

# ”Ute på djupt vatten i det här feministiska ...”

- **En fenomenologisk undersökning av  
feministiska mäns erfarenheter av att träna.**

Av: Johan Pettersson

Handledare: Helena Hill

Södertörns högskola | Institutionen för Kultur och Lärande

Kandidatuppsats 15 HP

Genusvetenskap C | VT17



## **Abstract**

This essay explores men's relationship to training through a phenomenological understanding of bodily comfort and orientation. This is done by a survey performed with three men who identified themselves as feminist and continually exercise their bodies. The phenomenological understanding is then broadened by coupling the men's experiences to contemporary research on masculinity. By employing theories surrounding Sara Ahmed's view on phenomenology and Raewyn Connell's hegemonic masculinity, the essay shows that the men's bodily comfort and orientation is affected by the fact that they exercise. Through their training they construct bodies that in some aspects correlates with the conception of being in form, being fit. It also correlates with normative conceptions of masculine bodies. The conception of the fit body and masculinity is also explored through a view on norms of society. The feeling of incorporating social norms increases the men's bodily comfort, and give them a sense of being in control of their bodies. That they identified as feminist shows that they have an ambivalent relationship to their practitioner.

**Keywords:** Phenomenology, hegemonic masculinity, survey, society, bodily comfort, orientation, men's bodies, feminism, ambivalence.

## Innehållsförteckning

<b>1. Inledning .....</b>	<b>4</b>
1.1 Syfte .....	5
1.2 Frågeställningar .....	5
<b>2. Forskningskontext .....</b>	<b>6</b>
<b>3. Teoriavsnitt .....</b>	<b>9</b>
3.1 Ahmed om orientering och desorientering .....	9
3.2 Den institutionaliserat (o)tränade(?) kroppen .....	10
3.3 Connell om hegemonisk maskulinitet .....	11
<b>4. Metod .....</b>	<b>12</b>
4.1 Etik, risker och reflektioner kring samtalet som intervjuform .....	14
4.2 Situering och reflexivitet .....	14
4.3 Urval .....	15
4.3.1 Intervjuporträtt .....	15
4.4 Operationalisering och utformning av de metodologiska temana .....	16
4.5 Disposition .....	17
<b>5. Undersökning och analys .....</b>	<b>18</b>
5.1 Träning, orientering och bekvämlighet .....	18
5.2 Träning och samhället .....	22
5.3 Orientering i relation till maskulinitet .....	25
5.4 Kroppsliga och feministiska motsättningar .....	30
<b>6. Sammanfattning och avslutande diskussion .....</b>	<b>34</b>
<b>7. Förslag till vidare forskning .....</b>	<b>36</b>
<b>8. Litteraturlista .....</b>	<b>37</b>
8.1 Tryckta källor .....	37
8.2 Material .....	39
<b>9. Bilagor .....</b>	<b>39</b>
9.1 Den tematiska intervjuguiden .....	39

## 1. Inledning

Att känna sig bekväm i den egna kroppen, uppleva en känsla av kroppslig kontroll kan i vissa avseenden påverka den egna självuppfattningen. Det kan även påverka ens rörelsemönster i relation till andra. Bekvämlighet gör att de som känner den, som upplever den ofta har lättare att röra sig än andra, göra sig begripliga än andra och även i högre utsträckning tillåtas greppa efter det greppbara. Bekvämlighet kan påverkas av och utesluta kroppar som inte stämmer överens med dess kriterier på grund av faktorer som ligger utanför det egna jaget (Ahmed 2010). Det går också att se hur förhållanden som ligger öppna att erövrats kan bidra till en ökad bekvämlighet. Det är utifrån aspekten att bekvämligheten blir nåbar, något en tillförskaffar sig som frågan går att ställa vilka förhållanden som påverkar subjektet i dess ambition och jakt att tillåtas greppa det (o)greppbara.

Intresset för träning och hälsa har de senaste åren vuxit sig allt starkare. Antalet gymanläggningar och personer som väljer att träna aktivt har ökat drastiskt (Andreasson och Johansson 2014, Ekström 2001). Att människor motionerar och rör på sig är i sig hälsosamt, men utvecklingen får även oönskade konsekvenser (Kallenberg 1993). Många upplever en ökad press och individuellt ansvar i relation till att ständigt förväntas träna och vårda hälsan. I vissa avseenden går det att tala om en samhällelig hälsoångest (Johansson 1997, Lin och Grigorenko 2014). Forskare menar även att utvecklingen leder till normativa föreställningar av vilka kroppar som anses eftersträvansvärda. Både historiskt och än idag är det en samhällelig press som främst kvinnor utsätts för, men det har på senare tid skett en ökning när det kommer till intresset för den manliga kroppen. Ett ökat utbud av män i mode och reklamindustrin leder till att mäns kroppar i högre utsträckning än tidigare estetiseras och objektiveras (Herz och Johansson 2011).

När en talar om den manliga kroppen finns det även ett intresse av att diskutera maskulinitet. Urskiljandet av olika maskuliniteter utgår ofta just från den manliga kroppen, och då inte sällan utifrån, vad som beskrivits ovan, föreställningar om utseende, storlek och muskler (Connell 1995). Forskning visar att det finns ett samband mellan mäns träning och ambitionen att förkroppsliga eftersträvansvärda former av maskulinitet (Brännberg 1998, Gill et al. 2005, Herz och Johansson 2011, Johansson 1997, Klein 1993, Messner 1993). Förkroppsligandet sker inte bara i relationen till kroppen, utan inbegriper även maskulina, sociala beteenden som konstrueras utifrån

föreställningar om att vara disciplinär och målinriktad (Johansson 1997). Träningen blir således delaktig i konstruktionen av mäns identiteter, och inbegriper även normativa föreställningar om den manliga kroppen och vad det innebär att vara man (Gill et al. 2005, Johansson 1997, Herz och Johansson 2011, Klein 1993).

I denna uppsats avser jag att genom tre stycken kvalitativa intervjuer undersöka hur män som identifierar sig som feminister förhåller sig till att de tränar. Valet av manliga feminister grundar sig i att feminismen som kunskapsproducerande ideologi konstruerar diskursiva föreställningar som utmanar och bråkar med hegemoniska genusförhållanden (Bartky 1990). Jag vill dels undersöka hur träning bidrar till, samt påverkar mäns kroppsliga orientering, men även om män upplever att det inom ramen för att identifiera sig som feminist kan finnas inneboende motsättningar i att träna sin kropp. Det utifrån tron att en feministisk analys kan bidra till förståelse för hur bekvämlighet, träningshets och hälsoångest, samt normativa föreställningar om den manliga kroppen och maskulinitet hänger ihop.

## **1.1 Syfte**

Denna uppsats syftar till att fenomenologiskt undersöka upplevelserna av träning hos personer som identifierar sig som män och feminister. Tidigare forskning kring män och mäns träning har i första hand syftat till att studera relationen ur ett maskulinitetsperspektiv. Det vetenskapliga intresset består således i att företrädesvis studera mäns erfarenheter av träning ur en kroppsorienterande bekvämlighetssynpunkt. I ett vidare skede studeras sedan huruvida bekvämligheten korrelerar med föreställningar om maskulinitet.

## **1.2 Frågeställningar**

Frågeställningen är operationaliserad utifrån uppsatsens övergripande forskningsproblem, kontextualiserade forskningsläge samt teoretiska ramverk (Boréus 2011:134). Frågeställningarna är breda i sin utformning. Syftet med det är att uppsatsens intervjuteman (se 9) sedan fungerar som en vidare specificering av de två bredare frågeställningarna. Uppsatsens övergripande frågeställningar är,

- Hur kan feministiska mäns erfarenheter av träning, både kroppsligt och känslomässigt förstås ur ett fenomenologiskt perspektiv?
- Hur kan erfarenheterna förstås ytterligare genom att relateras till samtida maskulinitetsforskning?

## 2. Forskningskontext

I *Maskuliniteter - Kritik, tendenser, trender* (2011) beskriver Marcus Herz och Thomas Johansson hur föreställningar om maskulinitet i och med förändringar i mansrollen, skiftat till att gestalta en ny, mer utseendefixerad form av maskulinitet. Det är numera både okej- och i vissa fall eftersträvansvärt att som man ägna tid åt sitt utseende, både kroppsligt och estetiskt (Herz och Johansson 2011:42). Där män samtidigt är överrepresenterade bland vålds-, självmords-, och dödsstatistik går det att tala om en form av maskulinitet som tenderar att leda till självdestruktiva och våldsamma beteenden. Forskning visar hur utseendefixeringen samt den destruktiva maskuliniteten bidrar till att män i allt högre utsträckning bryr sig om och känner individuellt ansvar för sin kropp och hälsa. Den ökade känslan av ansvar resulterar i ett ökat intresse hos män att träna sina kroppar på gym. Träningen ses som en del av en hälsosam livsstil (ibid 2011:43f). Herz och Johansson menar att utvecklingen till viss del går att härleda till 1990-talets uppsving för fitness och bodybuilding. Bodybuilding, stora kroppar och muskler har inte varit särskilt eftersträvansvärt för män i allmänhet, men tillika utgjort centrala delar i konstruktionen av en normativ form av maskulinitet - muskler, en vältränad kropp och egenskaper som konnoterar till styrka. Den normativa formen av maskulinitet resulterar i samhälleliga föreställningar där den vältränade kroppen kontrasteras mot “[...] överviktiga och lätt apatiska kroppar” (ibid 2011:46). Herz och Johansson menar att förskjutningen är resultatet av en ny form av individualiserad syn på den manliga kroppen, träning och hälsa. Detta ställs i relation till en ökad marknad för träning, och resulterar i att kroppen blir allt mer sammanlänkad med mäns identitetsskapande. Det skapar även nya former av normativa föreställningar rörande hälsa, kropp och maskulin identitet som dagens män tvingas förhålla sig till (ibid 2011:47, 48).

Forskarna Rosalind Gill, Karen Henwood och Carl Mclean studerar i studien *Body Projects and the Regulation of Normative Masculinity* (2005) vad män i åldrarna 18–35 har för relation till sina

egna kroppar och kroppspraktiker. Detta utifrån aktiviteter som företrädesvis rör att träna på gym. Fokus för studien var att utforska hur aktiviteterna sågs som kroppsliga praktiker nära sammanbundet med männens identitetsskapande (Gill et al. 2005:37). Syftet var att undersöka hur faktorer som klass och etnicitet kunde bidra, men relativt snabbt stod det klart att männen framstod som relativt homogena i sin inställning till kroppen som bidragande i den identitetsskapande processen (ibid 2005:56). Resultaten genererade en rad teman, där det första handlade om individualitet. I synen på sina kroppsliga praktiker, framhävde männen att de skiljde sig åt från andra män. Att träna på gym, tatuera sig eller bära smycken var del i görandet av en egen, unik identitet. Det andra och tredje temat handlade om individens rätt- och skyldighet att göra vad en vill med sin kropp. I detta görande ingick att orsaken inte fick vara fåfänga - de tränade inte för att få vältränade kroppar, utan gymmandet var kopplat till föreställningar om hälsa och välbefinnande. De menade samtidigt att det fanns ett egenvärde i att träna och ta hand om sina kroppar, men det fick inte leda till att en tog sig själv på för stort allvar. Undersökningen visade hur männen förhöll sig till ett diskursivt normerande och strukturerande ramverk i uppfattningen om kroppens betydelse för det egna identitetsskapandet (ibid). Den visade även hur mäns kroppar figurerar i ett komplext socialt sammanhang bestående av starka normer- och kroppsliga föreställningar. Kroppen visade sig vara central i konstruktionen av- och etableringen av det egna subjektet (ibid 2005:57). Kroppen bör således ses som ett pågående projekt, vars främsta uppgift är att i särskiljandet från andra män situera den egna identiteten (ibid 2005:59f).

