

Hverdagens upåagtede kostvalg

- Et kvalitativt studie af unge mandlige erhvervsskoleelevers sociale normers betydning for kostvalg og et indblik i nudging som adfærdsregulerende metode i et hverdagslivsperspektiv

Aalborg Universitet, december 2016

Speciale – Maria Toftgaard Pedersen

Institut for Sociologi og Socialt arbejde

Vejleder: Inger Glavind Bo

Omfang: 34.425 ord

Maria Toftgaard Pedersen

Forord

I udarbejdelsen af dette speciale skal der først og fremmest lyde en stor tak til de seks mandlige erhvervsskoleelever, der stillede op til interview. Uden jeres medvirken, åbenhed og mod på at deltage i interviews, havde dette speciale ikke været muligt. Derudover skylder jeg en stor tak til ansatte ved Hjerteforeningen og CELF, for jeres åbenhed i forhold til at hjælpe til, at jeg kunne tilgå feltet ubesværet samt jeres bidrag til praktisk viden om skolen og elevernes hverdag. Ydermere skal lyde en tak til Annette Quinto Romani og Bendt Egebjerg for inspiration til specialets fokus og sparring på konferencen på Maltha.

Herudover skal rettes en tak til vejleder Inger Glavind Bo, som er kommet med inspirerende inputs og konstruktiv kritik. Ligeledes skal der lyde en tak til opponentervejleder Michael Hviid Jacobsen samt studenteropponent på nærværende speciale Signe Bøgelund Kristensen. Jeg har sat pris på jeres kritik og engagement i mit arbejde.

Dette speciale er tilvejebragt med inspiration fra følgende citat:

"Hverdagslivets verden er både scenen og genstanden for vore handlinger og interaktioner. Vi må beherske den, og vi må forandre den for at kunne realisere de mål, som vi, omgivet af vore medmennesker, stræber mod i denne verden. Vi virker ikke blot i verden, vi påvirker den også"
(Schutz 2005:81).

Maria Toftgaard Pedersen, Aalborg Universitet, december 2016

Abstract

Young male students in Danish vocational schools make more often unnoticed food choices than other Danish societal groups. An unnoticed dietary pattern puts these vocational school students at risk of developing severe diseases, e.g. diabetes and heart diseases. This has led to an increased focus in the society on health promoting efforts about this target group. The typical methods in health promotion among vocational school students have until 2015 consisted of campaigns and education. Several surveys show a general high level of knowledge of health and a healthy diet in the population. However, studies also indicate that despite that, male vocational students do not seem to be capable of changing their eating behavior and make healthier food choices in everyday life. This indicates a need for new methods in health promotion that are based on the target group and the focus should go from rational thinking which characterizes methods like campaigns and educational efforts to changing the behavior among the students. Nudging could be that new focus. The method nudging argues that we are all intuitively acting humans and this is a relatively new way of working with health promotion in a Danish context.

Through a social constructivist approach this master's thesis explores how young male vocational school students attending the school Center for Erhvervsrettede uddannelser in Lolland Falster see their food choices in everyday life and how knowledge of their social norms may contribute to a nuanced understanding of nudging in a sociological perspective. This thesis is a qualitative study conducting semi-structured interviews with six male vocational school students aged 17-28 along with observational studies conducted over a period of three days at the school.

The theoretical perspective is based on key concepts from Alfred Schutz, Birthe Bech-Jørgensen, Boje Katzenelson and Pierre Bourdieu. These theoretical perspectives have been chosen because they in combination represent an understanding of food choices as something into which humans are socialized. The theoretical frame is an everyday life perspective in which social norms determine the choices of food. Bourdieu adds a masculinity perspective to this everyday life perspective.

The analysis consists of four themes based on different aspects leading to a more nuanced understanding of vocational students' behavior in relation to their food choices in everyday life. In short, the students' food choices appear to be influenced by deeply embedded social norms that are confirmed and maintained when the students interact with friends. The analysis shows that

the social norms of friends have a greater impact than the norms of society. Furthermore, the analysis shows that the students believe that they are breaking the social norms within their families. However, the students' statements about their behavior certify that they follow the norms they have adapted at home. The food choices of the students are mainly based on the need for a quick, hot meal, bread, a lot of meat and no salad. These choices appear to be based on the conditions related to the everyday life of the students, one of which is the need for easily accessible food. The students handle this by eating unhealthy food. The food choices of the vocational students initiate an opinion formation through which societal norms are broken, and it is considered meaningful to follow the norm of the group of friends. The students express an awareness of healthy food, yet at the same time a rationale is developed which states that it is better to eat meat and avoid greens. Hereby the food choices are interpreted based on the students' social norms and the need that must be fulfilled in the norms of the society. Through the argument "I know what is best for my own body" an individual opinion is formed based on what society and friends believe is the right thing to do. Despite this statement, friends' opinions are still crucial and their opinion of what is best becomes a reflection of the social norm. When a social norm is broken, incomprehension arises between the students and the norm is maintained through humor and a direct affirmation of what is wrong to eat: rabbits' food.

It is evident in the thesis that social norms affect food choices. The existing social norms are not only visible in food choices, but also in reflections on the choices. If food choices are to be altered through nudging, the social norms behind food choices must be taken into consideration as these norms are deeply embedded in the students. The social norms which the students have in common with their friends are very much the same norms they have brought from home and share with their parents. As nudging works with the systems and surroundings, this method might be an alternative to education and information. The students have a high degree of knowledge about healthy food choices, about having a balanced diet and the importance of meat and greens. Moreover, they also know about exercise and other health-related subjects they know are important. This thesis contributes to the existing research with its results on how knowledge of students' social norms can contribute to qualify the use of nudging to help students to better food choices. How this can be implemented in designs is to be addressed by other professionals.

Læsevejledning

Kapitel 1: Dette kapitel indeholder specialets problemfelt, der introducerer problematikken omkring erhvervsskoleelevers indtagelser af usund kost, og indsætter på området i en dansk kontekst, hvorefter kapitlet åbner for den forholdsvis nye metode *nudging* til forebyggelse af et usundt kostvalg. Afslutningsvis leder problemfeltet til en uddybning og præsentation af specialets problemformulering.

Kapitel 2: Her forefindes en redegørelse og operationalisering af specialets videnskabsteoretiske overvejelser og overbevisning samt en redegørelse for den adaptive teori, herunder udvikling af orienterende kernebegreber. Dette præsenteres forinden teori og metode, da disse overvejelser forekommer som grundlag for det metodiske udgangspunkt og indgår som en del af specialets teoriovervejelser.

Kapitel 3: Første del af kapitlet præsenterer teorien bag nudgingmetoden. Herefter kommer specialets teoretiske grundforståelse, som tager udgangspunkt i hverdagslivet. Det teoretiske kapitel har to overordnede mål: (1) at bistå med analytiske begreber som bidrager til analysen af det empiriske materiale, og (2) at diskutere nudgingmetodens mulighedsbetingelser i et sociologisk hverdagslivsperspektiv. Specialets teoretiske grundforståelse danner udgangspunkt for den semistrukturerede interviewguide, som benyttes til indsamling af empiri.

Kapitel 4: Her beskrives og udfoldes undersøgelsens metodiske overvejelser, herunder valg af det semistrukturerede interview og indledende observationer. Endvidere præsenteres rekrutteringen af unge mandlige erhvervsskoleelever på Center for Erhvervsrettede uddannelser Lolland Falster (CELLF). Ligeledes præsenteres praktiske erfaringer i forbindelse med afholdelse af interview, etiske overvejelser samt overvejelser i forbindelse med den fremkomne videns kvalitet.

Kapitel 5: Dette kapitel er en præsentation af analysens fremgangsmåde og en præsentation af respondenterne.

Kapitel 6: I dette kapitel forefindes analyse, som søger at belyse, hvordan unge mandlige erhvervsskoleelever på CELF håndterer valg af kost i hverdagen, og hvordan mening skabes i spændingsfeltet mellem viden om sund kost og indtagelsen af usund kost. Dette gøres ved inddragelsen af semistrukturerede interviews og teoretiske tolkninger heraf.

Kapitel 7: Kapitlet indeholder specialets analytiske diskussion, som søger at diskutere, hvilke mulighedsbetingelser nudgingmetoden har i et sociologisk perspektiv.

Kapitel 8: Kapitlet indeholder undersøgelsens konklusion med inddragelse af åbne spørgsmål til videre fortolkning.

Indledning – Når værktøjet er til rådighed men ikke bliver brugt	1
Kapitel 1 – Et blik på erhvervsskolernes sundhedsudfordring i samtiden	4
1.1 <i>Usunde kostvaner</i>	4
1.2 <i>Initiativer indenfor sundhedsfremme på landets erhvervsskoler</i>	7
1.2.1 <i>Sundhedsfremme igennem oplysning og undervisning</i>	7
1.2.2 <i>Sunde Erhvervsskoler</i>	9
1.2.3 <i>Sundhedsfremme igennem nudging – UCH-projektet</i>	10
1.3 <i>Problemafgrænsning</i>	12
1.4 <i>Problemformulering</i>	13
1.4.1 <i>Udfoldelse af problemformulering</i>	14
1.5 <i>Undersøgelsens genstandsfelt – CELF</i>	15
Kapitel 2 - Videnskabsteoretiske overvejelser & forståelse	17
2.1 <i>Et socialkonstruktivistisk udgangspunkt</i>	17
2.2 <i>Den fænomenologisk inspiration</i>	19
2.3 <i>Adaptiv teori: At bygge bro mellem teori & empiri</i>	21
Kapitel 3 - Specialets teoretiske perspektiver	24
3.1 <i>Nudging</i>	25
3.1.1 <i>Libertær paternalisme</i>	26
3.1.2 <i>Hjernens systemer</i>	27
3.2 <i>Hverdagslivet</i>	30
3.2.1 <i>De mangfoldige virkeligheder & den refleksive indstilling</i>	31
3.2.2 <i>Typificeringer</i>	31
3.3 <i>Normalitetsbilleder & selvfølgelighedernes symbolske orden</i>	32
3.4 <i>En stærk og svag betydning af normer</i>	36
3.5 <i>Habitus og hexis</i>	38
3.5.1 <i>Social klasse</i>	39
3.5.2 <i>Den kropslige habitus: hexis</i>	40
3.6 <i>Nudgingmetodens mulighedsbetingelser i et sociologisk hverdagslivsperspektiv</i>	41
Kapitel 4 – Metodiske overvejelser	45
4.1 <i>Valg af kvalitative metoder</i>	45
4.2 <i>Kontakt til feltet og rekruttering af respondenter</i>	46
4.2.1 <i>Udvælgelse af respondenter</i>	47
4.3 <i>Observationer af elever på CELF</i>	51

4.3.1 Udarbejdelsen af observationsguide	52
4.3.2 Rollen som observatør	54
4.4 <i>Det kvalitative forskningsinterview – et fokus på livsverden</i>	56
4.4.1 Interviewguide: Udarbejdelse & operationalisering	56
4.4.2 Afholdelse af interviews samt praksisnære erfaringer	59
4.5 <i>Validitet og reliabilitet: Den fremkomne videns kvalitet</i>	60
4.5.1 Målingsvaliditet	61
4.5.2 Intern- & ekstern validitet	61
4.5.3 Reliabilitet	62
Kapitel 6 – Analysens fremgangsmåde & præsentation af respondenter	64
6.1 <i>Analysens fremgangsmåde & opbygning</i>	64
6.2 <i>Præsentation af respondenter</i>	66
6.3 <i>Præsentation af respondenternes hverdag på CELF og deres kostvaner</i>	68
Kapitel 7 - Erhvervsskoleelevers sociale normer for kostvalg og deres meningsdannelse	71
7.1 <i>Sociale normer</i>	71
7.1.1 Venners betydning for kostvalg	71
7.1.2 Samfundets betydning for kostvalget og forventninger til at spise sundt	73
7.1.3 Familiens betydning for valg af kost	77
7.2 <i>Normalitetsbilleder</i>	78
7.2.1 Spændingsfeltet mellem en svag og stærk betydning af normer	79
7.2.2 Opretholdelse af sociale normer og værdier	82
7.3 <i>De unge mænds selvfølgheder</i>	84
7.3.1 Kostvalg er selvfølghede i forhold til den sociale gruppe	84
7.3.2 Diskrepans mellem erfaringer	87
7.3.3 Erfaringer er styrende for kostvalget	88
7.4 <i>Maskulinitet</i>	89
7.4.1 Har du en aftale med kaninerne?	89
7.4.2 Et spørgsmål om maskuline behov som skal opfyldes	93
7.4.3 Kroppens subjekt - "Jeg ved bedst"	95
Kapitel 8 - Analytisk diskussion	98
Kapitel 9 – Konklusion	104
Litteraturliste	107

Indledning – Når værktøjet er til rådighed men ikke bliver brugt

Den kvindelige læge Charlotte Bøving, som har 15 års erfaring indenfor sundhedsfremme, afslutter tv-programmet *Lægen flytter ind* med en sidste kommentar. Hun kommer helt tæt på kameraet og siger: *"Jeg tror, de her seks uger har lært Ricki, at han selv har et kæmpe ansvar for egen sundhed. Han har fået værktøjerne, og nu er det bare at gå ud og gøre det. Just do it"* (Danmarks Radio 2016).

Tv-programmet blev sendt første gang i februar 2016 og giver et billede af den overordnede tendens inden for sundhedsfremme. Den lyder: Gives de rette "værktøjer" såsom adgang til sunde madvare, brugervejledning og indsigt i konsekvenserne af ikke at bruge "værktøjerne", har personen de bedste forudsætninger for at forbedre sin situation (Danmarks Radio 2016). Ricky fra programcitateret er en mand på 54 år, håndværker og familiefar. Han bliver i programmet erklæret fed af den kvindelige læge, fordi han har en BMI¹ på over 30. I tv-programmet viser Ricky flere gange, at selvom han er klar over konsekvenserne af sin adfærd omkring kost og motion, lykkes det ham ikke altid at bruge de værktøjer, lægen har givet ham. Værktøjerne skal hjælpe ham med at spise sundere, dyrke mere motion og til at få et mindre forbrug af alkohol. Sidst i programmet er der sket en forbedring af vægt og levertal, men hvad nu? Formår Ricky at bruge værktøjet fremadrettet uden opsyn fra lægen? Han har viden, han har værktøjet, og han har motivationen, men formår han at etablere det i sin hverdag? Det er ikke et spørgsmål jeg kan besvare, men eksemplet viser en tendens inden for sundhedsfremme, hvor det er individets eget ansvar at opretholde en sund livsstil. Et alternativ til denne måde at arbejde med sundhedsfremme på er *nudging* (på engelsk *nudge*). Nudging er en forholdsvis ny metode til at arbejde med sundhedsfremme, og den tager udgangspunkt i mennesket som intuitivt handlende. Nudging arbejder med tilpasning af omgivelser og systemer, sådan at de skaber rammerne for at træffe det 'rigtige' valg. Således er det 'rigtige' valg af eksempelvis kost ikke afhænger af rationel tænkning, men derimod af omgivelsernes design (Thaler & Sunstein 2009). Ud fra nudging vil det altså ikke være Rickys ansvar at bruge værktøjerne, men derimod vil det være værktøjernes ansvar at få

¹ Body Mass Index

Ricky til at bruge dem rigtigt. Det er værktøjernes design, som skal påvirke Ricky til at træffe det 'rigtige' valg og ikke Ricky selv.

Jeg blev i maj 2015 kontaktet af Adjunkt Annette Quinto Romani og Professor Bent Egberg Mikkelsen fra Aalborg Universitet, i forbindelse med et større sundhedsprojekt "Sunde Erhvervsskoler". "Sunde Erhvervsskoler" er et samarbejde startet af Sundhedsstyrelsen, hvor interessegrupper² arbejder sammen i en fælles indsats for at højne sundhed³ blandt erhvervsskoleelever inden for kost, rygning, alkohol og motion, også kaldet KRAM-faktorerne (Mikkelsen 2015:168). Projektet "Sunde Erhvervsskoler" har flere delprojekter. Jeg blev kontaktet af Annette angående delprojektet "Nudging af erhvervsskoleelever til sundere kostvaner"⁴, som Hjerteforeningen står i spidsen for med Bent som forsøgsdesigner og Annette som analyseansvarlig. Delprojektet består af en række forsøg med etablering af løsninger i kantiner på landets erhvervsskoler ved brug af nudgingmetoden, i projektet omtalt som nudgingløsninger (Mikkelsen 2015). Annette kontaktede mig i første omgang for at spørge, om jeg ville give hende og Bent sparring på de nudgingløsninger, der skulle afprøves i kantinen på Uddannelsescenter Holstebro (UCH), Bastrupgaardafdelingen. Jeg har gennem mit studie på Aalborg universitet og mit arbejde som projektleder ved adfærdsdesign firmaet Krukow arbejdet både teoretisk og praktisk med begrebet nudging, og det var derfor oplagt, at jeg deltog i sparring omkring inddragelse af nudging i forbindelse med at styrke erhvervsskoleelevernes valg af sund kost i skolens kantine. Specialet er et resultat af henvendelsen fra Annette og Bent, hvor en interesse for at bidrage til området gav mig incitament for specialets undersøgelse.

Specialet er en kvalitativ undersøgelse af unge mandlige erhvervsskoleelevers oplevelser af at træffe et kostvalg i hverdagen og nudgingmetodens mulighedsbetingelser for at påvirke et sundere kostvalg blandt eleverne i et hverdagslivsperspektiv. Ambitionen med specialet er dermed

² Sundhedsstyrelsen, Sunde Erhvervsskoler, Ministeriet for Børn og Undervisning, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, Kræftens Bekæmpelse

³ Sundhed i specialet skal forstås som den fysiske sundhed og helbred. Der undersøges altså ikke den mentale (psykiske) og sociale sundhed.

⁴ Den formelle titel er *Sundere Erhvervsskoler*, men da denne lægger sig meget op af det overordnede samarbejde *Sunde Erhvervsskoler* benyttes den mere sigende titel *Nudging af erhvervsskoleelever til sundere kostvaner*

at kvalificere nudging ud fra sociologisk hverdagslivsteori og at synliggøre en nuanceret forståelse af erhvervsskoleelevernes kostvalg i hverdagen og derigennem bidrage med viden til fremtidigt sundhedsfremmende arbejde i forbindelse med sund kostadfærd på de danske erhvervsskoler.

Kapitel 1 – Et blik på erhvervsskolernes sundhedsudfordring i samtiden

Nærværende problemfelt følger sporene fra indledningen i en uddybende problembeskrivelse. I kapitlet redegøres først for danskernes usunde kostmønstre og erhvervsskolernes sundhedsudfordring. Herigennem gives et indblik i problemstillingen og undersøgelsens relevans for samfundet og det enkelte individ. Problemfeltet munder ud i specialets problemstilling, hvori der gives en kort uddybning af specialets fokusområder.

1.1 Usunde kostvaner

Fødevarestyrelsen har udarbejdet de officielle kostråd, som er en liste over kostanbefalinger til gennemsnitsdanskeren⁵. De officielle kostråd har til opgave at guide danskerne i forhold til indtag af den rette kost ud fra et sundhedsperspektiv (Fødevarestyrelsen 2013). Disse kostråd er givet i et forsøg på at få danskerne til at spise hensigtsmæssigt, da dette vil afhjælpe risikoen for udvikling af overvægt og derved andre alvorlige følger, såsom kræft, hjertekarsygdomme og dødelighed (Juel et al 2006:55,170,201). Det er dog ikke alle grupper af samfundet, som formår at efterleve et sundt kostmønster. Statens Institut for Folkesundhed (SFI) tydeliggør, at især danske mænds kostmønstre ikke lever tilstrækkeligt op til kostrådene. 18,0 procent af danske mænd vurderes som havende et usundt kostmønster, hvilket er en større forekomst blandt mænd end blandt kvinder, hvor 8,7 procent har et usundt kostmønster. Derudover har især unge mænd et usundt kostmønster. Andelen af mænd med usundt kostmønster er nemlig størst i den yngste gruppe (16-24 år) (Christensen et al 2012:13). I det følgende gives en nærmere indsigt i ovenstående problematik med fokus på mandlige erhvervsskoleelever.

I 2012 konkluderes det af Sundhedsstyrelsen, at de danske erhvervsskoleelever er langt mere usunde end deres jævnaldrende på de gymnasiale uddannelser, hvilket bidrager til højere fravær og dårligere gennemførselsprocent. Derudover øger den usunde adfærd risikoen for, at de senere i livet rammes af kræft og tidlig død (Sundhedsstyrelsen 2012). I en større undersøgelse af

⁵ Spis varieret, ikke for meget og vær fysisk aktiv; Spis frugt og mange grøntsager; Spis mere fisk; Vælg fuldkorn; Vælg magert kød og kødpålæg; Spis mindre mættet fisk; Vælg magre mejeriprodukter; Drik vand; Spis mindre sukker; Spis mad med mindre salt.

sundhedsadfærd blandt elever på ungdomsuddannelser fra 2014, tydeliggøres det, at mandlige erhvervsskoleelever har udfordringer med at følge de officielle kostråd i forhold til mandlige elever på de gymnasiale uddannelser. Kostmønstre måles i forhold til hvor ofte eleverne spiser frugt, grøntsager, fastfood, drikker sodavand og energidrik i løbet af en normal uge.

Tabel 1 Kostvaner: Hyppigt indtag af frugt, fastfood, sodavand og energidrik

	Gymnasier			Erhvervsuddannelser		
	Piger (n=42.585)	Drenge (n=27.215)	Total (n=69.800)	Piger (n=1.006)	Drenge (n=3.338)	Total (n=4.344)
Frisk frugt mindst én gang dagligt	44%	32%	39%	23%	18%	19%
Grøntsager mindst én gang dagligt	46%	34%	41%	25%	20%	21%
Fastfood mindst 2-4 dage om ugen	10%	26%	17%	17%	29%	26%
Sodavand mindst 2-4 dage om ugen	39%	61%	48%	64%	72%	70%
Energidrik mindst 2-4 dage om ugen	5,3%	13%	8,2%	24%	33%	31%

Kilde: Bendtsen et al 2015:23.

Tabel 1 viser, at pigerne generelt spiser en større andel af frugt og grønt til hverdag end drengene, mens drengene indtager en større andel af fastfood, sodavand og energidrik. Derudover tydeliggøres det, at der er en tendens til, at drenge på erhvervsuddannelser oftere indtager usunde mad- og drikkevarer (fastfood, sodavand og energidrik) end drenge på gymnasier, hvor en større andel af drenge på gymnasier indtager sund mad (frugt og grøntsager). Eksempelvis spiser 34 procent af drenge på gymnasier og 20 procent af drenge på erhvervsuddannelser grøntsager mindst én gang dagligt, mens 29 procent af drengene på erhvervsuddannelser og 26 procent af drengene på gymnasier spiser fastfood mindst 2-4 gange om ugen (Bendtsen et al 2015:23-24). Generelt ses en tendens til, at mandlige erhvervsskoleelever oftere indtager de usunde elementer end både pigerne på samme uddannelse og drenge på gymnasier. Dette tyder på, at der er en ulighed i sundhed i mellem erhvervsskoleelever og gymnasieelever. Social ulighed i sundhed er et begreb, som benyttes om det faktum, at sundhed og sygdom er socialt skævt fordelt i samfundet. Det kaldes også den sociale gradient i sundhed, hvilket betyder, at udsathed for sundhedsrisici

og sygdom i befolkningen stiger gradvis i takt med, at den sociale position falder. Nogle helt konkrete faktorer, som har betydning for denne sociale gradient er uddannelseslængde, indkomst, beskæftigelsesforhold, boligforhold og etnicitet (Sundhedsstyrelsen 2016).

Social ulighed i sundhed har været til stede i Danmark i mange år, uden det er lykket at udligne uligheden. Sundhed beskrives ofte ud fra risiko for sygelighed og dødelighed. I de seneste 100 år har undersøgelser vist, at der er en sammenhæng mellem den sociale position i samfundet og risikoen for sygelighed og dødelighed, hvor risikoen er højest hos folk med lav social position (White 2009:1-4; Christensen et al 2014:6). Ifølge SFI er der større sandsynlighed for dødelighed jo kortere uddannelsesniveau en person har⁶ (Juel et al 2006:317,320). Uddannelsesniveau og graden af sundhed har altså en sammenhæng, hvilket også afspejles ved ovenstående sammenligning af erhvervsskoleelever og gymnasieelever. Sundhedsstyrelsen fremlægger at barnets opvækst, herunder det sociale miljø som barnet befinder sig i, påvirker social position senere i livet (Diderichsen et al 2011:8). Ligeledes argumenterer adjunkt Betina Jacobsen fra Aalborg Universitet, at man bliver påvirket af den sociale gruppe, man er vokset op med. Hvis der eksempelvis altid er blevet serveret cola til aftensmaden i barndomshjemmet, er sandsynligheden for, at der bliver drukket cola til maden i voksenlivet, større (Ringgaard 2013). Derudover fremlægger Sundhedsstyrelsen en direkte sammenhæng mellem sundhedsadfærd og ens sociale position, hvor sundhedsadfærd, herunder kostvaner, er påvirket af social position⁷ (Diderichsen et al 2011:3,102).

Ovenstående giver et indblik i tilstedeværelsen af en social ulighed i sundhed, hvor erhvervsskoleelevers opvækst har indflydelse på deres kostmønstre. Danskernes usunde levevis skyldes, ifølge danskerne selv, udfordringer i hverdagen. De tre største faktorer, som begrænser danskere i at leve sundere, er motivation, tid og penge og især de unge (16-34-årige) anser særligt

⁶ I forhold til den danske middellevetid estimeres det, at mænd med mindre end ti års kombineret skole- og erhvervsuddannelse lever mere end tre år kortere end mænd med kombineret skole- og erhvervsuddannelse på mere end 13 år. For kvinder er det ca. et år.

⁷ Sundhedsstyrelsen fremlægger tolv determinanter, som påvirker eller er påvirket af social position: Børns tidlige udvikling; uafsluttet skolegang; socialt nærmiljø; indkomst og fattigdom; langvarig arbejdsløshed; social udsathed; fysiske miljøfaktorer; arbejdsmiljø; sundhedsadfærd; tidligt tab af funktionsevne; sundhedsvæsnets rolle; det ekskluderende arbejdsmarked

tid og penge, som de største begrænsninger for at leve sundere. Derimod anser de ikke mangel på viden om sundhed som en begrænsning for at leve sundere. Kun 9 procent af mændene og 1 procent af kvinderne opfatter manglende viden om sundhed som en begrænsning for at leve sundere (Pedersen & Sjøby 2015:4-6). Ligeledes konkluderes det i den omfattende europæiske rapport "Health and Food" (Eurobarometer 2006) blandt andet, at manglende viden for danskerne ikke er en barriere for at leve sundt. Kun 8 procent af danskerne ser manglende information som en hindring for at spise sundt (Eurobarometer 2006:28). I rapporten "Sundhed og sygelighed i Danmark 2010 & udviklingen siden 1987" fremgår det endvidere, at lidt over halvdelen (54,4 procent) af personer med usundt kostmønster gerne vil spise mere sundt (Christensen et al. 2012:13).

Ovenfor er givet et indblik i problematikken omkring erhvervsskoleelevers uhensigtsmæssige kostadfærd. Udover problemstillingen omkring erhvervsskoleelevers kostmønstre tilstræbes også at sætte fokus på, hvordan der i dag arbejdes med problemstillingen. Denne arbejdsmetode forholder jeg mig kritisk til, da det tyder på, at den ikke skaber de ændringer i adfærd, som er hensigten. Forestående afsnit sætter fokus på indsatser, som er af anden karakter end de klassiske.

1.2 Initiativer indenfor sundhedsfremme på landets erhvervsskoler

Sundhedsstyrelsens indsigt i erhvervsskoleelevers sundhed har vakt stor interesse i det offentlige, og som en del af den danske erhvervsskolereform fra 2014, er der vedtaget obligatorisk undervisning i sundhed og obligatorisk fysisk aktivitet hver skoledag (Sundhedsstyrelsen 2012). Et større fokus på sundhed på erhvervsskolerne har resulteret i, at Sundhedsstyrelsen har startet samarbejdet "Sunde Erhvervsskoler". Eksempler herfra vil blive fremhævet i nedenstående for at give et indblik i tendenser indenfor sundhedsfremmende indsatser, som præger de danske erhvervsskoler i øjeblikket.

1.2.1 Sundhedsfremme igennem oplysning og undervisning

Professor Signild Vallgård har igennem sin sundhedsforskning påpeget, at styringsbestræbelser i forhold til selvstyring har været støt voksende de sidste 70-80 år. Hun beskriver, hvordan perioden er præget af, at sundhedsfremme og sygdomsforebyggelse er sket igennem oplysning og

undervisning, hvor målet er at informere og lære danskerne om sundhed og herigennem fremme en sund adfærd. Vejledningsmaterialet er blevet mere omfattende og kampagnerne flere, og der er sket en udvikling henimod at appellere til ansvarlighed, autonomi og valgfrihed. Det handler om, at mennesket skal blive i stand til at handle og vælge selvstændigt med henblik på, at de skal vælge det rigtige, det sunde (Vallgård 2005:23,26-27).

Et efterhånden klassisk eksempel på ovenstående tendens er Sundhedsstyrelsens oplysningskampagne, "6 OM DAGEN – spis mere frugt og grønt", der bringer budskabet, at det er vigtigt at spise 600 gram frugt og grønt om dagen⁸ (Kræftens Bekæmpelse et al 2002). Evalueringen af kampagnen viser en markant stigning af personer med *kendskab til budskabet* fra 5 procent i 1998 til 63 procent i 2007 og en stigning i danskernes gennemsnitlige indtag af frugt og grønt⁹, dog uden en påvist signifikant sammenhæng mellem kampagnen og frugtindtag (Christensen et al. 2012; Sundhedsstyrelsen 2013). I forhold til erhvervsskoleelever viser en måling fra 2014, at andelen af studerende på erhvervsfaglige uddannelser, som *spiser frugt mindst en gang dagligt*, er 18 procent, hvilket ligger under gennemsnitsdanskerens indtag af frugt (Bendtsen et al 2015:23). Et eksempel som dette tyder på, at kampagner og vidensdeling er kommet langt i deres formidling af kendskab til sund kost. Det tyder ligeledes på, at det ikke er alle samfundsgrupper, sådanne tiltag henvender sig effektivt til, da eksemplet ikke synes at påvirke erhvervsskoleelevers frugt- og grøntindtag optimalt.

I en metaanalyse udregnes det på tværs af 48 cases, at medierede sundhedskampagner i gennemsnit får ændret adfærd hos 8 procent af målgruppen (Snyder et al 2004). Dette bakkes op i citatet fra Sundhedsstyrelsen, som argumenterer for, at massekampagner ikke virker på social ulighed i kostvaner.

⁸ Hele kostrådet lyder som følger: "600 gram frugt og grønt om dagen forebygger kræft og hjertekarsygdomme. Én frugt eller grøntsag svarer i gennemsnit til 100 gram – derfor 6 om dagen. Mindst de tre skal være grøntsager. Spis forskellige slags" (Sundhedsstyrelsen 2012).

⁹ Fra 279 g/dag i 1995 til 398 g/dag i 2006

“Effekten af massekampagner på social ulighed i kostvaner kendes ikke, men da massekampagner har været den overvejende strategi i Danmark til at få folk til at spise sundere, og da der er stor og voksende social ulighed i kostvaner, må de formodes at have en negativ betydning”
(Diderichsen et al. 2011:100-202).

I forhold til at arbejde med social ulighed i kostvaner, er det altså ikke relevant at arbejde med massekampagner, men der er behov for indsatser, som henvender sig til målgruppen. På trods af adskillige initiativer er uligheden i sundhed i Danmark steget gennem de sidste 20 år (Diderichsen et al. 2011:100-202). Det nævnte tiltag arbejder primært med etablering af viden hos danskerne og er et udbredt eksempel på, hvordan der traditionelt arbejdes med sundhedsfremme og sygdomsforebyggelse. Antagelsen er, at borgerne igennem oplysning og viden og en erkendelse af, hvad der er rigtigt at gøre i hverdagen, har de bedste forudsætninger for at handle derefter.

1.2.2 Sunde Erhvervsskoler

Det forholdsvis nye samarbejde ”Sunde Erhvervsskoler” har resulteret i flere initiativer på sundhedsområdet tilpasset målgruppen. Af undervisnings- og oplysningstiltag kan blandt andet nævnes hjemmesiden ”sundeunge.dk” og et inspirationskatalog ”Sunde Erhvervsskoler”. Både hjemmesiden og inspirationskataloget arbejder med vidensdeling og giver målgruppen den fornødne viden om sundhed indenfor KRAM-faktorerne. Forskellen på denne indsats i forhold til tidligere undervisnings- og oplysningsindsatser indenfor sundhed benyttet i forhold til erhvervsskoleelever er, at denne indsats er målrettet gruppen og deres skoledag, hvilket skaber forhåbninger om en højere positiv effekt end 8 procent (Sundhedsstyrelsen 2012). Undervisning i sundhed ud fra blandt andet inspirationskataloget er en del af grundforløbene på erhvervsskolerne og skal bestå for at kunne gå videre. Dermed antages det, at en bestået karakter vidner om en etablering af viden om sundhed.

