

Fysisk Sundhed i Byggebranchen

KANDIDATSPECIALE

Læring og Forandringsprocesser

5. August 2024

Carina Mygind-Holmgaard
(20221039)

Vejleder: Maria Hedegard

Anslag

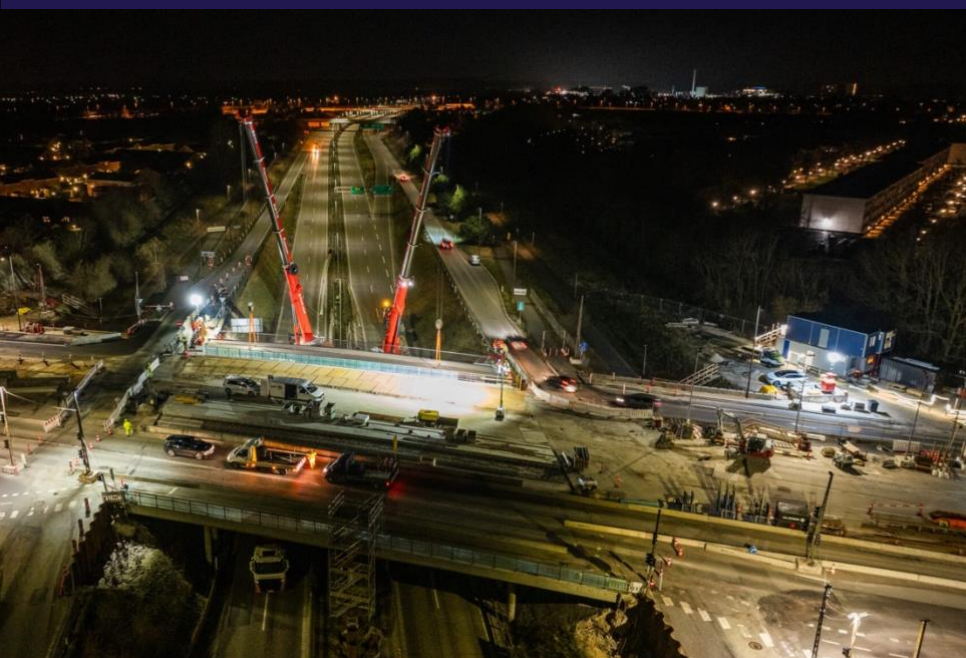
Artikel: 6780

I alt: 122.621

47 sider



**AALBORG
UNIVERSITE**



Abstract

The objective of this thesis is to examine the physical health of the target group in a work-related context. Physical health covers six parameters: diet, smoking, alcohol, exercise, sleep and pain. The purpose of the thesis is to improve conditions for obtaining a healthy working environment.

The thesis was carried out in a large construction and civil engineering company in the construction industry, and the target group was unskilled and skilled (hourly paid) employees on the construction sites.

The data collection consists of 3 group interviews. The group interviews were conducted to obtain a foundational understanding of the employees' physical health. All group interviews are transcribed for subsequent analysis.

Forord -vejen mod specialet

Dette speciale udspringer sig blandt andet af min baggrund som Klinisk Diætist, og min alsidige erfaring og interesse for sundhedsfremme og forebyggelse. I efteråret 2022 begyndte jeg min kandidat i Lærings- og Forandringsprocesser på AAU, med det formål at opnå dybere indsigt og udvikle kompetencer i at skabe vellykkede forandringsprocesser.

I foråret 2023 skrev min gruppe og jeg en projektopgave, som beskrev hvordan virksomheden (samme som dette speciale), kunne arbejde mere med social bæredygtighed. I samme periode blev EU's nye lovkrav om bæredygtig rapportering godkendt (Erhvervsstyrelsen, 2021).

Med disse nye lovkrav som omdrejningspunkt, var jeg ude i praksis hos virksomheden i efteråret 2023. I virksomhedens bæredygtighedsafdeling havde jeg fokus på socialbæredygtighed, og skrev deraf min praksisopgave "Socialebæredygtighed, ESRS-rapportering og meningsskabelse" (Mygind-Holmgaard, 2024). Opgaven gav inspiration til at sammenkoble min viden om sundhed, med interessen for social bæredygtighed, og relationen til menneskerettighedspunktet "Sundhed og sikkerhed" For at undersøge udfra medarbejdernes perspektiv på byggepladserne. Med den tanke, at nye initiativer og forbedringstiltag er meningsfulde for medarbejderne, hvis de involveres i processen. I januar 2024 startede jeg som studentermedhjælper og er nu fuldtidsansat.

Indholdsfortegnelse

Abstract.....	2
Forord -vejen mod specialet.....	3
KAPITEL 1: PROBLEMFELT	6
1.1 Indledning.....	6
1.2 Problemformulering.....	7
1.3 Case beskrivelse	7
1.4 Afgrænsning og valg af emne	8
1.5 Begrebsafklaring	9
1.5.1 Sundhed	9
1.5.2 Sundhedsfremme	9
1.6 State of art.....	10
KAPITEL 2: TEORI.....	13
2.1 Videnskabsteori - Socialkonstruktivisme	13
2.2 Et praksisteoretisk perspektiv	13
2.3 Theodore Schatzkis praksisteori.....	14
2.3.1 Praksisser.....	14
Praktiske forståelser	15
Regler.....	16
Teleoaffektive strukturer	16
Generelle forståelser.....	17
2.3.2 Materielle arrangementer	18
KAPITEL 3: METODE	19
3.1 Undersøgelsesdesign	19
3.1.1 Præsentation af informanterne	19
3.1.2 Fokusgruppeinterview	20
Opbygning:.....	20
3.2 Forskerposition.....	22
3.3 Bearbejdning af empiri	24
3.3.1 Transskribering	24
3.3.2 Kodningsstrategi	25
KAPITEL 4: ANALYSE	27
4.1 Analyse.....	27

4.2	Generelle forståelser på tværs af praksisser	27
4.3	Kost	28
4.3.1	Generelle forståelser om kost	28
4.3.2	Pauser og måltidsmønstre	29
	Regler.....	29
	Generelle forståelser for pauser og måltidsmønstre.....	30
	Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer	30
4.3.3	Madpakker.....	33
	Regler og generelle forståelser	34
	Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer	34
4.4	Opsamling kost	35
4.5	Rygning	35
	Regler.....	35
	Generelle forståelser:	36
	Praktiske forståelser	36
	Teleoaffektive Strukturer	37
4.6	Alkohol.....	37
4.7	Motion og smerter	38
	Generelle forståelser.....	38
	Regler.....	40
	Praktiske forståelser	40
	Teleoaffektiv struktur	41
4.7.1	Praksis for overarbejde	41
	Regler og generelle forståelser	41
	Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer	41
4.8	Diskussion	45
	Metodologiske og teoretiske styrker og begrænsinger	45
4.9	Konklusion.....	46
	Formidlende artikel	50
	Referencer.....	0

KAPITEL 1: PROBLEMFELT

1.1 Indledning

I Danmark mener 84 % af befolkningen, at det er den enkeltes ansvar at leve sundt, men at samfundet har et medansvar for at fremme sundhed (Trygfonden, 2017). Selvom ansvaret for vores egen sundhed i høj grad ligger hos den enkelte, er det samfundets opgave at skabe gode rammer for folkesundheden. Offentlige og private virksomheder har en væsentlig rolle i at skabe et godt arbejdsmiljø, som understøtter medarbejdernes sociale, mentale og fysiske sundhed. At fokusere på sundhedsfremme og forebyggende tiltag er til gavn for både den enkelte medarbejder og virksomheden (Tønnesen et al., 2005).

Samfundet bruger mange milliarder af kroner på ekstra sundhedsudgifter, der er forårsaget af livsstilsvaner som dårlig kost, rygning, alkoholindtag og manglende motion (Danmarks Statistik, 2023). Det fører til tabt arbejdsfortjeneste og øgede sygemeldinger i erhvervslivet. En sundere arbejdsstyrke vil derimod styrke virksomheders konkurrenceevne og forbedre medarbejdernes trivsel. For at forbedre medarbejdernes sundhed i byggebranchen og sikre dem et sundt og langt arbejdsliv, er det nødvendigt at etablere rammer, der kan fremme sunde levevaner. Det kræver opbakning fra ledelsen og handling fra virksomhederne med et fokus på at skabe en fælles forståelse for medarbejdernes praksisser på byggepladserne. Det handler i høj grad om at få skabt en ændring gennem debat, kommunikation og opbakning blandt virksomheder i byggebranchen.

Fødevarestyrelsen fremhæver i sine anbefalinger om de officielle kostråd, at *"Ingen kan alt, men alle kan noget!"* (Fødevarestyrelsen, 2021). Et budskab som er rammende for definitionen af sundhedsfremme. Sundhed handler ikke om at efterleve alle anbefalinger til perfektion, men om at implementere tiltag, der skaber en positiv forandring for medarbejdernes sundhed.

Sundhed omfatter ikke kun gode kostvaner og regelmæssig motion, men handler om det hele menneske og at sikre at medarbejdere trives fysisk, psykisk og socialt både på arbejdspladsen og generelt. For virksomheden kan det medføre reduceret sygefravær, samt øget produktivitet og trivsel blandt medarbejderne (Eriksen et al., 2016a).

Medarbejdere i bygge- og anlægsbranchen har en højere sygelighed og dødelighed end andre faggrupper. De er udsat for hårdt fysisk arbejde, flere arbejdsrelaterede ulykker og helbredsudfordringer end gennemsnittet. Blandt helbredsudfordringerne er der en høj forekomst af rygmerter, skulderproblemer og andre muskelsygdomme, som skyldes tunge løft, gentagne

bevægelser og arbejde i akavede stillinger. Det har konsekvenser for tiden på arbejdsmarkedet og flere må forlade arbejdsmarkedet før tid (Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, 2020).

I byggebranchen kan stramme tidsfrister, fysisk anstrengelse og risiko for arbejdsulykker medføre mentale sundhedsproblemer som angst og depression. Det er derfor essentielt at fokusere på medarbejdernes sundhed, da arbejdsmiljøet har afgørende betydning for et sundere arbejdsliv med færre fysiske og psykiske belastninger (Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, 2020).

Derfor er formålet med dette speciale, at analysere arbejdsmiljøet i en større entreprenørvirksomhed i byggebranchen med fokus på byggemedarbejdernes fysiske sundhed inden for KRAM-faktorerne: kost, rygning, alkoholforbrug og motion, samt søvn og smerter. Undersøgelsen sigter mod at afdække, hvilke mulighedsbetingelser de timelønnede medarbejdere har for at fremme egen fysisk sundhed. Og derved undersøge hvordan mulighedsbetingelserne enten understøtter eller hæmmer medarbejdernes evne til at fremme deres egen sundhed. Specialet har også til formål at undersøge de eksisterende praksisser i det sociale fællesskab blandt byggemedarbejderne og hvordan disse praksisser har indflydelse på mulighederne for sundhedsfremme blandt medarbejderne.

1.2 Problemformulering

Hvordan skaber arbejdsmiljøet mulighedsbetingelser for byggemedarbejders fysiske sundhed, i en entreprenørvirksomhed i byggebranchen ud fra et praksisteoretisk perspektiv?

-indenfor kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter?

1.3 Case beskrivelse

Virksomheden som er omdrejningspunkt for specialet, er en dansk entreprenørvirksomhed i byggebranchen med omkring 600 medarbejdere, heraf er ca. 200 timmelønnede bygge-medarbejdere. Virksomheden har hovedkontor i storkøbenhavn og karakteriseres ved en flad organisationsstruktur uden HR-afdeling eller mange mellemledere. De har tre grundlæggende værdier der omfatter rettidig omhu, frihed under ansvar og ordentlighed. I 2019 deltog den administrerende direktør i Regeringens klimapartnerskaber inden for bygge- og anlægssektoren og medvirkede til udarbejdelsen af en rapport med anbefalinger til regeringen om dette (Michael H. Nielsen, 2020). Det blev en øjenåbner for direktøren, der så bæredygtighed som en ny og vigtig retning for virksomheden. I 2020 udviklede ledelsen en bæredygtighedsstrategi med FN's 17 verdensmål som organisatorisk værktøj og

fokuserende på ESG-parametrene (Environmental, Social, Governance). En bæredygtighedschef blev ansat i starten af 2021, og virksomheden begyndte at måle klima- og miljøpåvirkninger samt styrke det miljømæssige aspekt af ESG. I sommer 2024 er bæredygtighedsafdelingen etableret med fem medarbejdere udover bæredygtighedschefen. Og arbejder med parametre der kan forbedre virksomheden også inden for den sociale- og arbejdsmiljørelateret bæredygtighed.