En litteratursökning kring maskulinitet, träning och fenomenologi visar att en av de mer refererade böckerna i ämnet är Thomas Johanssons bok *Den skulpterade kroppen* (1997). Johansson har genom intervjustudier studerat hur maskulinitets- och identitetsskapande processer ser ut i gymmiljöer. Studien visar att män som befinner sig i gymkulturen tvingas förhålla sig till föreställningar om maskulinitet som i hög utsträckning konstruerats utifrån en stereotyp kroppskultur. Oavsett huruvida männen ser normen som eftersträvansvärd eller inte, tvingas de oundvikligen förhålla sig till gymmets normativa ramverk (Johansson 1997:75). Att träna menar Johansson i grunden är något positivt. Det är hur träningen bedrivs, samt utifrån vilka normativa bilder av kroppar en förhåller sig till som bör problematiseras. Den normativt rådande föreställningen om manskroppen som idag premieras i gym bidrar till en långtgående fostran av män. Fostran kännetecknas av- och bygger på föreställningar om att vara målinriktad, disciplinär

samt även inslag av asketism (ibid). Johansson beskriver även hur dessa muskelbyggande män förkroppsligar karakteristiska drag som ingår i beskrivningen av en form av hegemonisk maskulinitet. Detta är något som inte minst unga killar tvingas förhålla sig till, och bidrar till en känsla av att känna sig (kroppsligt) liten, spinkig eller oattraktiv. Att träna på gym blir en slags lärlingsbildande praktik, där gymkulturen bidrar till både sociala och kroppsliga förändringar, “Den kropp och typ av manlighet som skapas blir en del av individens identitet och självuppfattning” (ibid 1997:79). Även Johansson menar att utvecklingen härrör från en ökad individualism, med ökade krav på människor att hålla sin kropp i fysiskt bra skick. Att ha en kropp som passerar som otränad riskerar att leda till hårda omdömen, och i värsta fall som ett tecken på både inre och yttre förfall (ibid 1997:87). Johansson menar att det i gymmet finns en form av hegemonisk maskulinitet som ter sig tämligen motsägelsefull. Den kroppsbyggande mannen kategoriseras tillhöra en begränsad subkultur, och hans praktiker ses ofta ned på av andra män. Samtidigt är det bodybuildern som samma män i ett nästa skede vänder sig till för att fråga om råd kring träning, kost och hälsa (ibid 1997:93).

I avhandlingen *Passionerad politik* (2010) söker Cathrin Wasshede förståelse om motståndets möjligheter- och begränsningar i relation till samhällets heteronormativa, till synes fixerade könsmaktsordning. Studien bedrivs genom samtal med företrädesvis manliga, politiska aktivister från den utomparlamentariska vänstern i Göteborg. Då könsmaktsordningen kan te sig tämligen låst och fixerad, men samtidigt socialt konstruerad och öppen för förändring menar Wasshede att det skapas en inneboende konflikt i hur männen förhåller sig till att bedriva motstånd. Konflikten kan liknas vid en ambivalens, där männen hela tiden resonerar utifrån ett å ena sidan, men å andra sidan. Wasshede menar att samma ambivalens ofta övergår till eller blir synonymt med inre motsägelser i respondenternas förhållningssätt till feministiska frågor. Som exempel lyfter hon hur män i studien eftersträvar ett könsneutralt samhälle å ena sidan, samtidigt som män och feminister argumenterar för vikten av kvinnokamp å den andra (Wasshede 2010:98). Den feministiska motsättningen skapar samtidigt vad Wasshede beskriver som ett ambivalent glapp. Glappet möjliggör utrymme att använda den inneboende motsättningen för att utforma motståndspraktiker (ibid 2010:316). Som exempel lyfter hon hur flera män i studien använder feminint kodade kläder för att bråka med genusföreställningar. Wasshede menar att, “Det är bristen på överensstämmelse mellan den manliga kroppen och de feminina attributen som försätter gränserna i gungning” (ibid



2010:210). Att inta en subjeksposition som redskap för att destabilisera densamma, blir således en form av praktik för att göra motstånd (ibid 2010:317).

Den tidigare forskningen syftar till att ringa in och underlätta förståelsen mellan den fenomenologiskt inriktade teoridelen samt de empiriska intervjuer som rör männens erfarenhet av träning. Forskningen bidrar även till att skapa förståelse för relationen mellan fenomenologi, erfarenheter av träning och föreställningar om maskulinitet.

### **3. Teoriavsnitt**

För att möjliggöra en bred förståelse för de tolkningar som görs i uppsatsens analytiska del, syftar den teoretiska genomgången att vara relativt djupgående. Uppsatsen vilar i stora delar på i första hand Sara Ahmeds förståelse av Vithetens fenomenologi. Här avses att göra en omskrivning av Ahmeds fokus på vithet och istället utgå från föreställningar om att kroppsligt passera och identifiera sig som vältränad. Detta utan att likställa erfarenheten av att vara icke-vit med att passera som otränad. Fenomenologiskt förstås träning som en bakgrund till erfarenheten av att passera som vältränad. Träning tas här i beaktande för att utforska vad den gör, samt hur den levda erfarenheten av att träna påverkar det egna subjektet (Ahmed 2010:50). Träning och känslan av den vältränade kroppen förstås här “[...] som en pågående och oavslutad historia, som orienterar kroppar i speciella riktningar och påverkar vilket utrymme de tar upp” (ibid). Det påverkar även i vilken utsträckning den egna kroppen görs begriplig, och i slutändan även hur den begriplighet eller självuppfattning av att vara en del av en pågående historia påverkar ens kroppsligt subjektiva orientering. Här drar jag, likt Ahmed, nytta av egna erfarenheter av att bebo en värld som sorterar människor utifrån föreställningar om att vara vältränad (ibid).

#### ***3.1 Ahmed om orientering och desorientering***

Ahmed utgår från begreppet orientering, och menar att det symboliserar subjektets sätt att förhålla sig till sin omvärld (Ahmed 2010:51). Orienteringen utgår i sin tur från en startpunkt, ett kroppsligt här, varifrån världen breder ut sig. Denna påverkas av vad kroppen kommer i kontakt med, vilket sätt den riktar sig, samt påverkar i vilken utsträckning saker och ting blir nåbara rent kroppsligt (ibid 2010:52). Ahmeds teori skiljer sig från klassisk fenomenologi i att orienteringen börjar redan

innan ens kroppsliga här. Orienteringen sker innanför den kroppsliga ytan, och påverkas av diskursiva och historiska föreställningar kring ras, som i sig är essentiella för att förstå i vilken utsträckning subjekt tillåts orientera sig (Ahmed 2010:53, 2006:553). Det är i relation till detta innan som träningen används för denna uppsats. På vilket sätt påverkar träning mäns orientering? Detta innan bidrar till att vissa kroppar har lättare att orientera sig än andra, och det beror inte på en inre förmåga utan snarare huruvida rummet-, samhället-, världen ter sig förståeligt för den levda kroppen. Ett subjekt som känner sig tryggt i en särskild kontext kan således orientera sig i den utan åtanke, nästintill vad Ahmed liknar vid en orientering som görs av vana. Samtidigt finns det rum som projicerar föreställningar som avbryter kroppars orientering. Ahmed beskriver dessa som vita rum, och det får konsekvensen att icke-vita kroppar känner sig avvikande. Att känna sig avvikande resulterar i en desorientering i relation till den värld som breder ut sig (Ahmed 2010:54). Ahmeds tankar om ett kroppsschema som bryts avses att användas som analysredskap. Finns det rum där den tränade kroppen uppfattas och förstås som avvikande, och hur påverkar det mäns orientering? Det är utifrån denna teoretiska kontext som denna uppsats avser att söka förståelse kring hur träning och föreställningar om den maskulina kroppen kan förstås i relation till att den möjliggör/begränsar mäns subjektiva och kroppsliga orientering. Förståelsen underlättas ytterligare med hjälp av vad Ahmed kallar samhällets och subjektets historicitet. Här avses hur en som forskare kan åskådliggöra de mekanismer som tvingar vissa kroppar (och andra inte), att följa de linjer som i sin tur möjliggör att ens liv blir orienteringsmässigt begripligt, och i slutändan också levbart (Ahmed 2006:554). Ahmed kallar denna process för Stress points. Att ställa Ahmeds Stress points i relation till uppsatsens tidigare forskning möjliggör en förståelse för huruvida männen upplever en social press rörande föreställningar om eftersträvansvärda kroppar, maskuliniteter, samt hur dessa rent fysiskt påverkar deras kroppar.

### ***3.2 Den institutionaliserat (o)tränade(?) kroppen***

Ahmed beskriver hur vithetens fenomenologi fungerar genom vad hon kallar institutionaliserad vithet. Här menar hon att de historiska- och diskursiva element som bygger på vithet, dels formar rum, men även tenderar att forma samhälleliga institutioner. Detta skänker institutionerna så tydliga och normativa element att endast vissa igenkännande kroppar kan känna sig hemma inom dess konturer, medan andra kroppar exkluderas. Ahmed exemplifierar genom att berätta om då

hon och tre svarta kollegor, samtidigt klev in till en konferens tillsammans - "Ja, vi lägger märke till sådana ankomster. Det [...] säger mer om vad som redan förut var på plats än om "vem" som kommer" (ibid 2010:58). Vithet är något osynligt, något som går obemärkt förbi - ett slags centrum där endast de avvikande blir synliga eller ses som jämförelseobjekt. Men - den är det endast för de som besitter den, eller för de som är så vana vid den att de lär sig att inte uppfatta den - även om de själva inte är inkluderade i den. Detta baseras på- och är uppbyggt kring en föreställning kring vithet som "likhet", som en norm som resulterar i att alla icke-vita kroppar blir synliga, känner sig synliga och således också riskerar att bli obekväma. Att diskursiva föreställningar utifrån exempelvis ras genomsyrar samhällets institutioner tenderar att avbryta avvikande kroppars kroppsscheman, och resulterar då i en mer eller mindre ständig desorientering (ibid). Syftet ligger i att teoretiskt anamma de mekanismer som Ahmed redogör för, för att på ett djupare plan söka förståelse kring hur män ser på- och förhåller sig till sina kroppar utifrån vad tidigare forskning (se 2) visar är ett samhälle med allt tydligare föreställningar kring vilka kroppar som anses vara eftersträvansvärda.