1.2.3 Sundhedsfremme igennem nudging – UCH¹⁰-projektet

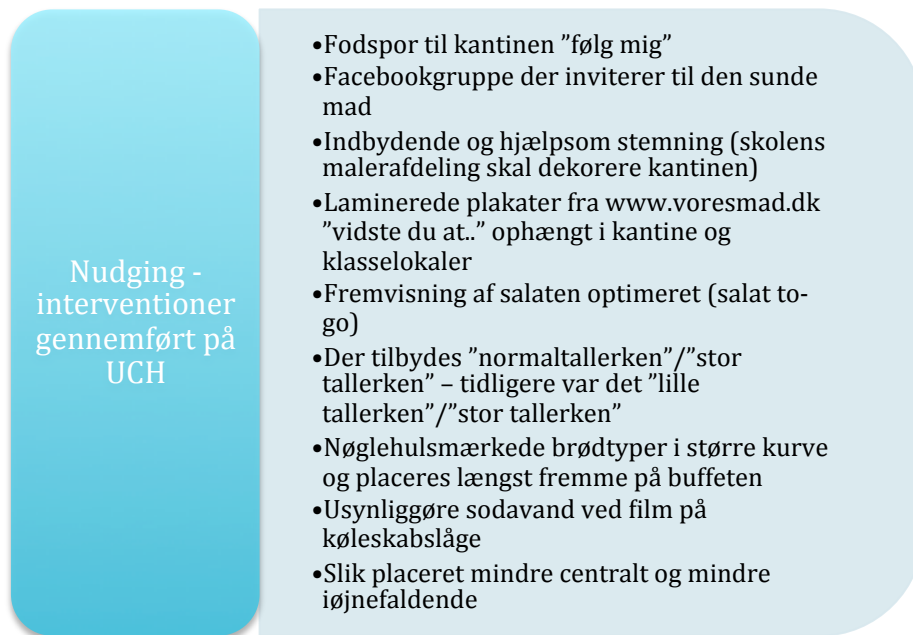
En nyere tendens inden for sundhedsfremme er brugen af nudgingmetoden, som sætter sig i opposition til den traditionelle fremgangsmåde ved at fokusere på ændring af omgivelser fremfor videndeling. Som nævnt i indledningen arbejder nudgingmetoden med tilpasning af omgivelser og systemer, sådan at de skaber rammerne for at træffe det 'rigtige' valg (Thaler & Sunstein 2009). En oversigt over alle aktiviteterne i pilotprojektet findes i Bilag 1 Aktiviteter i projektet 'Sunde Erhvervsskoler'.

Som led i samarbejdet "Sunde Erhvervsskoler" er foretaget et pilotprojekt på UCH. Projektet har til opgave at afprøve indsatser, som kan fremme sundere livsstil blandt danske erhvervsskoleelever med fokus på kost, motion og rygning. Indsatserne skal medføre en model for sundhed i praksis for erhvervsskoler, som skal udbredes til andre erhvervsskoler i Danmark (Mikkelsen 2015:168).

På ryge-, alkohol- og motionsområdet er anvendt undervisnings- og oplysningsmetoder i form af blandt andet rygestopkurser og vejledning i 45 minutters træningsprogrammer. Motionsområderne resulterede ikke i en nævneværdig effekt på ændringer i motionsvaner, hvorimod der på rygeområdet skete en forbedret handlekompetence. På alkoholområdet er der ikke foretaget før og eftermålinger, så det er ikke muligt at sige noget herom (Mikkelsen 2015a). Det er derfor valgt kun at arbejde videre med kostområdet, da denne indsats havde størst positiv effekt på elevernes sundhedsadfærd (Mikkelsen 2015:168). På kostområdet blev indført en række tiltag, herunder et forbud af energidrikke på skolen, en reducere af udvalget af slik i kantinen samt gratis morgenmad. Udover disse tiltag blev der på kostområdet arbejdet med nudging. Denne del af UCH-projektet havde formålet: *At styrke mandlige erhvervsskoleelevers valg af sund kost i kantinen via nudging*. Hensigten var at skabe en lettere tilgang til sundere spisevaner i og omkring kantinen ved etablering af ni nudginginterventioner som er præsenteret i figur 1 (Mikkelsen 2015:168).

¹⁰ Uddannelsescenter Holstebro

Figur 1, Nudginginterventioner gennemført på UCH



Kilde: Udarbejdet på baggrund af rapporten "Sundere erhvervsskoler – Erfaringer og anbefalinger på baggrund af et pilotprojekt i Holstebro Kommune"¹¹ (Mikkelsen 2015a).

I evalueringsrapporten konkluderes det ud fra pooled data (alle personer)¹², at der er sket en signifikant stigning i antallet af elever, der *kun drikker halvanden liter energidrik pr. uge* fra 53 procent til 69 procent. Ligeledes ses en signifikant stigning i antallet af elever, der *dagligt spiser morgenmad* fra 60 procent til 91 procent. Disse to positive resultater antyder, at henholdsvis forbuddet af energidrikke og gratis morgenmad har haft en effekt på adfærden. Fra paneldatasættet (samme personer)¹³ fremgår det, at elever med *et begrænset forbrug af slik* er steget fra 64 procent til 100 procent, og dermed er der sket en positiv udvikling. På baggrund heraf konkluderes det, at der fra baselinemålingerne (før interventionerne) til slutmålingerne (efter etablering af interventionerne¹⁴) er sket en sundhedsmæssig positiv udvikling i antallet af elever, der dagligt spiser morgenmad, kun drikker en halv liter energidrik pr. uge. og har et

¹¹ Nudgeinterventionerne er udformet med inspiration fra specialet *Design of a nudge intervention - use of interdisciplinary approach* af Trine Heilmann-Hansen, MSc. Integrated Food Studies, AAU. Trine udarbejdede nudgeinterventionerne ud fra en teoretisk og metodisk fortolkning af nudgeteorien, og de er baseret på tilgængelighed, blikfang og placering ved kassen

¹² 78 elever i baselinemålingen og 55 i slutmålingen.

¹³ Et paneldatasæt indeholder de samme respondenter i før og eftermåling. I nærværende paneldatasæt indgår 14 elever.

¹⁴ Tidsperspektivet mellem målingerne er således: startmåling i august 2014 og slutmåling i maj 2015 (Mikkelsen 2015:43)

begrænset slikforbrug (Mikkelsen 2015a:47-48). Resultaterne for de resterende nudginginterventioner er ikke signifikante (Mikkelsen 2015a:37) Resultaterne fra evalueringen af projektet er baseret på alle aktiviteter i pilotprojektet, hvilket gør det svært at vurdere effekten af selve nudginginterventionerne. Forbedringerne i forhold til et reduceret indtag af slik kan således være påvirket af flere faktorer herunder nudginginterventionen *dårligere tilgængelighed til slik*, reducerede mængder slik i kantinen samt skolens generelle fokus på sundhed eller noget helt fjerde.

Det er vedtaget, at indsatsdelen omkring nudging skal afprøves på ni af landets erhvervsskoler i en forsimplet version (Mikkelsen 2015a). En af de ni skoler er Center for Erhvervsrettet uddannelser, Lolland Falster (CELF), som også danner rammerne for specialets indsamling af empiri og som præsenteres efter problemformuleringen.

1.3 Problemafgrænsning

Ovenstående problemfelt viser, at der er en udpræget vision i det offentlige om at fremme sundhed blandt erhvervsskoleelever, og at der bliver gjort en stor indsats, som henvender sig direkte til målgruppen. Ud fra lærings- og oplysningsorienterede indsatser på de danske erhvervsskoler, antages det, at erhvervsskoleeleverne opnår viden om sundhed og sund adfærd gennem deres skolegang. På trods af viden om sundhed følger adfærden ikke denne viden og erhvervsskoleelever har forsat et usundt kostmønster. Det er tydeligt ud fra problemfeltet, at der er en markant mangel på viden om hvordan sundhedsfremmende initiativer bedst henvender sig til unge mandlige erhvervsskoleelever, således at adfærden følger viden og visioner om at spise sundere. Antagelsen i dette speciale er, at sociologi om hverdagslivet her kan bidrage med viden, da det er i hverdagen at disse kostvalg tages.

Hverdagslivssociologien anser hverdagen som værende præget af en senmoderne tid, hvor mennesker konstant udsættes for nye elementer i hverdagen, som de skal forholde sig til. Sociolog Agnes Heller argumenterer for, at mennesker hver dag bliver påvirket og skal navigere i en mere og mere kompliceret verden. Dette medfører, at *"Hverdagslivet er blevet et problem, fordi det er blevet problematisk"* (Jacobsen & Kristiansen 2005:31). I lyset heraf er nudging interessant, fordi

metoden tager udgangspunkt i at gøre det 'rigtige' valg så nemt som muligt for mennesker at træffe. I UCH-projektet er nudgingmetoden forsøgt anvendt for at imødekomme problemet, dog uden nævneværdige resultater, hvilket vidner om et stadigt behov for viden på feltet. I relation hertil er sociologiske teorier om hverdagslivet en måde at forstå kostvalg som noget, der har baggrund i vaner, erfaringer og sociale normer.

Som følge af problemfeltet og den applikerede nudgingmetode, er der vakt en interesse for at skabe større indsigt i nudgingmetoden, og undersøge dens muligheder som adfærdsregulerende metode i forbindelse med forbedring af unge mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg i et hverdagslivsperspektiv, hvor sociale normer er styrende for menneskers valg. Jeg har valgt at forsætte i sporerne på projektet "Sunde Erhvervsskoler", med en ny indgangsvinkel, hvor netop hverdagslivet sætter rammerne for elevernes oplevelser og nudgingmetodens muligheder som adfærdsregulerende metode.

1.4 Problemformulering

På baggrund af ovenstående afsnit, er det overordnede formål med indeværende speciale at rette blikket mod, hvordan unge mandlige erhvervsskoleelever foretager kostvalg i hverdagen, herunder hvilke sociale normer, der påvirker valget. Det vil blive belyst ud fra de unge mænds oplevelser af deres kostvalg i hverdagen, hvor det er muligt at anskueliggøre, hvordan de forholder sig til deres eventuelle afvigelser fra et hensigtsmæssigt kostmønster, og hvordan de skaber mening omkring kostvalg. I forlængelse heraf er specialets formål yderligere at give indblik i nudgingmetodens muligheder for at bidrage til unge mandlige erhvervsskoleelevers valg af sund kost indenfor et hverdagslivsperspektiv. Til denne del af specialet inddrages en teoretisk sondring omkring nudgingmetodens mulighedsbetingelser indenfor en sociologisk teoriramme om hverdagsliv, samt elevernes oplevelser af kostvalg i hverdagen, sådan at det er muligt at bidrage til feltet med viden omkring den konkrete målgruppe. Således søges følgende problemformulering besvaret:

Hvordan oplever unge mandlige erhvervsskoleelever på Center for Erhvervsrettede uddannelser, Lolland Falster deres valg af kost i hverdagen?

Hvordan kan viden om elevernes sociale normer bidrage til at styrke mandlige erhvervsskoleelevers valg af sund kost i hverdagen via nudging?

For at skabe det bedst mulige grundlag for at kunne besvare problemformuleringen, er der udarbejdet tre underspørgsmål. Formålet er at skabe en overgang mellem problemformuleringens to fokuser, således at nødvendige og relevante perspektiver og aspekter, følger specialets progression.

- 1) Hvordan kan nudgingmetoden indskrives i et sociologisk hverdagslivsperspektiv?
- 2) Hvilke sociale normer påvirker unge mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg i hverdagen?
- 3) Hvordan kan ovenstående bidrage til at styrke et sundere kostvalg?

1.4.1 Udfoldelse af problemformulering

Af problemformuleringen fremstår to fokuser, der afspejles i de tre tilhørende underspørgsmål. Underspørgsmålene er tilvejebragt dels for at sikre progression i specialet, og ligeledes for at skabe det bedst mulige udgangspunkt for besvarelse af problemformuleringen. Dertil gives der en række nøglebegreber, der er hjørnesten og som udgør specialets fundament.

Underspørgsmålene udtrykker en opdeling i tre af problemformuleringen, hvor første underspørgsmål er et forsøg på at indskrive nudgingmetoden i et sociologisk hverdagslivsperspektiv. Formålet hermed er at kunne medtænke nudgingmetoden i hverdagslivssituationer og dermed kvalificere metoden til at indgå i hverdagslivsanalyser. *Hverdagslivet* knyttes til Alfred Schutz' og kultursociolog Birthe Bech-Jørgensens (1939) forståelse

heraf, som den verden vi lever i hver dag, og som synes upåagtet at færdes i (Schutz 2005; Bech-Jørgensen 1999). Dette er den sociologiske teoretiske ramme, som nudgingmetoden skal forstås i dette speciale. Denne teorisondring danner yderligere fundament og udgangspunkt for at vurdere, hvordan nudgingmetoden kan bidrage til at ændre mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg. Der undersøges desuden de sociale normer, der påvirker de mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg i hverdagen. *Sociale normer* skal forstås som dét mennesker er styret af i hverdagen (Jævnfør Kapitel 3 - Specialets teoretiske perspektiver). Formålet er at belyse, hvordan kostvalget opleves i hverdagen og at forstå hvilken mening kostvalget tillægges hos den enkelte elev. *Sundere kostvalg* skal forstås som mere hensigtsmæssige kostvalg mod de officielle kostråd i forhold til udgangspunktet. Ifølge problemfeltet er elevernes kostvalg ikke altid et hensigtsmæssigt kostvalg. Hertil er formålet yderligere at få en forståelse af spændingsfeltet mellem det sunde kostvalg og elevernes kostvalg. Det skaber en indsigt i, hvordan et uhensigtsmæssigt kostvalg håndteres i hverdagslivet blandt eleverne, og hvordan sociale normer er rammesættende for kostvalget. Det vil sige, at det tredje underspørgsmål tager udgangspunkt i de to forhenværende spørgsmål. Her fortages en diskussion mellem specialets forståelse af nudgingmetoden i et hverdagslivsperspektiv og de sociale normers betydning for kostvalg. Formålet er her at bidrage med viden omkring nudgingmetodens mulighedsbetingelser indenfor adfærdsregulering af unge mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg i retning mod et sundere valg.

1.5 Undersøgelsens genstandsfelt – CELF

Center for Erhvervsrettede uddannelser, Lolland Falster (CELF) er en dansk erhvervsrettet skole med undervisning indenfor uddannelsesområderne: Tekniske erhvervsuddannelser, landbrugsuddannelser og teknisk gymnasium (CELF 2016). Optagelse på skolen kræver en gennemført folkeskole, og eleverne er derfor i alderen fra 15 år og opefter med en gennemsnitsalder på 22 år ved studiestart i 2013 (Danske Erhvervsskoler 2013). Det estimeres, at ca. 90 procent af erhvervsskoleeleverne er hankøn, hvilket giver et godt udgangspunkt for empiriindsamling (Bilag A Fakta om CELF). Genstandsfeltet danner dermed grundlag for empiriindsamling. 1.2.4 I forhold til hjerteforeningens projekt

Det er Hjerteforeningens projekt, som foregår på CELF. Her har de indført følgende interventioner på skolen: Slik og frugts placering er byttet om, således at frugten placeres et mere tilgængeligt

sted end slik, frugt er udkåret og den serveres i frugtposer i kantinen. Jeg har dog valgt at realisere en selvstændig undersøgelse af CELF, der er uafhængig af Hjerteforeningens projekt. Årsagen hertil er, at Hjerteforeningen måler effekten af deres løsninger på baggrund af salgstal fra kantinen og de involverer kun kantinepersonalet i deres foretagende. Da jeg ikke er interesseret i dette, men derimod de mandige erhvervsskoleelevers kostvalg, er en uafhængig undersøgelse at foretrække. Det er essentielt at bemærke, at Hjerteforeningens projekt ikke komplicerer min undersøgelse, på trods af, at de finder sted samme tid og sted. Hjerteforeningen giver ikke eleverne information om deres forehavende og da der foretages ændringer i samme størrelsesorden i kantinen ugentligt, vurderer Hjerteforeningen og kantinepersonalet, at eleverne ikke bliver opmærksomme på forsøget (Bilag A Fakta om CELF). Hjerteforeningens interventioner har altså ikke afgørende betydning for specialets empiri, hvorfor indeværende projekts kvalitet, ikke er udsat.

Der er foretaget en kvalitativ undersøgelse ud fra seks semistrukturerede interviews af unge mandlige erhvervsskoleelever på CELF, samt tre dages semistrukturerede observationer på skolen.

I næste kapitel præsenteres specialets videnskabsteoretiske perspektiv. Problemstillingen tilgås med et fænomenologisk hverdagslivsperspektiv med inddragelse af et socialkonstruktivistisk udgangspunkt, hvor sociale normer ses som styrende for menneskers valg. Det gør det muligt at undersøge fænomenet *kostvalg* nærmere, og ud fra elevernes egne udsagn og menings-skabelse omkring kostvalg, at skabe viden om deres kostadfærd. Det videnskabsteoretiske perspektiv kommer dermed forud for overvejelser om teori og metode.

Kapitel 2 - Videnskabsteoretiske overvejelser & forståelse

I følgende kapitel præsenteres de videnskabsteoretiske overvejelser, som specialet lader sig inspirere af. Kapitlets formål er at tydeliggøre specialets videnskabsteoretiske vedkendelse og dermed anskueliggøre, hvad viden er, og hvordan viden frembringes (Larsen 2011:757). Specialet er inspireret af de to videnskabsteorier socialkonstruktivisme, herunder ontologisk socialkonstruktivisme og fænomenologien. Overordnet anses verden som social konstrueret og viden forstås ud fra subjektets perspektiv og meningsdannelse.

Der gøres opmærksom på, at den videnskabsteoretiske forståelse tager afsæt i en teoretiske rammeforståelse omhandlende *Hverdagslivet*, ligesom den også figurerer som udgangspunkt for specialets brug af *adaptiv teori*, der inddrages som incitament for at aplikere en adaptiv tilgang. I den adaptive tilgang redegøres for specialets orienterede kernebegreber, idet disse blandt andet danner grundlag for forståelsen af specialets empirigenerering.

2.1 Et socialkonstruktivistisk udgangspunkt

I nærværende afsnit tydeliggøres hvorledes inspirationen fra socialkonstruktivismen kommer til udtryk hovedsageligt igennem den ontologiske socialkonstruktivisme. Dette kommer til udtryk, idet jeg i udgangspunktet betragter normer, sundhedsforståelser og valg som sociale konstruktioner, og da jeg har opfattelsen, at omverdenen indvirker på respondenternes fortællinger og meningsdannelse. Socialkonstruktivister hævder, at de strukturer, ting og fænomener, som mennesker normalt ser som uafhængige og 'naturlige', kun er frembragt og opretholdt, fordi de indgår i samfundsmæssige, kulturelle og historiske praksisser (Collin 2012:335-338; Rasborg 2004:349). Det øjensynliggøres i specialets fokus på de sociale processer, der påvirker, og er årsagen til mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg, som fejlagtigt kan opfattes som naturlig. Det indikerer, at fænomenerne ikke eksisterer uden for de sociale aktiviteter, som de er indlejret i, hvilket betyder, at fænomenerne skal forstås i unikke sociale og kulturelle sammenhænge, og dermed betragtes de både som omskiftelige i et historisk perspektiv og fra kulturkreds til kulturkreds. Fænomener påvirkes og forandres over tid i forhold til den sociale forståelse, der tillægges fænomener, og de er dermed ikke nødvendige og ikke engang universelle, de er *kontingente* (Collin 2012:335). Derfor sættes fokus på de sociale processer, som påvirker erhvervsskoleelevernes kostvalg. Dette undersøges i den sociale kontekst, hvori eleverne indgår,

og hvor kostvalget træffes, nemlig i deres hverdagsliv, med det for øje, at den fremkomne viden skal forstås i den konkrete sammenhæng, hvori den forefindes.

Indenfor socialkonstruktivismen skelnes overordnet mellem erkendelses- og ontologisk socialkonstruktivisme, hvor førstnævnte hævder, at vores erkendelse af verden er socialt konstrueret, hvorimod ontologisk socialkonstruktivisme fastholder, at selve virkeligheden er en konstruktion. Indeværende speciale placerer sig indenfor en moderat ontologisk socialkonstruktivistisk overbevisning, hvor den sociale virkelighed er en social konstruktion, men dette gælder ikke nødvendigvis den fysiske virkelighed (Collin 2012:335-338). I specialet kommer forholdet mellem den fysiske og samfundsmæssige virkelighed ikke direkte til syne, da undersøgelsens genstandsfelt primært involverer elevernes sociale virkelighed, og jeg fastholder derved dette moderate konstruktivistiske blik på den fysiske virkelighed. På den måde afviser jeg ikke, at der findes et naturligt instinkt, der er forbundet med at finde føde og fortære føde, eller at der er en naturlig kropslig hungeren efter mad. Det interessante i undersøgelsen er valget af, hvilken kost der indtages i hverdagen som konsekvens af sociale processer. I specialet anses et 'naturligt' kostvalg eller en 'automatisk' handling således som socialt påvirket og dermed ikke opstået uden for social kontekst¹⁵.

Den ontologiske socialkonstruktivisme hævder, at samfundsmæssig konstrueret *viden* eller *overbevisning* virker tilbage på den virkelighed, der i første omgang har formet den. Det sociale livs overbevisning gør, at individer og grupper opfattes ud fra en fælles social virkelighed, og derfor behandles disse individer og grupper i overensstemmelse hermed. Resultatet heraf er, at individerne og grupperne tænker om sig selv på samme måde som samfundet gør. *Viden* (eller tro) skaber således sit eget objekt. Virkeligheden skabes derved af visse kognitive praksisser, der atter er formet af samfundsmæssige processer. Den sociale virkelighed er altså en konstruktion ud fra menneskelig tænkning og praksis, og omvendt er mennesket formet af den sociale praksis (Collin 2014:424). Elevens virkelighed og meningsskabelse er dermed et produkt af diverse sociale processer, som han indgår i gennem livet, og samfundet er ligeledes et produkt af ham. I

¹⁵ Når kostvalg i specialet omtales som naturlige, intuitive og eller automatiske, er det ud fra den overbevisning, at valget er social konstrueret og dermed ikke naturligt i en klassisk naturvidenskabelig forstand.

interviewene er det dermed relevant ikke kun at spørge ind til den konkrete sociale kontekst, i hvilken eleverne træffer kostvalg, men også til de sociale processer omkring kost, som ligger forud, og ligeledes er det i respondenternes fortolkninger mening skal findes. Det er derfor vigtigt at få kortlagt elevernes subjektive fortolkning af deres ydre adfærd i forhold til at kunne forstå den sociale virkelighed, og tilsvarende har det betydning at få en fornemmelse af elevernes fortolknings sammenlignelighed.

Den ontologiske socialkonstruktivisme lader sig inspirere af fænomenologien. I kommende afsnit præciseres, hvorledes specialet læner sig op af den fænomenologiske tradition.

2.2 Den fænomenologisk inspiration

I det følgende præsenteres, hvordan der også lades inspirere af fænomenologien i udformningen af specialet. Afsnittet afrundes i en opsamlende beskrivelse af specialets ontologisk socialkonstruktivistiske position.

Grundlæggende indeholder fænomenologien en forståelse af, at fænomenet opleves ud fra et subjektivt udgangspunkt, kaldet *førstepersonsperspektivet*, og: "[...] at vi ikke kan erkende verden, som den virkelig er, men kun som den fremtræder for os" (Berg-Sørensen 2012:234). Subjektet er dermed kilden til virkeligheden og afgørende for, hvordan den ser ud (Berg-Sørensen 2012:234-235). I relation til specialet kommer fænomenologien til udtryk gennem fokus på den mening, eleverne tilskriver begivenheder og sociale handlinger gennem deres fortolkninger samt i forhold til mere grundlæggende måder, hvorpå de gør livet meningsfuldt i kraft af deres livsanskuelser og verdensbilleder (Berg-Sørensen 2012:216). I specialet fokuseres på erhvervsskoleelevernes udsagn og virkelighedsforståelse som værende kilden til meningsdannelse. Heri findes en reference til det såkaldte Thomas-teorem: "*If men define situations as real, they are real in their consequences*" (Merton 1948:193).

En anden nuancering af fænomenologien, som har betydning for indeværende speciale, inddrages ved Alfred Schutz (1899-1959), da han tilvejebringer begrebet *intersubjektivitet* (Schutz 2005). Begrebet rummer, at mennesker ser hverdagslivets som intersubjekter, hvor vi lever i samvær med hinanden i en verden bestående af tilsyneladende udtalte fællesforståelser. Det videnslager

mennesket har tillært udspringer af sociale interaktioner. Typiske antagelser, normalitetsforventninger og forskrifter, som automatisk benyttes, er socialt accepteret og socialt afledt (Schutz 2005:40-41,49,51). Fænomenologien supplerer det socialkonstruktivistiske perspektiv med en tanke om, at verdens sociale aktiviteter breder sig udover individets verden, som den fremstår direkte foran individet, og åbner op for en intersubjektiv fælles verden. Individet ved, at hinsides egne sansers rækkevidde findes andre subjekter, som oplever virkeligheden ud fra deres udgangspunkt, som er forskelligt for andres (Collin 2012:350;Schutz 2005:40-41). Fænomenologien understreger med begrebet *epoché*, at for at kunne forstå fænomenet, *som det fremtræder*, er det nødvendigt at sætte parentes ved de grundantagelser, både af dagligdags- og videnskabelig karakter, som beskueren har (Berg-Sørensen 2012:236). Jeg er delvist inspireret heraf, men kun delvist, da den adaptive tilgang bevirker en vekselvirkning mellem en deduktiv og induktiv tilgang. Det betyder, at der ikke fokuseres på epoché i forhold til dele af empirien, men i stedet tager udgangspunkt i en række teoretiske grundantagelser om, hvordan hverdagslivet leves. I specialet opfyldes delvis intentionen om epoché ved at opretholde en åbenhed overfor nye elementer i empirien og i disse tilfælde efterstræber jeg at sætte min viden i parentes. Derved er empirien ikke kun styret af teori, men også i nogen grad styrende for valg af teori, som præsenteres i afsnittet omhandlende den adaptive teori.

Den ontologiske socialkonstruktivistiske forståelse af videnskaben afspejles ved, at interviewene giver adgang til elevernes sociale verden og den viden, der skaber virkelighedsforståelsen (Collin 2012:335-338). Med denne antagelse er fænomenernes virkelighed og de sociale normer for eleverne altså en virkelighed, som kun anses som virkelig inden for den gældende sociale praksis og elevernes erkendelse af den. Det er vigtigt at tage den sociale praksis i betragtning, når formålet er at bidrage til viden omkring erhvervsskoleelevernes kostvalg som inspiration til videre forskning inden for lignende målgrupper og problemstillinger. Formålet med specialet er således ikke at skabe en generaliserende viden, og jeg ser dermed ikke ovenstående som værende et problem eller en hindring for specialets relevans for genstandsfeltet.

Grundet en intention om at undersøge de social normers betydning for kostvalg blandt unge mandlige erhvervsskoleelever, anlægges et ontologisk socialkonstruktivistisk blik på

undersøgelsesfeltet, hvor den fænomenologiske vinkel kommer til udtryk ved nysgerrigheden omkring fænomenet kostvalg og elevernes menings-skabelse som genstand for forståelse og fortolkning.

Forståelse af videnskabelse, som værende præget af forforståelse, influerer på hvordan jeg betragter vekselvirkning mellem teori og empiri. I kommende afsnit vil jeg plædere for anvendelsen af en adaptiv tilgang.

2.3 Adaptiv teori: At bygge bro mellem teori & empiri

I forestående afsnit redegøres for inddragelse af den adaptive teori. Der er valgt at arbejde ud fra denne teori, da den muliggør en kreativ tilgang til undersøgelsesfeltet (Jacobsen 2007:266), som er samspillende med fokuset på at bidrage med viden til feltet omhandlende adfærdsregulering af unge mandlige erhvervsskoleelevers kostvalg.

"I sagens natur er det fordelagtigt, såfremt man i sin adaptive teori formår at forbinde sociale sammenhænge med situerede handlinger gennem forklaringer og beskrivelser"

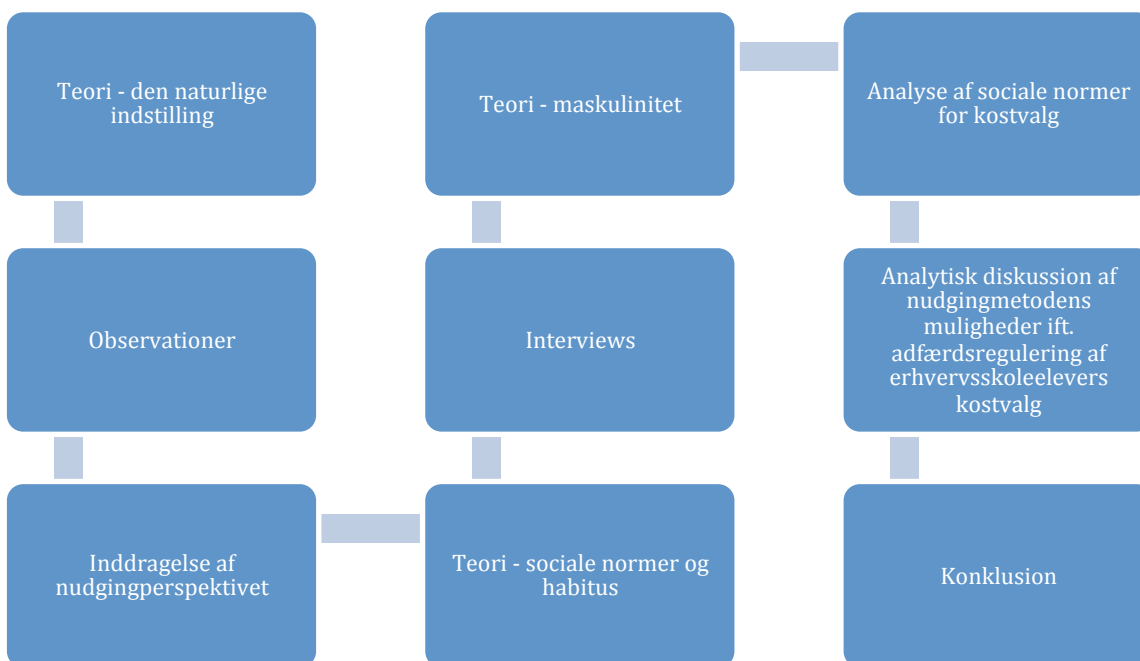
(Jacobsen 2007:266)

Den adaptive tilgang repræsenterer et pragmatisk og eklektisk forhold til vidensproduktion (Jacobsen 2007:263). Der sonderes ikke mellem induktion, hvor der på baggrund af tilbagevendende empiriske observationer udledes fra det partikulære (empiriske observationer) til det generelle (teori) og deduktion, hvor observationer udledes fra det generelle til det partikulære. Derimod tilstræbes et midtsøgende perspektiv, det adaptive perspektiv, hvor der bygges bro mellem teori og empiri i en konstant vekselvirkning og et kontinuerligt samspil herimellem (Layder 1998:134). Sociolog Derek Layders ambition med den adaptive teori er ophævelsen af den dikotome tænkning, der traditionelt fører en skarp sondring mellem induktion og deduktion (Layder 1998:133; Jacobsen 2007:254).

Den adaptive teori tillader at benytte grundprincipperne i teorien frit og fleksibelt i forhold til den konkrete problemstilling (Jacobsen 2007:261), hvilket giver anledning til refleksive tanker omkring

brugen af teorien i forhold til specialet. Det er intentionen at forankre og nuancere empirien teoretisk, og det er samtidig meningen at anvende det teoretiske begrebsapparat med en sensitivitet overfor det empiriske materiale (Jacobsen 2007:261). Dette kommer til udtryk ved, at teorien og kernebegreber har ageret som retningslinjer for udfoldelsen af de metodiske redskaber (interviewguide og observationsguide), og samtidig kan det lade det empiriske materiale *ånde frit* ved at empirien er styrende for inddragelse af yderligere teoretiske begreber, som forklarer og kaster lys over empirien i analysen. Dette bidrager med et nuanceret blik på undersøgelsesfeltet, hvor en vedvarende vekselvirkning mellem teori og empiri er imødekommet. Dette er visualiseret nedenfor i figur 2 Specialets vekselvirkning mellem teori og empiri.

Figur 2: Specialets vekselvirkning mellem teori og empiri



Vekselvirkningen mellem teori og empiri er synlig i ovenstående figur, hvor det fremgår, at Schutz' begreb *den naturlige indstilling* har præget udformningen af specialet. På baggrund heraf er foretaget observationer, som efterfølgende har bidraget til inddragelse af de teoretiske perspektiver sociale normer og habitus. Efter indsamling af empiri i form af interviews er der blevet tilføjet yderligere et teoretisk perspektiv, maskulinitet.

Specialets har fra start været præget af hverdagslivsteori, som anvisende teoretisk viden, hvor den naturlige indstilling giver indsigt i, hvordan mennesker forholder sig til hverdagen. Der er tale om anvisende teoretiske viden, idet rammeforståelsen har inspireret til de *orienterende begreber*. Denne tilgang om den anvisende teoretiske viden giver en teoretisk forforståelse for undersøgelsen. Tilgangen anses ikke som problematisk af Layder, idet at forskeren *aldrig* kan træde ind i det empiriske felt uden en teoretisk baggrundsviden (Layder 1998:250; Jacobsen 2007:266).