Virksomheden har en problemstilling med mange arbejdsulykker, som de gerne vil nedsætte, de udsætter medarbejderne for den ene sundheds og -trivselsmåling efter den anden, men det minimere ikke arbejdsskader eller forbedre andre sundhedsparametre for eksempel smerter og rygning, i det omfang de ønsker det.

For eksempel har den administrerende direktør introduceret "morgengymnastik" som omfatter opvarmning og styrketræning med elastikker, der forebygger og reducerer smerter i løbet af arbejdsdagen. Initiativet er præget af lavt engagement hos byggemedarbejderne og opnår ikke den ønskede succes. Spørgsmålet er hvordan man effektivt kan implementere sundhedsfremmende tiltag, der ikke blot introduceres, men også vedligeholdes og accepteres af medarbejderne.

1.4 Afgrænsning og valg af emne

I forbindelse med udarbejdelsen af specialet, har jeg valgt at afgrænse undersøgelsen til at omfatte livsstilsfaktorer, med særlig fokus på byggemedarbejdernes fysiske sundhed. Denne beslutning er truffet med erkendelsen af, at en bredere undersøgelse, der omfatter både funktionærer og timelønnede i virksomheden, ville udgøre en alt for omfattende undersøgelse.

Byggemedarbejderne er i denne kontekst valgt som målgruppe, da denne gruppe er særligt udsat for fysiske sundhedsudfordringer, som følge af de belastende arbejdsforhold i byggebranchen. Det er essentielt at anerkende, at fysisk sundhed altid vil have et sammenspil med social- og mental sundhed, men disse forhold vil dog ikke blive det primære fokus for denne undersøgelse.

Specialet vil være centreret omkring de følgende seks livsstilsparametre: kost, rygning, alkoholforbrug, motion, søvn og smerter. Disse faktorer er udvalgt på baggrund af deres væsentlige indvirkning på fysisk sundhed og deres relevans for byggemedarbejdernes arbejds- og livssituation. Ved at koncentrere mig om disse parametre, sigter jeg mod at afdække, hvordan de enkelte faktorer har indflydelse på den fysiske sundhed blandt byggemedarbejderne.

1.5 Begrebsafklaring

1.5.1 Sundhed

Sundhed er defineret af WHO (World Health Organisation, 2020) som

*”en tilstand af fuldstændig fysisk, mental og socialt velbefindende
og ikke blot fravær af sygdom ”*

I denne opgave skal begrebet sundhed forstås som WHO's definition, dvs. en helhedsforståelse af at sundhed ikke blot er defineret ved gode kost- og motionsvaner, men som en sammenhængende følelse af fysisk, mental og social velvære. Den dominerende forståelse af sundhed har i mange år været set gennem det medicinske paradigme. At sundhed skal forstås som fravær af sygdom, og derfor en opmærksomhed på behandling af sygdom for at opnå sundhed. (Kamp & Nielsen, 2008). Men sideløbende er den humanistiske forståelse af sundhed udvidet til også at inkludere sundhedsfremme.

1.5.2 Sundhedsfremme

Sundhedsfremme er en humanistisk tilgang til sundhed, som skaber rammer og muligheder for den enkeltes sundhed, ved at vende opmærksomheden væk fra sygdom og over mod sundhed (Tønnesen et al., 2005). Sundhedsfremme har til formål at ændre livsstil gennem adfærdsændringer og skal forstås som en forandringsproces hvor sundhedsrelaterede aktiviteter, fremmer den enkeltes sundhed og folkesundheden.

Sundhedsfremme fik sit gennembrud ved den første internationale konference om sundhedsfremme i Ottawa i Canada i 1986.

Sundhedsfremme er den proces, som gør mennesker i stand til i højere grad at være herre over og forbedre deres sundhedstilstand. For at nå en tilstand af fuldstændig fysisk, psykisk og socialt velbefindende, må den enkelte eller gruppen være i stand til at identificere og realisere mål, at tilfredsstille behov og at ændre eller at kunne klare omverdenen. Sundhed betragtes derfor som grundlag for det daglige liv og ikke som livets formål. Sundhed er et positivt begreb, som lægger vægt på sociale og personlige ressourcer såvel som på fysiske evner. Derfor er sundhedsfremme ikke kun sundhedsvæsenets ansvar, men et begreb, der går længere end sunde levevaner i retning af velvære (World Health Organisation, 1988).

I denne opgave skal sundhedsfremme forstås som de rammer og muligheder virksomheden sætter for at fremme WHO's definition på sundhed.

1.6 State of art

I et forsknings kontekst om fysisk sundhed udgør KRAM-faktorerne; kost, rygning, alkoholforbrug og motion, de primære livsstilsparemetre som har særlig betydning for fysisk sundhed. Ud over KRAM-faktorerne er søvn og smerter også væsentlige parametre som har indflydelse på den generelle sundhedstilstand. De er alle væsentlige for den samlede fysiske sundhed, da de hver især påvirker kroppens fysiologiske funktioner og dermed kan være årsag til en række helbredstilstande.

Usunde kostvaner, overvægt, højt alkoholforbrug og rygning er alle livsstilsparemetre, der er forbundet med en øget risiko for alvorlige helbredstilstande, som hjertekarsygdomme, forhøjet blodtryk, blodpropper, type 2-diabetes og forskellige kræftformer (Eriksen et al., 2016). Rygning øger markant risikoen for lungekræft og kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL), mens et højt alkoholforbrug øger risikoen for leversygdomme. Omvendt er der stærk evidens for at regelmæssig fysisk aktivitet forebygger tidlig død, hjertekarsygdomme og overvægt og reducerer risikoen for flere kræfttyper. Tilstrækkelig søvn spiller også en afgørende rolle i forebyggelsen af vægtøgning, hjertekarsygdomme og generelt i reduktionen af sygdomsrisikoen.

I Danmark har flere mænd end kvinder usunde kostvaner; 26% af mænd i alderen 25-64 år fra region Sjælland, sammenlignet med 15% af kvinder i samme aldersgruppe. Uddannelsesniveau spiller også en væsentlig rolle; 36,5% af mænd med grundskoleuddannelse har usunde kostvaner, mens tallet kun er 9,8% blandt mænd med en lang videregående uddannelse (Rosendahl et al., 2024). Da cirka 95% af de mandlige medarbejdere i bygge- og anlægsbranchen har grundskoleuddannelse som højeste uddannelsesniveau, fremstår denne målgruppe som særligt relevant i forhold til usunde kostvaner (Moll Wingender & Steinitz, 2021). Fødevarestyrelsen anbefaler at vi i Danmark følger de officielle kostråd (Fødevarestyrelsen, 2021). Ved at følge de danske anbefalinger opretholdes kroppens behov for vitaminer og næringsstoffer, hvilket fremmer og bevare et optimalt helbred og forebygger livsstilssygdomme (Eriksen et al., 2016b)..

I Danmark er 30 % af alle dødsfald relateret til rygning, derfor anbefaler Sundhedstyrelsen, at vi undgår brug af tobaks- og nikotinprodukter. Selv ved et lavt forbrug øger rygning risikoen for sygdom og død, hvor risikoen stiger med forbrugsmængden og -varighed (Rosendahl et al., 2024).

Rygning forkorter livet med 8-10 år for personer, der ryger 15 eller flere cigaretter om dagen, sammenlignet med ikke-rygere. Rygere har flere indlæggelser og et øget sygefravær end ikke-rygere. Rygning har negative konsekvenser for vores arbejdsevne og fysiske helbred, det ses ved vejtrækningsbesvær, belastning af hjertet, øget puls og blodtryk. Nikotin hæmmer kroppens signaler på træthed og sult, gør kroppens reaktioner langsommere og mindre præcise, og reducerer konditionen, hvilket påvirker evnen til at udføre fysisk hårdt arbejde (Lungeforeningen, n.d.).

I Danmark lever 47% af alle mænd i alderen 25-64 år ikke op til de internationale anbefalinger for fysisk aktivitet, og endnu værre står det til, hvis vi sammenholder det med uddannelse på grundskole niveau (World Health Organisation, 2020). Her lever hele 67.9% af voksne mænd, i alderen 25-64 år, ikke op til minimumsanbefalingerne (Rosendahl et al., 2024). I Danmark har Sundhedsstyrelsen nationale retningslinjer som foreskriver, at man bør være fysisk aktiv i mindst 30 minutter dagligt, samt udføre muskelstyrkende aktiviteter mindst to gange om ugen, og begrænse den tid man tilbringer stillesiddende (Ahrensberg & Petersen, 2023). Fysisk aktivitet har veldokumenterede sundhedsmæssige fordele. Der er stærk evidens for at fysisk aktivitet forebygger tidlig død, hjertekarsygdomme og overvægt. Derudover er der moderat til stærk evidens for, at fysisk aktivitet reducerer risikoen for flere kræftformer, herunder bryst- og tyktarmskræft. Desuden mindskes risikoen for kognitivt tab, angst og depression (SST, 2023). Til trods for at en byggearbejder udfører hårdt fysisk arbejde, viser forskningen, at det ikke resulterer i de samme sundhedsmæssige fordele som sammenhængende fysiske aktiviteter som gang, løb eller cykling. (Hallman et al., 2015).

Overvægt er en kendt konsekvens af usunde kostvaner og manglende motion og med et BMI over 30 øges risikoen for slidgigt, særligt i knæ og ryg, på grund af øget belastning af leddene. Ligesådan kan overvægt føre til søvnapnø, koncentrationsbesvær og hovedpine, hvilket alle er faktorer der har indflydelse på både livskvalitet og arbejdsevne.

Søvn er en af de mest undervurderede faktorer i forhold til sundhed og ydeevne. Restitution er essentielt både efter mentale stressede perioder eller fysisk anstrengelse af kroppens muskler og led. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne i alderen 18-64 år sover 7-9 timer pr. døgn med regelmæssige søvn- og opvågnings-tidspunkter, hvor en søvnlængde på 6-10 timer kan være passende for visse individer (Sundhedsstyrelsen, 2024). Ligesådan anbefaler Sundhedsstyrelsen (SST) at voksne over 18 år indtager maksimalt 10 genstande alkohol om ugen og højst 4 genstande på samme dag, uanset køn (SST, n.d.).

En spørgeskemaundersøgelse af 10.605 danske ansatte foretaget af Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, NFA, viste at mange medarbejdere ikke benytter arbejdspladsens sundhedstilbud,

hvis de skal bruge dem i fritiden (Birk Jørgensen et al., 2016). Undersøgelsen viste at halvdelen af de medarbejdere, der får tilbudt sund kost på arbejdspladsen, vælger at benytte sig af tilbuddet, i form af sund mad i kantinen og frugtordning. Ligesådan tager lige under halvdelen imod et sundhedstjek i arbejdstiden, hvis det er udenfor arbejdstiden falder 66% fra.

Af de medarbejdere der får tilbudt en ugentlig træning i arbejdstiden, benytter hver fjerde sig af tilbuddet. Hver tredje medarbejder får tilbud om kontakt til sundhedsprofessionelle og træningsfaciliteter. Undersøgelsen siger ikke noget om, hvorvidt sundhedstilbuddene er effektive, og om medarbejderne har haft behov for tilbuddene.

Forskning fra NFA viser at sundhedsfremmende tilbud på arbejdspladser ikke har øget sundheden blandt den gruppe af medarbejdere som er kort uddannet og har et hårdt fysisk arbejde, her i blandt bygningsarbejdere.

KAPITEL 2: TEORI

I dette afsnit præsenteres først specialets videnskabsteoretiske ståsted, socialkonstruktivisme, hvor der redegøres for videnskabsteoriens genstandsfelt og metodologi. Herefter introduceres specialets teoretiske udgangspunkt med en præsentation af det praksisteoretiske perspektiv, efterfulgt af en præsentation af Theodore Schatzkis teori om sociale praksisser. De fire centrale elementer i Schatzkis teori om praksisser; praktiske forståelser, regler, teleoaffektive struktur og generelle forståelser, gennemgås, idet de udgør det teoretiske omdrejningspunkt for analysen. For at illustrere, hvordan de teoretiske begreber anvendes i praksis, vil der løbende tilknyttes eksempler som ikke optræder i empirien, men som giver en mere relaterbar og relevant forståelse af teoriens begreber, samt gøre teorien mere konkret og dermed lettere at forstå og anvende i analyseprocessen.