### **3.3 Connell om hegemonisk maskulinitet**

Hegemoni syftar till den kulturella dynamik som möjliggör för en grupp att upprätthålla- och hävda en ledande samt överordnad position i samhället (Connell 1995:101). Ur ett maskulinitetsperspektiv kan en se det som att en viss form av maskulinitet, vid en given och kulturellt definierad tidpunkt höjer sig över andra former av maskulinitet. Den hegemoniska maskuliniteten inbegriper de genuspraktiker som för tillfället symboliserar de mest accepterade svaren på frågan om patriarkatets legitimitet. Genom hegemoni garanteras och upprätthålls mäns dominanta samhällsposition gentemot gruppen kvinnor (ibid). Viktigt att betona är att hegemonisk maskulinitet inte bör ses som en låst karaktärstyp som överensstämmer över tid och rum. Det är den föränderliga genuskonfigurationen, och hur den alltid är öppen för utmaning- och omförhandling som bör poängteras (ibid 1995:100). Hur den hegemoniska maskuliniteten ser ut kan således variera, och Connell menar att det inte alltid är de mest iögonfallande som överensstämmer med vad som eftersträvas och premieras. Den upphöjda maskuliniteten kan härstamma ur allt från skådespelare, män i höga positioner eller idrottsstjärnor. Det centrala är att det finns ett samband mellan kulturella ideal och institutionell makt på en kollektiv nivå. Viktigt

att poängtera är att det inte är en grupp män som utövar makt, utan ofta osynliga, kollektiva och strukturella föreställningar om maskulinitet som män i sin tur orienteras kring, och tilldelas makt utifrån. Connell lyfter näringslivet, militären och staten som exempel på institutioner som projicerar kulturella och kollektiva föreställningar om maskulinitet (ibid 1995:101) Här kan en argumentera för att gymkedjor, träningsreklam, viktkampanjer och de normativa föreställningar om manskroppen som denna uppsats relaterar till kan ses som en liknande form av institution. De föreställningar som förmedlas via dessa kulturellt- och kollektivt uppburna institutioner kan se olika ut, vara motsägelsefulla, samt förändras över både tid och rum. En central del av hegemonisk maskulinitet är inte bara att den fungerar i relation till gruppen kvinnor, utan att den dessutom fungerar hierarkiskt män emellan. Däri är mekanismer kring underordning av central betydelse. Connell exemplifierar här utifrån relationen mellan hetero- och homosexuella män. Hon menar att homosexuella män historiskt sett varit kulturellt- och institutionellt underordnade i relation till föreställningar om hegemonisk maskulinitet (ibid 1995:102). Notera att underordningen inte är deterministisk, utan inom ramen för olika kontexter kan homosexualitet fungera även som bidragande i föreställningen om hegemoniska maskuliniteter. Ett exempel är i konstruktionen av den nationella självbilden av Sverige som ett jämställt land - homosexualitet används här som ett progressivt jämställdhetsargument, som både distanserar och sägs utmärka Sverige i relation till andra länder. Connells tankar om över/underordning bidrar i förståelsen av männens upplevelser av den egna kroppen. Dels kring föreställningar om maskulinitet, men även hur förståelsen konstrueras i relation till andra män.

#### **4. Metod**

Det empiriska underlag varpå denna uppsats avser att vila på, kommer att inhämtas med hjälp av intervjun som metod. Intervjuer kan genomföras på en rad olika sätt, och för att skapa en så bekväm och samtalsliknande situation som möjligt, kommer intervjuerna för denna uppsats att utgå från den tematiskt öppna intervjun. Etnologen Patrik Aspers beskriver samtalets essentiella värde i att bestå av en interaktion mellan två personer, där både frågandet och svarandet växlar dem emellan (Aspers 2011:140). Syftet med att nyttja samtalet som metod ligger dels i ambitionen att som forskare kunna situera sig själv, och med det sina egna erfarenheter, men även att genom detta möjliggöra en djupare och mer förståelseinriktad relation mellan forskare och intervjuperson (ibid

2011:140, 144). Hur denna förståelse utvecklas, beror till stor del på vilken syn på kunskapsproduktion som en som forskare innehar. Många forskare har tidigare sett intervjuformen som ett slags objektivt redskap vari forskaren avsett att utan aktivt deltagande utvinna kunskap från den som intervjuats. Aspers menar att interaktion i intervjun som sådan är oundviklig, och att det därför istället blir essentiellt att precisera hur denna relation ser ut. Även om öppenhet och transparens är ambitionen, är det viktigt att poängtera att någon form av maktrelation mellan forskare och respondent alltid kommer att vara närvarande, och även Aspers menar att det är ofrånkomligt.

Samtidigt som intervjuformen syftar till att ge forskaren större utrymme att utveckla samtalet, så är det viktigt att det finns en tydlig struktur som utgår från de teman som metodologiskt har utvecklats innan intervjuerna genomförs. Dessa bör vara tydligt kopplade till det teoretiska ramverk samt den forskningskontext som uppsatsen utgår från (ibid 2011:143f). Temana fungerar sedan praktiskt i att de ringar in och konkretiserar vad samtalet ska handla om. Om forskaren är intresserad av fenomenologiska frågor kopplat till träning och maskulinitet, kan frågor enkelt ställas som leder in samtalet till att handla om de ämnena. Idealt tar den intervjuade upp frågan och resonerar självständigt kring de teman som forskaren ringat in, och forskaren behöver då endast styra samtalet med lättare frågor som "Hur tänker du då?", eller "Det du sa tidigare, kan du utveckla det?" (ibid 2011:146). Styrningen underlättas också av att forskaren enkelt kan välja vilka trådar som bör plockas upp, samt vilka som kan avfärdas. Samtidigt kommer intervjupersonen ibland hamna på sidospår. I vissa fall visar sig sidospåren vara nya och intressanta spår, och då bör de plockas ligga till underlag för analys. Om samtalet skenar iväg och för forskaren framstår som ointressant i relation till temana, krävs det att hen är tydlig och dirigerar om samtalets fokus (ibid 2011:147f).

Jag anser den tematiskt öppna intervjun vara lämplig då intervjuerna kommer att kretsa kring samt avser undersöka både personliga och eventuellt känsliga områden som rör kropp, identitet, känslor och föreställningar kring träning och maskulinitet. Genom samtal som metod kan forskaren vrida och vända på olika teman och fenomen, samt på ett interagerande vis se teoretiska kopplingar mellan utformade begrepp och den reella praktik som hen avser att undersöka (ibid 2011:150).

#### **4.1 Etik, risker och reflektioner kring samtalet som intervjuform**

Som med alla former av metoder, finns det metodologiska risker som en som forskare bör både förhålla sig till och problematisera. I samtliga intervjuformer finns det en inbyggd maktdimension i mötet mellan forskare och respondent. Den som intervjuar gör det i form av att vara forskare, och det är något som föreskriver en uppsjö av föreställningar relaterade till kunskap, makt och legitimitet. Detta kan resultera i en maktobalans som skapar en otrevlig och också mindre gynnsam situation för forskaren (Aspers 2011:141, Kvale och Brinkman 2010:48, Johansson 2005:220). Denna risk kan bemötas med att en som forskare reflekterar i förebyggande syfte kring denna faktor. Genom att sträva efter att skapa en gynnsam atmosfär kan makt således överlåtas till den som intervjuas (Aspers 2011:141). Ytterligare en risk är att en som forskare hamnar i en situation där allt som sägs i intervjun tolkas utifrån ens egna kunskaper, alternativt det teoretiska ramverk en utgår från. Detta kan leda till att en endast fokuserar på de aspekter av intervjun som explicit rör frågor som korrelerar med dessa föreställningar. Genom att ha detta i åtanke kan en som forskare vara särskilt noggrann med att ställa följdfrågor kring och utforska områden som de ursprungliga frågorna renderat svar kring. Detta för att vara nyfiken på hur meningsstrukturen kan relatera till områden som tidigare var okända, och som också kan bistå i uppsatsens analytiska del (ibid 2011:141–142). Risker är något som en som forskare alltid bör ha i åtanke när en genomför en undersökning, inte minst för att öka validiteten gällande uppsatsens legitimitet. Det ideala samtalet sker utan maktutövning. Vad en som forskare kan göra för att uppnå så god kvalitet som möjligt är att ha riskerna i åtanke, och att genom intervjuerna låta dem genomsyra ens som forskare förhållningssätt till undersökningen (ibid 2011:141).

#### **4.2 Situering och reflexivitet**

Det förhållningssätt som anammats gentemot de som intervjuats har grundat sig i förståelsen för att den empiri som intervjuerna genererat inte ger svar på någon essentiell verklighet. De tolkade resultaten från just dessa män går således inte att applicera på samhället i övrigt. Detta härstammar också i en förståelse, likt Donna Haraway (1988), för att kunskap inte kan ses som objektiv eller neutral, utan produceras alltid i delaktighet och interaktion mellan forskare och forskningsobjekt (Haraway 1988, Lykke 2009:20). De tolkningar som görs är således inte endast ett resultat av egna erfarenheter, utan också relaterat till faktorer som kön, klass och etnicitet. Därför bör de tolkningar

som görs snarare ses som en kontextualiserad kunskap i relation till de avgränsningar som ligger till grund för denna uppsats (Johansson 2005:314). Som feministisk forskare är det särskilt relevant att reflektera över sin egen position vari den kontext ens undersökning befinner sig. Erfarenheter av att identifiera mig som man, samt ha vuxit upp i väldigt tävlingsinriktade- och träningsorienterade sammanhang är faktorer som riskerar att påverka de tolkningar som görs. Även det faktum att jag har läst och intresserat mig för maskulinitetsstudier under mina år i universitetsvärlden är faktorer som ska vägas in. Samtidigt är det erfarenheter som parallellt kan fungera som en tillgång, en möjlighet till fördjupad förståelse och tolkningsunderlag för de resultat som intervjuerna frambringar. En annan person, med andra erfarenheter skulle möjligtvis rendera differentierade tolkningar och resultat. Ambitionen är detta till trots att vara så transparent och öppen som möjligt i relation till de empiriska och teoretiska tolkningar som görs.

### **4.3 Urval**

Männen har tillfrågats i avseende av att de är engagerade i en uttalat feministisk organisation som riktar sig till män. Jag kom i kontakt med männen genom att jag själv är engagerad i samma organisation. Detta till trots kände vi inte varandra vid tillfället för då intervjuerna genomfördes. Att aktivt engagera sig i en organisation som jobbar feministiskt bidrar ytterligare till att ovan nämnda fördjupning skulle grunda sig i ett genuint intresse för frågor som rör identitet och maskulinitetsfrågor. Förfrågan om att delta i studien utgick från kriterier om att identifiera sig som man, feminist, samt träna regelbundet. Relativt snabbt svarade två män i medelåldern att de gärna skulle delta i studien. En tredje och sista person lokaliserades genom en bekant, vars partner uppfyllde kriterierna för att delta i studien. Förhoppningen har varit att tre stycken intervjuer ska ge tillräckligt empiriskt underlag för analys, men det har även funnits personer som stått redo att intervjuas om så skulle visa sig att inte vara fallet.

#### **4.3.1 Intervjuporträtt**

- **Kalle** är i tjugofemårsåldern och växte upp i en småstad utanför Stockholm. Han jobbar inom byggbranschen, och är även engagerad fackligt på sin arbetsplats. Han växte upp med ett stort intresse för fotografering och bilar, men har de senaste två åren fått ett väldigt stort intresse för träning och hälsa. Målet med träningen är dels att må bra, men även att lägga

på sig vikt i form av muskelmassa. Detta görs i form av mestadels styrketräning. Kalle ser feminism som att ursprungligen ha handlat om kvinnokamp, men nu mer som ett paraplybegrepp för flera minoriteters olika kamper.

- **Samuel** är i fyrtioårsåldern och uppväxt i en förort strax öster om Stockholm. Sport har varit en central del under hela uppväxten. Samuel arbetar med förortsfrågor, och är även under sin fritid engagerad i en feministisk organisation. I första hand tränar Samuel för att ta hand om sin kropp och må bra, men han lyfter även ett funktionellt perspektiv. Det finns ett egenvärde i att kunna göra vissa typer av saker med sin kropp. Han medger även att träningen är kopplad till föreställningar om att se bra ut. Samuels feminism grundar sig i vetenskapen om att det finns ett patriarkat som består i en könsmaktsordning. Det primära i hans feminism handlar om att utgå från och jobba med sig själv i relation till den könsmaktsordningen.
- **Nils** är liksom Samuel i fyrtioårsåldern och är uppväxt på landsbygden i västra Sverige. Nils jobbar med människor, men är även engagerad i vissa feministiska projekt. Uppväxten har präglats av delaktighet i diverse idrottsklubbar, men de senaste 20 åren har han tränat på egen hand - mestadels styrketräning, men även andra former av träning. För Nils handlar feminism om att kvinnor och män ska ha samma rättighet till samma möjlighet, och att kunna göra detta i frihet från våld. Detta görs utifrån en förståelse för att så inte är fallet, och att feminismen fungerar som verktyg för att lokalisera och synliggöra de maktmekanismer som bidrar till att män och kvinnor behandlas olika utifrån kön.

