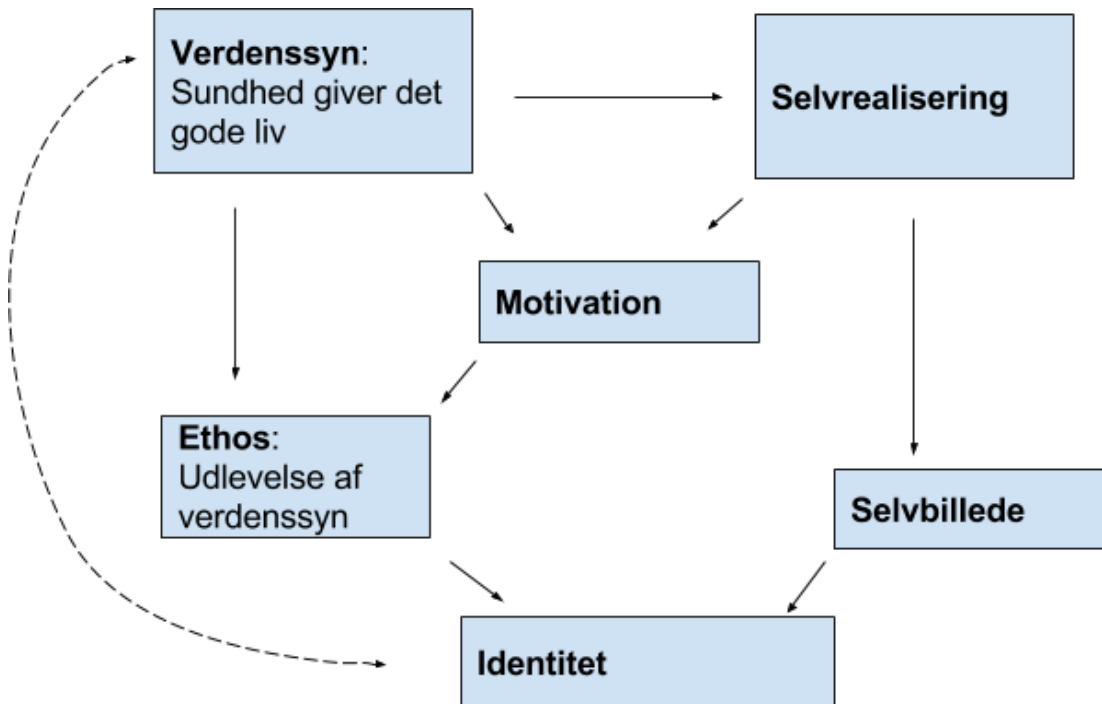
"...der bliver lagt mange ting op på Facebook inde fra OBBC af, det er en lukket facebookgruppe, så laver de sådan nogle videoer her en gang imellem. Det er så mig og ham, der er blevet filmet på en af dem (...) men du ved, så skriver han et eller andet sjovt og så er der en masse fra centeret, som synes det er lidt sjovt".

Ifølge flere informanter skabes der i centeret en følelse af fællesskab, eksempelvis gennem Facebookgruppen, hvor man kan have kontakt til medlemmerne i centeret, også selvom man ikke kender dem personligt. Endvidere styrkes fællesskab i centerets lille caféområde, og vi observerede at, der ofte befandt sig nogle medlemmer, som sad og snakkede med hinanden. Som tidligere vist er medlemmernes etos forskelligt, men de samles om deres fælles verdenssyn. Det er dette fælles verdenssyn som samler dem i samme rum og skaber et fællesskab.

4.3 Opsamling

For at få en helhedsforståelse og et overblik over alle aspekterne i analysen har vi udarbejdet figur 2, der illustrerer en sammenhæng.

Figur 2: Oversigt over analysens resultater



Egen tilvirkning

Figur 2 illustrerer, hvordan de forskellige dele kobles sammen og tilsammen producerer og reproducerer fitnessudøvernes identitet. Identiteten opretholdes samt påvirkes af verdenssynet, og processen sker, når de er reflektive over, om deres identitet stemmer overens med verdenssynet. Deres verdenssyn hænger sammen med realisering af selvet. At være sund bliver et individuelt projekt, der går ud på at være den "bedste udgave af sig selv", hvorfor verdenssynet og selvrealiseringen tilsammen bliver en motivation for at træne og leve sundt. Deres livsstil har indflydelse på selvbilledet, hvilket er med til at skabe og opretholde deres identitet. Verdenssynet opretholdes gennem etos, der også påvirkes af motivationen til at leve sundt. Etos dækker over måden hvorpå verdenssynet udleveres gennem retningslinjer, hvilket har yderligere betydning for deres identitet. Deres konstante reflekterende over deres verdenssyn og egen identitet fastholder den

vedvarende proces. I processen smelter de forskellige dele sammen, som er med til at opretholde verdenssynet og deres identitet som fitnessudøvere.