I relation til problemstillingen betragtes følgende begreber som værende orienterende og vejledende for det analytiske arbejde:

- *Hverdagslivet*
- *Sunde kostvalg*
- *Sociale normer*

De orienterende begreber er kommet til på baggrund af problemfeltet og er lånte, illustrative eller rammende begreber fra teori om den naturlige indstilling og andet forskning. Førstnævnte orienterende begreb *hverdagslivet* er inspireret af Schutz og Bech-Jørgensen og er en teoretisk sammenskrivning af nudgingmetodens fokus på system 1 og system 2 og Schutz' hverdagslivsteori. Det andet begreb *sunde kostvalg* er udviklet med inspiration fra problemfeltet, hvor et uhensigtsmæssigt kostvalg anses for problematisk og sunde kostvalg står som modsætning hertil. Det tredje begreb *sociale normer* er udviklet med inspiration fra observationsstudiet, hvor det blev tydeligt, at det sociale har indvirkning på kostvalg blandt unge mandlige erhvervsskoleelever.

Der er i nærværende speciale lagt vægt på balancegangen mellem at styre og lade sig inspirere af de orienterende begreber (Layder 1998:109). Formålet med de orienterende begreber har været retningsvisende og bærende i udarbejdelsen af observations- og interviewguiden, dog ikke dikterende, men derimod vejledende, for selve empiriindsamlingen og det analytiske arbejde, da der som beskrevet ovenfor har været et ønske om at bevare åbenhed overfor empirien (Jacobsen 2007:266-267). Derfor er det tydeligt, at der ikke arbejdes hverken deduktivt eller induktivt i

begrebernes rene forståelse og optik, men at der derimod igennem arbejdsprocessen er en opmærksomhed på, at nye perspektiver kan opstå. Derfor kan der løbende inddrages nye analytiske begreber i analysen, hvor det forekommer relevant, og når disse vurderes at tilføre analysen gyldighed.

Adaptiv tilgang ligger dermed imellem den teoritestende tilgang og den teorigenererende (Jacobsen 2007:264,267). Specialet har til formål at være hypotesegenererende, hvilket derfor falder indenfor rammerne af den adaptive tilgang, da

"[...] den adaptive tilgang reagerer på den sociale verdens kompleksitet ikke ved at opgive en søgen efter 'sandhed' i form af større tilstrækkelighed og gyldighed [...] men ved at accelerere indsatsen for at forstå denne verden og ved at udarbejde stadig mere sofistikerede metoder, strategier og forklarende anordninger, hvormed den kan indfanges" (Jacobsen 2007:257).

Citatet inddrages for at give en forklaring på valg af teori og for at illustrere muligheden for at udforske alternative og nye tilgange til feltet. Specialet handler om at belyse perspektiver på problemstillingen, som kunne være relevant at arbejde videre med. At bruge nudging indenfor sociologien er dermed ikke teorigenererende, men *hypotesegenererende* eller teoriudviklende, og det kan på den baggrund være muligt at gøre nudgingmetoden mere uddybende indenfor anvendt sociologi. Formålet med specialet er dermed at bidrage til feltet med hypotetiske fokuspunkter til videre arbejde på feltet, funderet på denne kvalitative undersøgelse af sociale normer og teoretiske forklaringer.

Kapitel 3 - Specialets teoretiske perspektiver

I følgende kapitel præsenteres specialets teoretiske fundament, hvor hverdagslivsteori udgør den teoretiske grundforståelse. Det betyder, at de inddragede teoretiske perspektiver skal forstås i et hverdagslivsperspektiv. Det teoretiske kapitel har to overordnede mål: (1) at bistå med analytiske begreber som bidrager til analysen af det empiriske materiale, og (2) at diskutere

nudgingmetodens mulighedsbetingelser i et sociologisk hverdagslivsperspektiv. Fælles for de valgte teorier er, at de er perspektiver, der giver mulige forklaringer på, hvad der motiverer menneskets handlinger.

I første del af kapitlet vil jeg præsentere *nudging*, og det gøres ved brug af Richard H. Thaler og Cass R. Sunsteins forståelse af begrebet. Deres forståelse suppleres af Kahnemans teoretiske perspektiv om hjernens *system 1* og *system 2*. Disse teoretiske positioner er overvejende økonomisk-psykologiske og dermed ikke typisk anvendt i en sociologisk analyse. De inddrages, da de er nødvendige i diskussionen om nudging som adfærdsregulerende metode indenfor hverdagslivets rammer. Anden del af kapitlet indeholder en redegørelse af specialets forståelse af hverdagslivet. Hverdagslivet præsenteres ved Schutz' forståelse og er ledsaget af Bech-Jørgensens teori om *normalitetsbilleder* for at undersøge, hvordan erhvervsskoleeleverne forholder sig til livsverden og særligt hverdagen. I forlængelse heraf inddrages Katzenelsons sondring mellem en stærk og en svag betydning af normer, for at undersøge hvordan disse udspiller sig i forhold til erhvervsskoleelevernes kostvalg. I tredje del inddrages et maskulinitetsperspektiv, som er fundet relevant efter indsamling af empiri, fordi det bidrager med et perspektiv på respondenternes kostvalg som værende styret af maskuline normer. Her inddrages sociolog og antropolog Pierre Bourdieus (1930-2002) begreber *habitus* og *hexis*. Afslutningsvis præsenteres en opsamlet forståelse af nudging som adfærdsregulerende metode i et hverdagslivsperspektiv ud fra den teoretiske gennemgang.

3.1 Nudging

Nærværende afsnit indeholder en præsentation af nudgingmetodens overordnede tankegang og de perspektiver, der er interessante i forhold til den teoretiske udfoldelse. I specialet forstås nudging med udgangspunkt i Thaler og Sunsteins værk fra 2008: *Nudge Improving Decisions About Health, Wealth, and Happiness*, hvor nudging anvendes i forskellige kontekster. I specialet afgrænses perspektivet på nudging til at omhandle *etablering af sunde kostvalg hos unge mandlige erhvervsskoleelever*. Thaler og Sunstein argumenterer for, at nudgingmetoden er baseret på det faktum, at menneskers valg ikke altid er funderet på en rationel vurdering, hvilket i nogen

tilfælde gør, at de tager dårlige valg i forhold til deres helbred og velfærd (Thaler & Sunstien 2009:8).

Definitionen af nudging:

"[...] any aspect of the choice architecture that alters people's behavior in a predictable way without forbidding any options or significantly changing their economic incentives"

(Thaler & Sunstein 2009:6).

I definitionen ligger tre aspekter, der kræver yderligere forklaring: 1) Nudging er er interventionsredskab, som har til formål at ændre menneskers adfærd på en forudsigelig måde. 2) Nudging gør det uden at forbyde nogle valgmuligheder eller ændre menneskers økonomiske incitament. 3) Nudgingløsninger er designet og bestemt af valgarkitekten (the choice architect), hvor: *"A choice architect has the responsibility for organizing the context in which people make decisions"* (Thaler & Sunstein 2009:3). I denne beskrivelse ligger en forståelse af, at valgarkitekten gennem brugen af nudging agerer som styrende for, hvilke valg mennesker træffer, og ved brug af løsninger baseret på nudgingprincipperne er det muligt at påvirke, hvad mennesker spiser. Der ligger et ansvar hos valgarkitekten om, at nudgingløsningerne skal styrke menneskers sundhed og velvære positivt (Thaler & Sunstein 2009:3-5).

3.1.1 Libertær paternalisme

Thaler og Sunstein er fortalere for den strategiske bevægelse kaldet *libertarian paternalism* (herefter libertær paternalisme). De argumenterer for, at der kan drages store fordele af at se begreberne libertær og paternalismen i et samspil. Begrundelsen er, at de hver især afspejler dele af *common sense*, og at de sammen styrker hinanden til det bedre. Den libertære del af forståelsen afspejles i en overbevisning om, at *"in general, people should be free to do what they like - and to opt out of undesirable arrangements if they want to do so"* (Thaler & Sunstein 2009:5). Dette kommer til udtryk således: *"We strive to design policies that maintain or increase freedom of choice"* (Thaler & Sunstein 2009:5). Det paternalistiske aspekt bidrager til forståelsen ved at

legalisere, at valgarkitekten prøver at påvirke menneskers adfærd for at gøre deres liv længere, sundere og bedre. Begrebet valgarkitekt skal forstås som en person, der indretter omgivelser og systemer ud fra et mål om at skubbe (nudge) mennesker blidt i den rigtige retning, således at de tager de rigtige valg. Libertær paternalisme vægter "freedom of choice" højt, men tillader samtidig valgarkitekten at påvirke menneskers adfærd, hvis det er i deres egen interesse (Thaler & Sunstein 2009:5). I en libertær paternalistisk tankegang er mennesker altså frit til selv at vælge, også selvom de bliver udsat for et nudge. Der skal med andre ord være plads til at afvige valgarkitektens design, hvis det ønskes. Den paternalistiske taktik: [...] *tries to influence choice in a way that will make choosers better off, as judged by themselves*" (Thaler & Sunstein 2009:5). Regeringer, private organisationer og valgarkitekten er frie til at påvirke adfærd igennem nudging, og så længe et nudge påvirker en handling, som stiller mennesker bedre end uden nudget, er adfærdsdesignet accepteret og valideret. Hertil skal tilføjes, at der ikke findes noget neutralt design. Uanset hvilken sammenhæng mennesker er i, vil der altid være et design lavet af en valgarkitekt, men det er kun designet som et nudge, hvis det opfylder overstående (Thaler & Sunstein 2009:2).

3.1.2 Hjernens systemer

Thaler og Sunstein inddrager psykologisk teori om hjernens to systemer som forklaring på, hvordan mennesker handler. De refererer til *det automatiske system* (Automatic System) og *det reflekterende system* (Reflective System). Det automatiske system er intuitivt, hvor det reflekterende system er rationelt. For at uddybe hjernens systemer, drages en parallel til psykolog Daniel Kahneman, som har udarbejdet et kognitivt grundlag for almindelige menneskelige fejl. Han navngiver hjernens to systemer: *system 1* og *system 2*.

Figur 3, Systemernes egenskaber

Det automatiske system / *System 1	Det reflekterende system / *System 2
---	---

Hurtigt	Langsomt
Ukontrolleret	Kontrolleret
Ubesværet	Kræver en indsats
Tager ikke højde for konsekvenser	Følger regler
Følelsesmæssigt	Selvbevidst
Automatisk	Rationelt
(*Kan tilsidesættes af System 2)	(*Kan blive overbelastet og overgive valg til System 1)

Figur under egen tilvirkning (Thaler & Sunstein 2009:19-20) *Tilføjelse med inspiration fra Kahneman (2011)

Ovenstående figur viser en oversigt over de to systemers egenskaber. Thaler, Sunstein og Kahneman argumenterer for, at mennesker for det meste bruger det automatiske system 1, da det kræver mindst og har en hurtig reaktionsevne. System 1 handler automatisk på baggrund af instinkt, og det involverer ikke reflektiv tænkning eller tænkning overhovedet. System 2 råder over reflektiv tænkning og kræver mere energi og overskud af mennesker og er langsommere end system 1. Kun i tilfælde hvor mennesker bliver bedt om at bruge det reflektive system, benytter de det (Thaler & Sunstein 2009:19-24; Kahneman 2011:28). Derfor kan mennesker tage beslutninger og valg, der ikke er gennemtænkt af det reflektive system og dermed ikke understøtter et fornuftigt valg i forhold til sundhed og velvære. Der er altså mulighed for at påvirke valg gennem nudging, og mennesker er så at sige *'nudge-able'* (Thaler & Sunstein 2009:37).

De to systemer er en symbiose, som arbejder effektivt sammen. Ressourcekrævende opgaver går videre fra system 1 til system 2, og mindre ressourcekrævende opgaver bliver klaret hurtigt og effektivt af system 1. Konflikter mellem systemerne opstår, når system 2, som besidder selvkontrol, skal kæmpe med at overvinde system 1's impulser. Når system 2 har for store udfordringer og overlader tingene til det intuitive system 1, sker der fejl. En fejl karakteriseres ved en handling, som system 1 foretager, der strider imod den handling som system 2 ville have taget, den hensigtsmæssige handling. Det kan eksempelvis være, når en reflektiv vision ikke føres ud i livet, såsom når en vision om at spise sundere ikke lykkes (Kahneman 2011:27-29,34-35,51).

System 2 kan kun klare en vis mængde opmærksomhedskrævende opgaver på samme tid og må nogle gange bukke under og overlade opgaver til system 1 (Kahneman 2011:27-29,34-35). Kahneman tilføjer derved, til Thaler og Sunsteins forståelse af hjernens systemer, egenskaberne eller nærmere begrænsningerne: System 1 tilsidesættes af system 2, og system 2 kan blive overbelastet og overgive valg til system 1 (fremgår af figur 3).

Udover ovenstående tilføjer Kahneman et andet interessant aspekt: Det er muligt for mennesker at udvikle system 1 således, at det bliver nemmere at handle hensigtsmæssigt. Kahneman påpeger, at det er forskelligt fra menneske til menneske, hvad det automatiske system 1 indeholder, da de automatiske handlinger er forskellige. Eksempelvis er det for mange en automatisk handling at skifte gear, når de kører bil, men for folk, der prøver det første gang eller ikke har flair for det, kræver det hjælp fra det langsommere, men reflektive system 2 (Kahneman 2011:21). Kahneman beskæftiger sig ikke direkte med adfærd, men med muligheden for at udvikle hjernens systemer ud fra et psykologisk perspektiv, eksempelvis ved at gøre system 2's egenskaber intuitive, således at de er håndterbare for system 1. Dette speciale forholder sig mere praktisk. I stedet for at ændre systemerne i hjernen, beskæftiges der med Thaler og Sunsteins fokus på at ændre omgivelserne og ydre systemer, så de hjælper system 1 med at træffe fornuftige valg. I specialet er fokus dermed ikke på, hvordan erhvervsskoleelevers tankesystemer kan ændres, men på hvordan viden om elevernes sociale normer kan bidrage med viden til at ændre omgivelserne, således at det er intuitivt at tage det rigtige valg. På den måde begår system 1 ikke fejl.

I problemfeltet vises en tendens til, at unge mandlige erhvervsskoleelever har et uhensigtsmæssigt kostmønster på trods af en intention om det modsatte. Ud fra ovenstående teoretiske perspektiv kan et uhensigtsmæssigt kostmønster skyldes systemernes begrænsede kapacitet. Ifølge Thaler og Sunstein er nudging nødvendigt, fordi der sker fejl, og løsningen er at lave en korrigerende valgarkitektur, såkaldte nudgingløsninger.

Det skal tilføjes, at Thaler og Sunstein gør sig nogle antagelser om generel menneskelig adfærd ud fra forskellige videnskabspositioner (adfærdsøkonomi, psykologi og biologi) og derudover egne erfaringer, og det er på baggrund heraf, at deres nudgingløsninger er udviklet (Thaler & Sunstein

2009). Disse perspektiver medtages ikke i nærværende, da formålet med specialet er at lave en undersøgelse af mandlige erhvervsskoleelever på CELF, ud fra en sociologisk position, hvor sociale normer er styrende for den måde mennesker handler på, og hvor situationen skal forstås ud fra de sociale omstændigheder. Nudging har dermed en begrænset rolle i forhold til de analytiske perspektiver til besvarelse af problemformuleringen og fungerer derfor i højere grad som en teoretisk forståelse af selve nudging*metoden*. Specialet adskiller sig hermed fra teorien bag de afprøvede nudgingløsninger på UCH ved, at der heri benyttes andre teoretiske analysebegreber og ved at fokusere på sociale normer.

3.2 Hverdagslivet

Problemformuleringen giver anledning til inddragelse af teori om *hverdagslivet*, da der ønskes indsigt i erhvervsskoleelevers oplevelser af kostvalg i hverdagen, og det daglige måltid på skolen formodes at være en del af elevernes hverdagsliv. I indeværende afsnit præsenteres specialets overordnede forståelse af hverdagslivet ud fra Schutz' teori herom.

Schutz fremhæver hverdagslivets verden som et meningsunivers, karakteriseret ved *den naturlige indstilling*. Den naturlige indstilling er en bestemt måde at forholde sig på og beskrives som en *common sense*-indstilling, hvor det der forekommer mennesker naturligt, bliver den måde, de typisk agerer på i hverdagen (Schutz 2005). Schutz sætter hverdagslivet lig med en særlig måde at være til stede på, nemlig som *lysvågen*, men ikke umiddelbart reflekterende. Den naturlige indstilling er en tilstand, hvor mennesker er i 'det lysvågne selv', også omtalt som *lysvågenhed*. I denne bevidste lysvågne tilstand er mennesker rettet mod konkrete gøremål og projekter i hverdagen, som de er fortrolige med (Schutz 2005:87). Ifølge Schutz følger mennesker deres naturlige indstilling det meste af tiden. Når den følges, kan mennesker stole på sine erfaringer og dermed umiddelbart håndtere det, der vil ske uden at tvivle på hvert skridt, der tages samt uden at tænke på resultatet heraf og på resultatet af alt, der siges og opleves (Bech-Jørgensen 2010:210). Det er en bevidsthedsspænding, der udspringer af en uindskrænket opmærksomhed på livet, en bestemt *epoché*, nemlig ophævelsen af tvivl (Schutz 2005:85,109). Altså er den naturlige indstilling en oplevelse af verden, hvor enhver tvivl om, at tingene kan være anderledes, umiddelbart er suspenderet (Schutz 2005:9).

3.2.1 De mangfoldige virkeligheder & den reflektive indstilling

Schutz argumenterer for, at hverdagslivets verden grundlæggende er karakteriseret ved, at mennesker ikke reflekterer meget over hverdagen, men hverdagen består også af de *mangfoldige virkeligheder*, hvor epochéen om ophævelsen af tvivl ikke længere er gældende. Afvigelse fra den naturlige indstilling kan ske, hvis der opstår reflektive tanker omkring dét, der forekommer helt naturligt i omverdenen, og derved afsættes troen på hverdagslivets selvfølgheder. Med andre ord så suspenderes den naturlige indstilling (Bech-Jørgensen 2010:210-211). Reflektive tanker opstår, hvis hverdagslivet afbrydes af et *chok*. Et chok skal forstås som et brud på hverdagslivet og den naturlige indstilling, hvor mennesker reflekterer og tænker anderledes, eksempelvis en eksamen, drøm eller i en uvant situation (Schutz 2005:110-111). Begrebet *mangfoldige virkeligheder* står derved i modsætning til hverdagslivet og den naturlige indstilling. De erfaringer, mennesker gør i en mangfoldig virkelighed, eksisterer ikke nødvendigvis i andre virkeligheder eller i den naturlige indstilling. De eksisterer kun indenfor rammerne af den pågældende meningssammenhæng. Derved kan der opstå afstand mellem de erfaringer, der opstår med den reflektive indstilling, og de erfaringer, menneskers gør sig med den naturlige indstilling (Schutz 2005:111).

3.2.2 Typificeringer

I ovenstående ligger en forståelse af *perspektivernes gensidighed*, hvori typificeringer er mulige ud fra to idealiseringer, der er indbefattet i 'common sense'-tænkningen. (1) Idealiserings af synsvinklers ombyttelighed: fordi vi kender til eller har viden om andre typer af personer, kan vi sætte os i hinandens sted og gøre os forestillinger om, hvordan andre oplever verden (Schutz 2005:40-41,49,51,81) og (2) Idealiserings af relevanssystemers kongruens. Indtil det modsatte er bevist, tages det for givet, at andre menneskers tolkninger, relevanssystemer og motiver grundlæggende svarer til mennesker egne (Schutz 2005:32-33,47). Ved at typificere andres adfærd, typificerer mennesker sig selv. Typificeringer udgør derved en fælles common sense-forståelse og en form for "fælles" intersubjektivitet.

Ifølge Schutz teori om typificeringer vil kostvalget være en typisk situation for erhvervsskoleelever på CELF, hvis det forekommer uproblematisk for dem at agere i situationen.

Erhvervsskoleelevernes typificering af andre vil afdække noget om, hvordan de opfatter sig selv og deres eget valg af kost. De vil have nogle forventninger til, hvad deres venner spiser, og hvad der anses som typisk sundt og typisk usundt. Igennem typificering vil det derved være muligt at få et billede af, hvordan respondenterne ser dem selv og deres valg af kost.

Antagelsen af typificeringer som værende socialiserede, kan give et syn på den naturlige indstilling som værende påvirket af sociale normer. Ifølge Schutz erkender mennesker verden fra et individuelt vidensperspektiv, som er formet af individets personlige historie, erfaring og uddannelse. Det er en bestemt viden om verden, som er enestående for hver person. Denne viden er socialiseret igennem erfaringsdeling, interaktioner og samfundsmæssige forhold (Collin 2012:350-351). Der kan altså argumenteres for, at den naturlige indstilling er reguleret af sociale normer. Ifølge Schutz agerer mennesker altså ikke udelukkende på baggrund af impulser og behov, men også på baggrund af erfaringer. I den naturlige indstilling bruges erfaringen mere eller mindre automatisk, og vaner kan dermed forstås som et lager af viden mennesker trækker på, og som kommer til udtryk gennem mere eller mindre automatisk handlen i hverdagen. Schutz' hverdagslivsteori giver en forståelse af, at erfaringer, som gøres i den reflektive indstilling, ikke nødvendigvis har en tilstedeværelse i den naturlige indstilling. Dette indikerer, at der i en reflektiv situation kan være visioner, som ikke efterleves eller giver mening i den naturlige indstilling. Det er interessant at undersøge, om erhvervsskoleelevernes erfaringer og visioner i deres reflektive tanker er forskellige fra deres kostvalg i hverdagen. Derfor søges der i specialet igennem respondenternes forklaringer og udsagn at danne et billede af deres meningsdannelser i begge indstillinger.

Antagelse om at menneskers adfærd er styret af sociale normer giver anledning til inddragelse af Bech-Jørgensens teori om normalitetsbilleder, hvilket uddybes i det kommende afsnit.

3.3 Normalitetsbilleder & selvfølghedernes symbolske orden

Bech-Jørgensen er inspireret af Schutz' hverdagslivsteori og i forordet til Schutz' værk *Hverdagslivet* (Schutz 2005) opsummerer hun således: *"Den naturlige indstilling har rødder i et kulturelt og socialt frembragt lager af viden, som vi uden at lægge mærke til det trækker på, når vi genskaber hverdagslivets selvfølgheder"* (Bech-Jørgensen 2005:9). Ved inddragelse af Bech-

Jørgensens teoretiske perspektiv tilføjes begreberne *normalitetsbilleder* og *den symbolske orden*. Teorien om normalitetsbilleder er valgt, fordi den illustrerer normernes opstilling af normalitetsbilleder, en opstilling af, hvad der anses som normal eller unormal adfærd. Mennesker tilegner sig deres egen forståelse af, hvad det er fornuftmæssigt acceptabelt i de gængse sociale fællesskaber, som de indgår i. Dette teoretiske perspektiv bidrager med konkrete analytiske begreber, som synliggør, hvordan de mandlige erhvervsskoleelever håndterer og forholder sig til deres kostvalg i hverdagen.

Ifølge Bech-Jørgensen skal hverdagslivet forstås som en sociologisk metafor for det liv, mennesker lever hver dag. Det er et processuelt begreb, som skabes og omskabes, opretholdes og fornyes, og det sker gennem de måder, mennesker håndterer deres betingelser på (Bech-Jørgensen 1999:31-32). Hverdagslivets betingelser er de samfundsskabte, mellemmenneskelige og individuelle livsbetingelser, som mennesker forholder sig til. Hverdagslivet skabes altså ved en vekselvirkning mellem *betingelser* og *håndteringer* (Bech-Jørgensen 1999:32). I specialet undersøges det, hvordan erhvervsskoleeleverne håndterer de livsbetingelser, der er forbundet med at træffe kostvalg.

Hverdagslivet er alt det, mennesker ikke lægger mærke til, alt det der forekommer selvfølgeligt, som var det naturens orden. I den forbindelse taler Bech-Jørgensen om selvfølgelighedernes symbolske orden (Bech-Jørgensen 1999:36-37).

"Det er hverdagslivets særlige paradoks, at det meste af det der forekommer så helt naturligt i stedet er kulturligt, dvs. det er dybt integreret i en symbolsk orden af selvfølgeligheder. Det er selvfølgeligheder, der har dybe rødder i fortiden. De forandrer sig, men det går langsomt. Normalitet er således et selvfølgeligt begreb, der fortaber sig så meget i fortiden, at det virker som om det hører til naturens orden" (Bech-Jørgensen 1999:37).

I forlængelse af Schutz' erkendelse af erfaringers påvirkning på den naturlige indstilling mener Bech-Jørgensen tilsvarende, at menneskelig handlen har rødder i fortidens såkaldte

selvfølgeligheder, og at disse fremstår for individet som en form for naturens orden - uden dog at være det.

Bech-Jørgensen beskriver i værket *Normalitetsbilleder* hverdagslivsanalyse som værende en radikalt relationel analyse. Den er relationel i og med, at den sociale responsivitet, som er stimulus-respons og evnen til at reflektere, skal ses som noget relationelt i forhold til, hvem individet omgiver sig med. Hos Bech-Jørgensen tager en hverdagslivsanalyse fat på, hvordan individer forholder sig til hinanden, også når de er alene eller isolerede (Bech-Jørgensen 1999:30). Det er altså i mødet med andre mennesker, at man bekræftes eller afkræftes i, hvad der er normmæssigt rigtigt og forkert (Bech-Jørgensen 1999:17-18).

Bech-Jørgensens teori om normalitetsbilleder indebærer en forståelse af *normalitet* som værende upåagtet, selvom det er den måde, størstedelen af samfundet lever på (Bech-Jørgensen 1999:14). Det er i høj grad kontekstuel relevant i forhold til kostvalg, som kan synes upågtet i hverdagslivet. Bech-Jørgensens teori er relevant i denne sammenhæng, da hun er af den mening, at kravene om normalitet er en betingelse for hverdagslivet. Disse holdes i balance via de samfundsskabte institutioner, som både kan være organisationer (familien, arbejdsmarkedet og den offentlige sektor), men også normer, værdier og regler, som blandt andet regenereres i samværet mellem mennesker og opretholdes gennem længere tid (Bech-Jørgensen 1999:16-17,37).

Normalitet udtrykkes igennem normalitetsbilleder, som er forestillinger om, hvad der er normalt at gøre, og de skaber helheder ved at samle forskellige tanker og følelser, erfaringer og forventninger om normalitet. Bech-Jørgensen nævner som eksempel, at det i det senmoderne samfund anses for normalt at have både familie, bolig og arbejde. I denne forståelse ligger også, at normalitetsbilleder udtrykkes symbolsk, hvor bestemte materielle ting, ligesom en bestemt levevis, er et udtryk for den dominerende normalitet (Bech-Jørgensen 1999:21).

"Normalitet er altså struktureret som en symbolsk orden gennem et umådelig komplekst væv af upågtede aktiviteter og betydninger, der gør det muligt dels at fortolke sin omverden som normal eller unormal, dels at

kropsliggøre sine fortolkninger i den daglige praksis” (Bech-Jørgensen 1999:26).

Normalitetsbilleder opretholdes af et væv af værdier og normer, vaner og rutiner, symboler og betydninger. Vævet udgør det Bech-Jørgensen kalder *normalitetens symbolske orden*, hvorigennem der dannes en tilnærmelsesvis stabil omverden for daglige aktiviteter og mellem menneskelige forhold. Normer er retningslinjer for, hvad man skal gøre for at leve normalt, det vil sige at leve, som man bør (det gode og rigtige liv), så man kan indrette sig efter og leve sammen med andre. Normaliteten udtrykkes og leves gennem forskelle som ordnes symbolsk. Det er sprogligt og kropsligt muligt at udtrykke sig om normalitet (forskelle mellem normalitet og ikke-normalitet) og dermed bekræfte den (Bech-Jørgensen 1999:24-26). I henhold til erhvervsskoleeleverne er det muligt at illustrere, hvordan gruppens normalitetsbillede indenfor kostvalg udspiller og udformer sig. Bech-Jørgensens teori kan bruges til gennem elevernes udviste symboler at danne et indtryk af, hvilke normalitetsbilleder respondenterne har i forbindelse med kostvalg.

Normer skal ses som en forudsætning for, at mennesker kan begå sig sammen, og normerne sætter grænser for og vejleder i, hvad mennesker kan. Normer skaber tryghed og anerkendelse og er noget, som mennesker ikke kan leve foruden i de fællesskaber, de indgår i. De bliver synlige, når de provokeres eller overtrædes, og det er her *selvfølgelighederne* er mest observerbare (Bech-Jørgensen 1999:17-18). Det kan muligvis komme til udtryk under interviewene, hvor det er muligt at undersøge, om erhvervsskoleeleverne forbinder bestemte normer med kostvalg ved at provokere med inddragelse af begrebet sund kost, som forventes at skabe refleksive tanker herom.

Bech-Jørgensen er inspireret af den danske psykolog Boje Katzenelson (1940) i forhold til forståelsen af normer (Bech-Jørgensen 1999:17-18). I specialet inddrages Katzenelsons sondring mellem en stærk og svag betydning af normer for at bidrage med analytiske redskaber til at forstå erhvervsskoleelevernes sociale normer og spændingsfeltet mellem det normative og det normale.

3.4 En stærk og svag betydning af normer

Katzenelson definerer normer som rettesnore for menneskers handlinger. Normer er socialkonstruerede, og for at kunne høre til et kollektiv og før et kollektiv kan eksistere, er det vigtigt med en vis fælles normforståelse. Han beskriver ydermere normer som bestående af forventninger til meninger og adfærd (Katzenelson 1994:133). Katzenelson påpeger, at der i samfundet er tale om gruppedynamikker, og at gruppemedlemmer kommer til at ligne hinanden. Jo hyppigere medlemmer af en gruppe interagerer, desto mere nærmer gruppemedlemmernes holdninger, normer og værdier sig hinanden. Det sker igennem fælles oplevelser og et gruppepres på individerne hen imod tilslutning til fælles standarder (Katzenelson 1994:90). Katzenelson tager udgangspunkt i, at normer skabes socialt, og at den generaliserede anden, eller primært gruppens medlemmer, har en stærk indflydelse på de sociale normer, der efterleves, som fungerer som *'loven i vores hjerter'* (Katzenelson 1994:174-176).

Katzenelson sonderer mellem en svag og en stærk betydning af begrebet norm. Den svage betydning refererer til normer som *normalitet*. Med dette menes bestemmelser for opretholdelse af "det normale" på baggrund af forholdsvis ens forventninger til social samhandling, hvilket skaber forudsigelighed omkring bestemte situationer. Svage normer kommer til udtryk i det, der opfattes som normalt at gøre og almindeligt i normale situationer (Katzenelson 1994:122). Den stærke betydning af normer omhandler *normativitet*, det vil sige retningslinjer om det rigtige og passende at gøre i bestemte situationer. Stærke normer kommer til udtryk igennem samfundsmæssige krav, påbud og forbud, der normsætter bestemte handlinger som passende eller rigtige i en given situation. Normer af stærk betydning fortæller mennesker, hvad de bør gøre og er dermed anderledes fra normer af svag betydning, altså dét mennesker bare gør (Katzenelson 1994:134). Der kan argumenteres for, at normer som normalitet er de værdimæssige normer, de uformelle regler, og normer som normativitet er det lovmæssige perspektiv, de formelle regler. En interessant problemstilling i henhold til specialets emne er en formodning om, at Sundhedsstyrelsens kostanbefalinger tilnærmelsesvis kan indskrives i en normativitet, da det fra det offentlige er anbefalet at følge dem, og det kræves for at skabe de bedste forudsætninger for sundhed. Da flere erhvervsskoleelever i ifølge problemfeltet ikke formår at leve op til disse, kan det tænkes, at kostrådene strider imod de værdimæssige gældende normer.

Sondringen mellem en svag og en stærk betydning af normer er ikke stringent. De kan skifte betydning løbende og have både en svag og en stærk betydning. Overskrides rammerne, som en norm er bygget op omkring, kan den bevæge sig over i en stærk betydning (Katzenelson 1994:135). Spiser en elev kontinuerligt en bestemt slags mad, fordi det er det, han normalt gør, har normen en svag betydning. Bliver dette valg et mål om at opfylde nogle bestemte krav, får normen en stærk betydning. Overtrædelser af normative normer skaber kraftige og ofte negative reaktioner fra omgivelserne (Bo 2008:98-99). Katzenelson argumenterer for, at når menneskers handlinger og tanker er modstridende, kendt som dissonans, så vil mennesker ændre på enten tanker eller handlinger, så der opstår konsonans imellem dem. Katzenelson kommer med et eksempel, der beskriver en mand, der fortsætter med at ryge cigaretter på trods af viden om tobakkens skadelighed. Der er altså dissonans mellem tankerne, der ved, at det er forkert, og handlingen at ryge. Manden vil i denne situation enten finde mening i og grund til at ryge eller forsøge at ændre adfærd. Mennesker er tilbøjelig til, med tilbagevirkende kraft, at finde gode grunde for at anlægge positive vurderinger på det valg, man allerede har truffet og handler ud fra (Katzenelson 1994:159-161).