#### **4.4 Operationalisering och utformning av de metodologiska temana**

De teman som kommer ligga till grund för intervjuerna kommer att utformas dels i relation till Patriks Aspers tankar om A-schemat, men även Kristina Boréus idéer kring utformandet av lämpliga analysverktyg. Aspers utgår i sina studier från en tematisk tankekarta, men syftet är här att lyfta in Boréus för att möjliggöra samma praktiska tillämpande med hjälp av korta utformade rubriker och underfrågor. Samma princip, men annorlunda utformning. Aspers menar att schemat (rubrikerna/frågorna) ska ge forskaren maximal kontroll, men samtidigt flexibilitet och öppenhet för intervjun ska bli just öppen (Aspers 2011:150). Schemat är tematiskt strukturerat utifrån



uppsatsens tidigare forskning och teoretiska ramverk. Detta för att skapa lämpliga kategorier som kan tillämpas i relation till uppsatsens syfte. På så vis ökas förhoppningsvis förståelsen för läsaren, samt transparensen för uppsatsen i sin helhet (Boréus 2011:134, 135). Utformandet utgår även från de bredare forskningsfrågor som ligger som underlag, och inom varje tema bör det lämnas utrymme för nya rubriker som kan tänkas dyka upp under intervjuerna (Aspers 2011:150, 152). Att ha denna öppenhet och transparens underlättar för intervjun att bli “en samtalssituation då forskaren kan använda de svar hon får och de olika relationer som den intervjuade skapar mellan olika teman för att komma vidare [...]” (ibid 2011:152). Tanken är således att utarbeta ett par övergripande teman som intervjun utgår från. De frågor som utformas till teman/analysverktyg är specifika i sin uppbyggnad. De avser dock inte att rendera i specifika svar, utan syftar snarare till att ringa in samtalet i sin helhet, samt att någon gång under samtalet beröras. De kommer sedan kontinuerligt att följas upp med enklare former av följdfrågor (se 4).

#### **4.5 Disposition**

Ovan har redogjorts för den forskningskontext, teoretiska ramverk samt metodologiska utgångspunkt som denna uppsats lutar sig mot. Även urval och en kortare beskrivning av informanterna har nämnts. Uppsatsens undersökningsdel är uppdelad efter fyra teman. Det första syftar till att fenomenologiskt utforska hur träningen fungerar i relation till människans kroppsorientering. Ett av uppsatsens syften är att i första hand undersöka mäns relation till träning ur ett fenomenologiskt perspektiv. Därför kommer analysens första tema (5.1) endast refereras utifrån Ahmeds tankar kring kroppslig orientering. Det andra temat undersöker huruvida människans träning och orientering korrelerar med samhällsliga föreställningar om att passera som vältränad, medan undersökningens tredje tema tittar närmare på hur både relationen mellan träning/orientering och orientering/samhälle relaterar till föreställningar om maskulinitet. Den tematiskt öppna intervjun som metod har renderat i betydligt fler teman än som början var tänkt, och delar av de kommer att analyseras i ett fjärde och sista tema. Avslutningsvis avrundas undersökningsdelen med en sammanfattande diskussion, samt en konkretisering av de resultat som undersökningen erinrat.

## 5. Undersökning och analys

### 5.1 Träning, orientering och bekvämlighet

Ja det har det gjort utan tvekan. Jag har ju aldrig varit så bekväm med min kropp som jag är nu. Även i livet, för jag känner att jag har koll.

Träningen har kommit att bli en viktig del av Kalles liv. Efter att under flera år ha brottats med den kroppsliga identiteten, beskriver han hur träningen har fått honom att känna sig bekväm i den egna kroppen, och hur samma bekvämlighet bidragit till en form av kroppslig kontroll. På hans jobb har de en sedvanlig rutin där arbetarna byter om tillsammans, en rutin som Kalle delvis känt sig obekvämt i till en början. Efter att nu ha tränat ett par år upplever han hur situation har blivit lättare att orientera sig i, “[...] där har det absolut ändrats hur jag är bekväm med min egen kropp sen jag började träna [...] när alla andra har små ölmagar är jag den enda som tränar”. Bekvämligheten som Kalle beskriver vara ett resultat av träningen tycks också relatera till hans orientering gentemot sina kollegor i lättklädda rum. Känslan återkommer i intervjun med Samuel. Samuel känner sig bekväm i sin kropp, och bekvämligheten beskriver han som tudelad - dels i relation till att praktiskt kunna nyttja sin kropp, “Ja precis, det är också att känna sig trygg. Jag kan liksom böja mig ner och stoppa in handen under skåpet, jag kan springa fram till barnen som håller på att ramla ... jag menar det är också en grej som är väldigt skön att känna med sin kropp”. Att vara funktionell, och vara kapabel att nyttja kroppen till vardagliga saker som att leka med sina barn är något han upplever vara ett positivt resultat av hans träning. Den andra aspekten menar han relaterar till hans utseende,

[...] eh, att säga att det inte är det är lögn liksom, för jag känner att när jag ... jamen liksom, nu låter det helt sjukt, men nu är jag ärlig här (skratt). Om magen är tjock liksom, [...] för jag är ganska smalt byggd, har tunn benstomme. [...] om jag känner mig lite lönnfet sådär, då blir det ganska tydligt tycker jag själv. [...] men när jag känner mig stabil i kroppen, då känns den okej.

Resonemanget visar hur träningen blir viktig även i att den bidrar till en känsla av att ha kroppslig kontroll, i detta fall av att inte känna sig tjock. Samuel uttrycker likt Kalle att bekvämligheten upplevs både i relation till självet, men också till andra. I sitt feministiska engagemang rör han sig ofta i rum med andra män, och bekvämligheten han beskriver utifrån att träna gör att han känner sig tryggare. Utöver en känsla av kroppslig bekvämlighet, bidrar den till att han känner sig och

betraktas som snygg av andra. Kalle och Samuel beskriver även hur känslan av bekvämlighet kopplat till träning tenderar att rendera i ett antal privilegier. Samuel menar att han i feministiska rum kan uppleva en ökad respekt, medan Kalle å sin sida beskriver det som att,

På så vis har andras bild av mig förändrats. Därför får jag mer auktoritet och respekt, för nu ser jag inte ut att vara den där lilla och spinkiga killen liksom.

En ökad respekt, som i nästa skede leder till vad Kalle beskriver som privilegier i form av att lättare kunna ta plats och utrymme i olika sociala kontexter. Även att inte behöva oro sig när en är ute på stan är något han menar påverkas av att ha tränat till sig den kroppen han har, “[...] jag menar det gör ingen för jag har långt skägg och ser allmänt biffig ut. Så ja, utan tvekan har det förändrat min rörlighet”. Kalle och Samuel beskriver hur träningen lett till en ökad känsla av kroppslig bekvämlighet och kontroll, men även till att de möts av högre respekt av andra, och i särskilda kontexter upplever en ökad trygghet och handlingsutrymme.

Nils är liksom Samuel i 40-årsåldern, och beskriver även han hur träningen påverkat honom i relation till den egna kroppen. Nils har livet igenom känt sig trygg både i sin kropp och med sitt utseende. Längre in i intervjun beskriver han hur den uppfattningen samtidigt varit tätt sammanknuten med att han även, under hela sitt liv sysslat med någon form av träning. På frågan om- och varför Nils tror att träningen varit så viktig för honom svarar han,

Ja verkligen. Verkligen, verkligen (!). [...] i brist på ord för känslor har jag tränat bort ... eller tränat mig till att må bra. [...] Jag tror att träningen har nog gett mig någon form av självförtroendekapital skulle jag nog säga. Jag har också blivit väldigt mycket sedd på grund av min kropp i olika tider. Och även eftersom jag även söker efter någon form av bekräftelse av kvinnor, så har det ju ... kvinnor har uppskattat min kropp. Men även män har liksom varit avundsjuka på att jag har haft det lätt för mig rent fysiskt. Så ja, jag tror det har gett mig någon form av lugn och trygghet.

Orden går att härleda till samma mekanismer som både Kalle och Samuel menar att träningen bidragit med - dels att känna en kroppslig bekvämlighet, men också att uppleva en form av kroppslig kontroll. Det går även att urskilja hur Nils menar att träningen påverkat hur han uppfattas av andra. Detta genom en ökad bekräftelse och uppskattning i relation till hans kropp. Vidare poängterar han hur träningen lett till ökade privilegier och handlingsutrymmen, “Det har gett mig så oerhört många olika former av socialt kapital. Det är dels att ses som den som skulle kunna göra

si eller så ... alltså stå upp för mig när det blåser, eller bära det här om det är tungt”. Detta är något som han under perioder av sitt liv har upplevt som påfrestande, men på frågan om det varit jobbigt menar han att det vore som att säga att det vore jobbigt att få löneförhöjning, eller att för den delen vara vit i dagens samhälle. Snarare har den upplevda bekräftelsen bidragit till en ökad form av kroppslig bekvämlighet.

För att skapa ytterligare förståelse för relationen mellan kroppslig bekvämlighet och träning leder jag in intervjuerna till att beröra hur männen skulle känna om de inte fick träna. “Jag känner mig ... jag tränar ju för att jag vill bygga upp en viss kropp, och får jag inte träna så känns det som att jag faller ifrån den kroppen”. Kalle beskriver hur att inte träna skulle skapa en känsla av obehag. Det skulle innebära att göra avkall på något som han både trivs med- och tycker om att göra. Men även innebära en risk att falla ifrån den kropp han känner sig bekväm i, och också eftersträvar att uppfylla. Han menar samtidigt att känslan skulle vara mer psykisk än fysisk, då det egentligen tar flera månader innan kroppen förändras rent fysiskt av att inte träna. Just risken att falla ifrån en upplevd bekvämlighet är något vi fastnar vid, och Kalle utvecklar vidare,

Utan tvekan. [...] Det skulle definitivt göra mig mindre bekväm, därför ända sedan jag började träna har jag ju en större aptit. [...] skulle jag sluta träna skulle ju den (maten, egen anm.) gå någon annanstans än till muskler, utan tvekan. [...] och det skulle ju verkligen påverka min bekvämlighet.

Kalle är inte ensam i att känna detta obehag. Även Samuel tror att det skulle påverka honom om han slutade träna, “Ja det skulle det nog göra. [...] Negativt ... en viktig grej med mig är att jag har ganska dålig självbild. [...] alltså man tänker på vilka kläder man sätter på sig ... nu när jag är i vad jag tycker är hyfsat bra form kan jag tänka ´men de här brallorna har jag ju liksom nekat´, av utseendefixeringskäl, och då blir man väldigt sur på sig själv. Så visst påverkar det negativt då”. Perioder då Samuel inte tränat- eller känt sig lika bekväm i sin kropp har även renderat en ökad reflektion och avhållsamhet kring klädval. Nils å sin sida beskriver hur det i första hand skulle påverka honom som person, snarare än hans relation till andra,

[...] så det skulle nog, om man utgår från bekvämligheten i min kropp, och hur jag mår ... så skulle jag säkert må sämre i mig själv än i relation till vad andra tycker om min kropp. [...] skulle jag (egen anm.) gå åt det andra hållet, bli lite bredare, lite tyngre, lite mindre, vad det må vara ... mindre definierad. Det skulle säkert påverka min självbild på något sätt.

Att inte träna skulle i första hand påverka den egna självuppfattningen och den bekvämlighet som kommer ur denna. Samtidigt går det att urskilja hur den upplevda bekräftelsen och ökade handlingsutrymmet gentemot andra även den är något som riskerar att påverkas om de av någon anledning skulle sluta att träna.