2.1 Videnskabsteori - Socialkonstruktivisme

Specialets videnskabsteoretiske ståsted bygger på socialkonstruktivisme, dette med en grundantagelse om, at viden anses for at være præget af den sociale og kulturelle kontekst, hvori den opstår. At sociale processer dannes gennem social praksis, og interaktionen mellem mennesker skaber forandring, praksisser er derfor altid dynamiske og i evig forandring. (Fuglsang, Bitsch Olsen, et al., 2013)(side 406). Ved socialkonstruktivisme undersøger jeg, hvordan virkeligheden forstås som et resultat af historiske og sociale processer, og at vi som mennesker erkender gennem disse processer og former virkeligheden på ny (Fuglsang et al., 2013). I socialkonstruktivisme er der ikke kun en sandhed, men mange forskellige opfattelser af virkeligheden (Fuglsang, Bitsch Olsen, et al., 2013). Dette perspektiv vil jeg have for øje i analysen, da det er essentielt for at forstå de komplekse dynamikker og perspektiver, der former byggemedarbejdernes hverdag. Det muliggør en nuanceret analyse, som tager højde for, hvordan forskellige byggemedarbejdere og sjaks danner deres forståelse og meninger gennem interaktion i fællesskabet. Socialkonstruktivismens metodiske tilgang er ofte orienteret mod kvalitative metoder, som interviews og deltagerobservation (Fuglsang, Bitsch Olsen, et al., 2013) s. 431). Hvilket vil blive uddybet i metodeafsnittet (kapitel 3, side 23)

2.2 Et praksisteoretisk perspektiv

Praksisteori har en lang og bred human- og socialvidenskabelig tradition og bør tænkes som et praksisteoretisk perspektiv, mere end en sammenhængende teori. Det praksisteoretisk perspektiv

opstod som en modreaktion til den kulturelfokuserede tilgang, der vægter det individuelle og symbolske i social handlen. I stedet lægger det praksisteoretiske perspektiv vægt på handling og sociale dynamikker i praksisser. (Kaspersen & Halkier, 2020) s 850).

Ved det praksisteoretiske perspektiv forstås forandring som noget, der skabes gennem forandring af praksisser, det vil sige handlinger i det sociale rum. Dette står i modsætning til en mere rationel forståelse, hvor forandring anses, som noget individet selv skaber (T. R. Schatzki, 2002b). Specialets socialkonstruktivistiske erkendelse og det praksisteoretiske perspektiv understreger, at forandring og forbedringstiltag, skal forstås gennem fornyelse af sociale praksisser, frem for at fokusere på den enkelte medarbejders forståelse og handlinger. Ønsker man at skabe forandring, kan man foretage en praksisteoretisk analyse, udpege dels de praksisser, man ønsker at udvikle, samt undersøge, hvordan nye praksisser kan indgå i de eksisterende strukturer (Undervisningsgang 9. semester). Med det praksisteoretiske perspektiv, vil jeg undersøge og identificere flere af de praksisser, der enten understøtter eller hindrer forandringer, og dermed har indflydelse på byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for at fremme deres egen sundhed.

2.3 Theodore Schatzkis praksisteori

Dette speciale tager sit teoretiske afsæt i Theodore Schatzkis teori om praksisser. Theodore R. Schatzki er en fremtrædende amerikansk socialteoretiker, anerkendt for sit bidrag til praksisteori. Selvom praksisteori generelt skal forstås som et videnskabsteoretisk perspektiv snarere end en konkret teori, har Theodore Schatzki udviklet specifikke praksisteoretiske begreber. De kan bidrage til en dybere forståelse, af de komplekse sammenhænge af ord og handlinger, der udgør byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser i det sociale rum, og bidrage til et konkret fokus på anvendelse og analyse af handlinger. Theodore Schatzki fremhæver interview og observation som passende metodiske valg.

2.3.1 Praksisser

Ifølge Schatzkis er praksisser et socialt fænomen, der omfatter flere mennesker. En praksis er derfor ikke den enkeltes individs handlinger, men flere menneskers handlinger der er organiseret, og som sammen skaber specifikke praksisser. Hans forståelse er, at menneskelivet skal ses som forankret i menneskelig aktivitet, at handlinger formes af den praksis de er en del af, og at sociale fænomener og menneskers mentale tilstande er bundet til praksisser. Hvilket betyder, at de er forankret i menneskelig aktivitet og ikke individuel handling (T. Schatzki, 2012).

Praksisser er blokke af aktiviteter, som udgøres af ”sayings” og ”doings” det vi siger og det vi gør. De handlinger og ord som udgør aktiviteterne og derved former en given praksis, er organiseret gennem; praktiske forståelser, regler, en teleoaffektiv struktur og generelle forståelser (T. R. Schatzki, 2002, s.77) (Kaspersen & Halkier, 2020, s.855). Schatzkis mener, at aktiviteter får mening gennem de normer, regler og forståelser der eksisterer i de sociale praksisser, og at vi som mennesker er opdraget til at handle ud fra mål, til at lytte til det normative og blive påvirket følelsesmæssigt (Buch, 2017) (T. Schatzki, 2017). Jeg vil bruge de fire elementer til at skabe forståelse og analysere handling.

Praktiske forståelser

Praktiske forståelser er en af fire elementer, der organiserer/forbinder de aktiviteter der udgør praksis. Ifølge Schatzki, handler praktisk forståelse om de menneskelige evner, der er nødvendige for at udføre handlinger inden for en given praksis. Evnerne omfatter at vide hvordan man skal udføre, identificere og reagere på handlinger, sprog og opgaver. Praktisk forståelse bestemmer sjældent, hvad der giver mening for folk at gøre, men beskriver i stedet den mest naturlige måde, at udføre en opgave på i en given kontekst (T. R. Schatzki, 2002b). Det refererer til de implicitte forståelser, altså viden og færdigheder, der ikke er eksplicit formuleret, men som er tydelig gennem handling. Det bidrager også til en forståelse af, at der kan være forskellige opfattelser af, hvad der er den rigtige og forkerte måde at fortsætte et handlingsmønster på, og udføre en opgave korrekt (Buch, 2017). Det mest naturlige handlingsmønster i en given kontekst, er derfor ikke nødvendigvis det, der giver mening (teleoaffektive) for alle medlemmer i en gruppe.

Eksempel:

En praktisk forståelse hos byggemedarbejderne, ifølge Schatzkis teori, kan være hvordan de udfører en bestemt opgave på byggepladsen, som fx at lægge brosten eller støbe beton. Hvordan de praktiske handlemønstre foregår, fra de lægger den første brosten, til den sidste er lagt. Hvilket redskaber der skal bruges og hvordan. En erfaren byggemedarbejder ved intuitivt, hvordan man lægger brosten korrekt. Det er ikke nødvendigvis en viden, som er eksplicit formuleret, men som er udviklet gennem praksis og erfaring.

I analysen vil jeg undersøge, hvordan byggemedarbejderne udfører forskellige handlinger gennem deres udtalelser og beskrivelser. Dette vil bidrage til en dybere forståelse af, hvad der anses for at være den mest korrekte måde, at udføre en handling på i sjakkene, og ligesådan om der er fælles forståelse for handlingsmønstrene. Jeg vil også undersøge, hvordan de identificerer handlinger i fællesskabet, det vil sige, hvordan de genkender og forstår, hvad de andre gør. Desuden vil jeg

analysere, hvordan de reagerer på forskellige handlinger, herunder om de reagerer passende på handlinger, og har evnen til at tilpasse deres adfærd, så den er i overensstemmelse med de korrekte måder at udføre handlinger på i sjakkene (T. R. Schatzki, 2002b).

Regler

Det andet element der forbinder handlinger og ord med en given praksis, er regler. Regler er med til at organisere de aktiviteter der sker i praksisser (T. R. Schatzki, 2002b). Ifølge Schatzki, refererer regler til eksplicitte formulerede bestemmelser, som ses alle steder i menneskelivet, for eksempel på arbejdspladsen i form af instrukser, direktiver og politikker (T. Schatzki, 2012). Når der fastsættes specifikke retningslinjer og påbud, forventes det, at man følger dem. Schatzkis mener, at regler har til formål, at orientere og bestemme aktiviteter, typisk gennem personer med autoritet. Han påpeger, at en af de måder, hvorpå normativitet former det der giver mening for folk at gøre, er gennem regler (T. R. Schatzki, 2002b).

Eksempel:

På mange byggepladser er der forbud mod rygning, og på alle byggepladser er der forbud mod at drikke alkohol.

I analysen vil jeg undersøge, hvordan regler bidrager til at forme og bestemme de mulighedsbetingelser, som byggemedarbejderne har på byggepladsen i forhold til de seks sundhedsparametre (afsnit 1.6.1). Jeg vil undersøge, hvordan regler fungerer som både strukturerende elementer i det daglige arbejde og som en væsentlig omstændighed, der har indflydelse på byggemedarbejdernes sundhed og sikkerhed.

Teleoaffektive strukturer

Schatzki definerer at teleoaffektive strukturer refererer, til handlinger motiveret af et større formål. Med teleoaffektiv struktur, mener Schatzki, en række normativt og hierarkiske ordnede mål og opgaver, som i varierende grad er forbundet med følelser og stemninger (Buch, 2017). En teleoaffektiv struktur eksisterer når der hersker generel enighed om, hvad der er og ikke er acceptabelt i en praksis (T. R. Schatzki, 2002, ka) Schatzki argumenterer desuden for, at sprogtyper bærer normativ kraft, idet kombinationer af ord og diskurser enten accepteres, påbydes eller forventes af mennesker, og dermed regulerer aktiviteter i overensstemmelse med, eller modstridende med normer (T. Schatzki, 2017). Den ”affektive” komponent i en teleoaffektiv struktur omfatter de følelser og stemninger, som

personer bør eller kan acceptabelt udtrykke i forbindelse med en praksis (T. Schatzki, 2012). Den ”teleologiske” komponent omfatter mål og målrettethed, som kan være både bevidste og ubevidste. De fire elementer i Schatzkis teori (praktisk forståelse, regler, teleoaffektiv struktur og generel forståelse) er hver især komplekse og kræver en præcis differentiering, for at opnå en bedre forståelse. I det følgende, vil jeg referere til Schatzkis egen beskrivelse, af forskellen mellem praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer;

Praktiske forståelser er de implicitte evner og færdigheder, som byggearbejderne besidder for at udføre deres arbejdsopgaver. Disse forståelser omfatter en implicit viden om, hvilke handlemønstre der er mest hensigtsmæssige fra start til slut. Til forskel er teleoaffektive strukturer ikke evner eller færdigheder, men refererer til den følelsesmæssige (affekt) og målrettede (telos) orientering, der understøtter og driver de udførte opgaver. Det indebærer, de mål, intentioner, følelser og stemninger, som former og driver praksisser. Teleoaffektive strukturer udgør således de normative og følelsesmæssige rammer, der giver mening og retning til de praktiske handlinger (T. Schatzki, 2012). Mens praktiske forståelser styrer selve aktiviteten, tilfører teleoaffektive strukturer formål og emotionel drivkraft bag aktiviteten.

Eksempel:

Byggemedarbejderne anvender deres praktiske forståelse til at vide, hvordan de lægger brosten, fra start til slut. Målet (telos) kan være at blive færdig inden for en bestemt tidsramme, og dette mål kan inkludere forskellige motivations- og følelsesmæssige aspekter. For eksempel kan nogle have en følelsesmæssig (affektiv) motivation for at være omhyggelig og sikre, at opgaven bliver udført godt. I analysen vil jeg undersøge de specifikke mål og følelsesmæssige tilstande, der ligger bag medarbejdernes handlinger og aktiviteter. Jeg vil undersøge hvorfor de gør som de gør, hvad der driver deres adfærd, og hvordan deres handlinger bidrager til meningskabelse og motivation.

Generelle forståelser

Ligesom de foregående 3 fænomener, så er generelle forståelser også med til at organisere praksisser. Hvor praktiske forståelser ofte er implicitte færdigheder og handlinger inden for en given praksis, repræsenterer generelle forståelser mere eksplicitte og overordnede perspektiver, som ofte går på tværs af flere praksisser (Kaspersen & Halkier, 2020).

De er ikke mål, som folk stræber efter, men fornemmelser af tingenes værdi, værdi, natur eller sted, som indgyder og kommer til udtryk i folks handlinger og ord (T. Schatzki, 2012).