I en undersøgelse af erhvervsskoleelevers sociale normer kan Katzenelsons sondring mellem en stærk og en svag betydning af normer anvendes i analysen til forståelse af samspillet mellem det normale og normative. Dette benyttes til at fremanalysere de sociale normer, som er gældende for elevernes valg af kost til og herigennem få bedre forståelse af elevernes meningskabelse. Ovenstående giver mulighed for at forklare de mandlige elevers skabelse af indre konsonans i forhold til deres kostvalg. I de tilfælde, hvor eleverne går imod den etablerede normative norm at spise sundt, vil det være interessant med udgangspunkt i sondringen at forstå deres meningskabelse herom. Yderligere er det interessant at se, om eleverne beretter om situationer, hvor normer brydes og om opretholdelsen af en norm sker som resultat af en social samhandling.

Den hertil redegørelse fra specialets teoretiske perspektiver er specialets teoretiske forståelsesramme. Denne er efterfølgende blevet suppleret med et maskulinitetsperspektiv, da det *efter* indsamling af empiri er fundet relevant at inddrage. Dette perspektiv synes at kunne

forklare de mandlige erhvervsskoleelevers sociale normer i forhold til kostvalg, da det synes særligt påvirket af maskuline normer. Dermed gøres det muligt at se på, hvilke kønsspecifikke træk og adfærd erhvervsskoleeleverne udtrykker igennem deres oplevelser omkring kostvalg. Denne adfærd kan betegnes som en måde at udtrykke køn og kønsnormer på.

3.5 Habitus og hexis

Bourdieu bidrager med et perspektiv på, hvordan mennesker tilegner sig sociale normer, igennem begreberne *habitus* og *hexis*. Den adaptive tilgang giver mulighed for at inddrage nye perspektiver løbende. Under indsamling af empiri fremstod respondenternes sociale normer som værende socialiseret i en særlig maskulin kontekst, og for at kunne forklare dette, inddrages Bourdieus begreber *habitus* og *hexis* med fokus på maskulinitet. Bourdieu inddrages indenfor specialets teoretiske ramme, hverdagslivet, hvor erfaringer og 'loven i vor hjerter' er gældende for kostvalget, da han synes at kunne tilføje en uddybet forståelse af individet som socialiseret.

Schutz' teoretiske forståelse af hverdagslivet bevæger sig ikke ind på spørgsmålet om, *hvordan* sociale normer adskiller sig fra hinanden, kun at mennesker er socialiseret til at følge bestemte sociale normer, som kommer til udtryk igennem projekter, rutiner, vaner og typificeringer. Den naturlige indstilling er den grundlæggende indstilling, hvilket betyder, at verden er styret af sociale normer, der er indlejret i mennesker. Der hvor hverdagslivsteorien ikke kommer nærmere ind på dispositionerne, bidrager Bourdieu med et iboende syn på strukturer, hvilket giver mulighed for at komme nærmere en forståelse af respondenternes individuelle videnslager og meningsdannelse, og dermed også det individuelle vidensperspektiv.

Habitus er et centralt aspekt i Bourdieus teoretiske begrebsapparat, som skal forstås som bindeleddet mellem agenternes *sociale positioner* og deres *positioneringer* (valg), også omtalt som *sociale strukturer* og *mentale strukturer* (Järvinen 2007:353; Bourdieu 2007a:17). En dybt indlejret *habitus* opstår igennem socialisering, hvor mennesker disponeres for at handle, opfatte og bedømme på bestemte måder. Begrebet *habitus* dækker over det system af opfattelseskategorier og handlingsorienteringer, der opererer i mennesker (Prieur 2008:26,39; Bourdieu 2008:156). "*Habitus er dette generative og samlende princip, der omsætter de indre og relationelle karakteristika i en position til en samlet livsstil, dvs. til et samlet sæt af personvalg, valg af goder,*

valg af praktikker" (Bourdieu 2008:24). Habitus handler for Bourdieu om forskellige principper for, hvordan verden anskues og opdeles, beskrevet som forskellige former for smag (Bourdieu 2008:24). "*Agenternes habitus skelner mellem det gode og det dårlige, det rigtige og det forkerte, det fine og det vulgære etc.*" (Bourdieu 2008:24). Agenter skelner ikke på samme måde. Den samme situation kan opfattes på forskellige måder af to forskellige agenter. Eksempelvis kan grøntsager forekomme indbydende for én agent, mens det kan virke uspiselige for en anden. Det skyldes den forskel, der ligger i de dispositioner, menneskers habitus besidder. Det væsentlige er, hvorledes oplevelsen kommer til udtryk i menneskers praktik, i de goder de besidder, og i de holdninger, de giver udtryk for, samt i deres livsstil (Bourdieu 2008:24-25).

3.5.1 Social klasse

Måder at handle på beretter om de karakteristika, der kendetegner den sociale gruppe, agenterne tilhører. Agenter søger personer med en habitus som ligner deres egen, altså søger agenter personer som handler, bedømmer og opfatter verden ligesom sig selv, for ikke at udfordre sin egen habitus (Järvinen 2007:353; Bourdieu 2007:102-103). Familien spiller en central rolle i Bourdieus habitusbegreb. De erfaringer, der gøres i familien, socialiseres i aktørens habitus og bringes med videre i livet. Det betyder også, at familiemedlemmers individuelle habitus ligner hinandens og derved også deres kapitaler og interesser (Bourdieu 2008:139,143). Bourdieus beskrivelse af familiemedlemmers homologe habitusser gør, at den individuelle habitus kan sammenlignes med andre habitusser, og at der kan skabes grupperinger af habitusser, det Bourdieu betegner som *kollektive* eller *gruppehabitusser*. Gruppehabitussen er den individuelle habitus, sådan som den afspejles i gruppen, forstået som det system af dispositioner, de i gruppen har tilfælles (Bourdieu 2007:99-100).

Ifølge Bourdieu sker indlejringen af habitus i løbet af livet og særligt gennem socialiseringen i hjemmet og andre primære sociale arenaer, hvorfor viden om erhvervsskoleelevernes kostoplevelser i hjemmet udgør et essentielt udgangspunkt for at indfange viden om baggrunden for deres vaner, valg og værdier. Det vil sige, at værdier og normer i forhold til kost hos de mandlige elever kan forekomme tydeligere, hvis deres udsagn relateres til familiens forhold hertil. I nærværende speciale anses habitus derfor som værende en væsentlig kilde til menneskers

kostvalg, da det udledes, at den indlejrede habitus kommer til udtryk i refleksioner omkring kostvalg i hverdagslivet.

Bourdieu beskriver, at det er muligt at opstille sandsynligheder for, hvad personer med samme habitus gør i en given situation. Forudsigelserne kan være pejlemærker til, hvordan det kan forventes, at en given gruppe handler, men uden at de determinerer (Prieur 2008:40-41,101-102). En vigtig pointe ved habitus er, at selvom habitus gennem en dyb socialisering disponeres for at handle på en bestemt måde, kan menneskers handlinger ikke karakteriseres som værende så faststruktureret, at de kan betegnes rituelle, og de er heller ikke så upåvirkede, frit vælgende og bevidste, så de kan kaldes rationelle målrettede handlinger (Prieur 2008:26). Bourdieu fastholder et midtsøgende perspektiv på handlinger og anser handlinger som hverken rituelle eller rationelle. Det er dog muligt at forudsige adfærd, på baggrund af gruppehabitussen, hvilket kan være nyttigt i forhold til problembestillingen.

3.5.2 Den kropslige habitus: hexis

Overensstemmelse mellem de sociale og de mentale strukturer og mellem de objektive muligheder og de subjektive forventninger gør sig også gældende i Bourdieus kønsperspektiv. Bourdieu mener, at køn fastholdes og reproduceres via sociale forventninger og strukturer, og mentale overbevisninger stemmer overens med disse. Bourdieu går ind i kønsteorien med fokus på den maskuline dominans og de indlejrede kønsdispositioner, mennesker besidder. Han anser kønshierarkiet som værende kropsliggjort, og han beskriver kroppen som værende det sociale livs hukommelse (Järvinen 2007:354). Han taler om hexis, som er menneskers kropslige habitus, hvilket dækker over tilblivelsen af kroppen, dens funktioner og sprog. Den kropslige habitus er forankret i mennesker og er ikke udskiftelig og situationsbestemt, ligesom synspunkter kan være det. Kønsdistinktionerne er yderligere indlejret i kroppen væk fra bevidstheden og er derfor sværere at tydeliggøre og forandre. Den kropslige hexis er inddelt i markante kønsforståelser og køns kategorier. Mennesket bliver fra fødslen socialiseret til kønsspecifik adfærd, hvor børn socialiseres til bestemte måder at handle, stå, sidde, gå, tale, græde og spise på (Bourdieu 2007a:84).

I Bourdieus kønsforskning finder han frem til, at den maskuline krop særligt associeres med og udtrykkes igennem styrke, selvstændighed, frihed, brutalitet og med et umætteligt behov for mad, drikke og sex. Modsat bliver det feminine forbundet med at have samme behov for mad og drikke, som et barn: små portioner, let mad, sund mad og ikke alkoholiske drikke. Han kommer frem til, at denne kropsforståelse er særligt udbredt i arbejderklassen. Den mandlige arbejdsklasseidentitet kommer altså til udtryk i mændenes måde at spise på, hvad de vælger at spise og i deres mangel på bevidsthed omkring de konsekvenser deres indtag har for kroppens udseende og sundhed. Mænd er deres egens krops subjekt, hvor de ser egen krop ud fra en subjektiv position. Uanset hvor afvigende eller tilpassede mænd er samfundets skønheds- og sundhedsidealiser i deres fysiske fremtoning, er deres subjektive vurdering det, der har betydning. Modsat kvindens krop, som er en krop for den anden, er mandens krop en krop for ham selv. Manden optræder således som værende den anden (Bourdieu 2007a:88). Mænd har magten til at opstille eget positivt selvbillede som eneste legitime spejling og fratage andre personer objektiveringsretten, som de normalt besidder (Järvinen 2007:355). Bourdieu bidrager altså med et analytisk redskab, der går ind og differentierer og undersøger, hvad sociale normer er styret af, hvordan agenter er socialiseret og hvordan opvækst og normer er farvet af den sociale klasse, hvilket kan sige noget om de sociale grupper erhvervsskoleeleverne tilhører.

På baggrund af ovenstående teoretiske perspektiver, er formålet med næste afsnit at sammendrage og diskutere forskelle og ligheder mellem disse perspektiver for at opnå en mere nuanceret forståelse for nudgingmetodens mulighedsbetingelser i et sociologisk hverdagslivsperspektiv.

3.6 Nudgingmetodens mulighedsbetingelser i et sociologisk hverdagslivsperspektiv

Nærværende afsnit indeholder en diskussion af, hvordan nudgingmetoden kan forstås indenfor specialets teoretiske ramme. Den teoretiske gennemgang udfordrer nudgingmetoden og supplerer med perspektiver, der er nødvendige for at forstå, hvorfor mennesker handler, som de gør. Ved at sætte nudgingmetoden i forhold til specialets teoretiske perspektiver, opretholdes en kritisk distance til nudgingmetodens teoretiske tankegang og giver et nyt perspektiv på nudging. Derudover er formålet med indeværende afsnit, at gøre det muligt senere i en analytisk diskussion

at diskutere dette i forhold til analysen af de unge mandlige erhvervsskoleelevers sociale normer for kostvalg.

I gennemgangen af de teoretiske perspektiver fremstår det, at den teoretiske rammeforståelse bygger på et hverdagslivsperspektiv med udgangspunkt i Schutz' forståelse af den naturlige indstilling med inddragelse og supplement af Bech-Jørgensens og Katzenelsons normperspektiver og herefter Bourdieus begreb habitus. Dermed skal nudgingmetoden som adfærdsregulerende metode i nærværende speciale forstås i et hverdagslivsperspektiv, som anser adfærd som værende påvirket af sociale normer. Selvom specialets overordnede teoretiske forståelsesramme er hverdagsliv, adskiller de teoretiske begreber sig alligevel fra hinanden og bidrager med en mere nuanceret forståelse af nudgingmetodens muligheder i et sociologisk perspektiv.

Som præsenteret i kapitlets første afsnit, tager forståelsen af nudgingmetoden udgangspunkt i Thaler og Sunsteins begreb nudge og Kahnemans teori om hjernens systemer. Nudgingmetoden skal i specialet overordnet forstås som en metode, hvor der igennem ændringer i omgivelser og systemer forsøges at få mennesker til at foretage et bestemt valg i situationen. Den teoretiske udfoldelse af nudging vidner om en tankegang, hvor mennesker er styret af to systemer, hvor det ene fremstilles som automatisk, og til tider dyrisk (system 1) og det andet som reflekterende (system 2). Nudgingmetoden arbejder ud fra en antagelse om, at uhensigtsmæssige valg træffes ud fra hjernens system 1, som handler ud fra impulser og vaner. Ligeledes anser den teoretiske ramme også menneskers adfærd som rutinepræget og vanemæssigt. Bourdieu argumenterer for, at adfærd tilnærmelsesvis er forudsigelig, og hverdagslivsteorien antager, at mennesker agerer ud fra en tilstand af den naturlige indstilling i hverdagen, som er mere eller mindre automatisk.

Overordnet kan det siges, at Bech-Jørgensen og Katzenelson er inspireret af Schutz og arbejder videre med teorien om den naturlige indstilling. Ved hjælp af begreber som selvfølgeligheder, normalitet og normativitet gøres teorien om den naturlige indstilling mere konkret, og rent analytisk er den derfor nemmere at arbejde med og finde eksempler på i empirien. Begreberne gør det muligt at undersøge sociale normer, og begreberne kan siges at være en form for operationalisering af den naturlige indstilling. Habitus skal i specialet forstås som en videre

forståelse af sociale normer som styrende for valg. Bourdieus begreb *habitus* er en måde at forstå sociale normer som noget dybt kropsligt indlejret i mennesker, og som noget mennesker ikke tænker nærmere over, hvilket lægger sig op af Bech-Jørgensen og Schutz forestilling om den naturlige indstilling. Ud fra de teoretiske perspektiver er mennesker altså i nogen grad styret af deres habitus og sociale normer – deres bagage – uden at være bevidste om det, og dermed har de svært ved at bryde ud af deres handlemønstre, vanerne.

Nudgingmetoden tager højde for de omgivelser og systemer, som individet befinder sig i, i situationen, hvor valget træffes. I specialet opfattes sociale normer altså ikke kun som noget, der er formet af den sociale gruppe som mennesker er sammen med i øjeblikket, men også som noget de har med fra deres sociale opvækst. Hvor Schutz, Bech-Jørgensen og Katzenelson overordnet kan siges at have et fokus på normer som påvirket i øjeblikket, forholder Bourdieu sig anderledes, idet han anser normer som socialiseret igennem agenternes opvækst, hvilket kan relateres til Schutz italesættelse af adfærd som værende påvirket af individets erfaringer. Igennem hverdagslivet anses adfærd og valg som værende påvirket af sociale normer, og sociale normer skabes løbende og opretholdes og udøves hele tiden. Bourdieu derimod fastholder et syn på de dispositioner, menneskers habitus besidder som værende det, mennesker handler ud fra, og at disse ændrer sig begrænset. Dermed skal sociale normer forstås som noget, der opretholdes og synliggøres i situationen, men der ligger en forståelse bag - sociale normer - som påvirker situationen. Med antagelsen at menneskers valg og adfærd er påvirket af noget bagvedlæggende, holdes et kritisk blik på teorien bag nudgingmetoden og dermed en erkendelse af, at der ligger noget mere bag hverdagslivets daglige valg og handlinger end system 1's uopmærksomhed og manglende kapacitet. Menneskers handlinger kan på sin vis karakteriseres som automatiske og overordnet opfattes sådan, men bag vaner og rutiner ligger erfaringer og sociale normer.

Schutz' hverdagslivsteori giver en forståelse af, at erfaringer, som gøres i den refleksive indstilling, ikke nødvendigvis har en tilstedeværelse i den naturlige indstilling, hvilket indikerer, at der i en reflektiv situation kan være visioner, som ikke efterleves eller giver mening i den naturlige indstilling. Det er muligt, at erhvervsskoleelevernes refleksive tanker ikke stemmer overens med deres adfærd i hverdagen, hvor den naturlige indstilling er dominerende. Nudgingmetoden

arbejder netop med at skabe et led mellem 'systemer' eller 'indstillinger', hvor de erfaringer, der gøres med den reflektive indstilling, gøres mulige i den naturlige indstilling: det reflektive valg bringes ind i hverdagen.

Ifølge Schutz' hverdagslivsteori agerer mennesker ud fra den naturlige indstilling, hvilket indikerer, at hvis der skal ændres på menneskers måde at agere på, skal der arbejdes med den naturlige indstilling og de sociale normer, som indgår heri. Det vil sige, at hvis det antages, at denne tankegang har noget sandhed i sig, at sociale normer er styrende for menneskers adfærd, så er det nødvendigt at medtænke de sociale normer og modificere nudgingmetoden, så adfærden bliver en del af menneskers naturlige indstilling. Ud fra den teoretiske forståelsesramme er adfærd, handlen og valg noget, mennesker er socialiseret til. Med denne antagelse tager specialet afstand fra den del af nudgingteorien, som stedfæster mennesker som dyriske og naturlige og sætter derimod fokus på sociale processer som værende regulerende for menneskers valg og handlen. Sociale normer vil være den overordnede teoretisk udledte forståelse af det, der regulerer menneskers valg. Ovenstående teoretiske perspektiver giver altså viden om menneskers sociale normer og viden om, hvordan de sociale normer dannes og indlejres. De teoretiske perspektiver kan altså siges, at de på sin vis supplerer hinanden ved at være forskellige, men samtidig underbygger hinandens antagelser om sociale normers betydning for menneskers adfærd.

Kapitel 4 – Metodiske overvejelser

I nærværende kapitel præsenteres de metodiske refleksioner, der relaterer sig til indsamlingen af empiri. Først præsenteres og begrundes valget af kvalitativ metode, fulgt af adgangen til undersøgelsesfeltet, herunder overvejelser vedrørende rekruttering af respondenter. I efterfølgende afsnit gives erfaringer og refleksioner over observationsstudiet samt overvejelser omkring forberedelse til observationerne og formålet hermed. Derefter fremsættes refleksioner og erfaringer vedrørende interviews, herunder operationalisering af teoretiske begreber. Afslutningsvist diskuteres de konsekvenser og etiske overvejelser, som de metodiske valg har for specialets udformning, ligesom den fremkomne videns kvalitet adresseres.

4.1 Valg af kvalitative metoder

Specialets fokus på individets meningsdannelse kommer til udtryk i specialets metodiske valg af kvalitative data. Til indsamling af empiri i specialet benyttes kvalitative metoder, da det tilstræbes at undersøge, hvordan fænomenet fremtræder ud fra førstepersonperspektivet, altså hvordan det bliver meningsfuldt i forhold til subjektets livsverden (Berg-Sørensen 2012:234-235). Social praksis anses som værende konstrueret af individer, hvilket indikerer, at virkeligheden er observerbar i en ontologisk socialkonstruktivistisk optik, men ikke uden forståelsen af meningen bag, som imødekommes ved observationer af de sociale omgivelser og interview af subjekter (Collin 2012:355).

Jeg har gjort brug af en kvalitativ metodisk tilgang i form af et observationsstudie på CELF og dernæst fortaget seks interviews af unge mandlige erhvervsskoleelever, der studerer på CELF. Anvendelsen af såvel observationsstudie som interviews anses som komplementerende for besvarelsen af specialets problemstilling, idet tilgangen i kombinationen gør det muligt at observere eleverne i deres hverdagslivspraksis samt opnå et indblik i de unge mandlige erhvervsskoleelevers oplevelse af kostvalget i hverdagen. På denne måde skabes en mere nuanceret viden om det pågældende fænomen (Kristiansen & Krogstrup 2015:18). Derved repræsenterer den indsamlede empiri deres subjektive opfattelse, men også mine observationer, som dermed repræsenterer min subjektive forståelse.

Da observationsstudiet indgår i mine overvejelser i forbindelse med rekruttering af respondenter og adgang til feltet, skal det nævnes, at nærværende speciales intention med observationsstudiet består af et generelt fokus på at få en fornemmelse af hverdagen på CELF, og elevernes adfærdsmønstre i pauserne. Herigennem bidrager observationsstudiet med (1) indtryk af mulighedsbetingelserne for at finde respondenter, der er villige til at deltage i undersøgelsen, og (2) viden til inddragelse i interviewguide samt (3) inspiration til relevante teoretiske perspektiver til inddragelse i specialet.

Der gøres opmærksom på, at jeg som en del af min research til feltet har deltaget i en tre dages konference ved navn *Appearance Matters* i Malta, midtvejs i specialeprocessen, som jeg blev inviteret til igennem mit samarbejde med Bent Egberg Mikkelsen. Konferencen adresserede udfordringen med at tilgå et felt, hvor målgruppen er svær tilgængelig som eksempelvis unge mandlige elever på erhvervsrettede uddannelser. Konferencen havde et europæisk fokus, og 20 forskere på området deltog aktivt i videndeling om feltet (Bilag B COST Action). Erfaringer herfra indgår i flere af mine refleksioner omkring rekruttering af respondenter og bliver løbende fremhævet i kapitlet.

4.2 Kontakt til feltet og rekruttering af respondenter

Jeg blev i maj 2015 kontaktet af Annette Quinto Romani med henblik på at give sparring omkring pilotprojektet på UCH. Hun præsenterede mig for Bent Egberg Mikkelsen, som muliggjorde kontakten til de to projektledere på projektet "Sundere erhvervsskoler" Margrit Vesterlund og Ulla Bahne fra Hjerteforeningen. Margrit og Ulla var behjælpelige med at skabe yderligere kontakt til kantinelederen på CELF, Marianne Stark. Marianne var hjælpsom med praktisk information omkring hverdagen i kantinen, herunder information om elevernes pauser. Derudover gjorde kontakten til CELF det muligt af foretage observationsstudiet og rekruttere respondenter, da jeg fik samtykke fra skolen til at interviewe skolens elever og foretage observationer i kantinen. Det var etisk korrekt at få dette samtykke, da flere af respondenterne er under 18 år (Kvale & Brinkmann 2009:90).

Jeg tog kontakt til respondenterne ved at gå rundt på skolen og spørge tilfældige mandlige elever, om de vil deltage i et interview. Det var vigtigt, at jeg skabte kontakten til respondenterne frem for kantinelederen eller andet personale på skolen. Jeg fandt det mest hensigtsmæssigt, da jeg derved sikrede, at eleverne fik korrekt information, og at deres deltagelse var på eget initiativ og ikke en forespørgsel fra skolelederen eller kantinelederen. Dermed blev tilgangen opsøgende.

Rekrutteringen fandt sted ved, at jeg personligt henvendte mig til respondenterne. Jeg valgte at kontakte dem i deres vante omgivelser på skolen og i deres pauser i løbet af dagen. Jeg sørgede for, at der var tid til at give tilstrækkelig information om projektet, aftale en dag for interviewet, udveksle telefonnumre og til, at de kunne stille spørgsmål. Mit sigte var at skabe en afslappet stemning, hvor eleven følte sig tryk nok til at stille spørgsmål, og hvor der var ro til at etablere en kontakt. For at realisere dette foretog jeg observationsstudiet først med henblik på at få en fornemmelse af skolen og hvor og hvornår, det ville være relevant at kontakte eleverne. Observationerne viste, at skolens elever holdte deres pauser på skolens fællesområder. Nogle af områderne var karakteriseret ved meget bevægelse og andre med lidt bevægelse. For ikke at forstyrre elevernes dagligdagsrutiner for meget, valgte jeg at opsøge eleverne på følgende steder: i kantinen, på biblioteket og ved de udendørs rygeområder, hvor der ikke var så meget bevægelse (Bilag C Observationer - feltnotater).

4.2.1 Udvælgelse af respondenter

Jeg havde ud fra litteraturstudie en klar fornemmelse af, hvilke kriterier respondenter skulle opfylde. Det er vanskeligt på forhånd at lægge sig fast på bestemte udvælgelseskriterier, da disse vil være afhængig af respondenternes interesse i at deltage og muligheden for at oprette en kontakt inden for specialets tidsramme. Ud fra problemfeltet og specialets undersøgelsesfelt opsatte jeg på forhånd følgende rekrutteringskriterier:

- 1) Mandlige studerende
- 2) Studerende på CELF, afdelingen Kringelborg Allé

- 3) Unge mellem 15 og 24 år¹⁶
- 4) Elever der følger et etableret uddannelsesforløb på CELF (mindst 25 timer om ugen)¹⁷ enten Teknisk EUD, landbrugsuddannelser, teknisk gymnasium (CELF 2016)

Rekrutteringskriterierne synes umiddelbart, at være realistiske, da de første seks elever jeg kontaktede indvilligede i at deltage i interviews og passede til rekrutteringskriterierne. I rekrutteringsfasen erfarede jeg dog hurtigt, at det var svært at opretholde kontakten til eleverne. Jeg aftalte med hver enkelt elev et tidspunkt for afholdelse af interview og mødested, som passede til hans behov, hvilket resulterede i seks aftaler den efterfølgende uge. Ud af de seks etablerede aftaler blev ingen til interviews, hvilket skyldtes enten afbud fra respondenterne, afbrudt skoleforløb, mangel på fremmøde eller en generel mistet interesse fra respondenternes side. Efter at have erkendt, at målgruppen kan være svært at opretholde en kontakt til og med inspiration fra inputs fra deltagerne på konferencen Appearance Matters, valgte jeg en mere direkte indgangsvinkel til rekruttering af respondenter. Jeg spurgte eleverne som meldte fra, hvad deres afbud skyldtes, hvortil de gav udtryk for, at det var for tidskrævende, og at de ikke længere synes, at det kunne være sjovt at deltage. Med denne erfaring opsøgte jeg nye mulige respondenter, stadig i samme omgivelser og på samme tidspunkter på dagen. Jeg opsøgte én respondent ad gangen og aftalte enten at afholde interviewet med det samme eller på et, for ham, mere passende tidspunkt senere samme dag. På den måde undgik jeg risikoen for, at de skulle miste interessen, og jeg sikrede, at interviewene blev afholdt på deres vilkår, hurtigt og effektivt. Således tog jeg hensyn til deres behov, og derved blev interviewene med de nyfundne respondenter til en realitet. Min direkte og spontane fremgangsmåde bidrog til aftaler med syv, hvoraf seks interviews er fundet brugbare og etisk forsvarlige at bruge, hvilket uddybes længere nede i kapitlet.

Jeg fik i løbet af to dage syv interviews med respondenter, som opfylder ovenstående rekrutteringskriterier med undtagelse af én respondent. En af respondenterne er 28 år på

¹⁶ Gennemsnitsalderen for nye elever på danske erhvervsskoler var i 2011 24 år baseret på registerdata fra Danmarks Statistik (Redder 2014)

¹⁷ Få elever på CELF er også tilknyttet andre skoler og praktikpladser, hvor de primært opholder sig under deres uddannelse

tidspunktet for interviewet og opfylder derved ikke alderskriteriet. Efter indsamling af empiri bliver det dog tydeligt, at respondenterne befinder sig i samme miljø som de andre respondenter, og at han dagligt omgås med venner, hvis alder ligger indenfor aldersrekrutteringskriteriet. Ud fra interviewet anses den forholdsvis store aldersforskel fra de andre respondenter ikke at have en nævneværdig betydning, og derfor medtages dette interview på samme vilkår som de fem andre interviews.

Jeg har undladt at medtage et af interviewene, da respondenterne løbende virkede usikre på interviewsituationen. På trods af min åbenhed omkring specialets formål og respondenterens medvirken, virkede det ikke til, at han følte sig tryk i situationen. Jeg afbrød interviewet halvvejs, selvom det ikke var et krav fra respondenterens side, da jeg vurderede, at det var mest hensynsfuldt overfor respondenterne. Respondenterne virkede lettet i den efterfølgende samtale. Jeg valgte i denne situation at slette interviewoptagelsen sammen med respondenterne, således at der hos respondenterne ikke skulle opstå tvivl senere hen, om hvorvidt interviewet ville blive brugt eller ikke. Jeg vedkender mig en pragmatisk position, da jeg ikke afviser, at nogle mennesker kan ske at blive forulempet af forskning, og at denne risiko aldrig fuldkommen kan elimineres (Kristiansen 2007:236-237). Det er min vigtigste opgave som forsker at undgå en forulempning, og derfor har jeg lagt arbejde i at sikre respondenternes tryghedsfølelse omkring deres deltagelse i interviewene.

Ovenstående afslører, at hovedvægten af specialets empiri kommer fra interviews med i alt seks mandlige erhvervsskoleelever. I nedenstående skema præsenteres specialets seks respondenter. Navnene er opdigtede og givet, fordi respondenternes rigtige navne er anonymiseret af etiske årsager.

Skema 1, Skematisk præsentation af respondenterne

Navn* & alder	Kontaktetablering	Afholdelse af	Nudge**
---------------	-------------------	---------------	---------

interview			
Mads 17 år	På gangen alene	På biblioteket og gangene Uforstyrret	Ja
Frederik 21 år	På gangen Sammen med venner	På hans arbejde på skolens værkstedslager Uforstyrret	Ja
Mathias 18 år	På biblioteket Sammen med venner	På biblioteket Uforstyrret	Ja
Mikkel 17 år	På gangen Alene	På biblioteket Uforstyrret	Ikke tid
Christian 28 år	På gangen Alene	Ved udendørsrygeområde Uforstyrret	Ikke tid
Hassan 17 år	På biblioteket Sammen med venner	På biblioteket Uforstyrret	Ja

* Grundet anonymisering fremgår navne som pseudonymer, ligesom stedsbetegnelser, oprindelsesland og familienavne er udeladt, hvor sådanne vurderes at kompromittere anonymiteten. Interviewtranskriberingerne i specialets bilag er undtaget i det omfang, at de opfylder kravet om kun at blive set af censor og vejleder på specialet samt specialeskriver. Dette efter indgået aftale med respondenterne (Bilag D Transkriberinger).

** Der var kun tid til at spørge ind til nudging i nogle af interviewene på grund af mangel på tid.

Jeg valgte at stoppe indsamlingen af empiri efter syv interviews, da jeg ikke fik afgørende nuanceret viden ved det syvende afbrudte interview. Respondenterne fremstod alle forskellige, men efter det sjette begyndte et mønster at tegne sig i deres udtagelser. Det er mit overordnede

indtryk, at mængden af empiri har muliggjort et fyldestgørende nuanceret empirigrundlag til besvarelsen af specialets problemformulering (Brinkmann & Tanggaard 2015:32).

Afholdelsen af interviewene blev foretaget der, hvor respondenterne ønskede at mødes og der, hvor de vurderede, der ville være ro og hyggeligt. Jeg fremlagde selv et forslag om at afholde det i biblioteket, da jeg i forbindelse med mine observationer havde udset stedet som et frirum for eleverne (Bilag C Observationer – feltnotater). Fem af de syv respondenter valgte biblioteket, en af disse valgte at kombinere at sidde på biblioteket med en gåtur, da han gerne ville vise mig kantinen. En ville afholde interviewet på det værkstedslager¹⁸, hvor han arbejder, og sidste person ville gerne stå ved et udendørs rygeområde. Fælles for alle stederne var, at vi var alene og uforstyrrede, hvilket gav et godt miljø for fordybelse i interviewet (Kvale & Brinkmann 2009:141)

Ovenstående har givet indblik i adgang til forskningsfeltet, herunder, hvordan det har været muligt at foretage observationer og interviews på CELF. Observationsstudiet forløb forud for interviewene, og vil derfor blive præsenteret før det kvalitative forskningsinterview.

4.3 Observationer af elever på CELF

Nærværende afsnit omhandler observationsstudiets praktiske udførelse og refleksioner herom. Et observationsstudie fremgår sjældent som en selvstændig metode i et undersøgelsesdesign, men ledsager typisk andre metoder som eksempelvis interviews (Kristiansen & Krogstrup 2015:45). Observationsstudiet betragtes i specialet ligeledes som sekundær metode af betydning i forhold til interviewene, men inddrages, da den bidrager med indsigt i og forståelse af elevernes hverdagsliv på CELF.

Tidligere har jeg kort omtalt tre intentioner med observationerne. (1) At skabe indtryk af mulighedsbetingelserne for at finde respondenter, der er villige til at deltage i interviews, og (2) viden til udformning af interviewguide samt (3) inspiration til relevante teoretiske perspektiver, som kan inddrages i specialet. Disse intentioner indikerer observationernes generelle formål i

¹⁸ Et værksted på skolen, hvor han sidder hele dagen alene

forhold til den praktiske realisering af forskningsdesignet, da deres informative karakter er vigtig, før interviewene realiseres. Derfor vil observationerne løbende inddrages i den del af specialet, der omhandler undersøgelsesdesignet, teori og metode i det omfang de belyser det reflekterende (for)arbejde, og de vil i mindre grad blive inddraget i analysen.

Jeg havde forud for den praktiske realisering af observationerne en vision om at foretage observationer i de områder, hvor eleverne holder deres pauser og indtager deres købte eller medbragte mad. Jeg valgte på forhånd at foretage observationer i minimum to dage, da dette skabte mulighed for at observere flere steder på skolen. Som et resultat heraf foretog jeg observationer (ved kantinebordene, i kantinebutikken, på gangene og ved skolens udendørsrygeområder) over tre dage i tidsrummet kl. 10:00-15:00. Dertil blev udarbejdet tre feltnotatpapirer, som findes i Bilag C Observationer – feltnotater. Førend observationernes praktiske udførelse, udarbejdede jeg en observationsguide, mine tanker herom præsenteres i næste afsnit.