4.4 Diskussion

På baggrund af analysen er der skabt en forståelse af, at identitet skabes og formes gennem refleksivitet og kropslig erfaring. Identitet gennem refleksivitet skabes, når informanterne viser refleksion over, hvordan de træner og hvilken kost, der indtages. I rapporten *'Body as choice or body as compulsion: An experiential perspective on body-self relations and the boundary between normal and pathological'* konkluderer Underwood, at kroppen opleves som et projekt og dermed en udtryksform. Endvidere påpeger Underwood, at der ses en sammenhæng mellem kroppen og selvet, og disse reflekterer hinanden. Ligeledes ses det blandt vores informanter, at kroppen er et projekt, hvorved de gennem træning realiserer sig selv og deres potentiale. Informanterne tilskriver deres kropslige forbedringer som værende forklaringen på et forbedrede selv, og de oplever gennem dette at have skabt et bedre liv for sig selv.

Gennem analysen blev det klart, at en stor del af informanternes identitet er bundet op på kropslighed, hvor de til dels også er afhængige af at "mærke deres krop". Det er ikke nok kun at nyde synet af kroppen i spejlet, identitet er samtidig afhængig af en mere erfaringsbaseret sansning af kroppen. Gennem træning oplever informanterne at få ny energi, hvilket opretholder deres tro på, at sundhed og træning er vejen til det gode liv. Dette er med til at bekræfte dem i, at identiteten som fitnessudøver stemmer overens med deres verdenssyn, hvorfor deres identitet reproduceres. På den måde er identitet ikke blot noget, der skabes refleksivt, men også kropsligt. Ifølge Giddens skabes den senmoderne selvidentitet gennem individets øgede refleksivitet (Giddens, 1996: 32), men Giddens tager ikke rigtigt højde for identitetsdannelse gennem kropslig erfaring. Her kan Spinneys mere fænomenologiske tilgang siges at udgøre et nyttigt supplement til Giddens identitetsteori, idet Spinney fremhæver, hvordan identitet også dannes gennem individets kropslige engagement med omverdenen. Dette har i høj grad vist sig at være gældende for vores informanternes identitetsdannelse.

Den kropslige erfaring som informanterne opnår gennem deres følelser og sansning samt det at være refleksiv omkring æstetiske behov, ses ifølge Ezzy ligeledes i religion i det senmoderne samfund. Religion er i dag blevet mere individuelt, og ifølge både Ezzy og Krogsdal finder individet nye måder, hvorpå de kan praktisere deres religiøsitet. Individet ligger i dag i højere grad deres fremtid i egne