Generelle forståelser omhandler, ligesom de teleoaffektive strukturer, hvordan deltagerne i en praksis er orienteret mod et mål. De er mere overordnede, idet de betegner fundamentale overbevisninger om hvordan verden hænger sammen. De generelle forståelser kommer til udtryk gennem en livsanskuelse, en særlig måde at møde verden, som former det overordnede formål for en praksis. (Buch, 2017). De generelle forståelser kommer til udtryk i den måde, hvorpå mennesker engagerer sig i projekter og opgaver, for eksempel gennem dedikation og forpligtelse (T. R. Schatzki, 2002b). I analysen vil jeg undersøge, hvordan byggemedarbejdernes livsanskuelse former deres overordnede forståelse og tilgang til verden, og hvordan det kommer til udtryk i deres arbejdsmetoder. Jeg vil undersøge, hvordan deres livsanskuelse har indflydelse på deres motivation og tilgang til sundhed.

2.3.2 Materielle arrangementer

Ifølge Schatzki, er praksisser ikke kun sammensat af menneskelige handlinger, men er også tæt knyttet til materielle elementer. Materialitet består af ”kroppe”, artefakter som værktøjer, naturgenstande og fysiske omgivelser (T. Schatzki, 2017). Praksisser og materielle arrangementer er tæt forbundne (Schatzki, 2010b). For det første konstituerer praksisser og materielle arrangementer hinanden; uden tilstedeværelse af fysiske kroppe, værktøjer og byggematerialer ville byggearbejde ikke kunne udføres. Omvendt eksisterer materielle arrangementer kun som følge af menneskelig tilvirkning og brug. For det andet har de en gensidig årsagsmæssig indflydelse på hinanden; for eksempel kan forbedring af værktøjer, reducere risikoen for arbejdsrelateret skader, mens en rodet og mudret arbejdsplads, kan øge risikoen for skader. For det tredje former de hinanden; moderne byggemaskiner og teknologier har gjort byggeprocesser mere effektive, sammenlignet med ældre metoder, som at bruge en kran, i stedet for manuel løftning af tunge materialer.

Analysen vil primært fokusere på de fire centrale elementer i sociale praksisser, men vil også inkludere en overordnet beskrivelse af de materielle aspekter, der understøtter og hindrer byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser.

KAPITEL 3: METODE

I dette metodeafsnit redegøres og argumenteres for mine metodiske valg, der danner grundlag for min empiriske undersøgelse. Kapitlet skal tydeliggøre sammenhængen mellem specialets problemfelt og de metodiske valg jeg har taget.

3.1 Undersøgelsesdesign

Specialet bygger udelukkende på den kvalitative metode. I primer of practis beskriver Theodore Schatzkys at hvis man undersøger med praksisteori har efterforskeren ikke andet valg end at lave etnografi, det vil sige at praktisere interaktion-observation. Under "etnografi" skrives stort i at omfatte fokusgrupper og emnemøder samt videoptagelsespraksis (T. Schatzki, 2012, s. 25).

Der er foretaget i alt 3 fokusgruppeinterviews i perioden fra april til maj 2024. Alle interviews er faciliteret af undertegnede.

TABEL 1

Team 1: Beton			
Fokusgruppe interview	3 byggemedarbejdere	5. april	1 time og 13 min
Team 2: Belægning			
Fokusgruppe interview	6 byggemedarbejdere	17. april	1 time 28 min
Team 3: Beton			
Fokusgruppe interview	7 byggemedarbejdere	25. april	49 min

3.1.1 Præsentation af informanterne

De tre grupper bestod af henholdsvis tre, seks og syv informanter. I den første gruppe deltog ikke alle fra holdet, da det praktisk ikke var muligt på grund af andre arbejdsopgaver. Derimod deltog alle medarbejdere i gruppe to og tre. Et fokusgruppeinterview omfatter sædvanligvis seks til ti deltagere, men ifølge Brinkmann kan et mindre antal deltagere også fungere som et gruppeinterview (Brinkmann, 2014). Informanterne er timelønnede medarbejdere fra bygge- og anlægsbranchen, i aldersgruppen fra 18-65 år. I hver gruppe var der en lærling repræsenteret. Grupperne, som i daglig

tale kaldes for sjak, hvilket er byggebranchens betegnelse for et arbejdshold. Hvert sjak ledes af en formand, som har det daglige ansvar for sjakket.

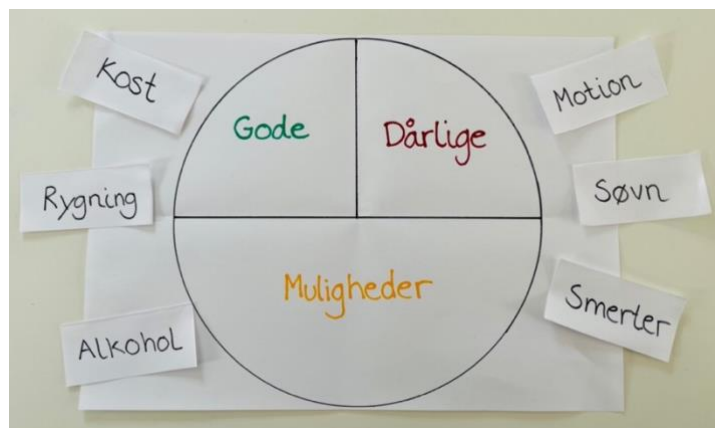
3.1.2 Fokusgruppeinterview

Opbygning:

En interviewers opgave under et fokusgruppeinterview er at præsentere de emner, der skal diskuteres, og derefter facilitere samtalen (Kvale & Brinkmann, 2015, s 45). Min rolle som interviewer og moderator bestod derfor i at introducere de seks emner; kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter. Præsentationen blev gennemført ved hjælp af seks kort, hvor hvert kort indebar et af de 6 emnerne der blev gennemgået; kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter.

De overordnede interviewspørgsmål lød:

- Hvad påvirker jeres hverdag positivt (de gode rammer) og negativt (de dårlige rammer) i forhold til kost, rygning, alkoholforbrug, motion, søvn og smerter?
- Hvordan føler I rammerne er her på jeres arbejdsplads til at leve som I ønsker indenfor de 6 parametre?
- Hvilke muligheder ser i for at forbedre de seks parametre?



Kortene blev lagt på bordet en ad gangen, først blev kortet med emnet ”kost” taget op. Jeg bad informanterne beskrive, hvordan de oplevede rammerne på arbejdspladsen med hensyn til at kunne leve sundt, både positivt og negativt. Efterfølgende spurgte jeg ind til, hvilke muligheder de så for at forbedre arbejdsmiljøet i forhold til kost. Når diskussionen om kost var afsluttet, fortsatte jeg videre til næste kort. Formålet var at give medarbejderne mulighed for frit at udtrykke deres synspunkter om de seks parametre. Denne tilgang skulle fremme mere spontane, ekspressive og emotionelle

synspunkter, end hvad der typisk ville fremkomme ved individuelle interviews (Kvale & Brinkmann, 2015). Min rolle i interviewforløbet blev primært at sikre, at samtalerne forblev fokuserede på det aktuelle emne. Derfor afspejler fokusgruppeinterviewene medarbejderes umiddelbare tanker og opfattelser om parametrene, uden nødvendigvis at give specifikke svar på alle aspekter af emnet. Denne tilgang kan resultere i en mere kaotisk interviewstruktur, hvilket kan være udfordrende at analysere (Kvale & Brinkmann, 2015). Ikke desto mindre har det givet værdifulde indsigter i byggemedarbejdernes forståelse af verden gennem deres sociale praksisser.

I min rolle som interviewer har jeg retrospektivt observeret, at jeg stillede mange sammenhængende spørgsmål uden tilstrækkelig struktur. Da der ikke var konkrete spørgsmål, jeg kunne forholde mig til i form af en interviewguide, blev interviewspørgsmålene præget af min personlige tilgang til interviewprocessen. Det havde den ulempe at ikke alle relevante spørgsmål blev tilstrækkeligt besvaret.

Eksempel:

C: Hvor jeg godt kunne tænke mig at høre, hvor mange smerter man har? om man tager smertestillende? Og hvordan man synes det at være i det her arbejdsmiljø påvirker det og have smerter.? Og om der er nogle tanker om, om man selv gør noget, eller om virksomheden kunne gøre noget? (Bilag: sjak 3, side 16)

Kendetegnet ved fokusgruppeinterviewet er den ikke-styrende interviewstil, som har til formål at frembringe mange forskellige synspunkter frem om et emne (Brinkmann, 2014, s. 45). Formålet med de tre fokusgruppe-interviews var at opnå en dybere forståelse af, hvordan arbejdsmiljøet har indflydelse på byggemedarbejdernes sundhed på byggepladsen, for samtidig at tage højde for deres oplevelser i fritiden. Ved at benytte fokusgruppeinterviews har jeg været bevidst om, at jeg undersøger tendenser specifikt i de tre sjaks, og at disse tendenser ikke kan generaliseres til alle grupper i bygge- og anlægsbranchen.

Formålet med fokusgruppeinterview var at sætte informanterne i centrum, og rette opmærksomheden på medarbejdernes interaktion med hinanden. Ved fokusgruppeinterview har jeg haft mulighed for at observere gruppedynamikken i hver enkelt sjak, samt høre om forskellige perspektiver på de seks parameter om fysisk sundhed. Jeg har kunne observere hvordan de har interageret med hinanden, samt fået et indblik i sjakkets kultur, adfærdsmønstre, sundhedsvaner og hvilke værdier der gør sig gældende i gruppen (Reinhardt Jakobsen, 2018).

Jeg overvejede, hvad et gruppefokusinterview med hele sjakket kunne bidrage med sammenlignet med individuelle interviews med hver enkelt medarbejder. Jeg diskuterede metoden telefonisk med flere af formændene for at få deres tanker og erfaringer. Deres tilbagemeldinger indikerede, at jeg ville få medarbejderne bedst i tale, ved at interviewe dem som en gruppe. Formændene havde erfaring med, at hvis én medarbejder begyndte at tale, ville det være lettere for de andre at supplere med deres synspunkter. Jeg reflekterede dog også over, om alle deltagere ville få mulighed for at udtrykke sig, og om gruppeinteraktionen ville styre, hvad de sagde eller undlod at sige. Ifølge Brinkmann er gruppeinterview ofte mere dynamiske og fleksible end individuelle interview, og de kan i højere grad nærme sig hverdagsdiskussioner. De kan for eksempel bruges, når forskeren ikke er så interesseret i folks beskrivelser af deres oplevelser, men mere i, hvordan deltagere diskuterer, argumenterer for og forsvarer deres meninger og holdninger (Brinkmann, 2014, s 45).

3.2 Forskerposition

Som ”studerende forsker” har jeg valgt at undersøge problemstillinger i en virksomhed, hvor jeg også arbejder. Denne dobbelte position giver både fordele og ulemper. En væsentlig fordel ved at være ansat samme sted, som empirien skal indsamles, er den store villighed til at hjælpe med kontakten til de forskellige byggeprojekter, herunder formændene og deres sjak. Villigheden til at hjælpe med mit projekt er baseret på virksomhedens interesse i at få belyst problemstillinger, der kan skabe forbedringstiltag. Det kan være en potentiel ulempe, hvis jeg som forsker ikke er bevidst om at adskille mine roller som medarbejder og forsker. Det er vigtigt at opretholde adskillelsen for at sikre objektiviteten i forskningen (Tanggaard & Brinkmann, 2022). I min undersøgelse har jeg været bevidst om min dobbelte rolle som forsker og studentermedhjælper på arbejdspladsen. Jeg anerkender, at det ikke er muligt at eliminere alle påvirkninger fra arbejdspladsen, derfor har jeg under hele empiriindsamlingen, været meget opmærksom på min rolle som forsker. Derudover har jeg været transparent omkring min dobbeltrolle i min rapportering for at give læserne en klar forståelse af den kontekst, hvorfra mine resultater stammer.

Ved fokusgruppeinterviews har jeg været omhyggelig med, ved jeg præsenterede mig selv og agerede under interviewene, lige fra fremtoning, påklædning og min respons på medarbejdernes udsagn. Udover min rolle som studerende-forsker og studentermedhjælper, så har jeg også indtaget en tredje rolle, grundet min baggrund som statsautoriseret Klinisk Diætist og derved fagperson inden for ernæring.

De tre positioner jeg indtog, gav anledning til overvejelser om, hvordan jeg bedst kunne præsentere mig selv for informanterne. Hvis jeg kom som studentermedhjælper for firmaet med arbejde i bæredygtigheds- og arbejdsmiljøafdelingerne, kunne det skabe en opfattelse at jeg var en repræsentant for ledelsen. Det kunne potentielt medføre, at informanterne ikke følte sig trygge ved at udtale sig ærligt eller tilbageholde vigtige informationer.