4.3.1 Udarbejdelsen af observationsguide

I observationerne blev blikket rettet mod, hvordan pauserne udfolder sig og den sociale orden, der konstitueres. Jeg observerede eleverne i deres naturlige omgivelser, og mens de udførte deres hverdagsliv på skolen (Jævnfør Kapitel 2 - Specialets videnskabsteoretiske overvejelser og forståelse). Under observationsstudiet fandt jeg det vigtigt ikke blot at observere og lytte, men ligeledes at have uformelle samtaler med de observerede¹⁹, for at kunne af- eller bekræfte mine fortolkninger af situationen. For at have et overblik undervejs i observationerne, havde jeg forinden udarbejdet en observationsguide der findes i Bilag 2 Observationsguide. Inden realisering af observationsstudiet, havde jeg overvejelser om, hvorvidt det skulle være et laboratorium eller et feltarbejde i struktureret eller ustruktureret grad (Kristiansen & Krogstrup 2015:45). Observationsstudiets formål er at foretage tilfældige observationer af det, der på forhånd er udvalgt, eksempelvis færden i kantinen. Derved er observationsstudiet karakteriseret ved at være et ustruktureret feltarbejde med et formål. Guiden er udarbejdet i overensstemmelse med

¹⁹ De observerede er tilfældigt udvalgte elever i de observerede omgivelser

specialets teoretiske ramme hverdagslivet og den adaptive tilgang, hvilket gør det muligt at forfølge de teoretiske begreber og orienterende begreber og samtidig have blik for uventede interessante situationer. Således blev der under observationerne skabt en mellemvej mellem en snæver synsvinkel og en bred og diffus viden (Kristiansen & Krogstrup 2015:47).

Fire overordnede emner danner rammerne for observationsguiden:

1. Ved bordet
2. I kantinen
3. Omgivelserne
4. Forskerens tilstedeværelse

Navnet på emnerne indikerer stederne, hvor observationerne er foretaget. Ved bordet, menes der de spiseborde der er opstillet i kantinen og hvor størstedelen af skolens elever spiser deres medbragte mad eller mad som er købt i kantinen. Under dette emne observeres hvordan eleverne interagerer med hinanden og hvilken slags mad de spiser. Kantinen er en klassisk skolekantine, hvor det er muligt at købe et stort udvalg af mad, både grønt, kød og brød. Her noteres hvad eleverne vælger og om deres valg ligner hinanden. Observationer i omgivelserne har fokus på om eleverne virker trygge og bekendte med stedets rutiner og rum. Forskerens tilstedeværelse er observationer omhandlende min tilstedeværelses indvirkning på de observerede og herunder notitser til, hvordan feltet kan tilgås ved rekruttering af respondenter og afholdelse af interview. De tre orienterende begreber: *hverdagslivet*, *sunde kostvalg* og *sociale normer* som de er præsenteret i afsnit 2.3 *Adaptiv teori: At bygge bro mellem teori & empiri* indgår på tværs af de fire emner. Dette kommer eksempelvis til udtryk ved at der i observationerne er fokus på om eleverne tager lang tid om at vælge deres mad eller om det er en hurtig opgave. I denne observation er der både fokus på hverdagslivet og kostvalget. Derudover er der i guiden plads til observationer som ikke nødvendigvis hører indenunder kernebegreberne, da der er lavet ekstra noteringsfelter.

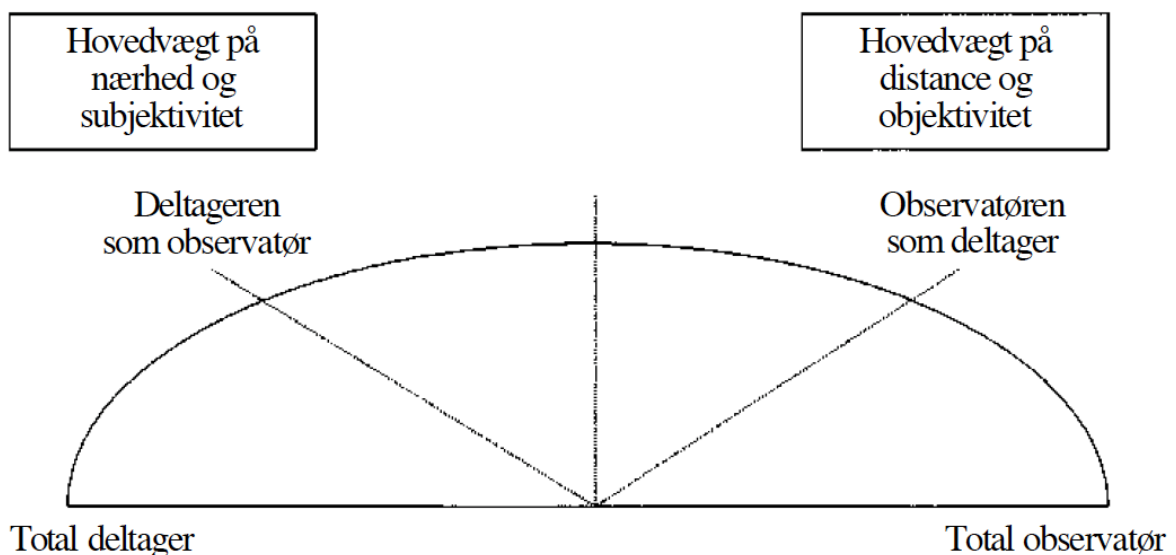
Som ovenstående tydeliggør havde jeg forud for observationerne en vision om at kunne inddrage korte interviews som en del af observationsstudiet. Som et resultat af dette havde jeg forud for

undersøgelsen overvejelser omkring, hvilken rolle jeg som observatør mest fyldestgørende kunne indtage, hvilket uddybes i det efterfølgende afsnit.

4.3.2 Rollen som observatør

Forud for observationsstudiet havde jeg overvejet, hvilken rolle jeg skulle indtage, og hvordan jeg skulle agere undervejs. Jeg sondrede mellem deltagende og ikke-deltagende observation ud fra sociolog Raymonds Golds fire punkter om deltagelse i observation. De fire punkter er: (1) *den totale deltagelse*, (2) *deltageren som observatør*, (3) *observatøren som deltager* og (4) *den totale observatør* (Kristiansen & Krogstrup 2015:98).

Figur 4, Golds teoretisk klassifikation af roller i feltarbejde



Kilde: Kristiansen 2007:228

De fire roller afspejler graden af observatørens og deltagernes engement og involvering i det observerede felt. Observatøren som deltager er karakteriseret ved, at der kortvarigt tages kontakt til de observerede (Kristiansen & Krogstrup 2015:98-90). Kristiansen og Krogstrup accentuerer ved brug af Golds fire punkter, at deltagelsen kan variere i løbet af observationerne fra total deltagelse til total observatør (Kristiansen & Krogstrup 2015:90). I de tre dages observationer indtog jeg vidst to forskellige observatørroller. I første omgang valgte jeg at være total observatør (4), da jeg ville

observere deres kostadfærd i kantinen på afstand, fordi jeg ville have et overordnet indtryk af elevernes adfærdsmønstre. Da eleverne kom til frokostpause, observerede jeg igen deres kostadfærd, men denne gang tog jeg kontakt til dem for at få be- eller afkræftet mine observationer. Eksempelvis spurgte jeg ind til deres valg af mad. Jeg havde observeret deres valg af mad i kantinen som en rutinepræget handling, og jeg ønskede at høre elevernes egne udsagn om, hvorvidt de vælger det samme som altid. Yderligere ville jeg høre deres tanker i forbindelse med kostvalget. Derved bevægede jeg mig fra at være total observatør til observatør som deltager. Denne partielle form for observation har til formål, at fremskaffe så meget viden som muligt om elevernes daglige gang i kantinen og deres kostvalg, inden interviewene realiseres (Kristiansen & Krogstrup 2015:98-90).

På trods af gode intentioner omkring indtrædelsen i ovenstående observatørroller viste dette sig dog ikke at være uproblematisk, og jeg måtte indse, at rollerne ikke var mulige at udøve konsekvent inden for undersøgelsens rammer. Særligt overgangen fra total observatør til observatør som deltager gav udfordringer, hvilket jeg i det følgende vil uddybe. For at jeg bedst muligt kunne opfylde rollen som total observatør, havde jeg forinden overvejelser om min fremtoning og påklædning. Jeg ønskede at passe ind i skolemiljøet og havde derfor valgt at klæde mig i afslappende tøj, tennissko og en skoletaske. Under observationsstudiet blev jeg dog hurtigt klogere. Jeg tiltrak mere opmærksomhed end forventet. Flere eleverne lagde mærke til min tilstedeværelse. Senere fandt jeg i samtale med kantinelederen ud af, at eftersom størstedelen af eleverne er mandlige elever, ville de lægge mærke til en ny pige på skolen. Jeg anså dog ikke dette som et problem, eftersom der var en stor udskiftning i elever, og at størstedelen ikke lagde mærke til mig.

En anden udfordring ved at opretholde rollen som total observatør var tiden. At handle og/eller spise i kantinen er en hurtig affære for de fleste elever, og jeg måtte derfor skynde mig at foretage små samtaler med eleverne og indtog derfor rollen som deltagende observatør hurtigere end planlagt. Overgangen fra rollen som total observatør til observatør som deltager blev dermed glidende, og rollerne var til tider sammensmeltet. Resultatet af observationerne viste sig dog ikke at bære præg af ovenstående, men i observationssituationen var den flydende overgang mellem rollerne frustrerende og i tilbageblik ville det optimale have været at være total observatør en dag

og deltagende observatør en anden dag. Dette havde dog krævet flere dages observationer, da pauserne er forholdsvist korte.

Observationsstudiet viste sig at give en fyldestgørende indsigt i den daglige gang på skolen og på denne måde bidrage til en indledende viden, som findes brugbart i realiseringen af de efterfølgende interviews, hvilket gennemgås i det forestående afsnit.

4.4 Det kvalitative forskningsinterview – et fokus på livsverden

Jeg har valgt at indsamle empiri ud fra et semistruktureret forskningsinterview, da formålet med interviewet er at få indblik i respondenternes oplevelser og meningsskabelse omkring deres kostvalg i hverdagen. Igennem det kvalitative forskningsinterview forsøger jeg at undersøge fænomenet ud fra interviewpersonernes synspunkter og udfolde den mening, der er knyttet til deres oplevelser, for derigennem at afdække deres livsverden forud for videnskabelige forklaringer (Kvale & Brinkmann 2009:17-18,44). Derudover er hensigten med interviewene at skabe et dybdegående og nuanceret billede af elevernes forståelse og oplevelse af deres kostvalg og samtidig have mulighed for at forfølge interessante emner undervejs. Dette er grunden til at jeg har valgt en semistruktureret opbygning af interviewguiden. Denne tilgang og teknik er hverken en åben samtale eller et struktureret spørgeskema, men udføres i overensstemmelse med en spørgeguide, der fokuserer på forskellige emner og på samme tid rummer muligheden for at stille relevante og ikke forberedte spørgsmål (Kvale & Brinkmann 2009:45). Dermed arbejder jeg i adaptiv optik, hvor jeg opretholder fokus på at holde undersøgelsen åben over for nye elementer løbende.

Jeg har i udarbejdelsen af interviewguide og afholdelse af interview bestræbt at fortage velovervejede beslutninger omkring metodevalg, i forhold til det, der intenderes at undersøge. Dette vil i det efterfølgende afsnit blive uddybet.

4.4.1 Interviewguide: Udarbejdelse & operationalisering

Udgangspunktet for specialets indsamling af empiri i form af interviews har været deduktivt, og derved er interviewguiden primært udformet på baggrund af teoretiske overvejelser og

perspektiver fra observationerne. Under afholdelse af interviews blev der åbnet op for et nyt perspektiv omhandlende maskulinitet. Den semistrukturerede interviewguide gjorde det muligt, at stille uddybende spørgsmål til fremkomne perspektiv uden at afvige fra undersøgelsens fokus. I nærværende afsnit forekommer operationaliseringen af specialets teoretiske forståelsesramme til fyldestgørende spørgsmål og dernæst gives eksempler på de spørgsmål, der er tilvejebragt løbende under interviewet. Derudover redegøres der for mine refleksioner og overvejelser om operationaliseringsprocessen, både i udarbejdelsen og udførelsen samt kritiske eftertænkninger. I Bilag 3 Operationaliseringsfigur findes en komplet udfoldelse af operationaliseringen og i Bilag 4 Interviewguide findes den anvendte interviewguide.

Den anvendte interviewguide er udformet, så interviewet forløber i tre faser. I *den indledende fase* informerede jeg eleverne om interviewet, og herunder blev en række praktiske forhold afklaret (anonymisering, specialets omfang og interviewets forløb). Jeg valgte at være åben omkring specialets formål og respondenternes roller i undersøgelsen. Dette er gjort på baggrund af en etisk overvejelse om ikke at betragte respondenterne som midler, men som mennesker med krav på respekt og dermed med krav på indsigt i undersøgelsens omfang (Kristiansen 2007:237). Med denne fase var min intention at få nogle overordnede informationer om respondenterne, såsom deres alder og hvad de studerer. Ved at starte med 'nemme' spørgsmål skabte jeg en afslappet stemning, som afledte den skepsis, respondenterne måtte have. Indgangsvinklen i interviewet foranledigede til, at respondenterne kunne stille mig spørgsmål. De fleste spurgte for eksempel *Hvad er sociologi?* og på denne måde åbnede interviewet fra start op for muligheden for at se interviewet som en interviewsamtale fremfor en stringent interviewsituation. Interviewet bygger derved på dagliglivets samtaler, hvori der gennem samtalen mellem to parter (intervieweren og den interviewede) forsøges at skabe viden ud fra den interviewedes oplevelser og synspunkter (Kvale & Brinkmann 2009:17-18).

I *Interviewets anden fase* stillede jeg spørgsmål til respondentens madvaner, kostvalg og det sociale. Spørgsmålene er funderet på en operationalisering af specialets teoretiske begreber samt ud fra observationer i kantinen. Observationerne viste eksempelvis, at grupper af elever ofte købte den samme slags mad, hvilket gav anledning til spørgsmål omhandlende deres venners kostvalg og de sociale forhold. *Tredje fase* af interviewet havde til formål at give en fornemmelse

af respondentens socialiserede værdier og normer ved spørgsmål omhandlende deres oplevelser i sociale grupper (familie og venner). *Fjerde fase* indeholder spørgsmål vedrørende valg ud fra et reflekterende udgangspunkt, hvor respondenter direkte bliver stillet spørgsmål om, hvilke tanker der ligger til grund for hans kostvalg, og om der er et ønske om at ændre kostvaner.

Den *femte fase* omhandler spørgsmål omkring nudging. På grund af tidsmangel er det kun fire af de seks interviews, som indeholder denne fase. Den skiller sig ud fra de andre faser ved, at jeg først forklarede grundprincipperne i nudging og gav eksempler på to interventioner. Første eksempel er, at skolens kantine laver nudgingløsninger, som har til formål at få eleverne til at købe sundt mad. Andet eksempel er, hvor det modsatte er gældende, og eleverne bliver påvirket til at købe usunde madvarer. Jeg spurgte om respondentens holdning til disse to eksempler for at få en fornemmelse af det etiske perspektiv og for at høre, hvad respondenter synes om metoden. Jeg var påpasselig med ikke at sige for meget og give samme beskrivelse til alle respondenter. Formålet var at udfordre eleverne i deres refleksive tanker omkring ændring af kostvalg. Slutteligt i hvert interview spurgte jeg, om der var noget, respondenter ville tilføje, for at være sikker på, at respondenter fik sagt, hvad han ville.

Ovenstående præsentation af interviewguidens opbygning vidner om, at spørgsmålene i interviewet langsomt får en mere undrende karakter og dermed mulighed for at reflektere over mere dybdegående emner (Kvale & Brinkmann 2009:19). Løbende i interviewene sørgede jeg for at stille uddybende spørgsmål til de nye aspekter, som respondenterne kom ind på. Et eksempel herpå er, at alle respondenterne udtrykte deres kostvalg igennem en beskrivelse af, hvad der er bedst for deres mandlige kroppe, hvilket jeg stillede uddybende spørgsmål til. Derefter tilføjede jeg maskulinitetsteori til specialet for at kunne forklare dette perspektiv. Interviewguidens opbygning sikrede, at væsentlige emner knyttet til mine teoretiske perspektiver og orienterende kernebegreber blev italesat i interviewene. Jeg har i den forbindelse gjort mig overvejelser over, hvordan det har været muligt at operationalisere specialets teoretiske perspektiver.

Formålet med den interviewstyrende del af interviewet har været at skabe grundlag for, at jeg i analysen af empirien kunne opretholde en gennemgående struktur, hvor der kunne drages sammenligninger og mønstre på tværs af respondenternes udsagn. Jeg har som udgangspunkt

anvendt indirekte spørgeteknikker, hvor jeg ikke har adresseret de teoretiske begreber direkte i interviewet, så det blev respondenternes egen fortolkninger og udsagn som kom frem. I Bilag 3 Operationaliseringsfigur kan det ses, hvilke spørgsmål der forsøger at indfange viden om de teoretiske begreber. Jeg har tilstræbt at være tro imod specialets metodes fænomenologisk inspirerede udgangspunkt i min udførelse af empiriindsamling. Det er gjort ved at give plads til at lade elevernes udsagn og fortællinger 'ånde frit'. Med det menes der at lytte interesseret, gentage betydningsfulde ord og holde små pauser i løbet af interviewet for at gøre plads til fordybning, hvilket gjorde plads til at respondenterne kunne associere og reflektere (Kvale & Brinkmann 2009:156).

På baggrund af ovenstående er det mit indtryk, at den grundige operationalisering har muliggjort, at et relativt komplekst teoriapparat er blevet 'oversat' til tilgængelige og forståelige spørgsmål. Specialet indeholder dermed et differentieret og indholdsrigt empirisk materiale, som forholder sig til det teoretiske begrebsapparat og orienterende kernebegreber, og det muliggør belysning af specialets problemstilling fra forskellige perspektiver. I forlængelse heraf vil jeg i det følgende belyse min praksiserfaringer i forbindelse med afholdelse af det kvalitative forskningsinterview.

4.4.2 Afholdelse af interviews samt praksisnære erfaringer

Etablering af kontakt til eleverne har forløbet forholdsvis nemt, da de fleste elever var imødekomme og interesseret i specialet. Det sværeste ved rekruttering af respondenterne har været vedligeholdelse af kontakt som et resultat af respondenternes hurtigt mistede interesse for specialet som redegjort for ovenfor. I interviewsituationen forekom sidstnævnte også som en udfordring. Interviewene bærer præg af sidstnævnte ved at have en varighed på 18-35 minutter. Den forholdsvis store forskel i varighed af interviewene skyldes blandt andet et tidsmæssigt pres ved flere af interviewene, da eleverne havde andre interesser at vende tilbage til, herunder computerspil, rygning, og en enkelt havde travlt med at komme hjem og sove til middag. Det viste sig svært for flere af respondenterne at holde fokus på emnet i længere tid af gangen, og flere af

respondenternes svar var forholdsvis korte i forhold til svarene i det afholdte pilotinterview²⁰, som har en varighed på 44 minutter. Jeg oplevede således, at jeg skulle tage hensyn til den enkeltes temperament i forhold til vedholdelse af interesse, og jeg måtte løbende erkende, at emnet ikke i længere tid af gangen interesserede eleverne. I bagklogskabens klare lys kunne jeg have draget fordel af at have struktureret interviewguiden mere underholdende. Denne indsigt er værdifuld til fremtidig forskning indenfor feltet. Konsekvensen af dette blev, at to af interviewene ikke omhandler det sidste punkt i interviewguiden, nudging. Dette var muligt, fordi jeg havde todelt min interviewguide, således at andel del omhandlede nudging, og denne del var ikke nødvendig for forståelsen og analysen af første del. Den konsekvente opdeling af interviewguiden, hvor nudging indgår som et afsnit for sig selv, uafhængigt af øvrige afsnit i interviewguiden, viste sig derved at blive en stor fordel. Opdelingen skabte muligheden for to afslutninger, som begge fremstod naturlige, og derved opstod der ingen problemer med at stoppe interviewet efter første del. På trods af denne udfordring formåede jeg at indsamle den ønskede mængde empiri og på grund af tidspres en mindre empiri om nudging.

4.5 Validitet og reliabilitet: Den fremkomne videns kvalitet

Den fremkomne videns kvalitet er et produkt af metoden, som er benyttet i specialet, og teoriernes anvendelighed i denne forbindelse. I dette metodekapitel har jeg forsøgt at være eksplicit omkring de valg, som er foretaget. På den måde ønsker jeg at gøre det synligt, hvad dette speciale undersøger og kan benyttes til, og hvad det tilsvarende ikke kan bruges til. I specialet undersøges, hvordan unge mandlige erhvervsskoleelever oplever deres valg af kost i hverdagen. En høj validitet i undersøgelsen, stiller krav til, at der undersøger dét, der intenderes at undersøge (Bryman 2008:32-33). Bryman opdeler validitet i målingsvaliditet, intern validitet og ekstern validitet. Dette vil blive ekspliciteret i nærværende afsnit.

²⁰ Før realisering af interviewene fortog jeg et pilotinterview med en 18 årig mand, for at tjekke at spørgsmålene var forståelige og at der ikke forekom forvirring og gentagelser

4.5.1 Målingsvaliditet

Målingsvaliditet forholder sig til, om selve redskabet til at indfange dét, man ønsker at undersøge, er godt nok (Bryman 2008:32). I dette speciale vil det sige interview- og observationsguide, som baseret på en operationalisering af teori til spørgsmål, hvilket sikrer, at det tiltænkte undersøges. Igennem operationaliseringsfiguren er det tydeliggjort hvilke spørgsmål, der dækker over de teoretiske begreber. Mange af de teoretiske begreber kan virke abstrakte og derfor er der i interviewene ikke spurgt ind til specifikke eksempler på sociale normer, men respondenterne har mulighed for selv at udtrykke deres sociale normer for kostvalg. Jeg er opmærksom på, at jeg kan have en anden opfattelse af, hvad de gældende sociale normer er i forhold til respondenternes opfattelse, og derfor er denne metode at foretrække. Det er netop respondenternes egen oplevelse, jeg intenderer at undersøge.

Ud fra interviewguiden forsøger jeg generelt at stille konkrete spørgsmål, mens andre spørgsmål er et forsøg på, at få de unge til at være selvreflekterende og dermed har de form af mere abstrakte spørgsmål. Desuden er der stillet retrospektive spørgsmål, der forsøger at afdække hvor de unges sociale normer kommer fra. Udfordringen med disse spørgsmål er, at det kan være, at respondenterne husker forkert eller ser anderledes på tingene end tidligere. I denne forbindelse er det nødvendigt at huske på, at jeg forsøger at forstå unges oplevelse af kostvalg i nuet. Hvis oplevelsen er virkelig for respondenterne, så er den virkelig i dens konsekvenser, og dermed sand for dem.

Det har været tydeligt efter indsamling af empiri, at der manglede et perspektiv på maskulinitet, som ikke er afdækket igennem spørgsmålene i interviewene. Da der benyttes en adaptiv tilgang i dette speciale, har det været muligt at bidrage med dette teoretiske perspektiv i analysen, men det kan antages, at selvom maskulinitetstemaet er nemt at få øje på i empirien, kunne dette fokus fra starten have hjulpet til en endnu større forståelse af maskulinitets betydning for respondenternes kostvalg i hverdagen. Derfor kan dette fokus med fordel yderligere undersøges i fremtidige undersøgelser.

4.5.2 Intern- & ekstern validitet

Igennem seks respondenter, som dette specialets empiri hovedsageligt består af, skabes der mulighed for at gå i dybden med den enkeltes fortælling og generere nuanceret empiri. Dette

påvirker imidlertid den eksterne validitet, da de empiriske fund ikke kan generaliseres ud til andre felter (Bryman 2008:32). Hertil gøres der opmærksom på, at det ikke er hensigten at skabe repræsentativ viden. Intern validitet omhandler, hvorvidt der er overensstemmelse mellem den teori der genereres og den indsamlede empiri (Bryman 2008:378). Dog er formålet ikke at teorigenerere, men i første omgang at undersøge, hvorvidt den anvendte teori er mulig at benytte på dette felt og yderligere at forstå denne teori i sammenligning med nudgingmetodens muligheder i sociologien. Det anses ikke for at være et problem, hvis analysen skulle afvige fra dette teoretiske perspektiv, det er blot et udtryk for verdens foranderlighed. Samtidig er det i anden omgang formålet at kunne bruge undersøgelsens resultater som hypoteser og videre arbejde med nudgingmetoden. På denne baggrund kan det siges, at teorien ikke til sit fulde kan verificeres, men undersøgelsen lægger op til, at andre kan forsøge det.

4.5.3 Reliabilitet

Reliabilitet berører pålideligheden og dækker over muligheden for, at andre kan gentage denne undersøgelse og få samme resultat (Bryman:2008:376). Her skelner Bryman også mellem intern og ekstern reliabilitet, hvor den interne reliabilitet omhandler, hvorvidt andre forskere er enige i undersøgelsens resultat, hvilket ikke er muligt at sige noget om. Dog har der igennem sparring med andre sociologer været enighed om, at resultaterne er plausible og en tilslutning til, at det kvalitative metodevalg har været den mest brugbare og hensigtsmæssige i undersøgelsesfeltet. Den eksterne reliabilitet giver mulighed for, at andre kan foretage samme undersøgelse og komme frem til samme resultat. Ved at være eksplicit omkring teori og metode og brugen i nærværende undersøgelse, burde det være muligt at gentage undersøgelsen på samme præmisser. Dog er det vigtigt at huske på, at den sociale felt er foranderligt og i konstant forandring, samtidig har undersøgeren en påvirkning herpå og på interviewsituationen, hvorfor det er svært at forestille sig, at samme undersøgelse ville give helt samme resultat.

Ovenstående indikerer, at kvaliteten af den fremkomne viden er svær at fastslå, men ud fra en gennemgående klarhed omkring hvordan viden er fremkommet i specialet, herunder hvilke udfordringer og refleksioner jeg har haft undervejs i processen, samt hvilke erfaringer jeg har fået, bliver det lettere for læseren at opnå forståelse for og indsigt i specialets genstandsfelt. Dermed

kan kvaliteten af den fremkomne viden argumenteres for at være et fyldestgørende arbejde som kan være et 'springbræt' for videre forskning (Bryman 2008:183).

Kapitel 6 – Analysens fremgangsmåde & præsentation af respondenter

I indeværende kapitel forekommer først en præsentation af analysens fremgangsmåde, hvilket efterfølges af en præsentation af respondenterne samt en præsentation af elevernes hverdag.

6.1 Analysens fremgangsmåde & opbygning

Analysen tager afsæt i forudgående kodninger af det empiriske materiale. Det indledende arbejde til kodningerne har været at transskribere alt indsamlet empiri, så empirien fremstår let tilgængeligt og overskueligt. Kodningerne er baseret på grundige multiple gennemlæsninger af interviewtransskriberingerne og yderligere analyse og fortolkning på baggrund af de vejledende orienterende begreber, specialets teoretiske forståelsesramme²¹ og yderligere teori²². Analysen er udarbejdet gennem en kontinuerlig sensitiv vekselvirkning mellem det empiriske materiale og specialets teoretiske begrebsapparat. Underminering af empirien forsøges derved undgået og yderligere bibeholdes muligheden for nuancering i analysen. Ved denne fremgangsmåde er de identificerede analysetemaer frembragt i overensstemmelse med specialets adaptive forskningsstrategi (Layder 1998:167). I tråd med dette er analyseprocessen præget af både behandling af interviewet i dets enkeltstående helhed, men også på tværs af interviewene, således at interviewene holdes op for hinanden. På den måde forsøges der både at give elevernes individuelle udsagn plads, men også at fremhæve mønstre, forskelle og ligheder mellem elevernes udsagn. I bestræbelsen på at være tro mod elevernes udsagn, fremhæves elevernes egne formuleringer i citatform. Herigennem bibeholdes detaljer og forskelligheder, og der gives plads til, at læseren får et fyldestgørende indtryk af respondenterne som personer og målgruppe. Dog skal det nævnes, at inddragede citater i analysen kan være korrigerede i skriftsproglig stil, således at elevernes hverdagsprog, talesprog og gentagelser ikke virker meningsforstyrende i specialets skriftlige sammenhæng. Foretrækker læseren en nøjagtig gengivelse af elevernes udtalelser henvises til transskriberingerne af interviews som forefindes i Bilag D Transskriberinger. Ydermere

²¹ Specialets bevæger sig i en vekselvirkning mellem teori og empiri. Med teoretisk rammeforståelse menes den empiri, der fra starten er medtaget i specialet

²² Teori tilkommet efter empiriindsamling, hvor det synes at bidrage til og styrke forståelsen af det empiriske materiale

er der i flere citater indsat [...], som angiver, at citatet er et uddrag af et længere udsagn, og at der er fjernet elementer eller passager som ikke findes meningsgivende at medtage i den konkrete sammenhæng.

Første afsnit tager udgangspunkt i problemformuleringens første aspekt: *unge mandlige erhvervsskoleelevers valg af kost i hverdagen*. I analysen inddrages empiri fra seks interviews af erhvervsskolestuderende på CELF og observationer. Afsnittet indeholder en analyse af, hvordan erhvervsskoleelever oplever at tage kostvalg i skolens kantine, som en del af deres hverdag, og hvordan de skaber mening i spændingsfeltet mellem deres værdier og sociale normer for handling. På baggrund af ovenstående beskrevet kodningsproces er følgende forskellige temaer fremkommet. Disse karakteriserer elevernes oplevelse af kostvalg, når disse betragtes i relation til hinanden. Analysetemaerne er følgende: Sociale normer Normalitetsbilleder, De unge mænds selvfølgheder, og Maskulinitet.

Første analysetema *Sociale normer* omhandler elevernes hverdag på erhvervsskolen og deres oplevelse af at skulle træffe et kostvalg inden for rammerne af deres hverdag. Disse tematikker anskueliggør, hvordan eleverne skaber mening omkring deres kostvalg i hverdagen. I afsnittet er der fokus på de hvilke sociale relationer eleverne tillægger betydning og forholder sig til i deres meningskabelse og deres sundhedsopfattelser. Her inddrages social normer og de socialiserede værdier ved begrebet habitus.

Andet analysetema *Normalitetsbilleder* tager udgangspunkt i elevernes konstruktion af sundhed og de normalitets billeder, som kommer til udtryk. Indgangsvinklen hertil er spændingsfeltet mellem det normale og normen for at kunne forstå elevernes konstruktion af sundhed og sund kost og hvor dan de opfatter et sund kostadfærd i forhold til egen krop. Analysetema to behandler, hvordan eleverne opretholder de sociale normer som er forbundet med kostvalg. Det tydeliggøres her, hvordan eleverne igennem egne udsagn giver udtryk for identificerbare sociale normer for kostvalget og for deres meningskabelse omkring valg af kost.

Tredje analysetema *De unge mænds selvfølgheder* tager udgangspunkt i de normer som forekommer som en normalitet i hverdagslivets sociale rammer og som udtrykkes igennem symboler. I afsnittet analyseres det, hvordan elevernes sundhedsopfattelser og overvejelser i forhold til egen krop og de gængse normer, kommer til udtryk. Her fokuseres på normer og de grundlæggende værdier respondenterne udtrykker og herved gives en forståelse af den mening eleverne tildeler deres oplevelser.

I fjerde og sidste analysetema inddrages et maskulinitetsperspektiv, som danner rammerne for analysetemaets primære analytiske redskab. Dette afsnit vil fremhæve elevernes valg af kost, ikke kun som et spørgsmål om vaner og tilgængelighed, men også som en markering af identitet og særligt en maskulin identitet. Herigennem beskæftiger afsnittet sig med refleksivitet og den naturlige indstilling samt maskulinitet.

Analyseafsnittene skal læses og forstås som en samlet helhed.

6.2 Præsentation af respondenter

Indledningsvis præsenteres kort de medvirkende respondenter i interviewene. Dette gøres for at skabe et billede af respondenterne som personlige individer og dermed ikke en fælles stemme.

Christian er 28 år gammel og i gang med en uddannelse som IT-supporter og afslutter grundforløbet i 2016. Han har gået på grundforløbet i et år, da han har været nødt til at forlænge det. Christian er tidligere uddannet mekaniker, og han har gået på en ungdomsuddannelse uden at gennemføre den. I dagligdagen er han på CELF hele skoledage fra kl. 8:00 til 15:00. Han bor hjemme ved sine forældre som er ansat i kommunen. Christians far er vejmand og hans mor er socialassistent. Christian ryger og dyrker ikke motion (Bilag D1 – Christian).

Frederik er i skolepraktik som Lageroperatør, han er på andet hovedforløb i uddannelsen. Frederik er 21 år gammel og startede på CELF i 2014. Før han startede på uddannelsen som lageroperatør, gik han først kort på to andre skoler, hvor han ikke gennemførte nogle af uddannelserne. Han veksler mellem at være på CELF og erhvervsskoleafdelingen i Maribo, men det meste af tiden er

han på CELF, hvor han i øjeblikket er i praktik. Frederik bor sammen med sin bror og brorens kæreste. Frederiks forældre er skilt og han har ingen kontakt til sin mor og stedfar. Han er vokset op hos sin far og stedmor, og de er begge pensioneret. Stedmoren har altid været pensionist, så vidt han ved og faren er pensioneret taxachauffør. Frederik har før trænet i et fitnesscenter flere gange om ugen, men er i øjeblikket skadet og har i den forbindelse taget meget på i vægt (Bilag D2 - Frederik).