hænder, frem for i guddommelige. Ezzy argumenterer for, at der i moderne religion ikke længere findes samme behov for samling. Dette stemmer dog ikke overens med Vanderpools dimension om fællesskab. I vores analyse ses det, at informanterne har meget individuelle mål og individuelle måder at praktisere disse på, til trods for deres fælles verdenssyn og at dette praktiseres samme sted. Derfor kan der argumenteres for, at der på trods af individualiseringen stadig findes en interesse i at samles for at praktisere det fælles verdenssyn. Hvor Vanderpool betragter fællesskabet som en forudsætning for opretholdelse af verdenssyn og livsstil, betragter Ezzy fællesskabet som noget selektivt. På baggrund af vores analyse kan der, i tråd med Ezzy, argumenteres for, at det for informanterne i højere grad handler om det æstetiske og emotionelle aspekt, og dermed bliver fællesskabet selektivt. Blandt informanterne ses det, at de fleste aktivt vælger OBBC på baggrund af det førmtalte fællesskab i centeret. Jenkins mener, at den individuelle identitet skabes i interaktion med andre, og man derigennem definerer sig selv og andre (Jenkins, 2008: 40). Som det yderligere blev vist i analysen er det ikke blot træning, der skaber selvbilledet, men også omverdenens opfattelse af individet og dennes sundhed. Dette kan dermed bevirke, at fællesskabets opfattelse af individet og dennes sundhed også er vigtig for identiteten og selvopfattelsen. Man kan i forlængelse af dette argumentere for, at det i høj grad handler om at komme i et træningscenter, hvor man oplever en anerkendelse af sin "træningsidentitet". Som tidligere forklaret mener Ezzy, at mødet med en religion også er mødet med en ny opfattelse af selvet, andre, samfundet og i sidste ende verden. For Siham og Sebastian er det tydeligt, at træningen har medført dette. Siham beskriver blandt andet, hvordan træningen har mental indvirkning på hende og hendes arbejde, og Sebastian oplever en generel transformation i selv- og verdensopfattelsen. Ud fra dette kan man diskutere om deres overbevisning om, hvad sundhed er, baseres ud fra egne erfaringer fremfor at have et videnskabeligt belæg. Ezzy forklarer i forlængelse af dette, at religion i dag i mindre grad handler om rationelle argumenter og i højere grad om den følelsesmæssige og æstetiske oplevelse.

Informanterne anser sundhed som værende eksistentielt meningsfuld og livsformende, ligesom det ses i rapporten *'Neither a sinner, nor a Saint'*. Sundhed er et middel til at opretholde det gode liv og skabe et stærkere selv. Ligeledes kan man som Pelters og Wijma diskutere, om man bør se sundhed og træning med en mere religiøs kant. I sammenhæng med dette kan der argumenteres for, at selvom fitness ligger udenfor det traditionelle religionsperspektiv, opnår fitness gennem den kropslige og emotionelle oplevelse en religiøs kant.

5. Konklusion

Formålet med projektet var at undersøge de oplevelser som medlemmer af OBBC har i forhold til sundhed og fitness. Dette var ud fra problemformuleringen: *Hvordan fitness spiller en rolle for identitetsdannelse i det senmoderne samfund?*

I takt med at religion i traditionel forstand ikke længere spiller samme rolle i det senmoderne samfund, forsøger man at finde mening i andre ting end det guddommelige. Vi fandt frem til, at der findes nye måder at anse religion på. Religion er i det senmoderne samfund blevet individualiseret, og der er mere fokus på den enkeltes behov. Individet er kommet mere i fokus, og ens identitet er blevet et refleksivt projekt. Endvidere forsøger individet i det senmoderne samfund at realisere sig selv for at blive "den bedste udgave" af sig selv. I undersøgelsen fandt vi ud af, at gennem sundhed, som forstås ved træning og kost, realiserer informanterne sig selv, hvormed de bliver den "bedste udgave" af sig selv. Ydermere fandt vi frem til, at informanterne sætter lighedstegn mellem sundhed og det gode liv, hvilket bliver deres verdenssyn. Man kan konkludere, at "den bedste udgave" af sig selv for informanterne bliver "den sunde udgave", hvorfor verdenssyn og selvrealisering smelter sammen. Måden hvorpå dette opretholdes var forskelligt fra informant til informant, og de retningslinjer som de udlever verdenssynet efter har betydningen for deres selvbillede. For informanterne var deres selvbillede ikke alene det, der producerede og reproducerede identitet. Det kan konkluderes ud fra, at identiteten ikke kun er bundet op på æstetiske behov, men også en erfaringsbaseret sansning af kroppen, hvor de kunne "mærke deres krop".

Gennem træning oplever informanterne en fornyet energi, og det er med til give en oplevelse af velvære og et bedre mentalt sind. Dette forstærker dem i deres verdenssyn: "Det sunde liv" er lig med "det gode liv". Informanterne er refleksive over, at træning og sundhed giver et bedre sind samt en trænet krop, og dermed bliver deres identitet som fitnessudøver stærkere. På baggrund af dette kan det konkluderes, at fitness spiller en væsentlige rolle for informanternes identitetsskabelse. Det er herigennem, at deres verdenssyn opretholdes, samt at det udledes. Derfor smelter det hele sammen for informanterne, og deres identitet som fitnessudøver skabes og opretholdes gennem træning og sundhed.

6. Litteraturliste

Angrosino, M. (2007). *Doing ethnographic and observational research* (1.udg.). Los Angeles: Sage.