Det er essentielt at skabe en følelse af ligeværdighed, så informanterne føler, at deres holdninger og meninger er lige så betydningsfulde som mine og resten af firmaets ansatte, herunder funktionærer og ledere. Ved at understrege denne ligeværdighed håbede jeg at fremme en åben og ærlig dialog, hvor medarbejderne følte sig trygge ved at dele deres autentiske oplevelser og synspunkter.

På samme måde var det vigtigt, at jeg skulle forsøge at forholde mig så neutral som muligt, hvilket indebærer at undgå at præge dem med mine egne fortolkninger. For at opnå dette var jeg bevidst om min fremtoning og kommunikation. Jeg undgik en autoritær tone og sørgede for at præsentere mig som en forsker, der var interesseret i deres perspektiver for at kunne forstå deres arbejdsmiljø og sundhed bedre. Jeg forklarede tydeligt formålet med forskningen og understregede, at deres bidrag var afgørende for at kunne udvikle forbedringstiltag, der reelt ville gavne dem i deres daglige arbejde. Jeg gjorde overvejelser om hvilken indvirkning det havde hvis jeg præsenterede mig som klinisk diætist, ville min rolle som ekspert inden for sundhed, så have indflydelse på deres udsagn. Ville de så ikke være ærlige eller pynte på svarene omkring deres fysiske sundhed. Jeg overvejede hvordan jeg kunne bruge mine egne erfaringer med sundhed på en måde, der ville gavne uden at hverken præge eller styre informanternes svar negativt.

Jeg valgte derfor ved hvert interview at præsentere formålet med min tilstedeværelse og forklare, at jeg var i gang med mit speciale om sundhed. Jeg introducerede mig som studerende og ansat i virksomheden, og nævnte også min baggrund som Klinisk diætist. Dette blev gjort med henblik på at kunne bidrage med forståelser af sundhedsrelaterede emner ved behov eller nysgerrighed, uden at komme med vurderende kommentarer. Ved at tage disse forholdsregler håbede jeg at minimere risikoen for, at min ekspertise inden for sundhed ville have indflydelse på deltagernes ærlighed, og i stedet bruge min baggrund til at berige samtalen og få nuancerede og oprigtige svar.

For at fremme ligeværdighed og tillid valgte jeg konsekvent at møde op i neutralt sort tøj frem for den pæne blazer, jeg ellers ville have på kontoret. Derudover tilpassede jeg mig informanternes vaner ved at spise og drikke det samme som dem. For eksempel, hvis der var wienerbrød, tog jeg også wienerbrød, og hvis der blev serveret kaffe uden mælk, så drak jeg kaffe uden mælk. Jeg planlagde mine besøg efter formandens og sjakkets tidsplan, hvilket i nogle tilfælde betød, at jeg skulle møde

klokken 6-7 om morgenen. Selvom det var lang tidligere end min sædvanlige mødetid, betragtede jeg det som en nødvendighed for at vise, at jeg var imødekommende og ville tilpasse mig deres arbejdsrytme. Derudover overvejede jeg nøje hvordan jeg agerede og gav respons under interviewene. Jeg brugte en anerkendende tilgang, hvor jeg bevidst brugte svar som ”det kan jeg godt forstå” eller ”sådan ville jeg også have gjort det”. Jeg sagde ofte ja og nikkede anerkendende, samt brugte humor og grinede med på diverse jokes (Miller & Rollnick, 2005). Det blev alt sammen gjort for at vise forståelse og skabe en følelse af ligeværdighed mellem informanterne og jeg selv. At skabe ligeværdighed og tillid vender blikket tilbage til inspirationen for opgaven; at forandringer og forbedringer ikke opnås uden meningsskabelse og gensidig forståelse for hinandens faggrupper (se forord) (Murphy, 2015).

3.3 Bearbejdning af empiri

3.3.1 Transskribering

I forbindelse med transskriptionen af de indsamlede gruppeinterviews, er alle interviews blevet optaget digitalt på en enhed med både formandens og informanternes mundtlige samtykke. Informanterne blev informeret om at lydoptagelserne udelukkende ville blive anvendt til specialeskrivning, og ikke ville blive udleveret eller på anden måde vist i en arbejdsmæssig sammenhæng. Der blev ligeledes informeret om fuld anonymitet, og det blev understreget, at den færdige specialopgave ville kunne bidrage med videre arbejde og løsninger til at identificere problemstillinger med henvisning til tendenser, og ikke rettet mod specifikke sjak eller enkelte medarbejdere. Da empirien primært bygger på tre grupper, er det kun et begrænset antal medarbejdere i arbejdsmiljøafdelingen, der er bekendt med, hvilke sjak der er tale om. På grund af min rolle som ansat i virksomheden, har det været særligt vigtigt at understrege anonymiteten, for at sikre en tillidsfuld samtale. Informanternes motivation for at deltage i interviewene blev drevet af et ønsket om, at samtalerne skulle bidrage til forbedringer på området.

Efterfølgende blev hver lydfil omhyggeligt gennemlyttet, og gruppeinterviewene blev transskriberet ordret. I transskriptionsprocessen har jeg lagt vægt på at bevare nonverbale elementer som pauser, grin og ironi, som bidrager til forståelsen af informanternes udsagn. Ifølge Brinkmann kan man ofte glemme de nonverbale tegn og gestus, der forekommer under interviewet, da analyse arbejdet typisk udføres på baggrund af skriftlige transskriptioner, uden at huske og tage hensyn til det kropslige samspil. Derfor kan det være en stor fordel, at den person, der gennemfører interviewet, også står for

transskriberingen af interviewet, og transkriberer relativt kort tid efter samtalerne er foregået (Brinkmann, 2014)s 48). Alle gruppeinterviews har været præget af ironisk pingpong mellem informanterne og kærligt drilleri, hvilket er forsøgt indfanget i transskriptionen. For at sikre fuld objektivitet, har jeg derfor været omhyggelig med at gennemlytte lydfilerne for at sikre den korrekte forståelse. Jeg har selv gennemført alle interviews og foretaget transskriptionerne relativt kort tid efter, hvilket som Brinkmann påpeger, har været et godt udgangspunkt for mit analysearbejde. Under min transskriberinger har jeg løbende tilføjet kommentarer i dokumentet, om mine observationer af samspillet og de indtryk, jeg har fået af informanterne. Dette for at huske mit indtryk ud fra toneleje, kropssprog, placering i lokalet, hvem der deltager mest i samtalen og hvem der bruger ironi i deres udtagelser. De kommentarer har været afgørende for at bevare helhedsindtrykket af interview situationerne og har sikret en nuanceret fortolkning af samtalerne.

Transskription skal opfattes som en del af analyseprocessen, og det er derfor essentielt at overveje, hvordan man vil udføre transskriptionsprocessen tidligt i forløbet (Brinkmann, 2014 s. 86). Da specialet tager afsæt i en socialkonstruktivistisk tilgang, hvor forandring forstås som noget der opstår gennem interaktion i fællesskabet, så er samspillet mellem informanterne og de nonverbale faktorer et vigtigt element for analysearbejdet. Fokus er rettet mod informanternes interaktion i fællesskabet, hvilket gør de nonverbale elementer centrale for fortolkningen af samspillet (Brinkmann, 2014).

Min transskription er gennemført med en ambition om at gengive samtalerne ordret, dog med visse undtagelser. Lange svar tider, gentagende pauser og latter er inkluderet i transskriptionen, mens afbrydelser, udtagelser som ”hmm” eller ”øh hh” er udeladt fra transskriptionen. Ifølge Brinkmann er ingen transskribering forkert, det handler om konktesten (Brinkmann, 2014). Min beslutning skyldes dels tidsmæssige overvejelser, men også at jeg selv har foretaget interviewene og transskriptionerne og derved har haft lydoptagelserne tæt i min hukommelse og derved har bevaret en nær relation til materialet, hvilket har gjort det muligt at huske detaljer.

3.3.2 Kodningsstrategi

Første skridt i min tematisering opstod undervejs i empiriproduktionen, som en form for analysespire, her fremkom flere gentagelser og mønstre som indikerede, at der var noget på spil. Min første undren og fornemmelser frembragte begreber som ”nudging”, ”gensidig påvirkning” ”fællesskabsfølelse”, ”personligt valg” og ”eget ansvar”. Det viste sig blandt andet i temaer der berørte modsætninger om personligt ansvar versus fællesansvar for sundhed, samt forskelle mellem de gamles vaner og de unges vaner. Næste skridt i min analysestrategi udmunder af specialets problemformulering og derved

med opmærksomhed på byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for egen sundhed, indenfor de seks parametre kost, rygning, alkoholforbrug, motion og smerter og derved hvordan jeg kunne finde disse mulighedsbetingelser ved valg af et praksisteoretisk perspektiv og finde andre tematikker der er opstået generelt på tværs af emnerne. Finde tendenser uden at se det med teoretiske briller. En præmis, der guider det kvalitative forskningssigte, er, at verden og enhver erfaring med den altid allerede er struktureret af tradition, kultur, sprog, historien, værdier, filosofiske forforståelse og kategorier. De fleste kvalitative forskere, stiller sig kritiske over for en opsplitning mellem induktion og deduktion. Om det er teorien eller empirien der styrer analysen. Kodning kan udmærket indgå som en del af en første organisering af ens materiale, men analyse er andet og mere end blot kodning (Bøttcher et al., 2018). Under indsamlingen af min empiri havde jeg endnu ikke besluttet mig for at anvende et praksisteoretisk udgangspunkt for min analyse. Dette valg viste sig at være ideelt, da praksisteori er en metode, der beriges gennem observationer og interviews. Min analysestrategi har været en interaktiv proces. Jeg har først læst empirien igennem med udgangspunkt i at kigge på mulighedsbetingelser, derefter har jeg kommet teori på. Har været styret af problemformulering da den på nogen punkter allerede er stiller op i en form for teamatisering Kost Rygning Alkoholforbrug Sidste skridt i min analysestrategi det teoretiske... Begreber fungerer ikke kreativt, hvis de blot "lægges ned over empirien" som noget, der skal findes eller genkendes i materialet (Bøttcher et al., 2018) s 26). Det blev fastlåst hvis jeg anvendte praksisteori som eneste kodning, fordi jeg ville overse andre problematikker. Det her med at jeg egentligt har brugt med det praksisteoretiske udgangspunkt for at finde mulighedsbetingelserne, men bagefter har "samlet op på" hvis der er noget der ikke er blevet behandlet af tendenser

KAPITEL 4: ANALYSE

4.1 Analyse

Min analyse tager afsæt i Theodore Schatzki praksisteoretiske begreber, som de er skildret i *The site of the social* (T. R. Schatzki, 2002) og *A Primer on Practices* (T. Schatzki, 2012).

Jeg har derudover været inspireret af *Kvalitative analyseprocesser* og særligt *kap. 11 Praksisteoretisk analyse* (Bøttcher et al., 2018).

For at kunne undersøge og besvare problemformuleringen samt de seks parametre på en struktureret og anvendelige måde, er analysen inddelt i seks temaer. Først analyseres de generelle forståelser, der går på tværs af alle praksisserne. Efterfølgende undersøges specifikke praksisser indenfor kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter. Praksisserne analyseres gennem; praktiske forståelser, regler, teleoaffektiv struktur og generelle forståelser (Se kapitel 2, side 14)

Søvn er ikke et parameter, der vil indgå i analysen. I analysen gennemgås først kost, så rygning, alkohol og derefter smerter og motion, som er koblet sammen til et tema. I analysen omtales de interviewede personer som både medarbejdere og byggemedarbejdere, ligesådan omtales de tre gruppeinterviews som både grupper og sjaks.

4.2 Generelle forståelser på tværs af praksisser

I dette afsnit vil jeg analysere de generelle forståelser, der træder frem i empirien på tværs af alle praksisser. Dette omfatter byggemedarbejdernes livsanskuelser, herunder mening med tilværelsen, og værdier som former deres overordnede mål for deres handlinger i praksis. Det er ikke en forudsætning at antage, at alle 16 byggearbejdere deler ens værdier og livsindstillinger, ikke desto mindre er der en række værdier, som er gennemgående blandt et markant flertal af medarbejderne, især med hensyn til deres arbejdsliv. Divergerende perspektiver vil også blive nævnt.

På tværs af alle grupper er en forståelse af sundhed blandt byggemedarbejderne bygger omfattet af, at det er ens eget ansvar at træffe sunde valg. Sundhed opfattes som en individuel og personlig sag, hvilket beskrives i følgende citat:

”Det er sindssygt svært, når du kommer ind på det personlige agtige og få folk med til det. Det kan også blive for tæt på. Der er nogen der bakker, nej i skal fandme ikke blande jer. Jeg har en dårlig ryg. Bilag 1, side 25)

Det afspejler værdien om ansvarlighed. Modsat forstås sikkerhed, som et fælles ansvar, hvor virksomheden skal sætte gode rammer, kollegaerne er opmærksomme på hinanden og den enkelte tænker sig om og træffer fornuftige beslutninger om sin egen sikkerhed. Kulturen i alle tre sjaks afspejler en tendens til en kollektiv tilgang til sikkerhed, og en individuel tilgang til sundhed.