Hassan er 17 år gammel og i gang med et grundforløb på skolen, som han skal tage for at komme i gang med uddannelsen som IT-supporter. Han startede på skolen efter endt 9. klasse og har kun gået på skolen i nogle måneder. I hverdagen er han på skolen fra kl. 8:00-15:00. Hassan skiller sig ud fra de andre ved ikke at have boet i Danmark hele sit liv. Fra han blev født til han fyldte 12 år har han boet i et andet land ved sin mormor, hvorefter han flyttede til Danmark for at bo ved sin mor og stedfar. Hassan og hans mor er ikke etniske danske, men det er stedfaren. I dag bor han forsat hjemme ved moren og stedfaren, men planlægger at flytte hjemmefra inden ret længe. Hans stedfar arbejder som buschauffør og hans mor arbejder som slagter. Hassan ryger cigaretter og dyrker ikke nogen form for motion i hverdagen (Bilag D3 – Hassan).

Mads er i gang med et grundforløb i Fødevarer og Jordbrug for derefter at kunne blive optaget på Gastronomiuddannelsen. Han er 17 år gammel og startede på CELF efter 10. Klasse. Han har gået på efterskole fra 8. klasse til 10. klasse og bor nu på skolehjem i forbindelse med sin uddannelse på CELF. Før Mads flyttede på efterskole, boede han alene sammen med sine forældre. Mads spiser alle sine hverdagsmåltider i kantinen, da han som beboer på skolehjemmet er med i en madordning. Det betyder, at Mads udover at handle i kantinen også spiser den mad, kantinen har tilberedt til skolehjemseleverne, hvilket er forskellig fra den mad, man kan købe i kantinen. Mads' far har haft forskellige ufaglærte jobs såsom skibskok og sygemedhjælper, men i øjeblikket er faren sygemeldt. Moren arbejder som dagplejemor. Mads ryger ikke cigaretter og dyrker badminton en gang om ugen (Bilag D4 - Mads).

Mathias er snart 18 år og læser Strøm, Styring og It som It-supporter på CELF. Han har gået på skolen i et år og skal snart i praktik. Han startede direkte på uddannelsen efter folkeskolen.

Mathias bor sammen med sin søster hjemme ved deres forældre, men har planer om at flytte hjemmefra om et par måneder sammen med et par venner fra skolen. Mathias' far arbejder som lastbilchauffør og Mathias' mor arbejder som hjemmehjælper. Mathias ryger cigaretter og dyrker parkour fire gange om måneden samt underviser i skydning om sommeren (Bilag D5 - Mathias).

Mikkel er 17 år gammel og i gang med en 4 årig elektrikeruddannelsen på CELF. Han går på første grundforløb, som han startede på lige efter 10. klasse. Mikkel bor hjemme ved sine forældre. Mikkels far er udannet og arbejder som smed, og hans mor arbejder som revisorassistentsekretær. Han går meget op i sin træning og går i fitnesscenter hver dag og ryger ikke (Bilag D6 – Mikkel).

6.3 Præsentation af respondenternes hverdag på CELF og deres kostvaner

Som en yderligere introduktion til analysen af erhvervsskoleelevernes sociale normer, præsenteres i nærværende afsnit respondenternes hverdag på skolen, sådan som den forløber og sådan som de forholder sig til den. Ifølge Schutz, er hverdagslivet kendetegnet ved en bevidst lysvågen tilstand, hvor mennesker er rettet mod konkrete gøremål og projekter i hverdagen, som de er fortrolige med og ikke reflekterer nærmere over, hvilket kan siges at være gældende for aspekter af elevernes hverdag på skolen. Derudover præsenteres de kostvalg eleverne træffer i forbindelse med hverdagen på skolen, for at give et overordnet billede af hvilken mad respondenterne spiser.

Hverdagen på CELF er ikke ens for respondenterne. Mads, Christian, Mikkel, Hassan og Mathias går i skole, hvor de har undervisning og opgaveskrivning. Frederik er i praktik og arbejder derfor på skolens værksstedslager, hvor han holder styr på det inventar, der går ind og ud af lageret. Fælles for alle respondenternes hverdag på erhvervsskolen er, at den er struktureret med fastsatte opgaver, undervisning og pauser. Dette indebærer, at de alle møder omkring kl. 8 og får fri mellem kl. 13 og kl. 15, alt afhængig af ugedagen. Frederik beskriver sit arbejde således "*Stille og roligt. Der er ikke rigtigt – forløb. Når der kommer noget så sætter vi pryler eller så sidder vi bare og skriver det ind på computeren*" (Bilag D2 – Frederik:). Da jeg møder Mads, sidder han med sine venner på biblioteket og spiller computer på anden time, fordi han og hans venner er færdige før tid med deres opgave (Bilag D4 – Mads:). Hverdagen omtales i lette vendinger og med en vis

selvfølgelighed. Dette gælder også, når det kommer til besøg i kantinen. *"Nej. Jeg tager det bare som det kommer. Det er sjældent at folk tænker over det [valg af mad] og for det meste så ved de, hvad de godt vil have"* (Bilag D5 – Mathias:5).

Ud fra elevernes udsagn kommer tre situationer frem, hvori kostvalget tages: indkøb i supermarked, hjemme når der skal smøres madpakker eller indkøb i skoletiden herunder i skolens kantine og på den nærliggende benzintank. Alle respondenterne bor enten sammen med familiemedlemmer, en kæreste eller på skolehjem hvor det i alle tilfælde er en anden person end respondenterne som står for indkøb af madvare, hvilket går smøring af madpakke og indkøb ved skolen til de primære arenaer for det aktive kostvalg.

Respondenternes kostvaner beskrives ud fra hvad de vælger at spise til frokost og særligt hvad de finder fristende i kantinen. Mathias' frokost består for det meste af *"Pizza, Chinabokse, mad fra Macken"* (Bilag D5 – Mathias:3). Han har aldrig mad med hjemmefra. Enten køber han mad i kantinen eller på Macken (fastfood-restauranten Mc. Donalds). Alle Mads' måltider får han fra kantinen, da han er skolehjemlev. Han kan derfor hver dag vælge en ret i kantinen, som er gratis. Det kan eksempelvis være mørbradgryde med ris. Hvis ikke han har lyst til skolehjemsmaden, køber han noget andet i kantinen, hvilket sker en til to gange om ugen. Køber han mad i kantinen er det typisk pizza (Bilag D4 – Mads:4). Frederik skiller sig ud fra de andre ved at handle på den nærliggende tankstation og kun sjældent i kantinen *"Det er forskelligt [hvad jeg køber]. Det kan være frikadeller eller en fransk hotdog. Burger, Cocio"* (Bilag D2 – Frederik:3). Christian, Mikkel og Hassan har modsat de andre tre regelmæssig en madpakke med i skole. Madpakken indeholder som regel et par 'rugbrøds-klemmer'. Når Christian en gang om ugen handler i kantinen, køber han pizza fordi han synes, at det er det bedste (Bilag D – Christian:2). Mikkel spiser rugbrød med pålæg og handler ligeledes cirka en gang om ugen i kantinen *"Ja ellers så køber jeg noget her [i kantinen]. De har tit pasta og sådan noget. Kød og sådan noget, det spiser jeg"* (Bilag D6 – Mikkel:2). Hassans madpakke består af: *"Bare noget bondebrød kan man sige. Det er noget lyst brød. Det er ikke det samme hver dag, enten er det noget pålægschokolade eller spegepølse eller almindelig skinke og ost"* (Bilag D3 – Hassan:2). Hassan gør ligesom Mikkel og Christian og handler en til to gange om ugen i kantinen. Her køber han altid pizza (Bilag D3 – Hassan:2). Det gælder dermed alle respondenterne, at kostvalget stort set ikke varierer. Det eneste som varierer er om de spiser en

medbragt madpakke eller om de køber maden. De vælger at tage det samme med på madpakke og de handler det samme i kantinen, mere eller mindre hver gang. Ifølge Schutz er rutinerede handlinger karakteriseret ved hverdagslivet.

Ovenstående giver en et grundlæggende indblik i respondenternes hverdag på skolen og deres kostvalg, hvilket giver en baggrundsviden som er nødvendig for, at kunne bibeholde en fornemmelse af elevernes individuelle karakteristika igennem den videre analyse.

Kapitel 7 - Erhvervsskoleelevers sociale normer for kostvalg og deres meningsdannelse

Specialets problemformulering og dermed også specialets undersøgelsesfelt er todelt, hvilket resulterer i to separate analysekapitler. Nærværende kapitel indeholder analysen af erhvervsskoleelevernes sociale normer for kostvalg, hvor det efterfølgende kapitel indeholder en analytisk diskussion omkring nudgingmetodens muligheder indenfor adfærdsregulering af erhvervsskoleelevers kostvalg. I dette kapitel analyseres respondenternes sociale normer og deres opretholdelse og brud med dem. Analysen er delt op i fire overordnede temaer, som indeholder yderligere underemner til at beskrive disse temaer.

7.1 Sociale normer

For at kunne analysere, om de mandlige erhvervsskoleelevers sociale normer har betydning for deres kostvalg, er det i første omgang nødvendigt at redegøre for, *hvilke* sociale normer, der gør sig gældende i kostvalget. I nærværende afsnit analyseres, hvad elevernes sociale normer for kost er påvirket af, og hvordan disse kommer til udtryk i de primære sociale arenaer, hvilket ud fra Bourdieus teori anses for at være familien og venner. Derudover inddrages et perspektiv på hvordan respondenterne oplever samfundets påvirkning på deres valg.

7.1.1 Venners betydning for kostvalg

Sociale normer kommer blandt andet til udtryk i interviewene, når erhvervsskoleeleverne fortæller om deres oplevelser med en form for brud med det der anses for normalt i hverdagen. Dermed også når de *gør*, eller andre *gør* noget, andet end det de plejer i en given situation. Et eksempel herpå er, at erhvervsskoleeleverne til dagligt stort set spiser det samme, som de altid spiser, det vil sige at de ikke ændrer deres kostadfærd fra dag til dag. De unge giver udtryk for, at der helt sikkert bliver kommenteret på det, hvis de har andet mad med end de plejer. Eksempelvis siger Hassan til spørgsmålet om, hvad hans venner ville sige til, hvis han begyndte at købe salat hver dag: *"Så vil de bare synes, jeg var mærkeligt [...] Fordi normalt spiser jeg ikke sådan noget. Jeg er ikke så meget til grøntsager (Bilag D3 – Hassan:4).* Og tilsvarende siger Mads: *"Ja, det tror jeg, for så er der et eller andet galt, for jeg er mest kødmenneske. Så hvis jeg lige pludselig kun*

spiser salat, vil de virkelig tro, at der er et eller andet galt med mig" (Bilag D4 – Mads:7). Christian giver ligeledes udtryk for en situation, hvor der foregår klar italesættelse af, et forkert kostvalg blandt sine venner: *"Altså, der bliver i hvert fald kommenteret på, hvis man har et eller andet lugtende med eller, det er sådan daglig dag"* (Bilag D1 – Christian:3). De tre citater er alle eksempler på situationer, hvor der gøres noget uventet, da de ikke gør som de plejer. Det der forekommer normalt i gruppen, bliver udfordret når en person gør noget unormalt. Det vil sige, når de bryder med den normale situation, så bemærkes det, også selvom handlingen reelt set ikke har betydning for de andre i vennegruppen.

For Christian betyder det ikke noget særligt, hvad de andre synes om hans kostvalg: *"Altså jeg tror, at hvis man er mere påvirkelig, så kan det godt være der er [forventninger til kostvalg]. Men jeg synes ikke rigtig, der er noget, jeg er sådan lidt ligeglad"* (Bilag D1 - Christian:3). Han forklarer, hvordan han forstår at være påvirkelig:

"Måske mere hvis man er yngre eller noget, så kan det godt være at der sådan ligesom bliver set ned eller op på det, man har med, ikke? [...] Det kan [jeg] godt se, hvis ikke man har taget sin selvstændige holdning eller et eller andet" (Bilag D1 – Christian:3).

Christian er 28 år gammel og den ældste af respondenterne. Som han selv siger, så kan det være, at hvis man er yngre (end ham), så vil man være mere påvirkelig overfor den svage betydning af normer, det vil sige den forventelige norm, som der er i vennegruppen. Christian fortæller også, at der alligevel bliver kommenteret på hans kostvalg, hvis han har mad med, der er anderledes eller lugter mere end sædvanligt. Modsat de andre respondenter, synes han ikke at blive påvirket af det, hvilket muligvis kan skyldes hans alder, som han også selv antager. Eksemplet kan relateres til Katzenelsons begreb gruppepres, hvor individer igennem et pres fra gruppen, tilslutter fællesstandarter. Dermed kan respondenternes italesættelse af forkerte valg være et udtryk for en rettelse om at indordne sig den pågældende norm.

En anden social relation, hvor gruppen kan siges at påvirke hinandens valg, eller et sted hvor deres valg kan siges at blive bekræftet af gruppen, er under deres besøg i kantinen, som bliver til en kollektiv handling. Christian fortæller, hvordan han med sine venner går ned og handler i kantinen. Alle går med uanset om der er nogle som har en madpakke med (Bilag D1 - Christian:3). Det samme fortæller Mads:

"Ja, for det meste. Det er ikke altid, at vi vælger det samme, men vi går i hvert fald ind sammen og kigger, hvad der er. Og hvis der så er noget du ikke rigtig har lyst til, så kan du altid gå ind og spise det andet sted" (Bilag D4 – Mads:6).

Mads beskriver altså, at de ikke kun handler sammen, men de køber ofte det samme. Det samme gør sig gældende hos Hassan og hans venner: *"Nej, det er faktisk det samme for det meste"* (Bilag D3 – Hassan:3). Frokosten, og derved kostvalget, synes at være en betydende social samhandling blandt erhvervsskoleleverne.

Ovenstående eksempler afslører derved tilstedeværelsen af social påvirkning, når respondenterne køber mad i kantinen, men også hvad de vælger at købe. At gå i kantinen eller at spise frokost, er en social handling, og kostvalgene som foretages i disse situationer er lig de andres valg. Katzenelson påpeger, at et kollektiv kun kan eksistere, hvis der i kollektivet er en fælles normforståelse. Ifølge Katzenelson, kan deres sociale normer for kostvalg også siges at have en stærk betydning, når de bliver et mål om at opfylde nogle bestemte krav. Når eleverne overfor hinanden italesætter, at grønsager og salat er underligt at spise, gives normen en stærk betydning, da normen dermed bliver et mål om at opfylde et krav fra gruppen. I nærværende afsnit beskrives, hvordan normer opretholdes og bekræftes igennem en indforstået fælles mening om, hvad der skal italesættes som unormal adfærd, nemlig at maden lugter eller at der bliver spist salat.

7.1.2 Samfundets betydning for kostvalget og forventninger til at spise sundt

I interviewene spørges der ind til, om erhvervsskoleleverne synes, at der er en form for forventning til at spise sundt fra samfundets eller regeringens side. Hertil svarer de fleste, at de

ikke på den måde går op i sundhed, men alligevel modsiger de flere gange sig selv. Mads svarer følgende til spørgsmålet, om han bliver påvirket af samfundet og kostvejledninger:

"Nej, jeg synes ikke, man bliver påvirket, man skal selvfølgelig altid tænke over sin kost. Det er ikke bare sundt at spise slik og lalle rundt hele tiden, du må gerne have noget motion hver dag, og du må meget gerne spise lidt grønt sådan så du ikke. Du må meget gerne bare tænke over, hvad du spiser i hvert fald. Det er sådan jeg har det for det meste" (Bilag D4 – Mads:9).

Mads fremhæver nogle af de officielle kostråd, fra Sundhedsstyrelsens anbefaling og det er på trods af, at han ikke føler, at han bliver påvirket. Han siger også, at han gerne vil spise mere grønt, netop også som Sundhedsstyrelsen anbefaler:

"[...] men det lykkes gerne faktisk for det meste om mandagen, fordi så har man lige haft weekend og været hjemme ved fars kødgryder, og så kommer man ned, og så har man lidt lyst til grøntsager. Jeg tror, det er derfor. Nu hvor vi taler om det, får jeg faktisk lyst til at grøntsager. Jeg skal spise grøntsager i aften, kan jeg mærke" (Bilag D4 – Mads:10).

Han fremhæver sin viden om, at grøntsager er sunde, da han taler om kantinens pizza: *"Det kan godt være at grøntsager er godt, men der ligger bare grøntsager udover det hele, og så to stykker kylling på og så er det, dét!"* (Bilag D4 – Mads:5). Mads ved, at grøntsager er sunde, og han vil også gerne spise flere af dem, men han mener umiddelbart ikke, at det er på baggrund af sociale normer i samfundet. Ikke desto mindre virker det en smule normativt og påtaget, når han i interviewsituationen siger, at han vil spise grøntsager i aften og har lyst til det. I relation hertil er Bech-Jørgensens begreb social responsivitet relevant, da det han siger, og hans evne til at reflektere, skal ses som noget relationelt i forhold til, hvem han omgås. Ikke kun hvem han til dagligt omgås, men også den relation han skaber til mig som interviewer. Det kan diskuteres, hvorvidt Mads' udtagelse, om at han vil spise grøntsager i aften og at hans pludselige lyst til

grønsager, er en reaktion på den sociale sammenhandling vi sidder i, i interviewøjeblikket, eller om det er en reaktion som er social konstrueret på anden måde. Teorien påpeger, at det er i mødet med andre mennesker, at man bekræftes eller afkræftes i, hvad der er normmæssigt rigtigt og forkert, og derudfra synes Mads at blive bekræftet i en social konstrueret norm der siger, at han burde spise grønsager i aften, på trods af, at det er onsdag.

I interviewet med Mathias siger han også følgende om samfundets holdning til sund kost:

"Jeg synes, at de tager det lidt for seriøst. Fordi jeg tror ikke, at det gør en forskel, hvad regeringen synes. Hvis man ser på USA. Derover mener de, at man skal spise sundt. Det er det fedeste land i verden. Hvert fald hvis du tager til Florida. Der er fede mennesker over det hele" (Bilag D5 – Mathias:8).

Mathias tror altså, at selvom samfundet har fokus på sundhed, så gør det ikke en forskel, for der er ikke en forskel i Florida. Derimod siger han lidt modstridende, hvad sundhed er: *"Spise varieret. Selvfølgelig det er ikke sundt, hvis du kun spiser salat. Spis varieret kød og det hele. Følg den der madpyramide"* (Bilag D5 – Mathias:9). Han er dermed klar over, at selvom samfundet tager det *lidt for seriøst*, så kan retningslinjerne, som madpyramiden giver, være hensigtsmæssige i en sund kontekst.

Christian mener, at den sundhed, der er fokus på i dag, er et generationsskifte i forhold til sine egne forældre. De har nemlig ikke altid spist sundt derhjemme. Han siger:

"Nej ikke rigtigt, det er nok kommet med, at jeg lige er dumpet ind, at der skete lidt der. [...] Mon ikke det er et generationsskifte af en eller anden art. Det tror jeg. Der er i hvert fald et større fokus [på sund kost] fra min side end mine forældre" (Bilag D1- Christian:5).

Christian beskriver fokuset på sundhed som et generationsskifte, for der var nemlig ikke samme fokus på sundhed, da han var barn, hvor de var vant til at få mere fed mad (Bilag D1 – Christian:5). I og med at Christians forældre også har mere fokus på sund kost nu, og ikke blot ham selv, så

tyder det på, at det i højere grad er samfundets sociale normer, der har skiftet og ikke blot generationen. Det stemmer også overens med, hvordan Mikkel oplever samfundets påvirkning på sundhed: *"Nej, det føler jeg ikke. Men man kan godt mærke, at alt er blevet mere sådan sundt, og at man skal tænke mere over det, men det lærte jeg inde på efterskolen"* (Bilag D6 – Mikkel:7). Mikkel mener ligeledes, at der er sket et skifte, hvor også hans forældre har mere fokus på sundhed i forhold til, da han var barn:

"Da jeg var mindre spiste vi meget fed mad. Ikke nødvendigvis fastfood, men meget sovs og kartofler og sådan noget, og det får vi ikke så meget mere. Det er blevet meget mere sundt, så der ikke er så mange sovse, men mere kød og grøntsager" (Bilag D7 – Mikkel:6).

Han tænker desuden på sundhed hele tiden, hvilket også kan skyldes de sociale normer for, hvad man bør gøre i samfundet. Mikkel synes dermed mere påvirket af de samfundsmæssige gældende normer i forhold til de andre respondenter. Hassan siger klart og tydeligt, at han ikke går op i sundhed, og selv hvis en ekspert skulle sige til ham, at han ikke var sund, så ville det ikke ændre noget. For ham har det noget med hans udseende at gøre og ikke sundheden, så han vil gerne ændre sine kostvaner, hvis det gik udover udseendet, men ikke hvis det "kun" går udover hans sundhed: *"Det kommer an på, hvordan jeg har det med mig selv [udseendemæssigt]"* (Bilag D3 – Hassan:7). Hassan virker ikke påvirket af samfundets normer, han forholder sig kun til sig selv, når han bliver spurgt til, hvad sund kost er:

"Hvis vi tager det fra mig af. Det jeg synes er sundest for mig er sådan noget som det jeg spiser til dagligt. Sådan som lidt rugbrød en gang i mellem og så en agurk i mellem måske. Men ellers så ikke så meget" (Bilag D3 – Hassan:6).

Imellem respondenterne er der altså ikke en overordnet klar tendens i forhold til om de lader sig påvirke af samfundets normer. Mikkel er den eneste af respondenterne som synes at være påvirket af de samfundsmæssige gældende normer. Det fremstår derved, at de sociale normer som gør sig gældende blandt vennerne spiller en større rolle for erhvervsskoleeleverne end de

samfundsskabte normer. Ifølge Katzenelson, er normer socialt skabt, og den generaliserede anden, eller primært gruppens medlemmer, har en stærk indflydelse på de sociale normer, der efterleves, som fungerer som *'loven i vores hjerter'*. I ovenstående fremstår det tydeligere, at elevernes sociale normer er forbundet til deres venner fremfor til de samfundsskabte normer omkring kostvalg. Derved optræder vennerne som havende en stærk indflydelse på de sociale normer respondenterne efterlever.

7.1.3 Familiens betydning for valg af kost

Familien spiller en betydelig rolle i forhold til menneskers sociale normer ifølge Bourdieus habitusbegreb. De erfaringer, der gøres i familien, socialiseres i menneskers habitus og bringes med videre i livet. Det betyder, at familiemedlemmers individuelle habitus ligner hinandens og derfor er det også nødvendigt at medtage de aspekter af erhvervsskoleelevernes opvækst som har betydning for kostvalget. I nærværende analysetema gøres dette ved en sammenligning af de kostvalg, som deres forældre tog, da respondenterne var børn og de kostvalg, respondenterne selv træffer i dag. Ifølge Bourdieu, sker indlejringen af habitus i løbet af livet og særligt gennem socialiseringen i hjemmet. Derfor udgør erhvervsskoleelevernes kostoplevelser i hjemmet et essentielt udgangspunkt for at opnå viden om deres vaner, valg og sociale normer.

Eksempelvis er alle respondenterne vant til at få kost som kartofler, kød og sovs, både da de var børn og også i nogen grad nu. De beskriver det som "traditionel dansk mad". Hvis respondenterne selv skal lave mad, er det typisk også den slags mad, som de laver. Christian udtaler:

"Sagtens, altså, det bliver bare på en lidt anden måde end det traditionelle måske, hvor det svømmer rundt i et eller andet fedtorgie. Der bliver det måske lidt mere, jeg vil kalde det konservativt eller et eller andet, men altså, i hvert fald lidt mere fokus på fedtprocenter og sådan noget ting, ikke?" (Bilag D1 – Christian:5).

Frederik siger også, at hvis han selv skal lave mad, så bliver det bøffer og spaghetti med kødsovs, som han er vant til fra barndommen. Hassan har i sin barndom boet hos sin mormor i Tyrkiet og

bor nu hos sin mor og stedfar i Danmark. Han påpeger, at den mad han fik som barn i Tyrkiet er meget anderledes end den mad, han i dag spiser. Alligevel er hans erindring omkring kosten i hans barndom, kartoffelmos og schnitzler, og det præger hans hverdagsmad i dag. Det vidner muligvis om, at han ønsker at være anderledes end sine forældre, ligesom Christian og Frederik også til dels giver dette indtryk. Selvom både Christian og Frederik synes at spise de samme madvarer, som de gjorde, da de var børn, så gør de det klart, at det alligevel er på en anden måde end deres forældre. Frederik siger eksempelvis, at han spiser rugbrød til frokost i dag, på samme måde som han gjorde, da han var barn, men tilføjer: *"Jeg lavede det lidt anderledes, men ja, nogle gange det samme"* (Bilag D2 – Frederik:9). Det kan siges, at respondenterne medtager nogle grundlæggende værdier fra hjemmet, i deres kostvalg i dag. De socialiserede værdier er dermed tilstedeværende i kostvalget, der kan dog også siges at være en tilstedeværelse af en ydre påvirkning, som moderniserer og tager afstand fra forældrenes møde at gøre tingene på. Dette kunne forklares ved en social norm om, ikke at gøre som sine forældre, men derimod skabe sin egen måde at gøre tingene på. Bourdieu taler i den forbindelse om, hvordan mænd er sin egen krops subjekt, og ud fra denne antagelse kunne afvigelsen fra forældrene være en måde at udtrykke maskulinitet på. Erhvervsskoleeleverne giver udtryk for, at de har nogle erfaringer med hjemmefra som de i deres adfærd følger og efterlever, i form af deres lignende kostvalg i hverdagen. Derudover beskriver de, hvordan kosten har ændret sig i de forskellige hjem, hvor der generelt er et billede af, at der er kommet et større fokus på sundhed, men stadig sundhed indenfor de traditionelle rammer. Frederik, Christian og Hassan udtaler, at de gør tingene anderledes i forhold til deres forældre, da de laver en sundere version af det, deres forældre plejede at lave. Dermed opstår en social norm, hvor det er vigtigt ikke at gøre som ens forældre. Ifølge Bourdieu er de erfaringer, der gøres i familien, socialiseret i menneskers habitus og bringes med videre i livet, hvilket også kan siges at gøre sig gældende for i ovenstående analyse.

7.2 Normalitetsbilleder

Normalitetsbilleder, en opstilling af, hvad der anses som normal eller unormal adfærd. Mennesker tilegner sig deres egen forståelse af, hvad det er fornuftmæssigt acceptabelt i de gængse sociale fællesskaber, som de indgår i. Katzenelson sonderer mellem en svag og en stærk betydning af normer. Den svage betydning refererer til normer, der opretholder 'det normale' på baggrund af

forholdsvis ens forventninger til social samhandling. De svage normer kommer til udtryk i det, der opfattes som normalt at gøre i en kendt situation. Den stærke betydning af normer er retningslinjer om det rigtige og passende at gøre i bestemte situationer, eksempelvis igennem samfundsmæssige krav, påbud og forbud. Altså normer af stærk betydning fortæller mennesker, hvad de *bør* gøre og er dermed anderledes fra normer af svag betydning, hvor mennesker *bare* gør. På baggrund heraf, vil der redegøres for erhvervsskoleelevernes sociale normer ud fra udtalelser fra interviewene. Analysetemaet synliggør, hvordan de mandlige erhvervsskoleelever håndterer og forholder sig til deres kostvalg i hverdagen.

7.2.1 Spændingsfeltet mellem en svag og stærk betydning af normer

Katzenelson taler om, at betydningen af normer som enten svag eller stærk kan variere. Ydermere er en normativitet på samfundsplan ikke nødvendigvis en normativitet i de sociale grupper, som erhvervsskoleeleverne indgår i. Der kan dog stadig være en flydende overgang mellem normerne og en erkendelse af deres tilstedeværelse. Som nævnt i teorien er normalitet, ifølge Bech-Jørgensen, noget der indarbejdes i psyken, og kan udtrykkes gennem handlinger, og normalitet bekræftes i mødet med andre. Ud fra dette skabes også normalitetens symbolske orden, som er med til at skabe en stabil omverden for individet.

Hos flere af respondenterne er der bevidsthed omkring dét at ville spise hensigtsmæssigt. Hvordan denne norm efterleves er ikke stringent. Et eksempel på en situation, hvor dette gør sig gældende er ved Frederiks beskrivelse af sine kostvalg som ikke sunde:

"Altså jeg er ikke så sindssyg sund eller spiser særlig mange grøntsager og meget af det er grøntsager, som jeg ikke bryder mig særlig meget om, og jeg gider ikke sidde med fingrene og pille det af. Sååå" (Bilag D2 – Frederik:3).

I dette citat giver Frederik udtryk for, at han er opmærksom på en norm som vedrører, at for at være sund, er det vigtigt at spise grøntsager. Ydermere viser citatet også, at Frederik afviger fra normen, og han forklarer denne afvigelse med, at:

"Altså, jeg har noget, et træningsprogram, jeg spiser meget, og træner, det er også derfor, jeg kunne spise en kæmpe bøf den gang jeg trænede og så træne en time og så brændte jeg det hele, ikke. Så jeg holdte mig på den scale der" (Bilag D2 – Frederik:5).

Frederik formår altså at skabe en mening omkring sit kostvalg, ud fra en forklaring om, at fordi han *har* trænet, giver det mening at spise meget. Med den begrundelse gøres hans kostvalg hensigtsmæssige. Ifølge Katzenelson ændrer mennesker på enten tanker eller handlinger, når der opstår dissonans mellem normer og handling. Ved Frederik skabes konsonans, ved at tilpasse en mening til hans adfærd, således at normen at spise hensigtsmæssigt opretholdes. Dette er et eksempel på, hvad Katzenelson beskriver som menneskers tilbøjelighed til, med tilbagevirkende kraft, at finde gode grunde for at anlægge positive vurderinger på det valg, der er truffet og handlet ud fra. Der er altså ved Frederik en klar erkendelse af, at han ikke spiser sund kost, men at denne afvigelse er i orden så længe at han træner. Frederik skaber sin egen subjektive mening omkring, hvad der er rigtig og forkert, hensigtsmæssigt og uhensigtsmæssigt, at spise.

Frederik tager udgangspunkt i sine egne erfaringer, men denne mening er ikke nødvendigvis så subjektiv som den fremstår i citatet. Schutz begreb intersubjektivitet indikerer, at Frederiks meningsdannelse er formet af hans personlige erfaringer, men at disse er socialiseret igennem erfaringsdeling. Han beskriver hvordan hans venner spiser det samme som ham (Bilag D2 – Frederik:6). Dermed kan der siges at være en fælles forståelse af, hvad der er acceptabel adfærd i forhold til kost.

Mathias forbinder sund kost med at følge madpyramiden:

"Sund kost? Spise varieret. Selvfølgelig det er ikke sundt, hvis du kun kan spise salat. Spis varieret kød og det hele. Følg den der madpyramide. Spise lidt af hvert. Sørg for at du ikke bare kværner det

samme i krødderen hele tiden. Ellers synes jeg ikke, der er nogen sundere måde at gøre det på” (Bilag D5 – Mathias:6).

Mathias bedømmer ikke direkte sit eget valg af mad som uhensigtsmæssigt eller usundt. Da jeg i slutningen af interviewet spørger, om der er noget han vil ændre i sin kost, svarer han: ”næh”, men ud fra hans beskrivelse af sund kost i citatet, følger hans kostvalg ikke denne beskrivelse. Hans kostvalg indebærer fastfood og meget lidt grønt: *”Min frokost? Det ved jeg ikke rigtigt. Pizza, Chinabokse, mad fra Macken”* (Bilag D5 – Mathias:3). Da jeg spørger, hvorfor han vælger den slags mad, svarer han, at det er fordi det smager godt, og at det ser lækkert ud (Bilag D5 – Mathias:5). Mathias har altså ligesom Frederik en grund til, at han ikke følger sundhedsanbefalingerne. At skabe sin egen mening bag valg som ikke passer ind under elevernes opfattelse af den almene forståelse af sundhed, gør sig også gældende ved Mads. Han beskriver, at det er vigtigt at tænke over, hvad man spiser, men samtidig giver han udtryk for, at han ikke tænker over sine valg i hverdagen (Bilag D4 – Mads:4,9). Både Mads, Frederik og Mathias’ udtalelser omkring, hvad man bør gøre og hvad de rent faktisk gør, er altså ikke overensstemmende.

På tværs af eleverne, kan der dermed argumenteres for en tilstedeværelse af en fælles forståelse omkring, hvad der er acceptabelt adfærd, og hvordan der må afviges fra dét, der er andre sammenhænge kan være normativt at gøre. For eleverne er der andre gældende sociale normer og meninger end det der for andre er gældende. Der er altså tale om en, fælles normforståelse, på trods af at respondenterne måske ikke kender hinanden og dermed ikke interagerer med hinanden i hverdagen.