Atherton, A. og Elsmore, P. (2007): A dialogue on the merits of using software for qualitative data analysis, *Qualitative Research in Organizations and Management: An International Journal*, 2 (1), side 62-77.

Bauman, Z. (2006). *Flydende modernitet* (1.udg.). Kbh.: Hans Reitzel.

Bourdieu, P. (1989). Social Space and Symbolic Power. *Sociological Theory*, 7(1), 14.

<http://dx.doi.org/10.2307/202060>

Bourdieu, P., & Wacquant, L. (1996). *Refleksiv sociologi: Mål og midler* (1.udg.). Kbh.: Hans Reitzel.

Bitsch Olsen, P., & Pedersen, K. (2003). *Problemorienteret Projektarbejde* (3.udg.). Frederiksberg: Roskilde University Press.

Bundgaard, H. (2003). Lærlingen: Den formative erfaring. In K. Hastrup, *Ind i verden : En grundbog i antropologisk metode* (1.udg., pp. 51-70). KBH: Hans Reitzel.

Brinkmann, S. (2014). *Stå fast - Et opgør med tidens udviklingstrang* (1.udg.). KBH: Gyldendal Business.

Eichberg, H. (2010). *Fitness på markedet - Om konstruktionen af 'det enkelte individ'*. Forum for Idræt Historie og Samfund, Syddansk Universitetsforlag.

Ezzy, D. (2016). Religion, aesthetics and moral ontology. *Journal Of Sociology*, 52(2), 266-279.

<http://dx.doi.org/10.1177/1440783314521884>

Geertz, C. (1993). Religion as a cultural system. In C. Geertz, *The interpretation of cultures: selected essays* (1.udg., pp. 87-125). Fontana Press.

Giddens, A. (1996). *Modernitet og selvidentitet* (1.udg.). Kbh.: Hans Reitzel.

Guvå, G., & Hylander, I. (2003). *Grounded theory - Et teorigenererende perspektiv* (1.udg.). Kbh.: Hans Reitzels Forlag.

Hvad er Pre-Workout - Bodylabs introduktion til Pre workout. (2016). *Bodylab.dk*. Tilgået 19 Maj 2017, from <https://www.bodylab.dk/pre-workout/>

Hvas, L. (2014). Sundhedshysteriet er blevet en religion. *Politiken*. Tilgået fra d. 19 maj 2017
<http://politiken.dk/debat/art5557587/Sundhedshysteriet-er-blevet-en-religion>

Idrættens Analyseinstitut. (2016). *Væksten i antallet af motions- og fitnesscentre fortsætter*. Tilgået fra d. 19.maj http://www.idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2016/a783_væksten-i-antallet-af-motions-og-fitnesscentre-fortsætter/

Jenkins, R. (2008). *Social Identity* (3.udg.). Hoboken: Routledge, Taylor and Francis Group.

Johansen, P. (2012). Contemporary rural imitation: a Tardean analysis of five Danish rural parishes. *Social & Cultural Geography*, 14(1), 80-102. <http://dx.doi.org/10.1080/14649365.2012.735692>

Juul, S. (2012). Fænomenologi. In K. Pedersen & S. Juul, *Samfundsvidenskabernes Videnskabsteori - En Indføring* (1.udg.). Kbh: Hans Reitzels Forlag.

Kjensmo, A. (2016). Fitness er den nye religion. *Videnskab.Dk*. tilgået fra d. 19 maj 2017
<http://videnskab.dk/krop-sundhed/fitness-er-den-nye-religion>

Kristiansen, S. (2010): Kvalitative analyseredskaber. I Brinkmann og Tanggaard: Kvalitative metoder - En grundbog, side 447-462

Kristiansen, S., & Krogstrup, H. (1999). *Deltagende observation* (1.udg.). Kbh.: Hans Reitzel.

Krogsdal, I. (2011). *De nye myter* (1.udg.). [Højbjerg]: Hovedland.

Kusenbach, M. (2003). Street Phenomenology: The Go-Along as Ethnographic Research Tool. *Ethnography*, 4(3), 455-485. <http://dx.doi.org/10.1177/146613810343007>

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview - Det kvalitative forskningsinterview som håndværk* (3.udg.). Kbh.: Hans Reitzel.