Byggemedarbejderne forstår deres branche som et praksisfællesskab, der kræver tilpasning. Det er ikke muligt blot at komme og ændre en kultur, der allerede er etableret af normer og gældende praksisser. Dette afspejler en respekt for den eksisterende arbejdskultur og en erkendelse af nødvendigheden af at matche kulturen, for at kunne være en del af og fungere i branchens social fællesskaber.

4.3 Kost

Først vil jeg introducere de generelle forståelser for kost... Derefter vil jeg undersøge 5 forskellige praksisser ”pauser og måltidsmønstre”, ”madpakker”, ”frugt og grøntsager” ”vand” ”Energidrikke og andre sukkerholdige drikke”

På byggepladsen er der en række faciliteter som er tilgængelige for alle sjak, uanset projekt. Det inkluderer materielle aspekter som køleskab, mikroovn og kaffemaskin placeret i køkkenet i skurvognene.

4.3.1 Generelle forståelser om kost

For at få en nærmere forståelse af byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for at efterleve sunde kostvaner, har jeg været optaget af at undersøge, hvad de forstår ved begrebet kost. Jeg vil i dette afsnit derfor undersøge hvilke definitioner og opfattelser de har af sunde og usunde kostvaner, da det vil give et billede af, hvad der former og motiverer deres valg.

Der er flere fælles forståelser for hvad der betragtes som sunde og usunde kostvaner. Sunde kostvaner beskrives af byggemedarbejderne, som frugt, grøntsager og fuldkorn, mens usunde kostvaner ofte beskrives som fede pålægsprodukter, kage og slik, samt energi- og sukkerholdige drikke. Madpakker der er smurt hjemmefra eller tilberedt i pauserne, betragtes som sunde kostvaner, mens mad købt fra steder som tankstationer, fastfoodkæder eller fødevarebutikker betragtes som usunde kostvaner, ofte omtalt som skrammelmad eller hurtigmad (Bilag x, side x). Flere af byggemedarbejderne betragter et lavt indtag af grøntsager i arbejdstiden, som en usund vane. I forhold til fuldkorn tales der ofte om

forskellen mellem lyst og mørkt brød, med en forståelse af, at mørkt brød er sundere. Flere mener at det er godt at vælge fuldkorn.

Hos en byggemedarbejder i **sjak 1**, anses det for bedst for kroppen, at spise jævnt fordelt over dagen. Lærlingen i sjakket viser en mere laissez-faire tilgang til kost. Han er ikke stærkt motiveret for at følge en sund kost, men viser en anerkendelse af værdien i at vælge fuldkorn og have medbragt madpakke med. En anden byggemedarbejder i sjakket betragter aftensmåltidet som dagens vigtigste måltid, hvorimod måltiderne i løbet af arbejdsdagen anses som mindre betydningsfulde.

I **sjak 2** eksisterer der også forskellige holdninger til kost. Flere mener, at det ikke er negativt, hvis man ikke spiser sundt eller helt udlader at spise i arbejdstiden. Hvorimod andre i sjakket mener, at det er vigtigt for kroppen at få tilstrækkelig næring og protein, hvilket understreger vigtigheden af kost for kroppens funktion og sundhed.

I **sjak 3** er der få forståelser for kostens betydning. Sjakket, som præges af byggemedarbejdere, der har været i sjakket i 20-25 år, har en tendens til at se hurtigmat eller at spise når man kommer hjem, som løsningen, selvom det ikke nødvendigvis er sundt. Sundere kost betyder som regel også mindre kaffe. En bemærkelsesværdig tendens er, at de yngre i sjakkene i højere grad har tilegnet sig sundere værdier, hvorimod den ældre generation har en mere rigid og traditionel tilgang til kost.

4.3.2 Pauser og måltidsmønstre

I dette afsnit vil jeg undersøge, hvordan sjakkene udfører handlinger i relation til pauser og måltidsmønstre. Jeg vil undersøge, hvad der anses for den mest korrekte måde at udføre disse handlinger på, om der er konsensus i gruppen om hvornår og hvordan de spiser og holder pauser, og ligesådan hvordan de reagerer og tilpasser sig handlingerne med passende adfærd.

Regler

Ifølge arbejdsmiljøloven har en timelønnet byggemedarbejder ret til en pause ved en arbejdsdag på over seks timer. I overensstemmelse med virksomhedens gældende overenskomst har de timelønnede medarbejdere ret til 45 minutters selvbetalt pause, fordelt på to pauser på henholdsvis 15 og 30 minutter, ved en arbejdsdag på 8 timer. Reglerne for pauser bidrager til at forme byggemedarbejdernes praksis. Generelt beskrives reglerne for pauser i alle tre sjaks som relativt fleksible, idet de kun i nogen grad overholdes. I det følgende afsnit vil den praktiske forståelse af pauser blive nærmere udspecificeret. Ændring af pauser er ikke sket fornyeligt, men har ændret sig over længere tid.

Generelle forståelser for pauser og måltidsmønstre

Hos en byggemedarbejder i sjak 1 anses flere pauser som godt for at opretholde et stabilt energiniveau gennem hele arbejdsdagen. I sjak beskrives, at ved overarbejde kan man godt blive ekstra sulten og så blive stille. At der ikke er andre muligheder i branchen I sjak 3 er der en generel forståelse af, at hurtigmad eller at spise når man kommer hjem, ofte er løsningen.

Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer

I sjak 1 har de en arbejdsuge på fem hverdage og en arbejdstid fra klokken 6:00 om morgenen til klokken 13:50 om eftermiddagen.. Klokken 10 holder de deres første og eneste pause på 20 minutter, hvor de sidder sammen og spiser i skurvognen (slut praktisk forståelse). De har reduceret i pauserne, så de to pauser på henholdsvis 15 og 30 minutter, er blevet reduceret til en pause på 20 min. I sjakket har deres motivation for at reducere i pauserne været at komme hurtigt hjem når de har fri. De vil gerne ud af byen inden der kommer for meget trafik og kører derfor hjem med det samme når de har fri. Beslutningen om at reducere pauserne, blev taget som en kollektivt beslutning mellem formanden og byggemedarbejderne i sjakket. Der hersker dog en form for hierarki i beslutningsprocessen, da der er en tendens til, at være dem der taler højest og har mest erfaring, der bestemmer i sjakket, hvad der giver mening for alle i gruppen. Det er ikke tvunget at reducere i sine pauser, men normen bestemmer hvad der er rigtigt at gøre. Normen og formålet i praksissen er derfor at man gerne vil hjem fremfor at prioritere pauser (slut teleoaffektiv). De fleste spiser morgenmad enten hjemmefra, eller møder ind på arbejde tidligere for at nå at spise på arbejdspladsen. Selvom de har reduceret frokostpausen fra 30 til 20 minutter, så har de tilpasset sig, ved at vælge en hurtigere og mere enkel frokost. I sjakket har særligt de ældre en præference for hurtige og nemme måltidsløsninger, som for eksempel en klapsammen mad. Derudover spiser de ikke meget andet mad i løbet af arbejdsdagen. Der er opstået, flere nye implicite praktisk forståelser, efter ændringerne af pauser. Hvis man bliver sulten i løbet af arbejdsdagen, er det for eksempel acceptabelt at hente mad fra køkkenet i skurvognen, og tage det med ud på byggepladsen. Det kan være en chokoladebar eller et stykke frugt. En byggemedarbejder fra sjakket fortæller, at der ikke er samme forståelse for, hvordan og hvor meget, der er acceptabelt at tage med ud på pladsen. En snack er acceptabelt, men at småspise et helt måltid hen over formiddagen er ikke acceptabelt ifølge den korrekte praktiske forståelse. Det er acceptabelt at gå ti minutter før sin pause, hvis man har glemt eller ikke har nået at få smurt en madpakke, såsom at gå i den nærmeste fødevarerbutik eller købe fastfood mad Dette beskrives dog som en sjældenhed.

I **sjak 2** har de en arbejdsuge på fem hverdage, de møder ind tidligt om morgenen og kører hjem tidligt om eftermiddagen. De holder ikke faste pauser og sidder ikke sammen til frokost. I vinterhalvåret har de i perioder mere tid til at holde pauser.

At holde fem minutters pause hist og her, anses for den korrekte måde at holde pauser på i sjakket. Det har medført at de har tilpasset sig ved at det er blevet en vane ikke at spise, eller spise meget lidt når de er på arbejde. I starten var det hårdt for flere, men de har vænnet sig til det. Dem der spiser morgenmad i sjakket, spiser morgenmad hjemmefra. Kun en i sjakket har madpakke med næsten dagligt, de fem andre i sjakket, spiser enten når de kommer hjem eller mad fra en tankstation eller en fastfood kæde. Der er altid tid til at spise en myslibar eller lige hurtigt at knaske et æble, men der er ikke tid til stå og bruge en halv time på at spise frokost (slut praktisk forståelse). I sjak 2 har de ikke en følelse af, at de selv har valgt hvordan deres pauser skal forløbe, fordi det bygger på en grundlæggende generel forståelse, om at der ikke er andre muligheder i branchen. Formålet med at de holder pauserne løbende igennem dagen er en prioritering af, at arbejdet skal færdiggøres hurtigt, fordi det for det første er et akkordfag og for det andet ”vi er her for at komme hjem” og derved kommer behovet for at spise i anden række. Vi kommer på arbejde for at komme hjem, tjene vores penge og komme hjem hurtigst muligt.”

Ligesom i sjak 1 optræder også et hierarki i sjak 2.

I sjakket er der modsatrettede forståelser for hvordan de holder pause og får spist mad.

Hurtigt i samtalen om emnet kost starter en af medarbejderne ud med at sige:

”A3: Der synes jeg generelt for i det her arbejde, der er rigtig dårligt mulighed for at spise frokost rigtig ofte, fordi man ikke har tid eller fordi at man har beton i der ligger og hærdere eller generelt ting der forhindrer at man tager sin halve times selvbetalt frokostpause ”

Længere nede i samtalen udtaler den samme byggemedarbejder:

”A3: Jeg synes sgu ikke det er et problem, altså jeg finder de der små pauser der, ligesom jeg siger ikke, men så har jeg også mad med ”

I sjak 2 ville formålet ved at holde en fast pause , for en medarbejder være bedre, fordi han syntes det er svært at få nok protein i løbet af en arbejdsdag.

Den ansvarshavende i sjakket udtaler:

”...men jeg prøver i hvert fald så vidt muligt... at fortælle mine folk, dem der er under mig, at jamen hvis du har behov for at spise så spis, men betonen er ligeglad med om du skal spise, om du skal have din 3 kvarters pauser den bliver bare hårdere og svære at arbejde med”

Denne udtalelse illustrer at man i sjakket prioriterer arbejdets krav frem for personlige behov for at spise og holde pause, det beskriver en forståelse for hvad der bør være den korrekte måde at handle på. Normen er at arbejdet kommer før pauser. Det går nok at man ikke får mad, det er vigtiger at blive færdig. Mulighederne for at spise er tilstede ifølge de to mest erfarende og ældste i gruppen, heriblandt den ansvarshavende. Det handler blot om at man vælger at gribe muligheden (slut teleoaffektiv)..

I sjak 3 har fire medarbejdere en arbejdsuge på fire hverdage og de resterende tre medarbejdere har en arbejdsuge på fem hverdage. Alle møder ind klokken lidt over seks om morgenen for at undgå trafikken. Arbejdsdagen starter klokken 6:45 og slutter klokken 18 for de fire i sjakket og klokken 14:50 for de tre andre i sjakket. De holder alle en pause klokken 9:30 på 15 minutter og en pause klokken 12:30 på 20 minutter, hvor de sidder sammen i skurvognen og spiser. Den første gruppe holder en ekstra pause klokken 15:30 på de lange dage. De har dermed forkortet frokostpausen med 10 minutter. I sjakket har de præcise tidspunkter for pauser, som de altid overholder og ellers holder de pauserne forskudt, når der for eksempel skal monteres vægge eller støbes beton. I sjakket har de tilpasset sig flere arbejdsmønstre, så de både kan tage hensyn til arbejdsopgaverne og deres egne behov for mad, drikke og restitution (slut praktisk forståelse). I sjak 3 er grunden til at de har skåret 10 minutter af frokostpausen, og nogle arbejder fire dage, er så de kan komme hurtigere hjem eller kører når trafikken er overstået (slut teleoaffektiv).