Ud fra ovenstående kan altså udledes, at ikke alle af erhvervsskoleeleverne nævner direkte, at de foretager uhensigtsmæssige kostvalg i hverdagen, men de synes at udtrykke det igennem beskrivelser af, hvad der er det rigtige at gøre og hvad de selv gør. Grundlæggende kan deres måde at definere sund kost opdeles i to: *sund kost for dem* og *sund kost for alle*. For dem associeres sund kost med store mængder og energiholdig mad samt proteiner, hvor sund kost for alle, ifølge respondenterne, forbindes med kød, varieret kost og grønt. Respondenterne kan dermed siges at have en fælles norm, hvor der er andre krav til sund kost for dem end de krav de udefrastående følger. Den sociale norm i respondenternes omgangskreds stemmer altså ikke

overens med den gængse norm. Respondenterne beskriver dét, de gør, ud fra hvad der er normalt at gøre, men det er i virkeligheden deres selvfølgeligheder og deres fortolkning af sundhed ud fra deres unikke position i forhold til den almene, der kommer til udtryk. Respondenternes fornuft og normalitetsbilleder, deres erfaringer og tro på egne evner til at træffe et fornuftigt valg, synes at være baggrunden for at de kan følge normen, uden at tænke nærmere over det.

Den sociale norm, hvorudfra respondenten skaber mening, kan altså opsummeres til, at dét der er sundt for alle, ikke nødvendigvis gælder dem. I denne forbindelse oplever respondenterne altså ikke sanktioner på baggrund af deres kostvalg, i hvert fald ikke, når de er på skolen med deres venner. Det kunne forestilles at samme holdning til kostvalg og til sund kost for dem ikke ville blive mødt med samme normforståelse udenfor skolen eller udenfor vennegruppen, da de ville stille sig i kontrast til, hvad der er sund kost for alle. På den måde kunne det være, at de her ville møde sanktioner.

7.2.2 Opretholdelse af sociale normer og værdier

Ifølge Bech-Jørgensens teori om normalitetsbilleder, findes normer i alle samfund, og det er dem, som sætter grænser og vejleder for, hvad individet kan tillade sig uden at blive mødt med sanktioner fra andre. I følgende analysetema vil de sociale normer og deres normalitetsbilleder blive ekspliciteret. Det er et brud med de sociale normer, at selvfølgelighederne er mest observerbare. Det vil i nedenstående afsnit blive belyst, hvordan respondenterne i sociale møder med skolekammerater be- eller afkræfter hinanden i, hvad der ses som normmæssigt acceptabelt og forventet. Hertil er det via normer og værdier, at normalitetsbillederne opretholdes.

Ved tre af respondenterne bliver betegnelsen 'kaninfoder' brugt som synonym for salat (Bilag D4 – Mads:7; Bilag D5 – Mathias:6; Bilag D2 – Frederik:7). Mads, Mathias og Frederik bruger betegnelsen med en vis humoristisk undertone, men også som et klart udtryk for den gældende norm. For eksempel fortæller Frederik om en konkret hændelse, hvor et krav om at indordne sig, bliver italesat igennem humor:

"Patrick som også er her [på lageret]. Han spiste den [burgeren], og der var der salat i, og vi sad alle sammen og gloede. 'Har du også en aftale med kaniner'? Noget i den retning. Det er sådan noget, de ville gøre også"
(Bilag D2 – Frederik:7).

Ovenstående er et eksempel på, hvor gruppen af unge mænd, reagerer på at én i gruppen bryder den sociale norm. Eleven som spiser salat foran sine venner bliver mødt med en form for sanktioner fra sine kammerater og opretholdelsen af normalitetsbilledet bliver brudt. Det er forskelligt for respondenterne, hvad de kan tillade sig at spise af salat og grønt, før de bliver mødt med sanktioner fra deres omgangskreds. Overordnet kan dog beskrives en tendens til, at der er et behov for at opretholde normalitetsbilledet og ikke bryde med den sociale norm. Gruppen opretholder her de sociale normer som er forbundet med kostvalg igennem en ironisk og underforstået hentydning om, at dét Patrik gør strider imod, hvad der anses for acceptabelt.

I forhold til opretholdelse af normalitetsbilleder, er det muligt at eleverne vælger det sunde i kantinen, men der kan også argumenteres for, at der er nogle barrierer ved, at eleverne skal spise det sammen med deres venner. I eksemplet ovenfor med Patrik, der piller salaten ud af burgeren, vides det ikke, om der er en bevidst intention hos Frederik og vennerne, om at få Patrik til ikke at spise salaten. Umiddelbart virker det nærmere som om Frederik vil fortælle, hvor sjove han synes, de er i vennegruppen. Noget fik Patrik til at lade være med at spise salaten, måske blev han opmærksom på, hvad det var, han var ved at spise, og derfor fik det ham til ikke at spise salaten. Eksemplet viser, at selvom det lykkedes at få Patrik til at vælge en sund madvare og tage den på tallerken, er det ikke ensbetydende med, at det bliver spist. I forhold til erhvervsskoleeleverne har de sociale normer altså ikke kun en betydning i kostvalget i det øjeblik det ligger på tallerken, men måske mere vigtigt en betydning for kostvalget i øjeblikket, det puttes i munden.

Hos respondenterne er der en vis overensstemmelse omkring, hvad der er normalt at spise. Det er normalt at spise Spaghetti Bolognese, flæsketeg, kød og kartofler ect.. Det normative for respondenterne er at spise varieret, samt grønsager og meget kød. Det normative og det normale smelter sammen, når det der normalt at gøre også er det normative rigtige at gøre. Det er

eksempelvis normalt at spise kød, fordi det forbindes med noget lækkert og proteinrigt og derved sundt og maskulint ifølge respondenterne.

Christian og hans forældre har i løbet af hans barndom ændret deres kostvaner fra et fokus på det traditionelle mad til et fokus på, at det også skal være sundt. De sociale normer er mere og mere prægede af normativitet. Hvor det før var en selvfølge at maden skulle indeholde fløde, indeholder den nu mælk, ligesom det anbefales rent sundhedsmæssigt. Dermed kan der argumenteres for, at normativitet spiller en stærkere rolle i valg af kost i hjemmet, end før i tiden, hvor maden var mere fedtholdig. Christians sociale normer er altså reguleret af, hvad der er almindeligt at gøre, i og med at han forsat fortrækker traditionelt mad. Samtidig er han også påvirket af en normativitet, hvor situationen er gennemtænkt ud fra hvad der er fornuftigt at gøre. Hos Mathias er denne glidende overgang ikke så tydelig. Mathias er primært påvirket af den normale norm, da at han ikke agerer ud fra normaliteten.

7.3 De unge mænds selvfølgeligheder

I ovenstående analysetema fremgår det, hvordan respondenterne skaber individuel mening omkring kostvalg, hvilket er baseret på mændenes refleksive tanker om deres valg og deres sundhedsopfattelser. Ifølge hverdagslivsteorien, er menneskers handlinger i hverdagen upåagtet og selvfølgelige, hvilket også gælder respondenternes kostvalg, da det ikke er noget, de tænker nærmere over. I kommende analysetema kigges nærmere på mændenes selvfølgeligheder og hvordan de i deres omgangskreds bekræfter hinanden i normen og på den måde opretholder deres normalitetsbilleder.

7.3.1 Kostvalg er selvfølgelige i forhold til den sociale gruppe

Analysen viser, hvordan der på tværs af interviewene, er en sammenhæng mellem det respondenterne spiser og det deres venner og familie spiser. Eksempelvis beskriver Mikkel hans venners valg af mad som: *"Det er også dagens ret, sandwich og kager"* (Bilag D6 – Mikkel:4). De bliver derved dagligt bekræftet i deres valg, ud fra en spejling af, at de andre gør det samme. En af mine observationer i kantinen fra observationsstudiet gav samme indtryk:

Fem unge mænd kommer ind i kantinen for at handle ind til deres frokost. En ung mand træder ind i kantinen efterfulgt af fem jævnaldrende unge mænd. Den forreste unge mand fortæller de

andre en historie, som de lytter til. De følger kammeraten forbi salatbuffeten og frugten, uden at give indholdet et blik. Deres kurs er først mod den midterste buffet med brød, sandwich og kager. Her tager de alle et stykke chokoladecake på nær nummer to i rækken, han vælger et stykke wienerbrød. Derefter går de hurtigt videre til varmebuffeten, hvor de alle vælger dagens ret, et stort stykke lasagne. Ved siden af lasagnen er det muligt at tage noget grønt salat som er inklusiv i rettens pris. Jeg kan fra mit ståsted se at et par af de fem unge mænd, ser salaten, men ingen hverken nævner den eller tager noget op på tallerken. Igennem hele seancen, som tager cirka tre minutter, fortæller forreste mand hans historie og de andre kommenterer løbende på det med nik og bekræftende ord. Efter de har valgt deres mad, betaler de hver for sig og to personer supplerer deres køb med en pakke tyggegummi. De sætter sig ved det første bord de får øje på og forsætter samtalen og spiser deres lasagne og kager (Bilag C Observationer:Obs.1)

I observationen ses en tendens til, at de grupper der går ind og handler har en vis rutine, en bestemt runde som de følger, hvor de i dette tilfælde ender ved varmestationen. Deres tur tolkes som en rutine, da den synes uproblematisk for mændene at udføre. En anden mulighed er også, at forreste mand leder gruppen og bestemmer valget. En teoretisk forklaring herpå, kan være, at hverdagen er rutinepræget. Ifølge Schutz er hverdagslivet kendetegnet af adfærd, som synes upåagtet og selvfølgeligt. Dette synes også at blive bekræftet af de interviewede elever, som giver udtryk for at de spiser samme type mad som deres venner, men det er dog ikke altid, at de vælger nøjagtig det samme.

"Nej, ja, for det meste er jeg anderledes når det kommer dertil. Hvis de tager det ene så gider jeg ikke, så tager jeg noget andet. Så, nogle gange gør vi [tager det samme] andre gange gør vi ikke" (Bilag D2 – Frederik:6).

Ovenstående er altså et eksempel på, at eleverne følger hinandens adfærd i kantinen som et udtryk for en gensidig forståelse af de sociale normer, der er gældende i situationen. Man vælger ikke noget, der ligger udenfor, hvad der implicit er det accepterede. Denne måde at agere ukompliceret og instinktivt på, bliver en kropslig rutine, som eleverne ikke tænker nærmere over i

hverdagen. Dette er det samme, som kommer til udtryk i observationer, hvor de unge mænd vælger den samme type mad, men ikke nøjagtigt det samme.

Mads beskriver sine middagspauser som en social oplevelse, hvor de ofte spiser sammen i en gruppe på seks til syv elever. Det er som oftest de samme personer, som han sidder ved, henter mad og spiser sammen med. Mads er opmærksom på, hvilken slags mad de andre i gruppen spiser og beskriver det detaljeret.

”For det meste, når vi spiser sammen, så er det gerne, nogle [venner] kommer fra skolehjem, så de spiser skolehjemsfad, det vil sige rugbrød og sandwich, eller så spiser de gerne pizza eller en af de varme retter derinde [fra kantinen som er ikke skolehjemsfad], for eksempel nudler eller et eller andet til dagens ret” (Bilag D4 – Mads:6).

Gruppens medlemmer vælger ofte det samme. De fleste i gruppen er, ligesom Mads, skolehjemselever og spiser derfor ofte skolehjemsfaden, men også når de handler i kantinen vælger gruppen den samme mad. Han beskriver, at de som oftest vælger faden fra skolens kantines varmebuffet. Ligesom de altid er enige i, hvornår faden er ’for klam’ til, at de hellere vil bestille pizza fra det lokale pizzeria. Det er altså en social proces for Mads og hans venner at spise og vælge deres måltider, når de er på skolen.

Alt i alt betyder det, at de unge mænd bekræfter hinandens kostvalg i den sociale proces og på den måde opretholder de deres normalitetsbilleder omkring hvad der er selvfølgeligt at spise. Da ovenstående forekommer rutinemæssigt og synes at være en automatisk adfærd, hvor det ikke umiddelbart synes at kræve megen refleksion, kan det antages at adfærdens udføres i den naturlige indstilling. Schutz mener at de erfaringer som gøres i den naturlige indstilling ikke nødvendigvis er tilsvarende de erfaringer som gøres i de mangfoldige virkeligheder, hvilket henleder til et analyseafsnit omhandlende visioner omkring kostvalg som ikke stemmer overens med adfærdens.

7.3.2 Diskrepans mellem erfaringer

Schutz mener, at de erfaringer som gøres i en virkelighed ikke altid er gældende i en anden virkelighed. Der kan altså være visioner hos respondenterne som er gældende i en reflekterende indstilling, som ikke efterleves i den naturlige indstilling.

De respondenter, som gerne vil ændre deres kostvalg, kommer det ikke til udtryk i starten af interviewet. De adresserer ikke nogle problemer ved deres kostvalg, og mener at deres valg opfylder de behov de har og dermed har de ingen visioner om at ændre valgene. I løbet af interviewene, efter nærmere refleksioner over sund kost og deres kropsidealer, kommer flere af respondenterne til erkendelsen, at der er nogle få ting i deres kostvalg som de gerne vil ændre. Eksempelvis siger Mads, at han gerne vil ændre sine kostvalg til at omhandle mere grønt om mandagen. Dette er noget han længe har tænkt på, men ikke formået at efterleve (Bilag D4 - Mads:10).

Ud fra Schutz teoretiske begrebsapparat kan Mads' fraværende fokus på denne vision i hans umiddelbare svar på om der er noget han vil ændre, skyldes en tilstand af den naturlige indstilling, hvor Mads ikke tænker nærmere over sine valg og begrundelsen bag. Hans automatiske adfærd afspejler således ikke den reflektive adfærd. Dette kan forklares ud fra, at erfaringerne er forskellig i de mangfoldige virkeligheder. Mads gør det tydeligt, at han gerne vil spise mere grønt om mandagen, med begrundelsen, at han trænger til det "*[...] efter at have været hjemme ved fars kødgryder*" (Bilag D4 - Mads:10) i weekenden. Det kan diskuteres, om visioner lignende Mads' om at spise flere grønsager om mandagen ikke efterleves, grundet mangel på refleksion hos respondenterne i hverdagens valg. Men ud fra Mads egne udsagn er der i hvert fald igen sammenhæng mellem hans vision om at spise grønsager om mandagen og hans kostadfærd. Det er en afvigelse fra den sociale norm at spise grønsager, men ud fra Mads' rationale og meningsdannelse gøres det legitimt at spise grønsager om mandagen, fordi han efter en weekend med *fars kødgryder* har maven fyldt op med kød. Mads føler altså et behov for grønsager om mandagen, som synes normalt for ham (normalitet), men grønsager om mandagen får også en betydning af normativitet da der ligger et krav om at leve og udstråle sundhed. Normativitet og normalitet flyder sammen.

Et andet eksempel, hvor det normative ikke stemmer overens med det normale, er ved Mathias som udtaler, at han har en tilstrækkelig viden om sundhed og sund kost: *"Ja, det synes jeg. Jeg ved hvad jeg skal vide"* (Bilag D5- Mathias:9). Flere af respondenterne giver udtryk for, at de ved, at eksempelvis pizza ikke er sundt og heller ikke indeholder protein. På trods af dette spiser de det alligevel. Her tydeliggøres, at den normative norm, om at spise varieret, ikke stemmer overens med den normale norm at spise det vi plejer, det vi kender. Denne uoverensstemmelse gør det svært for respondenterne at følge normativitet og derved få etableret en sund kost i hverdagen.

Der er også tilfælde hvor der kan siges at være en overensstemmelse mellem adfærd og de refleksive tanker om ønsket adfærd. Her kan inddrages Mikkel's forhold til proteiner og kød. Han omtaler proteiner og kød som værende meget vigtigt for ham, fordi det er vigtigt i forhold til hans træning og hans behov for mæthed. Tilsvarende, vælger han også ofte kødretter (Bilag D6 – Mikkel:4). Mads har give lignende forklaring, da han næsten beskriver hans forhold til kød som en dyrisk tiltrækning, fordi han vælger at beskrive sig som et *kødmenneske* der altid vælger kød fremfor andet mad (Bilag D4 – Mads:10). Når deres refleksioner omkring kostvalg stemmer overens med deres adfærd, kan der siges at være en sammenhæng mellem en bevidst normativitet og den tilsyneladende instinktive adfærd, hvor respondenterne rutinemæssigt vælger kødretter. Dermed er der dissonans mellem det reflekterende valg og det intuitive valg.

7.3.3 Erfaringer er styrende for kostvalget

Ovenfor er elevernes valg styrede af sociale normer og de socialiserende værdier som kommer til syne i respondenternes selvfølgheder og deres 'bagage'. Ud fra analysen er det især den svage betydning af sociale normer som påvirker kostvalget i hverdagen og den gældende sociale norm i øjeblikket. For at kunne forstå disse har det midlertidig vist sig fyldestgørende at forstå det bagvedlæggende. Det er altså elevernes erfaringer som de agerer ud fra i hverdagen, de erfaringer som ifølge Schutz er karakteriseret ved erfaringer, som gøres i den naturlige indstilling og som kan være anderledes fra de erfaringer der gøres i de mangfoldige virkeligheder. Erfaringerne skaber rutiner i hverdagen. I kostvalget kan rutinerne altså være det der er gældende for kostvalget, og ikke deres kognitive viden, om de risici der er forbundet med dét at træffe u hensigtsmæssige kostvalg dagligt.

Der kan yderligere argumenteres for, at Mads er præget af den sociale norm i øjeblikket som synes at have en stærkere betydning end den lovmæssige norm om, at han også skal have noget grønt. I dette tilfælde kan der ud fra Beck-Jørgensens og Katzenelson være tale om at normerne ændrer betydning i øjeblikket og at opretholdelsen af den sociale norm er vigtig for respondenterne. Dette kommer også til udtryk, hvis det antages, at en medbragt madpakke eller noget der er købt i kantinen, eksempelvis en byg-selv-burger, indeholder salat, så er det et bevidst valg fra respondentens side, men at salaten bliver smidt væk når de jævnaldrende mænd italesætter valget, er den sociale norm stærkere end de værdier maden er valgt ud fra.

Her kan inddrages Frederiks oplevelse af at være blevet *større på maven* som et resultat af for store mængder usund mad. På trods af hans erkendelse om, at han skal lade være med at spise store mængder mad, har han ikke ændret adfærd (Bilag D2 – Frederik:6). Dette kan tyde på, at når adfærden er rutinepræget, overtrumfer den kropslige erfaring vurderingen af, hvilke risici der er forbundet med adfærden. Den kropslige erfaringer overtager altså styringen.

7.4 Maskulinitet

Maskulinitetsteorien er som tidligere nævnt tilvejebragt efter indsamling af empiri, da maskulinitet er et markant tema, som går igen i flere af interviewene. Ved maskulinitet menes, at typisk mandlig adfærd karakteriserer erhvervsskoleelevernes kostvalg. Dette analyseres på baggrund af Bourdieus teori om habitus og hexis. Det fremgår ikke direkte af erhvervsskoleelevernes udtalelser, at de vælger en bestemt kost for at være maskuline, men det afsløres i forskellige sammenhænge. Eksempelvis italesættes det igennem humor og ved at gøre opmærksom på vigtigheden af protein i kosten i forbindelse med styrketræning, hvilket uddybes i følgende analyse.

7.4.1 Har du en aftale med kaninerne?

På baggrund af kodninger af transskriberingerne, synes der at være humor i forbindelse med at udtrykke maskulinitet. Flere af respondenter bruger humor og jokes til at tage afstand fra eller bekræfte en bestemt handling i deres omgangskreds. Eksempelvis bruger tre af de seks respondenter uafhængigt af hinanden vendingen, at "salat er kaninfoder". Det er en frase som respondenterne selv, eller deres venner, benytter til at tage afstand fra et kostvalg, der indeholder

salat. "Salat er kaninfoder" bruges, hvis én af respondenterne spiser salat, eller hvis de har tænkt sig at spise salat. Tidligere er nævnt Frederiks fortælling med Patrik, den gentages her, den indeholder flere interessante perspektiver:

"Patrick som også er her [på lageret]. Han spiste den [burgeren], og der var der salat i, og vi sad alle sammen og gloede. 'Har du også en aftale med kaniner'? Noget i den retning. Det er sådan noget, de ville gøre også"
(Bilag D2 – Frederik:7).

Frederik tilføjer til et opfølgende spørgsmål: "Ja, han spiste en del af burgeren, men noget af det [salaten], det meste røg af, det røg ned i den der pose igen, men øhm, det han ikke kunne få ud, det spiste han" (Bilag D2 – Frederik:7). Frederik fortæller, at Patrik i tilfældet rent faktisk ikke ville spise den salat, der var tilbage i burgeren. Det kan skyldes flere ting, eksempelvis at salat karakteriseres som 'kaninfoder' og dermed ikke er noget en erhvervsskoleelev skal spise. Det kan også skyldes, at han ikke adskiller sig fra de typificeringer, som de andre laver af ham. De andre forestiller sig, at Patrik ikke er anderledes end dem, og Patrik vil heller ikke modbevise denne typificering. Frederik bekræfter hans 'types' karakteristika ved at gøre grin med det som Patrik spiser, fordi han ikke kan forestille sig, at det kan være anderledes. Patrik modbeviser ikke denne typificering og følger derfor normen.

Mads er én af de andre respondenter, der bruger udtrykket om, at 'salat er kaninfoder'. Han siger, at det er et motto for ham:

"Jeg tror, de vil begynde at sige, om jeg er blevet en kanin. Vi har sådan et motto nogle af os: vi rør ikke kaninernes mad, hvis de holder sig væk fra vores kød. Det er i hvert fald mig og to andre, der har det motto"
(Bilag D4 - Mads:7).

Mads tilføjer hertil, at hans venner decideret ville tænke, at der var noget galt med ham og antyder, at det ikke er i orden, og at der skal bankes noget fornuft ind i ham eller hans venner, hvis

de spiser salat: *"Ja, så er der et eller andet galt. Så kan det godt være, vi lige skal have ham slæbt ud bagved og snakket med ham om det"* (Bilag D4 – Mads:7).

Mathias er ikke sikker på, at hans venner ville lægge mærke til, hvis han en dag skulle spise salat i stedet for noget andet, og hvis de skulle bemærke det, ville de lave en joke omkring det:

Nej, det tror jeg ikke, altså, hvis jeg kom op med sådan en salat, så vil de nok lige lave en joke om det: 'nøh, er du blevet blød?', eller et eller andet. 'Det er sådan noget kaninfoder'. Ellers ikke mere (Bilag D5 – Mathias:6).

I citatet med Mathias kommer kommentaren om, at salat er kaninfoder, igen til udtryk. Et interessant aspekt i denne udtagelse er, at dét at spise salat har noget at gøre med, at man er blevet blød, og blød er at forstå som feminine værdier. I forhold til Schutz' typificeringer kan det siges, at erhvervsskoleeleverne typificerer andres adfærd og dermed typificerer sig selv. Ved at gøre en handling "typisk" feminin, gør de den modsatte handling maskulin. Mads fortæller eksempelvis, at der altid er én i hans vennegruppe, der spiser salat hver dag, det er en pige, og han mener, at følgende lægger til grund for hendes valg:

"Jeg tror bare, hun tænker, altså det kan godt være, at salat er et let måltid, ikke også? Og det ikke feder på samme måde som noget andet, men det mætter også. Det kan sagtens gå ind og mætte. Derfor tror jeg, det er det, hun vælger" (Bilag D4 – Mads:7).

Mads mener altså, at pigen vælger salaten, fordi den sagtens kan mætte. Han afviser ikke, at han selv kunne finde på at købe en salat, men siger alligevel: *"Jeg tror bare, det er fordi jeg er kødmenneske, jeg kan ikke undvære kød. Altså kød er proteiner, og jeg elsker proteiner. Jeg kan ikke klare mig uden protein"* (Bilag D4 – Mads:10). Herved typificerer han pigens adfærd på den ene måde og siger alligevel, at han er modsat, da han ikke kan undvære kød og proteiner. Han kan sagtens forstå pigen og kan sætte sig i hendes sted, men typificerer dermed også sig selv, som værende maskulin i sin adfærd.

Mikkel fortæller ligeså, at det er hans mor derhjemme, der er begyndt at ville være sund og pålægger det både Mikkel selv og hans far:

"Jeg tror de... Nej, det ved jeg ikke... Fordi min mor er også begyndt på alt det der med sundhed, så hun vil gerne have, at vi spiser det samme og sådan noget. Men jeg tror, min far savner nok lidt det der med sovs og kartofler" (Bilag D6 – Mikkel:7).

Mikkels far savner den "tidligere" typiske mad. Og Mikkel siger, at det gør han også en gang i mellem, men det er hans mor, der bestemmer maden derhjemme. I hans udtalelse siger han, at det er hans mor, der er begyndt på 'alt det der med sundhed'. Én ting er, at de umiddelbart ikke er vant til, at spise sundt, i hvert fald ikke på denne måde, som Mikkels mor gør nu. Og tilsvarende siger han, at det er hans mor, der gerne vil have, at de spiser det samme og der er dermed ikke et direkte ønske fra ham selv om at spise sundt. At spise sundt bliver også i denne situation til noget feminint: det er moderen, der vil det, men mændene har ingen ønsker om det. Det kan tilføjes, at der under observationerne både var piger og drenge, der tog salat i kantinen i frokostpausen, men det var et klart flertal af piger, der gjorde det. Dette kan forstærke de mandlige erhvervsskoleelevers tanker omkring, at salat er for piger (eller det er kaninfoder), men i hvert fald ikke noget, som det er normalt at spise i respondenternes vennegrupper. De definerer deres egen maskulinitet ud fra hvad, der er normalt for kvinder, og hvad der er normalt og atypisk for mænd at gøre. Bourdieu beskriver blandt andet, at det feminine er forbundet med at spise let og sund mad, og kvinder forbindes ofte med at have bløde værdier. Her bliver indtagelse af salat altså til noget feminint og dermed ikke et attraktivt valg, hvis erhvervsskoleleverne gerne vil udstråle maskulinitet. Her fremstår den sociale norm altså som værende præget af et behov for at udstråle en maskulin identitet. Værdier og normer udtrykkes igennem en afstandtagen til det feminine. Salat står på en måde i kontrast til det hensigtsmæssige valg, som for de unge mænd er kød og proteiner.

7.4.2 Et spørgsmål om maskuline behov som skal opfyldes

Når respondenterne nævner, at de har et stort behov for at spise kød og undgå grønt, at mad skal være let tilgængelig og se lækkert ud, synes der at være tale om betingelser. Håndteringen af at efterleve disse hverdagslivsbetingelser er, hos respondenterne, at udføre et uhensigtsmæssigt kostvalg. Deres måde at håndtere betingelserne på kommer til udtryk på forskellige måder.

Under interviewet med Mikkel spørges ind til, hvad det mad han vælger, skal indeholde. Han siger, at hans kostvalg først og fremmest skal kunne mætte, og der må ikke kun være salat, men der skal også være brød og kød. Det han herefter fokuserer på er, at: "[...] få nogle proteiner og sådan noget forskelligt noget" (Bilag D6 – Mikkel:4). Han definerer ikke yderligere hvad "sådan noget forskelligt noget" er, men det kan muligvis tyde på, at proteiner er det vigtigste for ham. Proteiner kan være en almindelig ting, som der bliver fokuseret på i hans vennegruppe eller generelt på skolen, da proteiner er det han fremhæver som vigtigt og ikke føler det nødvendigt at definere "sådan noget forskelligt noget". Bourdieu er relevant i denne sammenhæng, da hans beskriver maskulinitet som der udtrykkes igennem styrke, selvstændighed, frihed, brutalitet og med et umætteligt behov for mad.

Hos Mikkel kommer den brutalitet og umættelighed, som findes hos Mads og Frederik også til udtryk (Bilag D2 – Frederik:9; Bilag D5 – Mathias:4). Han siger følgende om hvilke behov hans mad skal opfylde: "*Det skulle smage godt, og der skulle være meget af det. Og det skulle være varmt og ja, så skulle det være sådan sundt og proteinrigt. Og ikke så meget fedt i*" (Bilag D6 – Mikkel:8). Han nævner, at det skal være sundt og proteinrigt og uden så meget fedt, som også at nogle af de anbefalinger som Sundhedsstyrelsen kommer med. Først spørger jeg ind til, hvad der er sund kost for ham og dernæst stilles spørgsmålet om, hvilke behov hans mad skal opfylde, hvorfor det i øjeblikket kan virke som en smule normativt i forhold til situationen.

Det er bemærkelsesværdigt, at han ligesom Mads nævner proteiner som vigtigt. Proteiner er vigtige for de unge mandlige erhvervsskoleelever, muligvis på baggrund af en forståelse af, at proteiner er for mænd, der træner, så de kan opbygge større muskler. Frederik siger eksempelvis til spørgsmålet, hvad der er sundt for ham:

"Altså, jeg har noget, et træningsprogram, jeg spiser meget, og træner, det er også derfor, jeg kunne spise en kæmpe bøf, den gang jeg trænede og så træne en time, og så brændte jeg det hele, ikke? Så jeg holdte mig på den scale der" (Bilag D2 – Frederik:5).

Frederik fremhæver også, at han spiser meget. For erhvervsskoleeleverne kommer maskulinitet blandt andet til udtryk ved, at de spiser meget og de spiser mange proteiner. Frederik forklarer det ved, at det er fordi han træner meget, så skal han også bruge meget energi. Men samtidig tilføjer han, at han spiser meget, fordi han gerne vil opbygge muskler. Han vil gerne forøge sin muskelmasse (Bilag D2 – Frederik:5). Når Mads bliver spurgt om, hvad det betyder for ham, både at spise sundt og holde sig sund, fortæller han, at det betyder, at han kan holde sig aktiv. Han siger selv om sit aktivitetsniveau:

[...] Hernede sker der ikke ret meget efter skole. Man er nødt til at tage fat i folk, for at de gider med ud at spille fodbold for eksempel. Vi har en flok drenge over på skolehjemmet[...] så går jeg gerne med dem ud og spiller [...]. Så spiller vi bare kamp i en times tid, og så er det ligesom det. Der får jeg selvfølgelig lidt motion. Men ellers så går jeg ind foran min computer, og så sidder der resten af dagen. Så er det bare sådan, at man sidder resten af dagen og ikke rigtig laver noget [...] og det kan jeg sagtens få tiden til at gå med, men altså jeg vil gerne ud og røre mig bare en smule mere" (Bilag D4 – Mads:11).

Mads modsiger på sin vis sig selv her. Sund kost betyder for ham, at han kan holde sig aktiv, men det er alligevel ikke så ofte, han er fysisk aktiv. Derudover ønsker han at være mere fysisk aktiv. Det interessante er, at Mads, ligesom Frederik, fortæller om vigtigheden i at træne og være fysisk aktiv, men ikke formår at gøre det så ofte. Det kan tyde på endnu en social norm hvor træning at spise meget og proteinrigt er maskulint og dermed vigtigt. Det er i hvert fald karakteristika, der er værd at fremhæve, når der tales om sundhed for dem.

Der opstår derved en social norm, der lægger vægt på vigtigheden af, at respondenterne spiser kød, proteiner og ingen grønt. Dette bliver bekræftet i hverdagen af symboler. Deres forældre bekræfter det i deres valg af mad, deres venner i deres italesættelse af træning og at hårdt arbejde kræver store mængder mad for at få energi, men også generelt i de omgivelser respondenterne befinder sig i, i hverdagen. På skolen er langt størstedelen hankøn, de spiser sammen, arbejder sammen og lærer sammen, hvilket kan betyde at normerne fastholdes igennem mange symboler hele dagen.

7.4.3 Kroppens subjekt - "Jeg ved bedst"

Overordnet kan dette emne opsummere de tre andre emner under nærværende analysetema. 'Jeg ved bedst' henviser til kommentarer, der ligger mellem linjerne i interviewene og dermed ikke er udtalte. Respondenter har klare idéer om, hvad der er sundt, men det vigtigste for dem er dog, at de ved bedst selv, hvad der er bedst for dem.

Det kommer eksempelvis til udtryk, da Mads og Hassan bliver spurgt ind til, hvad der kunne motivere dem til at ændre deres kostvaner. De svarer begge, at hvis de blev fede eller på anden vis mærkede konsekvenserne, ville de nok begynde at tænke over, hvad de spiser (D3 – Hassan:7; D4 – Mads:12). Mads og Hassan er sikker på, at de spiser efter, hvad der er bedst for deres kroppe og afslår dermed tanken om, at deres adfærd kan få konsekvenser for deres helbred: "*Jeg tror ikke, det har nogen påvirkning*" (Bilag D3 – Hassan:7). Hassan tror altså ikke på, at det at spise usundt har nogen betydning for hverken sundhed eller udseende, i hvert fald ikke på sig selv. Mads og Hassan giver udtryk for, at de ved bedst, hvad der er godt for dem og deres kroppe. Mads nævner direkte, at hans krop har brug for mange proteiner. Her kommer maskuliniteten igen til udtryk igennem en tanke og socialisering om, at manden er sin egen og det er hans subjektive mening herom, der har betydning. Derfor kan det siges, at respondenternes opfattelse af rette kostmønstre er i forhold til egen krop. De unge mænd forsvarer det at spise usundt med, at deres kroppe er af en anden støbning, og at de godt kan holde til det. De ser en etableret norm, der legitimerer deres kostadfærd og er på denne måde med til at skabe mening i hverdagslivet. Igennem en overbevisning om at de kender deres krop bedst og den tillader usund adfærd, bliver

de bekræftet i at deres handlinger er berettigede, på trods af viden om, hvad der for dem er det rigtige at gøre.

"De er tilfreds med, hvordan de lever og har ikke lyst til at ændre det. De føler sig tryk med, hvordan de lever, fordi hvis det ikke er i stykker, så lad være med at ændre det" (Bilag D5 - Mathias:10).