### **Analys 5.1**

Träningen bidrar till hur männen förhåller sig till och känner kring den egna kroppen, men också i deras orientering gentemot andra kroppar. Startpunkten, deras kroppsliga här påverkas av träningen, som bidrar i huruvida de känner sig bekväma i den egna kroppen eller inte (Ahmed 2010:52). Att träna blir en central del i hur männen förhåller sig till sin omvärld, och således högst bidragande i konstruktionen av deras kroppsliga orientering (ibid 2010:51). Där Ahmed beskriver ras som en historiedimension, går männens utsagor att tolka som att deras essentiellt innankroppsliga konstrueras utifrån känslan och erfarenheten av att vara i, respektive ur form. Männen beskriver känslan som mentalt och kroppsligt skön. Det är då den innankroppsliga känslan av bekvämlighet knyter an till männens kroppsliga yta, och föreställningen av att vara vältränad införlivas som männen påverkas i sin kroppsliga orientering (Ahmed 2006:553, 2010:53). Det är även intressant hur alla tre beskriver att bekvämlighet bidrar till en upplevelse av kroppslig kontroll. Kontrollen liknas vid en trygghet. Tryggheten bidrar till att de i särskilda kontexter upplever en känsla av att lättare kunna orientera sig i relation till andra. De beskriver hur orienteringen underlättas av att de ibland upplever privilegier i relation till att de tränar. Den privilegierade erfarenheten går att förstå utifrån vad Ahmed menar är en orientering som görs av vana. Att i särskilda kontexter inte behöva oroa sig över den kroppsliga orienteringen, som snarare görs automatiskt, bidrar till att männen inte riskerar att avvika, och således heller inte att känna sig obekväma (ibid 2010:54). Känslan av obekvämlighet framträder dock när männen reflekterar över hur att inte träna skulle påverka dem. De beskriver då hur de skulle ”fundera över vilken tröja en ska ha på sig” (Samuel), ”oroa sig för huruvida maten transformeras till muskler eller fett” (Kalle), eller ”att få mindre definierade muskler” (Nils). Att inte få träna resulterar i en orientering som inte längre görs av vana, och går således att tolka som en form av desorientering (ibid 2010:54). Männens reflektioner kring att inte träna, och hur det skulle påverka dem negativt möjliggör för en tolkning i relation till vad Ahmed beskriver som Stress points. Träningen kan tolkas vara en form av social press. Pressen består i att träningen konstruerar linjer som männen tvingas förhålla

sig till för att fortsatt känna den bekvämlighet de beskriver stå i så nära relation med att de tränar (ibid 2006:554). De vill inte gärna sluta, då de tror att det skulle påverka dem negativt, och träningen blir således ett centralt inslag i konstruktionen av männens kroppsliga orientering.

## 5.2 Träning och samhället

Nej, alltså det handlar nog mycket om ens närmiljö, det är den som är min värld. Den utseendefixering som jag ser i Hänt extra eller någonting från Hollywood berör ju inte mig egentligen. Faktiskt, det gör den inte.

Samuel får frågan om huruvida han upplever att han påverkas av samhällsliga förväntningar kring sin träning. Till en början är han tveksam, eller rent av kritisk till att han skulle påverkas. Kalle resonerar på ett liknande vis, “[...] Så det är nog inte samhällsmässigt. Därför det som är normalt i samhället, det är ju konditionsträning, man ska vara smal. Det finns ju liksom inte riktigt samma norm att man ska styrketräna på det sättet, så det är ju inte därifrån påtryckningen kommer”. Det finns en diskrepans i både Samuel och Kalles intervjuer när det kommer till att påverkas utifrån. Deras första reflektion är att de inte påverkas, men samtidigt går det genom intervjuerna att se hur deras resonemang förhåller sig till föreställningsvärldar som ligger utanför dem själva. Särskilt tydligt blir detta en bit in i intervjun med Kalle, då han resonerar kring normativa kroppsbilder, “Så snarare från sociala medier, där är det ju bara super-rippade personer. Så därifrån kommer ju kraven, och det är ju på ett visst sätt samhället”. Att de skulle påverkas utifrån är något som Kalle och Samuel resonerar sig fram till, även i relation till andra teman vi diskuterar,

[...] men jag kan faktiskt säga att den kroppen, fitnesskroppen ... den tror jag finns i rätt många kulturer och samhällen också. Jag tänker att även popsnören eller södermalmshipstern ska (egen anm.) under kläderna ha den där fitnesskroppen liksom. Du ska se så här helt naturligt smal ut, rutorna ska synas där under.

Samuel medger här att det finns föreställningar kring hur kroppar bör se ut, men betonar återigen att det här är något han själv inte eftersträvar. Några meningar senare berättar han dock om hur han kan uppleva det jobbigt att vara överviktig, och hur detta är något som påverkar honom negativt. Både Kalle och Samuel påvisar således en diskrepans i sitt förhållande till föreställningar om normativa kroppar. Samtidigt som de implicit både erkänner och beskriver hur de förhåller sig till dem, så för de samtidigt en retorik i hur de inte gör det. Ännu ett exempel är i slutet av intervjun

med Kalle. Han beskriver då hur, “Det jobbiga i att börja träna är ju att mycket av det sitter ju i en machonorm, så man har ju varit undergiven en norm och följt det”. Den påverkan som Kalle beskriver här sker i relation till föreställningar om maskulinitet, men är tillika en föreställning som ligger utanför honom själv. I intervjun med Nils framkommer inte samma tvetydighet. Nils resonerar i direkt anknytning till att ha påverkats av föreställningar som ligger utanför honom själv. Vi samtalar kring kroppar i reklam, och Nils beskriver hur det för honom funnits tider då han upplevde det som jobbigt att jämföra sig med andra manliga kroppar, “Så det korta svaret är väl att jag har påverkats jättemycket av det. Jag kan tänka, det där skulle jag också kunna göra, sådär skulle jag också kunna se ut i rätt ljus eller det där är bara genetik, jag kommer aldrig kunna nå dit”. Samtidigt menar han att det är någonting som blivit lättare med åren, hur han genom reflektion lärt sig att hantera det annorlunda. Föreställningen om eftersträvansvärda kroppar är för Nils även kopplat till vilken form av maskulinitet han eftersträvar. Han beskriver hur träningen nästintill varit essentiell i detta görande,

Men eftersom jag då har haft den andra sortens maskulinitet som eftersträvansvärd, så har det ju alltid funnits ... vill du nå dit så behöver du träna. Och det har jag ju anammat liksom, i över 20 år kanske.

Träningen har inte bara blivit ett sätt att känna sig bekväm, utan även bidragit i en orientering gentemot eftersträvansvärda sätt att göra maskulinitet på. Intervjuerna visar även hur träning fungerar normativt i både ett individuellt- och samhällsligt perspektiv. Männens beskriver hur träningen skapar förväntningar som gör att personer i deras närhet riskerar att drabbas negativt. Kalle beskriver hur hans relation till träning skapar förväntningar på hans partner, som både för honom och henne blir problematiska, “[...] min partner mår ju dåligt för att hon inte tränar lika mycket som jag gör. Jag har ju fått in henne på att träna lite, men då får ju hon dåligt samvete varje gång jag går och tränar och inte hon. Så utan tvekan, man kan ju påverka negativt”. Kalle upplever det här som jobbigt, och en effekt av hans egna val som han gärna skulle vara utan. Även Samuel menar att det liv han själv lever, där det är viktigt att träna och ta hand om sin kropp är något han själv valt och inte vill projicera på personer som står honom nära. Till exempel har det renderat i en akksamhet i hur han pratar om träning och hälsa inför sina barn. Nils diskuterar problematiken kring förväntningar ur ett samhällsligt perspektiv, och menar att gymkedjor och medföljande reklam skapar föreställningar om att det är eftersträvansvärt att träna. Det leder till krav och

förväntningar även på den som inte tränar, och han beskriver då hur han som vältränad inte själv tvingas förhålla sig till det på samma sätt,

För det finns ju också någon form av hälsoideal när det kommer till träning, och lever man upp till det visuellt så är det ju ingen som frågar, ”varför tränar inte du?”

Att träna och passera i enlighet med kroppsliga föreställningar om att vara vältränad skapar enligt männen tudelade konsekvenser - å ena sidan ett socialt kapital i form av att inte ifrågasättas, inte utsättas för den sociala press de beskriver att icke vältränade personer riskerar att utsättas för. Samtidigt leder det till att de själva, genom sin träning och formandet av normativa kroppar riskerar att utsätta personer i deras närhet för samma typ av press, och hur detta är något de mår dåligt över.

## **Analys 5.2**

Undersökningens första tema (5.1) visar hur träning bidrar till känslan av bekvämlighet. Både i den egna kroppen och i relation till andra. Vidare renderar den upplevda bekvämligheten i vissa privilegier. Privilegier som männen menade korrelerade med föreställningar om att inneha en vältränad kropp. Den andra analysdelen visar hur männens orientering även relaterar till och i viss utsträckning påverkas av samhälleliga föreställningar om att träning ses som en eftersträvansvärd praktik (Herz och Johansson 2011:46, Gill et al. 2005:56). Detta går att relatera till Sara Ahmeds teori om hur diskursiva element (träning) tenderar att genomsyra samhälleliga institutioner och konstruera normativa föreställningar som sorterar vissa kroppar som önskvärda, och andra som avvikande (Ahmed 2010:54, Gill et al. 2005:59f, Herz och Johansson 2011:46, Johansson 1997:79). Träning som institution kan, till skillnad från Ahmed där hon talar om vithet, ses som en pågående process - något en kan gå in eller ut ur, ägna sig åt eller avstå, snarare än något som sitter i huden. Människor inkluderas eller exkluderas beroende på i vilken utsträckning de har möjlighet till eller väljer att träna. Männens utsagor av att påverkas av institutionella föreställningar går att likna vid en samhällelig apparat. En apparat som genom normer och föreställningar kring eftersträvansvärda kroppar, reklam om kost, hälsa och träning i varierad utsträckning påverkar männens medvetande (Ahmed 2010:58–60, Gill et al. 2005:56, Herz och Johansson 2011:46, Johansson 1997:79). En kan tolka det som att männen genom sin träning inte bara införskaffar en bekvämlighet i relation till den egna kroppen, utan även hur bekvämligheten bidrar till, och underlättar en orientering inom institutionens ramar (Ahmed 2010:58). Samtidigt är det något som



männen resonerar medvetet kring och även situerar sina egna praktiker som en del i konstruktionen av institutionen. Samuel framhäver inte sin träning gentemot sina barn, Kalle försöker att inte påverka sin partner i dennes träning och Nils berättar hur han sa upp gymkortet och började löpträna istället då gymhetsen blev allt för påtaglig. Männens inledande motsägelser av att inte påverkas går att relatera till hur Ahmed menar att de som besitter de egenskaper som institutionen är uppbyggd kring tenderar att inte se den (ibid 2010:58). I ett senare skede av intervjuerna går det att urskilja en medvetenhet av att de själva både påverkas, men även att de påverkar andra. På så vis åskådliggörs institutionens relationella uppbyggnad. Dels genom de (intervjupersonerna) som aktivt deltar och på så vis upprätthåller den, men även av de som männen beskriver stå utanför, och genom det riskerar att exkluderas (Ahmed 2010:58, Johansson 1997:79, Herz och Johansson 2011:46).

### **5.3 Orientering i relation till maskulinitet**

De första två temana har visat hur träningen fungerar i relation till männens kroppsliga orientering, samt hur detta relaterar till samhälleliga föreställningar om vad det innebär att vara vältränad. I denna tredje del undersöks huruvida relationen förhåller sig till föreställningar om maskulinitet. Även detta tema visar på en diskrepans,

Visuellt skulle de flesta säga att jag faller in på maskulinitet, och hur jag är skulle kanske också många säga att jag gör maskulinitet ... liksom utifrån hur jag är i ett rum, till hur jag för mig gentemot andra. [...] alltså det korta är ju att maskulinitet är ett socialt kapital.