Ludvigsen, L., & Mikkelsen, P.S. (2011). *Religion i det senmoderne samfund* (1.udg.). Kbh.: Systime.

Pelters, B., & Wijma, B. (2015). Neither a sinner nor a saint: Health as a present-day religion in the age of healthism. *Social Theory & Health*, 14(1), 129-148. <http://dx.doi.org/10.1057/sth.2015.21>

Pharies, D. (1985). *Charles S. Peirce and the linguistic sign* (1.udg.). Amsterdam: J. Benjamins.

Silverman, D. (1993). *Interpreting Qualitative Data: Methods for Analyzing Talk, Text and Interaction* (1.udg.). London [etc.]: SAGE.

Spinney, J. (2006). A Place of Sense: A Kinaesthetic Ethnography of Cyclists on Mont Ventoux. *Environment And Planning D: Society And Space*, 24(5), 709-732. <http://dx.doi.org/10.1068/d66j>

Sørensen, R. (2013). Når træningen løber løbsk. *Information*. Tilgået fra d. 19 maj 2017
<https://www.information.dk/kultur/2013/02/naar-traeningen-loeber-loebesk>

Underwood, M. (2013). Body as choice or body as compulsion: An experiential perspective on body-self relations and the boundary between normal and pathological. *Health Sociology Review*, 22(4), 377-388. <http://dx.doi.org/10.5172/hesr.2013.22.4.377>

Vanderpool, H. (2008). The Religious Features of Scientific Medicine. *Kennedy Institute Of Ethics Journal*, 18(3), 203-234. <http://dx.doi.org/10.1353/ken.0.0199>

Wadel, C. (1991). *Feltarbied i egen kultur* (1.udg.). Flekkefjord: Cappelen Damm Akademisk.

Warren, S. (2002). Show me how it feels to work here: using photography to research organizational aesthetics. *Ephemera*, 2(3), 224-245.

Bilagsfortegnelse

Bilag 1- Observationsguide med tematikker.....	1
Bilag 2 – Træningsmakker.....	2
Bilag 3 – Interviewguide.....	4
Bilag 4 – Word Cloud.....	6
Bilag 5 – Billeder til analyse.....	7
Bilag 6 – Gruppeevaluering.....	8
Bilag 7 – Kamilla evaluering.....	9
Bilag 8 – Katrine evaluering.....	10
Bilag 9 – Louise evaluering.....	11
Bilag 10 – Siw evaluering.....	12

Bilag 1: Observationsguide med tematikker

Tema	Beskrivende noter	Koder	Log reminder
Fællesskab (herunder, status, interaktion med andre)			
Stemning			
Kroppen			
Træningsudstyr (beklædning, drikkedunke, tracker osv.)			
Rutiner (mønstre)			
Mad og drikke			
Udseende			
Udstødelse			

Bilag 2: Træningsmakkere

Generelt: Fokus på observationer, som hvordan de træner. Vi stiller spørgsmål undervejs, men det skal virke naturligt, ellers har vi nogle tematikker, som man skal forsøge at få afdækket.

Træningsspørgsmål:

- Hvorfor træner du?
- Hvor ofte træner du?
- Hvilke træningsformer træner du?
- Hvilken indflydelse har din træning på din hverdag?
- Hvad fik dig til at starte med at træne?
- Hvad har været din indgang til træning? Har din familie haft indflydelse, eller er det andre ting, som har haft indflydelse på, at du valgt at starte med at træne?
- Hvis du nu fik at vide at du ikke måtte træne i en periode, hvordan ville du så have det med det?
- Hvordan påvirker det dig/ville det evt. påvirke dig ikke at kunne træne?

Rutiner

- Er det specielle dage, som du træner?
- Er det faste tidspunkter?
- Tilpasser du din hverdag efter din træning?

Ritualer

- Er der nogle ting, som du altid gør inden/efter din træning?
- Hvad spiser du?
- Er der nogle ting, som man ikke må indtage?
- Ekstra: Kommer de så til det alligevel? Spørg gerne ind til i hvor høj grad, de følger disse ritualer. "Synder" de en gang imellem?

Fællesskab:

- Træner du alene eller fællesskab med andre? Hvis fællesskab, så hør om de træner to og to eller i større grupper,
- Bruger andre som inspiration til din træning/sparrer du med andre om din træning?