Ydermere legitimerer respondenterne deres valg af usund kost ud fra et rationelt om, at det er i orden, hvis man travlt. Her er det normalitetens symbolske orden, som træder i kraft, da det ses som værende i orden og helt legitimt at gøre, som man vil under bestemte omstændigheder. Frederik, Mathias og Hassan spiser konsekvent hvad de kan lide i stedet for hvad de ved er sundt i forhold til kostråd og den almene opfattelse. Det kan være fordi de ikke opfatter deres kostadfærd som værende farligt, da det ikke har haft nogle synlige konsekvenser for dem. Flere af respondenterne har derved en holdning til, at deres kroppe kan klare gentagende usund kost, men efter refleksion over egen kostadfærd, kommer flere til en erkendelse af, at det nogle gange er nødvendigt med noget grønt.

Mathias, Mads og Hassan udtrykker at de er tilfredse med deres kroppe, hvor Frederik udtrykker en utilfredshed med sin kropslige overvægt, hvilket han ikke tilskylder hans høje indtag af fastfood fra tankstationen, men derimod sin knæskade, som gør, at han ikke kan træne. Deres kropslige erfaring overtrumfer deres vurdering af risici og konsekvenser. Overordnet vises en tendens til at de unge mænd omtaler deres erfaring med nem og lækker mad og deres kræsenhed som værende den primære grund til deres valg af mad og ikke et spørgsmål om sundhed. Deres erfaringer med at skabe denne udvælgelsesrutine, må siges at gøre sig gældende i kostvalget, og ikke viden om konsekvenserne for deres handlinger.

Det er allerede nævnt i analysen, at respondenterne giver udtryk for, at det er vigtigt for dem at få kød. Mads siger, han er et kødmenneske og siger også i denne forbindelse, at han hellere vil have kød end salat. Når han skal vælge kost, bliver det et spørgsmål om salat eller kød, ikke salat og kød. Han siger: *"Det er når jeg kigger på maden 'Skal jeg ikke have lidt ekstra grønt? Neej, der er kød'"* (Bilag D4 – Mads:10). Han vælger altså salat og grønt fra for at få kød. Mads giver ikke noget

svar på, hvorfor han lige netop gør det på den måde, men typificerer sig som et kødmenneske, der ikke kan undvære kød og elsker proteiner. Bourdieu taler om en særlig brutalitet og umættelighed for mad, altså at Mads ikke kan få proteiner nok og ikke klare sig uden. Han siger det dog, som noget der muligvis kun er gældende for ham selv – det er *ham*, der ikke kan klare sig uden proteiner, det er ikke mænd eller mennesker generelt. Dette kan have noget at gøre med, at manden og hans krop er for ham selv, og ikke for en anden, som Bourdieu siger. Kvinden er for en anden, dermed sagt, at hun skal gå op i sundhed, da hendes krop og udseende er for andre skyld, mens manden har sit subjekt af sin krop, og det hans subjektive vurdering, der betyder noget. Uanset hvor afvigende eller tilpassede mænd er samfundets skønheds- og sundhedsidealiser i deres fysiske fremtoning, er deres subjektive vurdering det, der har betydning.

Alt i alt kan det derfor siges, at respondenterne på mange forskellige måder udtrykker en maskulinitet. Det gør de blandt andet igennem humor og typificeringer, hvor de spejler sig i nogen, men især tager afstand fra andre, der ikke ligner dem selv. Derudover kan det siges, at flere af respondenterne har en risikoadfærd, som de ikke selv italesætter som værende et problem førend at problemet viser sig fysisk. Maskulinitet kommer på disse respondenter til udtryk ved at være brutale, umættelighed og tanken om, at de ved bedst, hvordan de bør foretage deres kostvalg, og hvordan de bør spise.

Kapitel 8 - Analytisk diskussion

Den analytiske diskussion tager udgangspunkt i problemformuleringens andet aspekt omkring nudging, som lyder:

Hvordan kan viden om elevernes sociale normer bidrage til at styrke mandlige erhvervsskoleelevers valg af sund kost i hverdagen via nudging?

Denne analytiske diskussion er en diskussion af brugen af viden om hverdagslivet i forhold til adfærdsregulering. I afsnittet realiseres en teoretisk argumentation for nudgingmetodens mulighedsbetingelser indenfor en sociologisk hverdagslivsramme, hvor der tages udgangspunkt i sociale normer som værende det der påvirker adfærd. Det er ikke formålet at verificere nudgingmetoden generelt, men at give et perspektiv på mulighederne for brug af metoden i specialets specifikke sammenhæng. Der er nogle aspekter som nudgingmetoden ikke tager højde for, og dette vil blive diskuteret i nærværende kapitel.

Først og fremmest kan der argumenteres for, at teorien bag nudgingmetoden er for simpel i et sociologisk perspektiv, og at det er nødvendigt at tage højde for den 'bagage', som mennesker har med sig, når de foretager valg. I dette speciale fremgår det, at mennesker handler på baggrund af erfaringer, sociale normer og kropslige indlejring. Det vil sige, at mennesker ikke blot handler ud fra hjernens automatiske og reflektive systemer. Der er aspekter ved det automatiske system som kan sammenlignes med menneskers erfaringer, sociale normer og kropslige indlejring. Begge perspektiver anser menneskers adfærd som rutine- og vanepreget. I analysen fremstår respondenternes handlinger umiddelbart også sådan. Det ses blandt andet, når respondenterne fortæller om deres kostvalg, igennem en selvfølger og udefineret common-sense forståelse af gældende sociale normer.

Denne forståelse har ifølge Bourdieu dybe rødder i det kropslige indlejrede habitus. Schutz og Bech-Jørgensen argumenterer for, at der ligger erfaringer og en meningsskabelse bag valget. I analysen gives indsigt i respondenternes valg som været påvirket af sociale normer. Elevernes valg af kødretter i hverdagen, kan forklares ud fra et behov for at udtrykke maskulinitet. Altså, er den

handling som fremstår rutinepræget og til tider automatisk, påvirket af nogle dybt indlejrede værdier og normer, i dette tilfælde, omhandlende maskulinitet. Hverdagens daglige rutiner kan derved forekomme rutinepræget.

I analysen giver eleverne udtryk for, at de ikke formår at integrere deres visioner om at ændre deres kost i hverdagen, og at de vælger dét, de er vant til og dét, der er genkendeligt. Respondenternes hverdag er ifølge analysen kendetegnet ved, at de befinder sig i en tilsand af den naturlige indstilling, hvor de ikke hele tiden går rundt og tænker over, at tingene kunne være anderledes. Dette perspektiv kan sammenlignes med Kahnemans tanker omkring system 2, som ikke kan kaperer alle hverdagens gøremål, og derfor i stedet overlader nogle opgaver til system 1. Ifølge Schutz vil hverdagen ikke kunne fungere, hvis eleverne hele tiden skal tænke over at ændre deres kost, da dette vil være et konstant brud på den naturlige indstilling. I denne antagelse ligger to vigtige, til dels modstridende, aspekter i forhold til at benytte nudgingmetoden inden for feltet:

1) Ud fra Schutz' perspektiv ville nudging tage hensyn til hverdagslivets vigtigste element, nemlig den naturlige indstillings tilstand. Dette ville gøres ved at arbejde på et rutinemæssigt plan og ud fra en common sense indstilling, der ikke kræver en konstant refleksiv tænkning, som eksempelvis de sundhedskampanjer der blandt andet arbejder hermed (jævnfør afsnit 1.2.1 *Sundhedsfremme igennem oplysning og undervisning*). Antagelsen bag denne fremgang vil ud fra et hverdagslivsperspektiv være, at hvis vi hele tiden skal tænke over, hvad vi gør, så hænger vores hverdag ikke sammen, og så fungerer vi ikke, hvilket ifølge Schutz er problematisk. Der kan altså argumenteres for at nudging indenfor hverdagslivets rammer ikke arbejder med at få mennesker til at træde ind i de mangfoldige virkeligheder, men derimod om at gøre sundere kost til en del af den naturlige indstilling, ved at ændre på omgivelserne.

2) Et andet perspektiv som nudgingmetoden kan drage fordel af, er Schutz begreb chok. Hverdagen afbrydes af et chok, hvor der sættes spørgsmålstejn ved hverdagslivet som det leves. Ud fra denne teoretiske forståelse, kunne det være muligt at vække system 2 og dermed den mere refleksive indstilling i det øjeblik hvor valget træffes. Ud fra analysen kan der argumenteres for at der kan opstå nogle udfordringer ved denne fremgangsmåde. I analysen fremgår det hvordan

respondenternes oplevelser beretter om, opretholdelse og efterlevelse af de sociale normer som er i øjeblikket hvor maden kommes i munden. Det forekommer ofte i elevernes fortællinger, at personer der modsætter sig normen, bliver mødt med sanktioner udtrykt igennem humor og maskulinitet. Kun Christian nævner, at han er ligeglad med de andres kommentarer og det begrundet han med sin høje alder. Men det generelle billede er at de andre giver udtryk for at man indordner sig efter den gældende norm i øjeblikket. Ud fra dette analytiske fund synes det ikke realistisk at bruge nudgingmetoden med henblik på at 'vække' den refleksive indstilling. Modstridende kan der argumenteres for, at dette godt kan lade sig gøre, hvis den refleksive indstilling omhandler en normativitet som er gældende for gruppen. Eksempelvis, hvis formålet med en nudgingløsning er at få respondenterne til at spise mere kød så kunne omgivelserne 'vække' respondenterne til at bemærke normativitet. De to aspekter er derved to forskellige måder, at tænke brugen af nudgingmetoden indenfor feltet.

Schutz mener, at hvis vi skal ændre adfærd så hjælper det ikke nødvendigvis at ændre deres erfaringer i den refleksive indstilling, da disse erfaringer ikke som selvfølge vil gøre sig gældende. Dermed vil det ikke give mening at skabe viden omkring respondenternes sundhed, men derimod at ændre deres erfaringer i den naturlige indstilling.

Respondenternes opfattelse af deres valg som noget der opstår på baggrund af reflekterende subjektive tanker, er ifølge Kahneman den typiske menneskelige selvantagelse. Ifølge Kahneman er det ikke altid tilfældet, da system 2, hvor disse valg derfor skulle være blevet truffet, ikke kan kapere mange mentalt krævende opgaver, og handlinger vil ofte være et resultat af system 1, altså ureflekterede. System 1 vil tage over når system 2 ikke tager styringen. Mikkel beskriver sig selv som værende meget bevidst over hvad han vælger af kost. Han ligger meget vægt på, at det skal passe til hans træning. Han er overbevist om, at han træffer sine valg ud fra en absolut selvstændig vurdering af hvad han har lyst til og brug for. Han fortæller blandt andet at han ikke spiser chips ligesom de andre. På trods af denne opfattelse af sig selv som altid reflekterende subjektiv agerende i forbindelse med kost, er der dog situationer hvor Mikkels gode intentioner ikke efterleves. Han køber nogle gange kage og andet i kantinen, som han fortryder, og derudover spiser han mere end han gerne vil. Disse afvigelser i hans ellers refleksive valg, er ifølge Kahneman et resultat af at system 2 ikke er fuldt til stede hele tiden. Derimod overtager system 1, hvor, som

Mikkel nævner, hans umiddelbare lyst til at spise mere mad og lækker kage har afgørende indflydelse på hans valg. Som nævnt tidligere i specialet tages der, igennem den teoretiske forståelsesramme, afstand fra dette perspektiv. Overordnet kan perspektivet siges at være konsekvent i sin opdeling af menneskers handlinger som enten reflekterende eller automatiske og denne konsekvente opdeling gøres ikke tydeligt blandt respondenterne. I analysen beskrives tydeligt en flydende overgang mellem det der burde gøres, altså de handlinger som hører under system 2, og det der bare gøres, hvilket er handlinger foretaget af system 1. Det der påvirker respondenternes handlinger er dermed normalitetens symbolske orden, hvor det er normalt at gøre, hovedsageligt påvirker kostvalget. Det er en selvfølgelighed men også en *konstrueret* selvfølgelighed som er maskulint orienteret.

Bourdieu argumenterer for at adfærd tilnærmelsesvis er forudsigeligt, hvilket også kan siges at være gældende for respondenternes adfærd i denne undersøgelse, ud fra analysen af de unge mænds socialiserede dispositioner for handling i forhold til normen. Hjernens automatiske system kan relateres til de sociologiske antagelser om, at mennesker socialiseres til en bestemt adfærd. Den adfærd eleverne foretager, er på sin vis 'automatisk', ikke på baggrund af hjernens kapacitet, men på baggrund af deres habitus og sociale normer. Det er svært for respondenterne at bryde ud af deres handlemønstre, deres vaner, da disse er dybt socialiseret. Ifølge Kahneman vil det være muligt for mennesker at reflektere over deres handlinger ved brug af system 2 og dermed ændre på dem. Da habitus er så dybt indlejret i mennesker, mener Bourdieu dog ikke at dette er muligt. Derfor er adfældsregulering ud fra Bourdieus optik ikke så nemt, som Kahneman gør det til, da det i stedet ville betyde, at man skal ændre på erhvervsskoleelevernes sociale normer. Bourdieu mener, at det til dels er muligt at *forudsige* adfærd (ikke nødvendigvis ændre den). Ved inddragelsen af analysen af de sociale normer, som gør sig gældende på tværs af erhvervsskoleeleverne eller i de sociale grupper de omgives, kan det altså være muligt at (tilnærmelsesvis) forudsige adfærd. Denne viden er i lyset af udvikling af nudgingløsninger særlig brugbar, da nudgingløsningerne har til formål at påvirke den forventede adfærd.

Særligt udfordrende ved erhvervsskoleeleverne er at deres sociale normer og socialiserede værdier finder stedfaste i maskulinitet. Kønsdistinktionerne anses for dybt indlejret i kroppen væk

fra bevidstheden og er derfor sværere at tydeliggøre og forandre. Det er ikke muligt ud fra Bourdieu direkte, at sige hvordan kønsadfærden kan ændres, men hans perspektiver bidrager til refleksioner omkring nudgingmetodens muligheder i forhold til adfærdsregulering. For erhvervsskoleeleverne, som er meget påvirkede af deres maskuline hexis, kan det være sværere at hjælpe med at ændre deres adfærd i forhold til kosten. Nudging handler om at ændre de ydre systemer og omgivelser, så det bliver muligt for mennesker at træffe et sundere valg, men da valget i første omgang ikke kun er situationsbestemt, men nærmere normbestemt, kan det blive svært at lave nudgingløsninger, der rammer mange mennesker, som alle har forskellige sociale normer. Bourdieu beskriver hvordan kønsdistinktionerne er blevet indlejret hinsides den menneskelige bevidsthed og er derfor vanskelige at gøre eksplicite og transformere. Derfor er det svært at ændre den maskuline dominans norm blandt erhvervseleverne. I analysen tydeliggøres det, at de maskuline normer er dominerende i forhold til kostvalget både over for kammeraterne, men også overfor dem selv og deres syn på egen krop og behov. Det anses derfor som problematisk og udfordrende at forsøge at ændre den maskuline påvirkede hexis, og ligefrem umulig ifølge Bourdieu. Arbejdet med de unge erhvervsskoleelevers forbedring af sund kostindtag, vil derimod ifølge nudging kunne arbejde med maskuliniteten og inddrage det i omgivelserne og de indsatser der bliver udformet. Respondenterne kommer med forslag til hvad der kunne få dem til at spise mere sundt i kantinen og deres frokost pause på skolen. De nævner billige priser, nemt at tage med, mere kød med mere. I analysen kommer det frem, at eleverne ikke reflekterer så meget over tingene, fordi de er indlejret i nogle selvfølgeligheder omkring maskulinitet. Dermed kan det være svært for nudging at bryde de symbolske selvfølgeligheder.

Det skal påpeges, at erhvervsskoleeleverne på mange måder ligner hinanden, da de er homogene i deres maskuline habitus, når det handler om kostvalg. Det skal helst være kød og helst ikke salat. De har nogle fællestræk, som vidner om, at de muligvis har en kollektiv habitus, og dermed har mere eller mindre sammenlignelige sociale normer. Nogle af respondenterne vil gerne ændre på deres kostvaner. De siger eksempelvis, at de gerne vil spise mindre eller spiser mere grønt, mens andre respondenter kun vil ændre på deres kostvaner, hvis deres kostvaner går ud over deres udseende. På dette område kan det siges, at respondenterne er mere heterogene og ikke ligner hinanden. Selvom formålet med analysen ikke er, at kunne sige noget om generelle tendenser for

erhvervsskoleelevers kostvalg, så ses der alligevel en tydelige tendens ud fra specialets seks respondenter. Det at udtrykke maskulinitet, har stor betydning for elevernes kostvalg.

Kapitel 9 – Konklusion

Som afslutning på specialet, tilstræber jeg som følge af de analytiske fund, og den analytiske diskussion at besvare specialets problemformulering, der lyder:

Hvordan oplever unge mandlige erhvervsskoleelever på Center for Erhvervsrettede uddannelser, Lolland Falster deres valg af kost i hverdagen? Hvordan kan viden om elevernes sociale normer bidrage til at styrke mandlige erhvervsskoleelevers valg af sund kost i hverdagen via nudging?

Analysen har vist, at erhvervsskoleeleverne sociale normer er reguleret af mange faktorer. De sociale normer som de unge mænd har med sig, er i høj grad præget af de socialiserede værdier. De unges kostvalg på skolen kan sammenlignes med de kostvalg, som deres forældre har taget og stadig tager. I deres kostvalg på skolen kommer de socialiserede værdier også til udtryk. Derudover har vennegruppens sociale normer større betydning for kostvalget i øjeblikket end de samfundsmæssige normer har det. Dermed kan det også siges, at normer med svag betydning, til dagligt præger kostvalget mere end de normer med stærk betydning. Elevernes kostvalg er ofte baseret på hvad der er normalt at gøre fremfor hvad de bør gøre. Dog møder eleverne nogle gange sanktioner fra deres kammerater i form af en udtrykt normativitet om forventninger til handlinger. Herigennem gøres ikke kun den sociale norm synlig, men erhvervsskoleeleverne indordner sig også efter denne, og bekræfter den dominerende fastsættelse af hvad der er korrekt adfærd i en given situation. De unge vælger det samme mad, hvilket betyder, at de opretholder deres normalitetsbilleder omkring, hvad der er selvfølgeligt at spise. Denne selvfølgelighed er deres erfaringer, som gøres i den naturlige indstilling. Det kan på denne baggrund konkluderes, at eleverne i høj grad er præget af normativitet i deres kostvalg, defineret af vennegruppen ud fra de medbragte værdier. Gruppens fælles normforståelse bygger på en forståelse af hvad der er acceptabel adfærd, og hvad der ikke er. Respondenternes tilgang er, at der er to former for sundhed: sundhed for dem selv og sundhed for alle andre.

For dem associeres sund kost med store mængder og energiholdig mad samt proteiner, hvor sund kost for alle, ifølge respondenterne, forbindes med kød, varieret kost og grønt. Respondenterne kan dermed siges at have en fællesnorm, der er, at der er andre krav til deres valg af kost, end alle andre. Den sociale norm i respondenternes omgangskreds, stemmer altså ikke overens med den

gængse norm. Respondenterne beskriver dét, de gør, ud fra hvad der er normalt at gøre, men det er i virkeligheden deres selvfølgeligheder og deres fortolkning af sundhed ud fra deres unikke position, i forhold til den almene, der kommer til udtryk. Respondenternes fornuft og normalitetsbilleder, deres erfaringer og tro på egne evner til at træffe et fornuftigt valg, synes at være baggrunden for at de kan følge normen, uden at tænke nærmere over det. Analysen viser også, at elevernes sociale normer i høj grad er funderet på et behov for at udtrykke maskulinitet. Dette gøres igennem humor, en italesættelse af proteiner og træning samt en tankegang omkring, at respondenterne selv bedst ved, hvad der er sundt for dem og deres kroppe. Maskuliniteten er noget, der er dybt indlejret i de unge og er altså et udtryk for deres maskuline sociale normer.

Først og fremmest kan det konkluderes at nudgingmetoden i et sociologisk hverdagslivs perspektiv har nogle udfordringer. Igennem specialet er opretholdt et kritisk blik på nudgingmetodens opdeling af adfærd som enten værende styret af et automatisk system eller et refleksivt system. I stedet for antages, at adfærd er reguleret af sociale normer, som bygger på erfaringer, selvfølgeligheder og indlejrede værdier. Dertil tager nudgingmetoden fat på en anden måde at arbejde på som findes relevant indenfor tankegangen om, at mennesker, oftest handler på baggrund af selvfølgeligheder og udtalte fællesforståelser. Det konkluderes, at nudgingmetoden kan inddrages i et hverdagslivsperspektiv, hvis den tager højde for de bagvedlæggende faktorer.

På baggrund af arbejdsprocessen og undersøgelsen, præsenteres afslutningsvis de hypotetiske fokuspunkter som jeg mener kan bidrage til videre arbejde på området. I forhold til den konkrete problemstilling, og dermed visionen om at bidrage til indsatsen omkring at hjælpe unge mandlige erhvervsskoleelever med at tage et hensigtsmæssigt valg, er jeg igennem min undersøgelse kommet frem til særligt to relevante aspekter:

- 1) For at hjælpe individer med at tage et hensigtsmæssigt valg igennem tilpasning af omgivelser, er det nødvendigt at fortage en undersøgelse af hvad der påvirker menneskers valg.

I relation hertil, fastholdes der i specialet et teoretisk udgangspunkt i hverdagslivet, som anser sociale normer som værende adfærdsregulerende.

- 2) Styrk normativiteten: En løsning kan være at arbejde med de maskuline normer og "fodre" dem i stedet for at forsøge at ændre dem. Dermed antages det, at det vil være problematisk at ændre deres maskuline normer ved hjælp af design, men derimod arbejde med den viden der gives om deres maskuline symboler. Jeg forholder mig dermed kritisk og samtidig giver jeg et andet syn på hvordan man kan tænke nudging og altså styrke det maskuline udtryk omkring de hensigtsmæssige kostvalg.

Specialet afsluttes med en indledning, nærmere end en afslutning på problemstillingen. Jeg har foldet problemfeltet ud, givet nudgingmetoden et andet perspektiv og undersøgt hvilke sociale normer erhvervsskoleeleverne lader sig guide af i hverdagens kostvalg. Denne bearbejdning anses som et afsæt for, at der videre kan tages udgangspunkt i de to nævnte aspekter. Jeg vil dermed afslutningsvist give stafetten videre til andre fagligheder, og lade det være op til dem at udvikle nudgingløsninger, og kraftigt opfordre dem til at tage det sociologiske perspektiv i betragtning fremover.

Litteraturliste

Bech-Jørgensen, Birthe (1999): *Normalitets billeder*. Aalborg Universitet

Kvale, Steiner & Brinkmann, Svend (2009): *Interview. Introduktion til et håndværk*. 2. udg. København: Hans Reitzels Forlag.

Bech-Jørgensen, Birthe (1999): *Normalitetsbillede. Et studie ud fra den tværgående evaluering af Socialministeriets Storpulje*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag

Bech-Jørgensen, Birthe (2010): "Alfred Schutz: Hverdagsliv og tid" i Jacobsen, Hviid Michael, Mikael Carleheden og Søren Kristiansen (red.): *Tradition og fornyelse – en problemorienteret teorihistorie for sociologien*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag

Bendtsen, Pernille, Stine Schou Mikkelsen & Janne S. Tolstrup (2015): *Ungdomsprofilen 2014. Sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt elever på ungdomsuddannelser*. København: Statens Institut for Folkesundhed & Syddansk Universitet

Berg-Sørensen, Anders (2012): "Hermeneutik og fænomenologi" i Jacobsen, Michael Hviid, Kasper Lippert-Rasmussen & Peter Nedergaard: *Videnskabsteori i Statskundskab, Sociologi og forvaltning*. 2. Udgave. 1. oplæg. København: Hans Reitzels Forlag

Bo, Inger Glavind (2008): *At tænke socialpsykologisk*. 1. Udgave 1. Oplag. København: Akademisk Forlag

Bourdieu, Pierre (2007): *Den praktiske sans*. København: Hans Reitzel Forlag

Bourdieu, Pierre (2007a): *Den Maskuline Dominans*. 2. udgave. 1. oplæg. København: Tiderne Skifter

Bourdieu, Pierre (2008): *Af Praktiske Grunde omkring teorien om menneskelig handlen*. 1. udgave. København: Hans Reitzels Forlag

Brinkmann, Svend & Lene Tanggaard (2015): *Kvalitative metoder – en grundbog*. 2. Udgave 1. Oplag. København: Hans Reitzels Forlag

Bryman, Alan (2008): *Social Research Methods*. Oxford

CELF (2016): *Organisationen CELF*. Sidst lokaliseret 17.12.16, på:
<http://www.celf.dk/Om-CELF/CELF/Sider/default.aspx>

Christensen, Anne Illemann, Ola Ekholm, Michael Davidsen & Knud Juel (2012): *Sundhed og sygelighed i Danmark 2010 & udviklingen siden 1987*. Statens Institut for Folkesundhed, København: Syddansk Universitet

Christensen, Anne Illemann, Ola Ekholm, Michael Davidsen, Pia Vivian Pedersen & Knud Juel (2014): *Danskernes Sundhed – Den Nationale sundhedsprofil 2013*. Sundhedsstyrelsen. København: Sundhedsstyrelsens publikationer, Rosendahls Distribution

Collin, Finn (2012): "Socialkonstruktivisme". I: Jacobsen, Michael Hviid, Kasper Lippert-Rasmussen & Peter Nedergaard: *Videnskabsteori i Statskundskab, Sociologi og forvaltning*. 2. Udgave, København: Hans Reitzels Forlag

Collin, Finn (2014): "*Socialkonstruktivisme i Humaniora*". I: Collin, Finn & Køppe, Simo: *Humanistisk videnskabsteori*. 1 udgave 2. Oplæg. København: Lindhart & Ringhof

Danske Erhvervsskoler (2013): *Erhvervsskolen i tal*. Sidst lokaliseret 17.12.16, på:
http://danskeerhvervsskoler.dk/fileadmin/3_Uddannelser/Erhvervsskolen_i_tal_2014/2_Erhvervsskolernes_elever/2_1_hvor_mange_er_i_gang.pdf

Danmarks Radio (2016): *Lægen flytter ind*. Vist 02.02.16. Sidst lokaliseret 18.12.16, på:
<https://www.dr.dk/tv/se/laegen-flytter-ind/laegen-flytter-ind-1-6#!/43:11,autoplay=true>

Danske Erhvervsskoler 2013: "Erhvervsskolen i tal". Sidst lokaliseret 18.12.16 på:
http://danskeerhvervsskoler.dk/fileadmin/3_Uddannelser/Erhvervsskolen_i_tal_2014/2_Erhvervsskolernes_elever/2_6_Aldersfordeling_paa_ungdomsuddannelserne_og_VEU.pdf

Diderichsen, Finn, Ingelise Andersen og Celie Manuel (2011): *Ulighed i Sundhed – årsager og indsatser*: Sundhedsstyrelsen, København: Sundhedsstyrelsen 2011

Eurobarometer (2006): *Health and Food*. European Commission. Sidst lokaliseret 18.12.16 på:
http://ec.europa.eu/health/ph_publication/eb_food_en.pdf

Fødevarestyrelsen (2013): *De officielle kostråd*. Sidst lokaliseret 17.12.16, på:
<http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/hent-fil/publication/de-officielle-kostraad/>

Jacobsen, Michael Hviid (2007): "Adaptiv teori - den tredje vej til viden: En stående invitation til syntesesociologi", I: Rasmus Antoft, Michael Hviid Jacobsen, Anja Jørgensen & Søren Kristiansen (red.): *Håndværk og horisonter. Tradition og nytænkning i kvalitativ metode*. Syddansk Universitetsforlag

Jacobsen, Michael Hviid & Søren Kristiansen (2005): *Hverdagslivet – Sociologier om det upåagtede*. 1. Udgave 1. Oplag. København: Hans Reitzels Forlag

Juel, Knud, Jan Sørensen & Henrik Brønnum-Hansen (2006): *Risikofaktorer og folkesundhed i Danmark*. Statens institut for Folkesundhed

Järvinen, Margaretha (2007): "Pierre Bourdieu". I: Andersen, Heine & Lars Bo Kaspersen (Red.) *Klassisk og moderne samfundsteori*. København: Hans Reitzels forlag

Kahneman, Daniel (2011): *Thinking, Fast and Slow*. Macmillan

Katzenelson, Boje (1994): *Homo socius*. København: Nordisk Forlag A/S

Kristiansen, Søren (2007): "Etik og feltarbejde – udfordringer og dilemmaer" I: Rasmus Antoft, Michael Hviid Jacobsen, Anja Jørgensen & Søren Kristiansen (Red.). *Sociologisk praksis i Håndværk & horisonter – Tradition og nytænkning I kvalitativ metode* af. Syddansk Universitetsforlag

Kristiansen, S. & H.K. Krogstrup (2015): *Deltagende observation. Introduktion til en forskningsmetodik*. København: Hans Reitzels Forlag.

Kræftens Bekæmpelse, Syddansk Universitet & Fødevarerdirektoratet (2002): *6 om dagen: sundhedsmæssige og sundhedsøkonomiske, november 2002*. København Ø.

Larsen, Steen Nepper (2011): "Videnskabsteori" i Larsen, Steen Nepper & Inger Kryger Pedersen (red.) *Sociologisk Leksikon*. 1. udgave. 1. oplæg. København: Hans Reitzels Forlag

Layder, Derek (1998): *Sociological Practice. Linking Theory and Social Research*. SAGE Publications.

Merton, Robert K. (1948): "The Self-Fulfilling Prophecy". *The Antioch Review*. Nr. 2, 1948:193-210

Mikkelsen, Bent Egberg (2015): *Sundhed på UCH analyse af erfaringer med pilotprojektet efterår 2014*. AAU, 9 Januar 2015. Version 2. Intern version med transskriptioner. Ikke til cirkulation.

Mikkelsen, Bent Egberg (2015a): *Sundere erhvervsskoler – Erfaringer og anbefalinger på baggrund af pilotprojekt i Holstebro Kommune*. AAU, november 2015.

Pedersen, Malika Buhr & Thomas Søby (2015) *Økonomisk Analyse Stigende kurver for fedme og følgesygdomme*. Udgiver: Landbrug & Fødevarer Udgivet d. 11. marts 2015. Sidst lokaliseret 30.09.15 på:

http://www.lf.dk/Tal_og_Analyser/Analyser/Befolkning_adfaerd_og_samfund.aspx

Prieur, Annick (2008): "En teori om praksis" I: Prieur, Annick & Carsten Sestoft (Red.): *Pierre Bourdieu - En introduktion*. København: Hans Reitzels Forlag

Rasborg, Klaus (2004): "Socialkonstruktivismen i klassisk og moderne sociologi". I: Olsen, Poul Bitsch & Lars Fuglsang (red.): *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne - på tværs af fagkulturer og paradigmer*. Roskilde Universitetsforlag.

Redder, Gitte (2014) *Nye elever på erhvervsskoler bliver ældre... og ældre... og ældre*. Sidst lokaliseret den 17.12.16 på:

http://www.ugebreveta4.dk/nye-elever-paa-erhvervsskoler-bliver-aeldre-og-aeldre_19471.aspx

Ringgaard, Anna (2013): *Mange danskere er ligeglade med sundhed*. Artikel udgivet 27.03.13. Sidst lokaliseret 18.12.16 på:

<http://videnskab.dk/krop-sundhed/mange-danskere-er-ligeglade-med-sundhed>

Schutz, Alfred (2005): *Hverdagslivets sociologi - En tekstsamling*. København: Hans Reitzels Forlag

Snyder, LB, Hamilton MA, Mitchell EW, Kiwanuka-Tondo J, Fleming-Milici F, Proctor D 2004: "A meta-analysis of the effect of mediated health communication campaigns on behavior change in the United States" i *Journal of Health Communication*, Nr. 4. 2004:71-96

Sundhedsstyrelsen af Bolt, Kamilla & Camilla Rosengaard (2012). *Sunde Erhvervsskoler*. København. Sidst lokaliseret 18.12.16, på:

http://sundhedsstyrelsen.dk/da/planlaegning/ulighed/~/_media/115F48A0554C411EBA591558AFCA8113.ashx

Sundhedsstyrelsen (2013): *Er der effekt af forebyggelseskampagner? Litteraturstudie og dokumenterede adfærdsændringer*. København: Advice. Sidst lokaliseret 18.12.16, på:
https://sundhedsstyrelsen.dk/da/Feeds/~/_/media/43841F7C33ED46C8A3915CB1FD39E7B9.ashx?m=.pdf

Sundhedsstyrelsen (2016): *Social ulighed i sundhed*. København. Sidst lokaliseret 18.12.16 på:
<https://www.sst.dk/da/planlaegning/ulighed>

Thaler, R. H. & Sunstein, C.R., (2009): *Nudge: Improving Decisions About Health, Wealth and Happiness*. 2nd ed. New Haven: Yale University Press – 1-102 & 161-200

Vallgård, Signild (2005): *Hvad er sundhedsfremme? En analyse af begrebet og styringsmetoderne* Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund. Nr. 3, 2005:15-31

White, Kevin 2009: *An Introduction to the Sociology of Health and Illness. Second Edition*. London: Sage Publication