Orden går att tolka som att Nils skiljer på två olika typer av maskulinitet. Dels något visuellt och kroppsligt, men även något socialt i form av hur han gör maskulinitet. Han beskriver samtidigt hur han upplever sig passera som maskulin gällande båda dessa aspekter. På frågan om hur han förhåller sig till den tudelade maskuliniteten menar Nils att han de senaste åren strävat efter att utmana och bryta med den sociala föreställningen av vad maskulinitet innebär. Det är samtidigt något han upplever som svårt, då den kropp han format med hjälp av träningen gör att han utseendemässigt alltid passerar som "vilken knocke som helst". Kopplingen mellan ett maskulint yttre samt hur det renderar förgivettagna förväntningar på en social form<sup>1</sup> av maskulinitet är något

---

<sup>1</sup> Syftar till vad Nils beskriver som maskulina beteenden snarare än något ytligt och kroppsligt.

som Nils beskriver som jobbigt. Samtidigt kan en, under stora delar av intervjun med Nils, tolka det som att han rent kroppsligt strävar efter att uppnå ett maskulint kodat yttre i form av en muskulös kropp. Den tudelade maskulinitet som Nils beskriver framkommer även i intervjuerna med Kalle och Samuel. Kalle menar att det finns en tydlig norm som män tvingas förhålla sig till. Detta är samtidigt något han finner svårt,

Så på vissa sätt är jag ju med och upprätthåller den, för att jag har ett väldigt maskulint utseende och kropp. Det är ju också något jag strävar efter med min träning, men det är verkligen inte så jag är som person egentligen.

Att passera som maskulin i relation till sin kropp menar Kalle leder till sociala förväntningar kring att performativt göra maskulinitet på ett sätt som överensstämmer med den kropp han erinrat genom träningen. Både Nils och Kalles berättelser går att tolka som att de finner en obekväm motsättning i denna koppling. Den sociala maskulinitet deras kroppar förväntas rendera i stämmer inte överens med deras självuppfattning. Där Samuel, likt Nils talar om ett socialt kapital kopplat till föreställningar om maskulinitet, beskriver även han hur det riskerar att skapa förväntningar kring hur han förväntas vara socialt,

Men då vill ju jag med det ... ja, men då vill ju jag vara ännu gladare, ännu snällare och typ spegla tillbaka energi åt andra. Att använda det då på något positivt sätt. Vara ännu mer ödmjuk, att vara ännu mer lyssnande och liksom vara ... att inte då bli betraktad som en stropp. [...] försöka vända på det då.

Kapitalet som Samuel menar att han får på grund av sin tränade kropp är något han ser som problematiskt, och hur det i vissa avseenden förutsätter att han är någon han varken är eller vill vara - en stropp. Samtidigt är Samuel ärlig med att kroppen han fått som ett resultat av sin träning är något han till viss del eftersträvar och också trivs med. Men det är även samma kropp som kan stå i motsättning i relation till den sociala maskulinitet han vill förknippas med och som bygger på snällhet, ödmjukhet, inkännande och glädje.

En annan aspekt som präglar samtalet kring maskulinitet är hur männens träning och kroppsliga orientering står i relation till andra män. I vilken utsträckning det sker skiljer sig männen emellan, men samtidigt något alla tre tar upp, och även betonar att de reflekterat över. Kalle beskriver hur han ofta jämför sig kroppsligt med andra män,

Det blir en faktor absolut, för precis som man jämför sig på olika sätt så jämför man sig ju. Jag gör det, omedvetet och medvetet med hur tränade andra personer är. Precis som jag jämför mig på jobbet, [...] så vill jag vara bättre än andra på att träna också. Oftast helt i onödan, så man måste ju påminna sig om att man ska träna för sig själv, inte för att bara vara bättre än alla andra, för det är ju värdelöst.

Att jämföra sig beskrivs som förgivettaget, och Kalle är även tydlig med hur det påverkar hans kroppsliga bekvämlighet - känner han sig större än andra män i en given kontext bidrar det till en ökad kroppslig bekvämlighet. Samtidigt upplever han jämförelsen som problematisk, och beskriver hur det går i hand med vad han kallar för en machokultur. I denna kultur beskriver han hur män ofta jämför- och konkurrerar med varandra utifrån vilka kroppar de har. Samuel och Nils menar att de inte jämför sig särskilt med andra män, men är båda öppna med att detta till viss del har att göra med deras ålder, och att de tidigare i sina liv upplevt jämförandet som mer påtagligt. Nils beskriver hur han främst jämfört sig med de som stått honom nära, men att han samtidigt i den kontexten alltid varit den som stått överst i hierarkin. Detta som ett resultat av att ha varit den som varit starkast, tränat mest, sprungit längst och orkat mest. Samtidigt har det lett till ytterligare en form av socialt kapital, och genom detta har inte heller han behövt oroa sig för det Kalle beskrev om att få sin kroppsliga bekvämlighet påverkad i negativ bemärkelse. Nils är medveten om att det i görandet av maskulinitet finns ett inslag av konkurrens, och beskriver hur han idag inte skulle ha några problem med om någon annan man plötsligt visade sig vara starkare än honom. Att fortsatt reflektera över det är samtidigt vad han menar har skapat den medvetenheten, “[...] så det är lika bra att sluta tävla i det, men det är lättare sagt än gjort”. Även Samuel menar att han jämför sig, men att detta oftast sker inom den kategori av män som han själv anser sig tillhöra. Detta är en kategori som utifrån ålder, typ av träning samt träningsfrekvens överensstämmer med honom själv. Han menar, likt Nils, att jämförandet inte påverkar hans bekvämlighet eller självuppfattning, men medger samtidigt att det händer att han jämför sig. Både kroppsligt och utifrån prestation, med främst andra män.

En tredje och sista aspekt vi diskuterar är föreställningen av hur manskroppar bör se ut, samt hur männen själva förhåller sig till denna bild. Bilden de beskriver är relativt samstämmig, “Låg fettprocent, [...] halv-mycket muskler, [...] sexpack” (Kalle), “vara allting på en gång, du ska vara smal, du ska vara stark, du ska se normal ut men du ska vara extremt muskulös och inget fett liksom” (Samuel), samt “Allt från Sylvester Stallone, Dolph Lundgren, Brad Pitt i Fight Club har

väl varit det mest bestående idealet” (Nils). Kalles mål med träningen är att bli så stor som möjligt, han bryr sig inte nämnvärt om vilken fettprocent han har. Han både förhåller sig till, samt distanserar sig från bilden han beskrivit - muskler är viktigt, inte låg fettprocent. Även Nils beskriver explicit hur han genom livet eftersträvat delar av den bild han beskriver ovan, men att han idag har lättare att distansera sig, och i många avseenden ta avstånd från den. Samuel tonar ned betydelsen av att se ut på ett visst sätt, och tar i många avseenden även han avstånd från bilden han beskrivit. Samtidigt berättar han hur det är viktigt för honom att inte känna sig tjock runt midjan, så även för honom finns det inslag som korrelerar med bilden de alla tre beskrivit. Även till normativa föreställningar om manskroppen framkommer en diskrepans i männens resonemang. Bilden de beskriver som eftersträvansvärd är något de både tar avstånd från, men även i olika utsträckning förhåller sig till.

### **Analys 5.3**

Det tredje temat visar hur männens träning korrelerar- och påverkas av föreställningar kring maskulinitet. Att kroppsligt passera som maskulin beskrivs som ett socialt kapital, och bidrar till möjligheten att kroppsligt orientera sig (Ahmed 2010:53, 2006:553). Den kroppsliga konnotationen till maskulinitet leder samtidigt till att männen relateras och uppfattas utifrån en social form av maskulinitet som de inte känner sig bekväma i, utan rent av tar avstånd från. Männen beskriver den sociala formen av maskulinitet med epitet som “knocke” (Nils), “machoman” (Kalle) och “stropp” (Samuel). För att bryta associationen och motverka den sociala obekvämlighet som då uppkommer gör de särskilt aktiva val i görandet av sin maskulinitet (ibid 2010:54). Handlandet går att tolka i relation till den paradox som Thomas Johansson beskriver. Då männen i flera avseenden eftersträvar ett maskulint yttre, tar de samtidigt avstånd från den sociala form av maskulinitet som de upplever följer med på köpet (Johansson 1997:93). Processen männen beskriver går att tolka som att deras kroppar befinner sig i ett komplext sammanhang bestående av starka sociala och kroppsliga normer. I konstruktionen av den maskulina identiteten är sammanhanget något männen tvingas förhålla sig till (Gill et al. 2005:57). Som intervjuerna visar konstrueras även identiteten i relation till andra män. Nils och Samuel medger hur de i viss utsträckning, och i särskilda kontexter jämför sig med andra män. Kalle är tydlig med att han jämför sig ofta, och att det påverkar hans kroppsliga orientering. Jämförandet leder till att männen hierarkiskt rangordnar sig själva och sina kroppar i relation till andra män. Beroende på vilken

placering en innehar i rangordningen, går männens berättelser att tolka som att de tilldelas olika mycket socialt (maskulint) kapital. Hierarkiseringen konstruerar en under respektive överordning där männens plats i genushierarkin påverkas av vilka kroppar de innehar (Connell 1995:69, 102. Gill et al. 2005:59f). Intervjuerna visar även hur hierarkiseringen konstrueras utifrån föreställningar om maskulint eftersträvansvärda kroppar. Männerna är samstämmiga i beskrivningen av denna kropp - smal midja, muskulös och låg fettprocent. Varken Kalle, Samuel eller Nils eftersträvar föreställningen helt och hållet, men intervjuerna visar att de alla tre, på ett eller annat sätt i både sin träning och kroppsliga orientering förhåller sig till föreställningen (Herz och Johansson 2011:46). Att de förhåller sig går att relatera till Connell och tidigare forskning. Connell menar att samtalet om maskulinitet alltid fokuseras till den manliga kroppen, samt att det finns tydligt normativa föreställningar kring hur denna kropp bör se ut (Connell 1995:69, Gill et al. 2005:57, Herz och Johansson 2011:46, Johansson 1997:75). I ett vidare skede påverkar föreställningen av den normativa kroppen männens beteende i relation till vad de beskriver som två olika former av social, och kroppslig maskulinitet (Connell 1995:69, Gill et al. 2005:57, Herz och Johansson 2011:46, Johansson 1997:75).

Analysen visar hur männen aktivt förhåller sig till föreställningar om maskulinitet. Deltagandet sker då männen i sin träning införskaffar sig kroppar som till viss del överensstämmer med vad de beskriver som normativa föreställningar om maskulinitet. Deltagande sker vidare i att de distanserar sig från ett socialt görande av maskulinitet som de inte ser som eftersträvansvärt (stropp, knocke, machoman). Hur går männens erfarenheter att tolka i relation till Connells tankar om en hegemonisk maskulinitet? Intervjuerna visar hur männens relation till föreställningar om maskulinitet står under ständig omförhandling. För Kalle varierar det eftersträvansvärda beroende på om han umgås med sina vänner eller befinner sig på jobbet, medan både Samuel och Nils berättar hur det skiljt sig åt beroende på ålder, kontext och umgänge. Där deras förhållningssätt skiljer sig åt beroende på form av maskulinitet (kroppslig och social), går att relatera till vad Connell och Johansson menar är en hegemonisk maskulinitet som ofta ter sig tämligen motsägelsefull (Connell 1995:102, Johansson 1997:93). Även där de betonar på att det eftersträvansvärda skiljer sig åt beroende på kontext visar att den hegemoniska maskuliniteten inte kan eller bör fixeras, utan att den står under ständig omförhandling sett över tid och rum (Connell 1995:102). Detta till trots kan en urskilja en relativ samstämmighet i männens beskrivningar av

vad som för närvarande framställs vara en eftersträvansvärd maskulinitet, och därigenom kan tolkas vara hegemonisk (Connell 1995:101). Analysen ovan visar hur den tolkat hegemoniska maskuliniteten utgår från att Kalle, Samuel och Nils strävar efter att vara vältränade på ett sätt som till viss del korrelerar med en normativ form av maskulinitet (Herz och Johansson 2011:46, Gill et al. 2005:56, Johansson 1997:79, Connell 1995:69). Strävan inbegriper samtidigt ett distanserade från delar av samma beskrivna maskulinitet, den om en fettsnål, muskulös och stor kropp. En bör helt enkelt inte vara för vältränad, eller ta sin träning på för stort allvar (Herz och Johansson 2011:46, Gill et al. 2005:56). Den tolkat hegemoniska maskuliniteten inbegriper även ett distanserade från stereotypa föreställningar i görandet av maskulinitet. För att inte passera som en knocke, stropp eller machoman, implementerar männen egenskaper som snällhet, glädje, inkännande och ödmjukhet i görandet av sin maskulinitet.