De spiser morgenmad enten hjemmefra eller på arbejdspladsen inden arbejdsdagen begynder. Flere har også morgenmadsprodukter stående som havregryn og sukker i skurvoggen. En i sjakket spiser ikke morgenmad, men ryger en cigaret istedet (slut praktisk forståelse).

Frugtordning

I virksomheden er der implementeret en frugtordning, hvor frugtkurve leveres om mandagen til alle sjak. Denne ordning har ændret medarbejdernes vaner, så flere nu spiser mere frugt i arbejdstiden. En gang om ugen spises der morgenmad sammen i skurvognene på byggepladsen, hvor der bliver spist både lyst og mørkt brød og wienerbrød, afhængigt af præferencer. Der er kontinuerligt kage i cirka to til tre gange om ugen, afhængig af anledning, flere spiser kage, andre gør ikke

Vand

Med hensyn til vandforsyning har der været en ændring i tilgængeligheden, som har påvirket alle sjak. Tidligere havde flere af grupperne en vandstation direkte på pladsen, som rensede vandet via en haveslange der blev koblet til. Nu skal sjak 2 og 3 selv medbringe vandflasker og fylde dem op fra skurvognen, hvor vandet er drikkeligt. Denne ændring betyder, at vandflaskene hurtigt bliver

tomme, og medarbejderne ofte må gå langt for at hente mere vand. Det har ført til, at flere beskriver, at de ikke får nok vand, eller tilpasser sig og lærer at drikke varmt vand. I sjak 1 er vand tilgængeligt i form af papflasker, som kan medbringes på pladsen, da vandet fra hanerne ikke må drikkes. I sjak 2 har der tidligere været vand i papdunke, hvilket fungerede godt, men denne løsning har ikke været tilgængelig det seneste år. De har ligesom sjak 3 tilpasset sig ved at tage vand med ud i drikkedunke

Energidrikke og andre sukkerholdige drikke

At drikke energidrik forstås af nogle som et kendetegn ved at være en rigtigt håndværker, for andre forstås det som noget de unge gør (bilag 3, side 11)

I sjak 1 fortæller en byggemedarbejder hvordan man i andre sjaks drikker mange energidrikke, men i deres sjak forstås det som bedst at begrænse indtaget af energidrikke.

Blandt de yngre medarbejdere, især i sjak 2, er der en tendens til at drikke meget sodavand og energidrikke, men specielt lærlingen fra sjak 1 og 3, samt en byggemedarbejder for sjak 2 prøver aktivt at begrænse indtaget af drikkevarer med koffein (slut praktisk forståelse) Lærlingen i sjak 3 har skåret ned på energidrikke, fordi han oplever fysiske konsekvenser ved at drikke dem i form af abstinenser (slut teleoaffektiv) I sjak 2 beskriver flertallet af byggemedarbejdere, at de drikker en del energidrikke og kaffe, da de finder det kedeligt at drikke vand. Deres drikkevaner afspejler individuelle præferencer og tilpasninger til de faciliteter der er tilgængelige på byggepladsen (slut praktisk forståelse).. I sjak 2 drikker de mange energidrikke og kaffe for at holde sig i gang, flere vælger de sukkerfrie fordi de har erfaret at man tager på af at drikke mange med sukker. De drikker dem med det formål at få koffein og få noget der smager sødt, for ligesom at snyde hjernen. Det er sådan så de ikke går ”sukkerkolde” så er det hurtigt i stedet for en kop kaffe. *”Det er rart når nu man ikke har spist hele dagen, det er en vane og en form for afhængighed” (Bilag 2, s17 og 18).*

4.3.3 Madpakker

I grupperne er der forskellige holdninger og praksisser omkring medbragte eller ikke medbragte madpakker, som afspejler både økonomiske overvejelser og praktiske hensyn.

Som nævnt tidligere er en generel forståelse at det at have mad med hjemmefra, enten som madpakke eller mad man tilbereder i pauserne, en sund vane. Men det er ikke det samme som at sige at alle så gør det. For selv om langt de fleste byggemedarbejdere har en generel forståelse af at det er sundt, så spiller de teleoaffektive strukturer en central rolle for meningen og målet med at gøre det. Ligesådan har den praktiske forståelse i de enkelte sjaks en påvirkning for hvad der er normen at gøre i sjakket.

Regler og generelle forståelser

Det er en generel forståelse at medbragte madpakker er sundere end ”købe” mad.

Økonomi og sundhed er værdier som former, hvor medarbejderne ønsker at undgå unødige udgifter på mad og hvor flere i sjakket samtidig ønsker at spise madpakker.

Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer

I sjak 1 har alle som udgangspunkt madpakke med. I sjakket anses det for korrekt at medbringe madpakke, med begrundelsen om at det kun tager seks minutter at smøre en madpakke (slut praktisk forståelse). Deres formål med at medbringe madpakker er at undgå ”skrammelmad”. En medarbejder beskriver, at formålet med at gå på arbejde, ikke er at bruge åndsvage penge på take away (Bilag 1, side 12) sundere (slut teleoaffektiv).

I sjak 2 har kun en i sjakket madpakke med næsten dagligt, de fem andre i sjakket, spiser enten når de kommer hjem eller mad fra en tankstation (slut praktisk forståelse). I sjakket er der blandede følelser omkring formålet med madpakker. En medarbejder beskriver, at det er udfordrende at smøre madpakke, både fordi han står op klokken fire om natten, og fordi han og de andre i sjakket kommer hjem efter en lang arbejdsdag, og skal tage hånd om andre opgaver, som at gå med hunden, tage sig af børnene og lave aftensmad. Han og flere andre i sjakket beskriver at der ikke er overskud til at smøre madpakke. For den ene medarbejder i sjak 2 der har madpakke med, er begrundelsen, at det er for økonomisk dyrt at købe mad hver dag. Den forståelse bakker de andre op om, med den tilpasning at de venter med at spise til de kommer hjem.

Der er ingen følelsesmæssig motivation eller formål for resten af sjakket forbundet med at medbringe madpakke, en medarbejder beskriver, at han hverken taber sig eller tager på ved at undlade at spise i arbejdstiden, og derfor ser han intet formål med at ændre sine vaner (slut teleoaffektiv)..

I sjak 3 er der en praktisk tilgang til madpakker. Flere medbringer en smurt madpakke hjemmefra, mens andre medbringer mad i form af, pålægsprodukter og rugbrød, til flere dage, som de har i køleskabet og kan smører i pauserne (slut praktisk forståelse).. Formålet med at tage med til flere dage, skyldes at flere ikke orker at smøre madpakker hver aften, at de gerne vil have mulighed for at variere mængden af mad dagligt, og på den måde sparer de tid og sikrer, at de altid har mad tilgængelig uden at skulle huske det hver dag (slut teleoaffektiv)..

Lærlingen fortæller, at det er acceptabelt i sjakket, at han indimellem kører ud og køber mad. Han fortæller, at den reducerede pause har medført, at de i stedet for at kreative et omfattende frokøsmåltid, har tilpasset til at vælge en hurtigere løsning, som for eksempel en ”kedelig” rugbrødsmad med smør

og spegepølse (bilag 3, side 6). De angiver alle, at de har mulighed for at spise i løbet af dagen (slut praktisk forståelse)..

4.4 Opsamling kost

Ud fra min diætiske baggrund vurderer jeg, at byggemedarbejdernene, udelukkende ud fra de tre gruppeinterviews, har en almen forståelse af sunde kostvaner, som stemmer overens med flere af de danske kostråd. På tværs af de tre grupper er der meget der tyder på at byggemedarbejdernene gennem tidligere erfaringer har fået en grundlæggende viden om, hvad sund kost indebærer. Diskussionerne afslører dog en mangel på dybere forståelse af de sundhedsmæssige konsekvenser ved ikke at træffe sunde kostvaner. Det er uklart, om det skyldes en generel uvidenhed om konsekvenserne, men det kan konkluderes, at sådanne overvejelser ikke fylder i en samtale om kost.

Når vi ved at 36,5% af alle mænd med en kortere uddannelse udelukkende lever af usunde kostvaner, har det været væsentligt at undersøge, om det samme gør sig gældende blandt byggemedarbejderne. Det kan ikke konkluderes at medarbejderne generelt i virksomheden, udelukkende har usunde kostvaner. Men der er en tendens særligt i sjak 2, hvor flertallet af sjakket lever usundt, baseret på informationer om deres måltidsmønstre, samt deres vaner omkring morgenmad, mellemmåltider og frokost. Derudover er der et mønster af minimalt indtag af grøntsager, samt et større forbrug af energidrikke på tværs af grupperne.

Alle tre sjaks har forskellige rutiner i forhold til pauser, men fælles for dem alle, er at de har fravalgt eller reduceret deres pauser. De begynder arbejdsdagen tidligt for at undgå morgentrafikken og køre tidligere hjem, og undgår dermed eftermiddagstrafikken. Sjak 3 har tilmed omstruktureret deres arbejdsdage til en 4-dages arbejdsuge for bedre at tilpasse sig trafikken.

4.5 Rygning

Rygning er en praksis som jeg ligesom med kost vil undersøge ud fra Schatzkis praksisteori (Se teoriafsnit). Fra mit praktiske perspektiv kan arbejdsmiljøet indvirkning på rygning forstås gennem begreberne regler, praktiske forståelser, generelle forståelser og teleoaffektive strukturer.

For at få en dybere forståelse af byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for at efterleve anbefalingerne for rygning, har jeg først været optaget af deres forståelse af rygning. Under interviewene blev mulighedsbetingelserne for at ryge, samt mulighederne for rygestop drøftet.

Regler

Rygeloven trådte i kraft i 2007 -forbudt at ryge indendørs på danske arbejdspladser. Virksomheden har en rygepolitik, der beskriver reglerne for rygning i arbejdstiden således: i overensstemmelse med lov om røgfri miljøer er rygning indendørs i virksomhedens lokaler strengt forbudt. Forbuddet omfatter alle indendørs opholdssteder, både på faste adresser og på byggepladser. Eksempler på indendørs opholdssteder inkluderer kontorer, skurvogne, møderum, toiletter, kantiner, containere, firmabiler, førerkabiner i kraner, samt andre køretøjer tilhørende virksomheden. Overtrædelse af arbejdsmiljøreglerne vil som minimum medføre en skriftlig advarsel og kan potentielt medføre afskedigelse eller bortvisning.

Derudover har virksomheden på flere byggepladser indført en politik om røgfri byggepladser, som følge af, at mange byggeprojekter har været med offentlige institutioner og derved ikke har tilladt rygning udendørs på pladserne. Virksomheden er i gang med at udvide politikken til at omfatte alle byggepladser, for dermed at sikre et røgfrit arbejdsmiljø på tværs af alle projekter, både udendørs på byggepladserne og indendørs.

Udover de overornede regler for rygeforbud, har virksomheden en procedure for rygestop, hvor de timelønnede medarbejder kan tilmeldes rygestopkursus hvis de ønsker det.

Generelle forståelser:

En af medarbejderne fra sjakket udtaler således:

A4: Det påvirker mig negativt i forhold til, min helt store hobby at træne ikke altså og der påvirker det mig og det påvirker mig også på den måde, at min udholdenhed er jo overhovedet ikke også i arbejdsøjemed, som den kunne være og som jeg håber den kan blive en dag

Hans livsindstilling bygger blandt andet på personlige værdier som sundhed og vedholdenhed, og udfra de værdier formes hans ønske om at stoppe med at ryge, ligesom flere andre ønsker i sjakket.

På tværs af grupperne er der en generel forståelse af, at rygning er skadeligt og at de fleste rygere ønsker at stoppe med at ryge. En anden medarbejder i sjakket kan ikke mærke det rent sundhedsmæssigt på sin krop at han ryger.

Praktiske forståelser

I sjak 1 ryger en ud af de tre medarbejdere, der deltog i interviewet, og der er flere andre på holdet, der enten ryger eller tidligere har røget. Flere medarbejdere i sjakket har tidligere deltaget i et rygestopforløb, hvor det lykkedes flere at stoppe. I alle grupper er det både acceptabelt at ryge og ikke ryge, men der er særligt fokus på at stoppe med at ryge i sjak 1. Flere medarbejdere har prøvet

nikotintygegummi, gåture og frisk luft for at undgå at ryge. Derudover beskriver de, hvordan de i sjakket kan drille hinanden, når de der ryger, tager en cigaret, selvom de prøver at stoppe.