Meninger

- Hvorfor vælger du at træne denne form for træning?
- Hvad giver denne træningsform dig?
- Er der nogle ting, som man ikke må, når man træner på denne måde? (mad osv.)
- Hvad gør det attraktivt at træne på denne her måde? Hvad giver det dig?
- Når man træner, er det så en bestemt beklædning som foretrækkes eller nogle bestemte mærker?
- Er der nogle regler, som man bør handle indenfor, for at opnå resultater?

Kroppen

- Hvad er den perfekte kroppe for dig? (æstetisk)
- Hvad betyder en rigtigt krop for dig?

OBBC:

- Hvorfor træner du her?
- Hvilket fællesskab har de i centeret?
- Er der en speciel kultur i centeret?

Bilag 3: Interviewguide

Generelt: Kombination af foto-etnografisk interview og semi-struktureret interview. Første del af interviewet skal handle om de 10 billeder som vores interviewpersoner har med ind. Vi har bedt hver især tage 10 billeder af, hvad sundhed er for dem. Her har vi udarbejdet nogle tematikker, som vi spørger indenfor. Vi har også udarbejdet nogle spørgsmål til interviewet. Hovedfokuset vil være den etnografiske del, da vi især er interesseret i respondenterne egen forståelse af sundheden? Og deres konstruktioner. Den sidste del af interviewguiden er spørgsmål, som gerne skulle besvares, også selvom billederne ikke afspejler dette.

Generelle spørgsmål:

- Hvad er din alder?
- Hvor længe har du trænet?
- Hvorfor startede du med at træne?
- Hvor ofte træner du? Hvilken træningsform?
- Hvilke træningsformer træner du?
- Hvilken indflydelse har din træning, på din hverdag?
- Hvorfor har du valgt at træne i OBBC? Gg hvorfor har du valgt dette center, fremfor andre centre?

Foto-etnografisk interview: Billederne vil blive lagt på bordet, hvor vi vil spørger:

- "Vil du udpege det billede, som allermost afspejler sundhed for dig?"

Tema: Sundhed, kost og krop: Hvilken betydning har sundhed? Hvordan omtaler respondenterne sundhed?

Spørgsmål til kost: Indtager du det kost billederne viser? Hvad er det du spiser? Er der nogen specielle tidspunkter du indtager det på? Hvorfor? Er der noget bestemt ikke vil indtage? Kommer du til det engang imellem?

Ekstra spørgsmål (hvis, det er aktuelt): Følger du en kostplan? Hvad indeholder den? Hvorfor vælger du det?

Spørgsmål til kroppen: Hvad er den perfekte kroppe for dig? Hvilken betydning har en rigtigt/perfekt krop for dig?

Ekstra spørgsmål (inspiration, hvis det er aktuelt) Hvem ser du op til? Hvad er det ved denne person du ser op til. Hvordan ser du dig selv i forhold til denne person?

Semi-strukturerede spørgsmål:

Forskningsspørgsmål	Interviewspørgsmål
Træning	Er der nogle specielle dage, som du træner? Er der faste tidspunkter, hvor du træner? Passer du din hverdag efter din træning?

<p>Fællesskab</p> <p>Mening</p>	<p>Er du træner, er der så nogle faste ting, som du gør inden og efter din træning?</p> <p>Hvorfor træner du? (motivationen)</p> <p>Hvilken betydning ville det have, hvis du ikke kunne træne i en periode?</p> <p>Træner du individuel træning, eller i fællesskab med andre? (Hvor mange - og hvorfor og hvad har det betydning for dig, at kører denne for træning?)</p> <p>Kan du beskrive det fællesskab, som du føler der er i OBBC?</p> <p>Er det en speciel kultur i centeret?</p> <p>Hvad giver træning dig?</p> <p>Søger du inspiration andre steder i forhold til din træning? (magasiner, blogs mm.)</p>
---	---

Bilag 5: Billeder til analyse

Billede 5.1: Opnå synlige resultater



Billede 5.2: Identitet som styrkeløfter



Billede 5.3: Billede der illustrerer at Siham bliver gammel



Bilag 6: Gruppeevaluering

På dette semester skulle vi igen selv danne grupper. Da vi alle fire kendte hinanden, ville vi gerne prøve denne gruppekombination i et semester projekt. I forbindelse med vi var en ny semestergruppe, valgte vi at starte med en forventningsafstemning. Her gav alle udtryk for, at de ønskede at lægge kræfter i projektet for at opnå faglig udvikling samt ende ud med et godt projekt. Herudover fortalte vi alle om vores stærke og svage sider. På baggrund af forventningsafstemningen udformede vi en gruppe kontakt.