#### **5.4 Kroppsliga och feministiska motsättningar**

En reflektion som varit påtaglig genom intervjuerna är den diskrepans som genomsyrat männens resonerande kring träning. Det har hela tiden funnits ett å ena sidan, men å andra sidan. Diskrepansen har gjort intervjuerna intressanta, men också bidragit till att svaren ibland varit svåra att tyda. Det sista temat avser att analysera delar av den diskrepans som männen beskriver vara ett resultat av att de identifierar sig med feminismen. Den första aspekten är att de upplever en dubbelhet i bekräftelsen av sina kroppar. Hur deras kroppar i vissa rum (som beskrivits i 5.1) kan resultera i upplevda privilegier, men i andra rum upplevas som en belastning,

Jag tror också i ett feministiskt rum så kan det ju ... ena stunden vara väldigt uppfriskande att en som jag är i rummet, men det kan ju också vara ... min trovärdighet kan ifrågasättas för att jag ser ut som jag gör.

Nils beskriver hur han upplever att den tränade kroppen både kan vara en tillgång och en belastning. Samuel är inte lika explicit i sitt resonemang, men samtidigt går det att mellan raderna tolka hur också han har en tudelad relation till sin tränade kropp beroende av vilka rum han befinner sig i,

Då tycker jag att, då är man ute på djupt vatten i det här feministiska. [...] att inte bli betraktad som en stropp. För det blir jag i vissa rum (egen anm.) ... bara det att komma in som en snygg man. Ja

men det där är lite, om man kommer in som snygg man i ett rum, så hamnar ju folk redan i underläge  
- även män.

Återigen blir det tydligt hur den tränade kroppen upplevs vara en belastning, och något som kan sticka ut i negativ bemärkelse. Kalle beskriver att han i vissa rum sticker ut rent kroppsligt och hur det kan skapa en tudelad känsla, “Att sticka ut i sig är inte jobbigt, utan det är bara jobbigt att jag kopplas ihop med att vara någon jag inte är. Jag är den manliga mannen i gruppen, vilket inte är den jag är som person. Men jag blir alltid behandlad som det, och det är tråkigt”. Männen menar att den kodade tränade kroppen dels leder till en ökad kroppslig bekvämlighet, men även hur de i särskilda rum upplever kroppen som till viss del begränsande (se även analys 5.3). De beskriver det som en risk att inte tas på allvar (Nils), inordna sig själv i ett hierarkiskt överläge gentemot andra, och att det blir kontraproduktivt (Samuel), och att återigen (se analysdel 5.3) kopplas ihop med en social form av maskulinitet som en inte känner sig bekväm i (Kalle).

En andra aspekt som visade sig i intervjuerna är hur kroppen kan användas som ett normbrytande och i vissa avseenden feministiskt redskap för att utmana föreställningar om maskulinitet. Nils menar att,

[...] och jag kan ju också använda hur jag ser ut, i form av att jag har nagellack ... att jag har smycken som skulle kunna feminisera mig om jag hade haft en annan kropp (egen anm.). Alltså jag använder ju min normativa maskulinitet på det sättet, verkligen. Som ett verktyg i mitt arbete när jag är ute och pratar om maskulinitet med andra killar, eller vuxna.

Den muskulösa och maskulint kodade kroppen blir i kombination med nagellack och smink ett verktyg för Nils att utmana och bråka med genusföreställningar kring vad det innebär att vara man. Även Samuel beskriver hur han i sin träning “[...] försöker vara så queer som möjligt ... eller det låter ju löjligt när jag ser ut som en väldigt normativ man, men ändå utmana föreställningar (egen anm.)”. Genom att i sin träning ha ett normkritiskt förhållningssätt menar Samuel att han kan tona ned betydelsen av att se ut på ett visst sätt, ta si eller så många kilo i bänkpress, eller för den delen framstå som stereotyp maskulin. Kalle beskriver i sin tur hur han i vissa kontexter använder kroppen som feministiskt redskap genom att ge makt och utrymme han tilldelats på grund av sin kropp till andra, “[...] man försöker ta plats för att ge den till någon som inte (!) kan ta plats”. Överlämnandet möjliggörs inte bara av den tränade kroppen, utan även av vad han menar är ett feministiskt uppvaknande, “[...] jag menar det är ingenting som jag gjorde alls tidigare, på grund

också av att jag inte var lika insatt politiskt då heller”. Genom att träna sig till en viss typ av kropp och samtidigt utveckla feministisk medvetenhet rörande maskulinitet öppnas möjligheten för att använda kroppen som verktyg till att göra feministiskt motstånd.

Den tredje och sista aspekten knyter an till den andra. Kan det kapital männen menar bidrar till möjligheten att göra kroppsligt motstånd vara resultatet av en rädsla att feminiseras? Frågan uppdragas då jag precis avslutat intervjun med Nils. Jag frågar om han har något ytterligare han reflekterat över kring sin träning,

Nils: Det jag tänker på ... är det här hur vi kompenserar.

Johan: Ja du var inne på det lite tidigare ...?

Nils: Det skulle vara intressant att gräva i. Alltså vad kompenserar vi för? Allt från såhär, jag köper en stor bil för jag har en liten kuk, [...] alltså vad det nu må vara, så finns det ju någon form av kompensatorisk kraft i att träna. [...] Och som jag sa, jag är uppväxt på landsbygden. Jag började när jag var fjorton att träna med seniorer, och insåg att, fan, jag är för smal, jag måste lägga på mig kött, och började styrketräna. [...] jag kompenserade för en brist genom att öka på med en annan.

Då Nils tar upp kompensation som faktor väljer jag att som intervjuare inta en mer aktiv hållning,

Johan: Jag har också tänkt kring just det ... att jag tidigare i mitt liv valt att göra maskulinitet på ett hårdare sätt, men att jag i och med någon form av feministiskt uppvaknande började göra maskulinitet på ett mjukare sätt. Och under samma period gick jag genom min träning från att ha en relativt smal och inte så muskulös kropp till att bygga mer muskler. Hur tänker du kring det?

Nils: Ja men verkligen. Och jag har också märkt det under mina föreläsningar, hur jag då när jag feminiserar mig genom att exempelvis ha nagellack, samtidigt betonar vad som ger mig den möjligheten. [...] Typ att jag är superstark, det säger jag (!), istället för att säga, nej men jag gillar att ha smycken, så vill jag då på något sätt även säga att jag är ... starkare än de flesta i det här rummet.

Vi avbryts av att Nils behöver göra ett jobbärende. Då han kommer tillbaka avslutar han,

[...] men jag tycker det är himla intressant det där - hur och vad vi kompenserar för. Och jag gillar ... men jag sympatiserar verkligen med ... [...] att om jag nu ska in i de här rummen, hur bär jag då upp det här andra ... med muskler, eller med skägg. Jag tycker det är intressant.

Den andra aspekten visade hur kroppen i särskilda kontexter, exempelvis då Nils föreläser, fungerar som ett feministiskt redskap i att utmana normer kring kön och maskulinitet. I den



avslutande delen av samtalet beskriver Nils hur han i användandet av feminint kodade attribut samtidigt betonar sitt maskulina yttre. Tidigare beskrev han att samma attribut innebar en risk att feminiseras om han "haft en annan kropp". Nils betonande av det maskulina yttre fungerar således kompensatoriskt i att han inte riskerar att uppfattas som för feminin. Att bära smycken och smink känns mer okej eftersom han framhäver bärandet med hjälp av en kropp som består av muskler och skägg.

#### **Analys 5.4**

Den första aspekten för undersökningens fjärde tema går att analysera ur Ahmeds teori om orientering. I analys 5.1 tolkades hur den kroppsliga bekvämlighet männen beskrivit vara ett resultat av sin träning bidrog till känslan av kroppslig kontroll. Kontrollen tillät att männens kroppsliga orientering gjordes av vana (Ahmed 2010:54). I det här avsnittet kan en se hur männen i feministiska kontexter, i vissa avseenden upplever den tränade kroppen som en belastning. Orienteringen sker inte längre av en vana, utan det faktum att de kodas som tränade resulterar i att de plötsligt blir reflekterar över den egna orienteringen. Reflekterandet sker till viss del även i andra rum, men då i relation till ett ökat handlingsutrymme och privilegier, och således något som bidrar i männens bekvämlighet. I den feministiska kontexten sker avvikelsen i vad som upplevs vara en negativ bemärkelse. Jag väljer här att inte likna erfarenheterna vid vad Ahmed menar är kroppar vars orienteringsscheman helt och hållet bryts. Det eftersom intervjuerna visar på en diskrepans i att, som analysen ovan visat, avvikelsen sker i både positiv och negativ bemärkelse. Samtidigt går det att tolka hur upplevelsen av att bli bemött i negativ bemärkelse utifrån sin kropp (i denna särskilda kontext) rubbar deras tidigare beskrivna bekvämlighet (ibid). Temats andra aspekt är intressant att analysera i ljuset av Cathrin Wasshede's forskning om ambivalenser i relation till att göra motstånd till och förhålla sig till feministiska frågor. Att männen identifierar sig som feminister, vill utmana och förändra föreställningar om maskulinitet, men tillika tränar på ett sätt som gör att de införskaffar sig kroppar som till viss del överensstämmer med normativa föreställningar om maskulinitet, går att tolka som en form av ambivalens (Wasshede 2010:98). Detta å ena sidan, men å andra sidan öppnar samtidigt för vad männen beskriver som en möjlighet att använda kroppen för att utmana olika föreställningar om maskulinitet. Genom att sminka sig, försöka vara queer eller använda tilldelat utrymme för att ge till andra, kan männen sägas använda det glapp som Wasshede menar öppnas inom ramen för en feministisk ambivalens. Motsägelsen i

att ha en vältränad kropp blir istället en möjlighet, ett redskap som männen använder för att göra feministiskt motstånd (ibid 2010:316). Den tredje aspekten, där jag och Nils samtalar om hur träning kan fungera kompensatoriskt går att relatera till vad Wasshede kallar för heteroskydd. Hon menar att mäns könsöverskridande lek med feminina attribut ofta stannar vid rädslan för homosexualitet eller fjollighet, "Kommunicerar de för mycket femininitet riskerar de att betraktas som homosexuella eller fjollar och då uppstår behov av att neutralisera femininiteten genom maskulina symboler, som till exempel skägg" (ibid 2010:210). Då Nils beskriver att han betonar sin muskulösa kropp istället för att framhäva att han faktiskt tycker om att bära smycken och smink går att tolka som en betoning av en maskulin symbol. Den vältränade kroppen fungerar således som en form av heteroskydd. Huruvida handlingen är medveten eller inte står oklart, men det går att tolka hur betoningen är sprungen ur en rädsla att feminiseras, eller som Wasshede menar att betraktas som en fjolla (ibid).