Aller først i processen brainstormede vi forskellige emner, vi fandt hurtig ud af, at vi alle havde interesse i at arbejde med fitnesskultur. Efter at have kigget på diverse fitness blogs og hjemmesider, samt at vi fundet artikler, der argumenterede for, at fitness var den nye religion, fandt vi frem til vores emne. Vi skulle på dette semester også finde et undersøgelsesfelt. Her blev vi enige om, at det ville være mest optimalt, at foretage feltstudiet i et fitnesscenter i Odense i og med tre af gruppens medlemmer var bosat der. Vi kom forholdsvis hurtigt i kontakt med centerlederen i OBBC, som var interesseret i vores projekt og gav os lov til at observere i centeret hele marts måned.

Vi har primært arbejdet ud fra en induktiv tilgang, hvilket i starten var lidt en udfordring, men efter et par dage med observationer viste dette sig at blive nemmere. Under observationerne har vi opholdt os meget af tiden i træningslokalerne, hvorfor vi valgte at træne under observationerne. Dette var ligeledes en udfordring i starten, da vi følte os lidt usikre på centerets udstyr, men efter et par dage kom vi ind i en mere naturlig rutine. Da vi havde indsamlet al vores empiri, begyndte vi at behandle dette. Hvorefter vi fandt eksisterende litteratur på området. Herefter begyndte vi på skriveprocessen. Vi har alle været med til at lave skelet over de forskellige dele af opgaven, hvorefter vi har delt nogle afsnit op, som vi hver især har skrevet hjemme. Derefter har vi mødtes for at rette det skrevne, hvorfor vi alle har været med inde over alle opgavens dele.

Det har været vigtig for os, at der i gruppen har været plads til at have det godt sammen socialt. Samtidig har det dog også været vigtigt, at vi kunne arbejde koncentreret, og at alle ydede en indsats. Dette fordi vi var interesseret i at ende ud med et godt projekt. Alt i alt har det været en god, til tider svedig, proces.

Bilag 7: Kamilla

I forbindelse med semesterstart besluttede jeg, at jeg dette semester ville prøve en anden gruppekombination end tidligere. Katrine havde jeg arbejdet med på anden og tredje semester, og vi besluttede derfor at vi gerne ville fortsætte sammen. I forbindelse med at vi, af og til, havde lavet gruppearbejde med Louise og Siw, syntes vi alle fire, at det kunne være interessant at prøve denne gruppe kombination. Da de tre andre i gruppen bor i Odense, var jeg til at begynde med lidt nervøs for om alt gruppearbejde ville foregå derovre. Jeg fortalte de andre medlemmer dette, og vi aftalte at foretage observationer i Odense, men at gruppemøder primært skulle holdes i Esbjerg. Dette gav mig lidt mere ro i maven og jeg var parat til, at lægge en masse kræfter ind i projektet. Da vi ofte har arbejdet flere dage i streg, endte vi dog med at arbejde meget i Odense, hvorfor jeg i perioder har boet ved min familie i Odense. Dette har for mit vedkommende undervejs skabt lidt frustration, men da vi i disse dage har arbejdet koncentreret med projektet, var det i sidste ende det hele værd. Mit ambitionsniveau har gennem projektet været højt, da jeg finder vores undersøgelsesområde interessant, samt at jeg gerne ville rykke mig fagligt og i sidste ende ende ud med et godt projekt. Det har for mig været en stor læring at arbejde så induktivt, som vi på dette semester har gjort, hvilket løbene har vedholdt min ambition om at vi skulle nå godt i mål. Generelt har vi alle været inde over projektet og derfor har vi alle været lige ansvarlige for opgavens dele. Denne tilgang har fungeret rigtig fint, i og med at opgaven bliver et fælles projekt, som vi alle har interesse i. Dette har også bidraget til, at humøret i gruppen næsten altid har været højt, hvilket jeg finder vigtig når man skal tilbringe mange timer sammen. Alt i alt syntes det har været en lærerig proces, og at vi er endt ud med et interessant projekt.

Bilag 8: Katrine

I dette semester har jeg været med i en ny sammensat gruppe. Jeg pendler fra Odense af og fandt det praktisk at danne gruppe med nogle af de piger, som jeg pendler med. Udover at danne gruppe med to nye fra Odense, blev jeg i gruppe med en fra de tidligere semesterprojekter. De sidste semester har vores ambitionsniveau stemt godt overens med hinanden, hvorfor vi valgte at foresætte sammen, men i en anden kombination. Mine forventninger til projektet var høje i og med, at det var en hel ny måde at lave projekt på. Jeg fandt det interessant, at skulle være så nær empirien i år, og ud fra dette bygge sin egen teori. Tidligere semestre har vi desværre oplevet en del spildtid, men i år flaskede det sig for os. Vi kom hurtigt i kontakt med et træningscenter, som gerne ville være behjælpelige under de fire ugers observation. Dog har vi undervejs oplevede mindre faglige udfordringer. Ud fra dette har jeg lært mine stærke sider at kende i et projekt, samt lært endnu mere om min arbejdsmetoder end forrige semester.

Generelt har alle i gruppe bidraget til de enkelte dele i projektet, hvorfor min rolle i gruppearbejdet har været alsidig. Ved hvert afsnit har vi udarbejdet et skelet, hvor vi har fået enkelte dele at skrive. Jeg har været med til alle opbygninger af skeletterne og deltaget i hver rette proces. Derfor har jeg ikke haft én primær opgave i projektet, men været inde over alle dele. Gennem dette projekt har jeg lært en masse nyt om antropologiske metoder og feltarbejde, især observation og grounded theory. Herudover har jeg fået styrket min viden og kompetencer inden for interviews. I forhold til gruppeprocessen har det generelt været en god gruppedynamik, fordi vi har kunne supplere hinandens gode og dårlige sider. Jeg er tilfreds med det endelige resultat og mit bidrag til projektet.

Bilag 9: Louise

I dette projekt har vi arbejdet induktivt og det har været anderledes fra de andre år. Det har været enormt interessant at prøve noget nyt, og jeg synes det har fungeret godt med den induktive tilgang. Det var lidt af en prøvelse, da jeg nogle gange synes det kunne virke struktureret, men det blev hurtigt afviklet af de andre medlemmer fra gruppen. Det har været spændende at være ud og observere, for så bagefter at finde teori, som kunne give mening for netop vores projekt. I år har vores emne været meget spændende og jeg synes vi har fået udført et rigtig godt stykke arbejde og vi har samtidig været igennem en meget lærerig proces. Selvom vores emne til at starte med kunne synes lidt 'specielt', viste sig at give rigtig god mening til sidst. Det har været rigtig vigtigt for alle os i gruppen, at vi havde det godt socialt og kunne have det hyggeligt sammen også. Samtidig har vi været gode til at 'rykke' igennem og få lavet et godt stykke arbejde.

Bilag 9: Siw

I dette projekt har jeg oplevet stor udvikling, fagligt såvel som personligt. Det har været utrolig spændende at benytte sine tillærte kompetencer og fag i praktisk sammenhæng, og endda fra en ny vinkel. Under feltarbejdet har jeg formået at bruge både mine faglige og personlige evner på en uvant og udviklende måde, som har givet mig større forståelse for faget.

Det har været en fantastisk mulighed, at få adgang til en helt ny verden, som jeg ikke har haft et forhåndsskendskab til. Det har desuden været fantastisk, at blive taget imod med stor interesse og villighed fra OBBC.

Det sociale i projektgruppen har desuden været noget jeg vægtede rigtig højt og dette har jeg også oplevet, som værende meget velfungerende. Jeg har desuden oplevet at vi har suppleret hinanden rigtig godt fagligt. Jeg har været en del af projektet hele vejen og jeg synes at vi har været gode til at inkludere alle, på både vores stærke og mindre stærke sider.

Jeg har personligt været meget ophængt på mine beskæftigelser i det frivillige regi og har i den forbindelse, udviklet mig personligt. Jeg er mere bevidst om mine arbejdsrutiner og tidsprioritering og har dermed formået, at få det hele til at gå op i en højere enhed.

Jeg er blevet meget optaget af feltarbejde og at opleve kultur, og kunne i høj grad forestille mig at beskæftige mig med dette igen.