## **6. Sammanfattning och avslutande diskussion**

Syftet med den här uppsatsen har varit att ur ett fenomenologiskt perspektiv undersöka feministiska mäns upplevelser av att träna. Dels hur träning påverkar männens kroppsliga bekvämlighet, men också orientering i relation till andra. I ett vidare skede var syftet att undersöka huruvida orienteringen påverkades av normativa föreställningar om den manliga kroppen. Det fanns även ett syfte i att undersöka om det faktum att männen identifierar sig som feminister var något som påverkade hur de såg på sig själva i relation till sin träning.

Intervjuerna visar hur träning står nära sammanknutet med informanterna Kalle, Samuel och Nils kroppsliga bekvämlighet och orientering. Att träna bidrar till att de känner en form av kroppslig kontroll som påverkar hur de orienterar sig mot, samt uppfattas av andra. Bekvämligheten bidrar till ett i vissa avseenden ökat handlingsutrymme, där männen på grund av hur de kroppsligt uppfattas av andra erhåller privilegier. Att sluta träna är något de tror skulle påverka den kroppsliga orienteringen negativt, och således ses träning som ett centralt inslag i konstruktionen av männens kroppsliga bekvämlighet. Intervjuerna visar även att männen i varierad utsträckning påverkas av samhällsliga föreställningar som gör gällande att träning och formandet av en vältränad kropp är något eftersträvansvärt. Att träna och söka kroppslig bekvämlighet är således något som påverkas av faktorer som ligger utanför dem själva. Männens utsagor om samhällets effekter liknats vid en

form av institution. Inom ramen för institutionen upplevs männens kroppar lättnavigerade och begripliga då de passerar som vältränade. Personer som inte konnoteras vara vältränade riskerar samtidigt att göras obekväma i sin kroppsliga orientering. Då det riskerar att leda till exkludering från institutionen om den vältränade kroppen, beskriver männen hur de är varsamma med att proklamera sin träning gentemot personer som står dem nära. Vidare visar undersökningen att männens träning och kroppsliga orientering står i relation till andra män i allmänhet, och föreställningar om maskulinitet i synnerhet. Den upplevt bekväma och vältränade kroppen är i sig något de eftersträvar, men förbinder dem med en social form av maskulinitet som de inte vill kännas vid. Genom att framhäva sig som snälla, empatiska och ödmjuka i sin maskulinitet ämnar de bryta den oönskade associationen. Männen beskriver även hur de i olika utsträckning jämför sig kroppsligt med andra män. Det leder till en under respektive överordning, där männens placering i genushierarkin påverkas av vilka kroppar de har. Rangordningen kan ske utifrån konkurrens och prestation, men även med hänsyn till normativa föreställningar om kroppen. Männen beskriver kroppen utifrån egenskaper som smal midja, muskler och låg fettprocent. I sin helhet tar de avstånd från bilden de målar upp, och menar att den i sig inte är eftersträvansvärd. Samtidigt som de i varierad utsträckning förhåller sig till den då de beskriver hur de vill se ut och förnimma kroppen. Kalle, Samuel och Nils uppvisar i samtalen en pluralism angående sin syn på den manliga kroppen och görandet av maskulinitet. Därigenom blir maskulinitet något som hela tiden förändras och omförhandlas. Dels beroende på vem av dem jag pratar med, men maskuliniteten skiljer sig även åt individuellt männen emellan. Beroende på vilket kontext samtalet berör, vilken tid i livet de reflekterar över samt om de talar om sina vänner eller nära så ter sig maskuliniteten tämligen differentiell. Samtidigt kan en urskilja en relativ samstämmighet i vad männen ser som eftersträvansvärd maskulinitet. De eftersträvar alla tre en vältränad kropp, samtidigt som den inte bör vara för vältränad. Det är viktigt att ta avstånd från, och inte förknippas med vad de beskriver som en stereotyp maskulinitet. Machomannen. Här bör istället kroppen användas för att utmana föreställningar om maskulinitet. Det går således att urskilja vissa gemensamma drag i hur männen ser på och förhåller sig till föreställningar om maskulinitet, och undersökningen visar hur det kan liknas vid en form av hegemonisk maskulinitet. Intervjuerna visar även att männen ofta resonerar utifrån olika perspektiv. Som att det vid varje svar finns ett både och eller antingen eller. Upplevda privilegier på grund av en tränad kropp i ett sammanhang kunde i ett annat resultera i en kropp som plötsligt kändes som en belastning. Exempel på ett sådant

sammanhang var i feministiska rum. Känslan var då att männen till viss del stack ut i negativ bemärkelse. Det resulterade i att den tidigare upplevda bekvämligheten rubbades.

Undersökningen visar att männen har en feministisk ambition att utmana normativa föreställningar om maskulinitet. Den visar även att de till viss del, genom sin träning införskaffar sig kroppar som överensstämmer med maskulint normativa föreställningar om den manliga kroppen. Den här relationen går att likna vid en form av feministisk ambivalens. Samtidigt beskriver männen hur de kunde använda motsägelsen (den vältränade kroppen), som ett verktyg i att bråka med föreställningar om vad det innebär att vara man. Detta gjorde de genom att exempelvis använda feminint kodade attribut i görandet av sin maskulinitet. De fick samtidigt inte framstå som för feminina, då det riskerar leda till att en uppfattas som en fjolla. Den risken undkom en genom att betona särskilt maskulina symboler som exempelvis muskler eller förekomsten av skägg. För att inte feminiseras helt fungerar således kroppen som en form av maskulint skydd.

Sammanfattningsvis har informanternas berättelser gjort skäl till en rad olika tolkningar och spår. Det som behandlats för analys är bara en del av dessa. Syftet har varit att visa på hur träning påverkar mäns kroppsliga orientering och upplevelse av att känna sig bekväma i den egna kroppen.

## **7. Förslag till vidare forskning**

Den här uppsatsen visar bland annat hur kroppen fungerar som redskap i att göra feministiskt motstånd. Något som slagit mig under undersökningens gång är att det skulle vara intressant att söka djupare förståelsen i vad männen beskriver som kontexter där kroppen snarare blir en belastning. Det exempelvis som männen beskriver i feministiska rum. Är det just på grund av att feminismen syftar till att utmana och bråka med hegemoniska föreställningar om genus som männen upplever att den kodat normativa kroppen blir en belastning? På vilket sätt kan den tränade kroppen då användas som redskap till att göra motstånd, är det ens möjligt?

## 8. Litteraturlista

### 8.1 Tryckta källor

Ahmed, Sara. (2006). *Orientations: Toward a Queer Phenomenology*. GLQ 12(4): 543–574.

Ahmed, Sara. (2010). *Vithetens fenomenologi*. Tidskrift för genusvetenskap 2010(1–2): 47–69.

Andreasson, J. & Johansson, T. (2014). *Gymkulturen balanserar på könsgränserna*. *Svensk idrottsforskning*. (2014(23):4, s.29–33).

Aspers, Patrik. (2007) *Etnografiska Metoder, att förstå och förklara samtiden*. Malmö: Liber.

Bartky, Sandra Lee. (1990). *Femininity and Domination. Studies on the phenomenology of oppression*. Routledge, New York.

Boréus, Kristina. (2011). *Texter i vardag och samhälle*. I Ahrne, Göran och Svensson, Peter. (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*, Malmö, Liber.

Brännberg, Tore. (1998) *Bakom Kulisserna. En socialpsykologisk studie av en förening*. Floda: Zenon förlag. (Diss.)

Connell, R. (1995). *Masculinities*. Polity Press Ltd, Cambridge.

Ekström, G. (2001). *Frisk, stark och vacker: Gym förr och nu*. Stockholm: Tekniska museet.

Gill, Rosalind & Henwood, Karen & McLean, Carl. (2005). *Body Projects and the Regulation of Normative Masculinity*. *Body and Society* 2005;11;37.

Haraway, Donna. (1988). *Situated Knowledges: The science Question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective*. *Feminist Studies*, Vol. 14, No.3.

Herz, M. Johansson, T. (2011). *Maskuliniteter - Kritik, Tendenser, Trender*. Liber.

Johansson, Anna (2005). *Narrativ teori och metod*. Studentlitteratur.

Johansson, Thomas. (1996). *Gendered spaces: The Gym Culture and the Construction of Gender*. Young.

Johansson, Thomas. (1997). *Den skulpterade kroppen. Gymkultur, friskvård och estik*. Thomas Johansson och Carlsson Bokförlag.

Johansson, Thomas. (2000). *Det första könet? Mansforskning som reflexivt projekt*. Lund: Thomas Johansson och Studentlitteratur.

Kallenberg, K. (1993). *Livsåskådning och hälsa*. I: Jeffner, A., Philipson, S.M. & Uddenberg, N (red.) *Hälsa som livsmening* (s. 38–50). Stockholm: Natur och kultur.

Klein, Alan M. (1993). *Little Big Men. Bodybuilding, subculture and Gender Construction*. Albany: State University of New York Press.

Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend. (2010). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Lin, Y. & Grigorenko, A. (2014). *Ortorexi: fixering vid mat och träning*. (1. uppl.) Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Messner, Michael A. (1993) *Power at Play. Sports and the Problems of Masculinity*. Boston: Beacon Press.

Wasshede, Cathrin. (2010). *Passionerad politik - Om motstånd mot heteronormativ könsmacht*. (1. uppl.) Malmö: Bokbox förlag.

## 8.2 Material

Intervju med Kalle. 51 min, 2017-04-18, Stockholm. Ljudupptagning finns i författarens ägo.

Intervju med Samuel. 48 min, 2017-04-19, Stockholm. Ljudupptagning finns i författarens ägo.

Intervju med Nils. 59 min, 2017-04-23, Stockholm. Ljudupptagning finns i författarens ägo.

## 9. Bilagor

### 9.1 Den tematiska intervjuguiden

#### *Bakgrundsfrågor*

- Ålder, bakgrund, sysselsättning.
- Vad innebär feminism för dig?

#### *Träning, orientering och bekvämlighet*

- Vad är din relation till träning?
- Är träningen viktig för dig?
- Hur känns det i kroppen när du tränar?
- Hur ser du på din kropp i relation till bekvämlighet?
- Påverkar din träning känslan av att känna dig bekväm?
- Kan träning påverka hur en uppfattas av andra? Om ja, hur?
- Upplever du någonsin privilegier i relation till att du tränar? Påverkar det ditt sätt att känna dig bekväm?
- Hur skulle du påverkas om du inte fick träna?
- 
- 

#### *Träning och samhället*

- Kan du känna samhälleliga förväntningar kring att du som individ *bör* träna? Om ja, hur ser dessa ut, och vart kommer de ifrån?
- Kan du känna press utifrån om att du bör ha en viss kropp? Om ja, innefattar detta även när du befinner dig på gymmet, finns det press även där?
- Kan du uppleva dig själv som annorlunda för att du går på gym?
- Om du tänker tillbaka på då du inte tränade, kan du uppleva en skillnad i hur din kropp känns i relation till din egen bekvämlighet, samt samhället i stort?
- Uppfattas det som okej att inte träna?
- 
- 

#### *En orientering i relation till maskulinitet*

- Vad innebär maskulinitet för dig?
- Hur ser du på din träning i relation till att du identifierar dig som man?
- Finns det idealbilder kring hur en mans kropp *bör* se ut? Är muskler viktigt för dig?
- Skulle sättet varpå du tränar skilja sig om du *inte* identifierade dig som man?
- Påverkar din relation till din kropp hur du uppfattar din egen maskulinitet?
- Kan du uppleva en relation mellan din egen kropp och din uppfattning av att vara man?
- Hur ser du på din kropp och att du tränar i relation till andra män? Kan du uppleva att det existerar en slags “kroppslig” konkurrens män emellan?
- 
-