I sjak 2 ryger fem medarbejdere, mens kun en ikke ryger. Det beskrives, hvordan den ikke-rygende spiser, når de andre ryger, og omvendt hvordan de rygende tager en cigaret i stedet for at spise. Denne tendens ses også i de andre sjaks. For eksempel vælger en af rygerne i sjak 3 at tage en cigaret i stedet for at spise morgenmad, og en ryger fra sjak 1 fortæller, at han ikke har den store appetit i løbet af dagen, men dog spiser morgenmad.

I sjak 3 ryger to ud af syv medarbejdere, hvoraf flere er tidligere rygere. Rygerne ryger udenfor på byggepladsen, og en af dem, som har arbejdet i virksomheden i mange år, har altid røget på byggepladsen. For to måneder siden blev der opsat et skilt med rygeforbud. I de andre sjaks har de endnu ikke oplevet rygeforbud, men de overholder reglerne om at ryge udenfor ved skurvognen eller ude på byggepladsen.

Teleoaffektive Strukturer

Lærlingen i sjak 1, har en formodning om at når man ikke længere må ryge på byggepladsen, kan motivere til at man stopper med at ryge. Fordi man ikke gider at gå,

”Det eneste det fører til det er problemer, for folk stopper ikke med at ryge, det er en personlig kamp og det er en afhængighed, altså det kommer du ikke udenom og jo en arbejdsgiver kan ligesom holden en i hånden hen af vejen, men det kræver ligesom at du selv starter og siger, jamen jeg vil gerne stoppe med at ryge (sjak 2, side 48)

Alle ønsker i bund og grund at stoppe med at ryge, fordi det er dyrt og det er usundt.

En udtaler at han da gerne vil stoppe, men gider ikke fordi det ikke betyder noget for ham, han kan ikke mærke det. I sjakket har flere en forståelse af at det ikke kan lade sig gøre at stoppe fordi problemet med det kollektive og stoppe, er at man kollektiv også begynder igen.

4.6 Alkohol

Man har en alkoholpolitik, alkoholrådgivning. Alkohol giver sig selv, man må ikke drikke på pladsen.

I Sjak 1 drikker man ind imellem en øl efter fyraften for at fejre sociale begivenheder, såsom fødselsdage eller før en ferie som påske eller ved julefrokoster og andre firmaarrangementer efter arbejdstid. Der er en stærk norm mod at drikke og derefter køre bil, hvilket betyder, at mange undlader at drikke efter fyraften. De fleste medarbejdere nyder en øl, men primært inden for de nævnte sociale

rammer. Før i tiden var det almindeligt at drikke øl efter fyraften og være beruset resten af dagen, men nu er det mere almindeligt, at tage hjem for at restituere til næste dags arbejde.

I Sjak 3 omtales "Tuborgmøder," men de er ikke yderligere defineret. Generelt vil medarbejderne gerne hjem efter fyraften, og denne praksis med at drikke øl efter arbejdstid er blevet udfaset over mange år. Det er udelukket at drikke øl i skurvognen, selvom nogle finder det mere fornuftigt at sidde sammen indendørs og ønske hinanden en god påske, i stedet for at stå på parkeringspladsen i arbejdsskjorte og drikke en øl. Dette viser en vis fleksibilitet i overholdelsen af reglerne, hvor medarbejderne forsøger at finde en balance mellem overholdelse og praktisk omgang med hinanden. Den nul-alkohol politik, der er indført, understøtter disse normer og regler, ved at skabe en klar ramme, man må simpelthen ikke drikke alkohol i arbejdstiden eller på arbejdspladsen. Denne regel har en stærk indflydelse på de normative forståelser og adfærd blandt medarbejderne, hvilket understøtter en kultur, hvor arbejde og fritid er opdelt. Det giver ikke mening at drikke alkohol i hverdagen, det hører weekenden til

4.7 Motion og smerter

I dette afsnit vil jeg beskrive de tre gruppers praksisser for motion og smerter. Afsnittet vil først omfatte en undersøgelse af de generelle forståelser, der udelukkende refererer til de to emner motion og smerter. Derefter beskrives de relevante regler og retningslinjer medarbejderne er underlagt. Efterfulgt af en undersøgelse af gruppernes praktiske forståelser, samt de teleoaffektive strukturer. I dette afsnit er der ikke foretaget en opdeling af grupperne, idet både smerter og motion er faktorer, der ikke variere synderligt mellem grupperne, derfor er det hensigtsmæssigt at beskrive det som en helhedsforståelse.

Generelle forståelser

En fremtrædende livsanskuelse blandt medarbejderne, er deres syn på en byggearbejder. At være byggearbejder anses for et hårdt fysisk arbejde. Det forstås ikke som et erhverv der kan varetages gennem hele livet, da det er nedslidende for kroppen. Til trods for at arbejdsvilkårene er blevet væsentligt forbedret gennem årene med indførelse af maskiner og muligheden er større end for tyve år siden, så kræver arbejdet fortsat fysisk styrke og ofte tunge løft. At være byggearbejder indebærer derfor, at leve med ledsmerter og regelmæssigt at tage smertestillende medicin. Dette er illustreret i udtalelsen: ”*Vi knokler bare på vi er brolæggere (bilag 2, side 36).*”

Det tegner et overordnet billede af byggearbejdere, som personer med en robust arbejdsmentalitet. Det suppleres af denne udtalelse:

”Jeg tror generelt indenfor det her fag, det er jo de her børn med krudt i røven der kommer ud, det er typisk ikke guds bedste børn, der ender herude på byggepladsen, ikke fordi der er noget galt med det overhovedet, men det er jo noget der stammer helt tilbage fra folkeskolen og gymnasiet og sådan noget der (Bilag 2, side 46)”

En anden generel forståelse er, at der ses en tendens til ikke at bede om hjælp, snarere forventes det, at hjælpen bliver tilbudt, det skal ligefrem kastes ud i hovedet på os. Det afspejler en livsanskuelse hvor selvstændighed og stolhed er centrale værdier.

Det er værdier som ansvarlighed, loyalitet, samhørighed, hjælpsomhed og grundighed, der særligt karakteriserer byggemedarbejdernes personlige værdier. Byggemedarbejderne beskriver en praksis, hvor der er en stærk tradition for at passe på hinanden. En beskriver, at de er gode til at sætte hinanden i gode arbejdssituationer og hjælpe hinanden (Bilag 1, side 21). En anden udtaler: *”fordi det er jo en lille familie (bilag 2, side 54)”* hvilket afspejler en familiær atmosfære på arbejdspladsen.

Byggebranchen har historisk været præget af en kultur, hvor fysisk nedslidning ofte anses som en naturlig del af arbejdet. Denne livsanskuelse er dog under forandring, især blandt den yngre generation af byggearbejdere, som viser en stigende værdi for personlig sundhed og velvære. Det er værdier som bevæger sig mod nyere forståelser af fysisk sundhed, hvor den yngre generation i højere grad prioriterer at tage vare på deres egen krop og håndtere smerter på en ny måde. De yngre byggemedarbejdere, der fokuserer på fysisk træning, mener generelt, at styrketræning har en positiv effekt på deres smerter og at det gør en forskel at styrketræne (Bilag 3, s. 15).

I forhold til smertestillende er der forskellige forståelser for, hvordan byggearbejdere forholder sig til smerter og brug af smertestillende midler. For langt de fleste er smertestillende midler som voltaren gel og andre produkter en accepteret løsning, mens enkelte foretrækker at undgå medicin, medmindre det er absolut nødvendigt. (Bilag 3, s. 26).

Smerter opfattes ofte som en konsekvens af egen livsstil og arbejdsmetoder. Nogle medarbejdere anser smerter som selvforskyldt, især hvis de overanstrenger sig ved styrketræning uden tilstrækkelig restitution. Smerter kan være både selvforskyldte og ikke-selvforskyldte. Selv om der er en forståelse af, at mange smerter er en følge af arbejdsmetoder eller livsstil, er der også en erkendelse af, at visse smerter kan være et resultat af arbejdsbetingede forhold eller belastninger.

Der er en udbredt livsindstilling blandt de ældre medarbejdere om, at smerter skal "arbejdes væk" og at man altid kan møde på arbejde, medmindre lægen siger noget andet. Smerter opfattes ofte som noget, der går over med tiden, og at det ikke nødvendigvis er en hindring for at fortsætte arbejdet (Bilag 3, s. 17). Det er en generel forståelse blandt byggemedarbejderne at selvom der er mulighed for at bruge hjælpemidler på arbejdspladsen, er det ofte op til den enkelte byggemedarbejder at beslutte, om de vil benytte sig af dem.

Regler

Der er en sundhedsordning man kan tilmelde sig, for et beløb om mdr.

De strukturelle regler omkring arbejdstiderne, er at man som byggemedarbejder skal møde fysisk på arbejde, det er derfor ikke muligt at arbejde hjemmefra eller at flexe, fordi opgaverne nu engang skal laves på bestemte tidspunkter. Det gør at regler for arbejdstiderne, begrænser mulighederne for at man kan tage til kiropraktor, fysioterapeut, læge m.m. Derfor er det også det normative rigtige at gå til disse aftaler i sin fritid.

Praktiske forståelser

Der er en forståelse af, at man ikke bare ringer efter en lastbilkran, fordi man skal have flyttet for eksempel 10 jern. Man må slæbe mere når der ikke er plads til en tårnkran på byggepladsen.

Hvis hjælpemidlerne er besværlige at bruge og det er nemmere uden, så gør man det manuelt. For eksempel sparker man fliserne på plads hvis den skal rykkes en cm, fordi det er hurtigere end at gå over og tage knopstangen, det er ikke besværligt, men det er nemme bare lige hurtigt (Bilag 2, side 28) Man træner udenfor arbejdstiden. Når man først er hjemme, så er der andre ting der skal ordnes og derfor er det svært at få trænet.

Det er ens eget ansvar at forklare om morgenen, at man har ondt, det er ens eget ansvar at sige fra. Man kommer på arbejde selvom man har smerter, man kan altid finde et eller andet at lave, ved mindre man har brækket benene. En er stoppet med det, fordi at det kan mærkes i kroppen lige med samme. I sjak 3 har en vredet rundt på sin ankel flere gange på grund af den ujævne terræn på byggepladsen. Når man kommer på arbejde med smerter er det ok at passe på sig selv og gøre noget af det arbejde som er lidt nemmere, det man føler man kan. Men det er op til en at åbne munden og sige noget. Hvis man har smerter tager man piller og kommer på arbejde. En af de ældre har fået gigtpga arbejdet. Hvis hjælpemidlerne er besværlige at bruge og det er nemmere uden, så gør man det manuelt. Et eksempel:

A2: For eksempel saven vi har dernede, der er sugekop på, ikke og vejespænder. Men det tager jo en krig at køre den der over og ned, og så skal du suge pladen fast.

A1: Men det virker fint nok.

A2: Jamen det virker jo. Men det tager sin tid, ikke? Der har man tendens til at hurtigt tage pladen, og så bare lige vippe den op, sådan med håndkraft også køre den i stedet for at bruge det suge. Så kan du faktisk løfte hele pladen over og lægge af. Ja. Der er det nogle gange noget hurtigere, så tager jeg pladen og smider den op.

Teleoaffektiv struktur

Det er godt at have et fysisk arbejde, fordi man får rørt sig og får pulsen op og bliver stærk af det. Det giver mening og motivere nogle byggemedarbejder.

Det der morgengymnastik er ikke nogen god ide – det har indflydelse på hvad andre synes og er normen i fællesskabet hierarki. Formålet med at styrke træne efter arbejde er at undgå smerter (er der forskning der viser det?)

Det er sindsygt svært, når du kommer ind på det personlige agtige og få folk med til det, Det kan også blive for tæt på. Der er nogen der bakker, nej i skal fandme ikke blande jer. Jeg har en dårlig ryg.

Man prioriterer arbejdsrelaterede mål over sundhedsmæssige aktiviteter, det har indflydelse på mulighedsbetingelserne.

4.7.1 Praksis for overarbejde

Denne praksis som beskriver overarbejde er udelukkende relateret til sjak 2. Under gruppeinterviewet opstod en samtale om gruppens forståelse af overarbejde, som blev relateret til betydning af både smerter og restitution, men også at få spist nok.

Regler og generelle forståelser

Der er en forståelse i sjakket om at nogle dage kan man gå lidt tidligere og andre dage lidt senere, plus minus nogle timer, men Du bestemmer selv om du har lyst til at blive, ansvaret lægger hos dig selv.

Praktiske forståelser og teleoaffektive strukturer

I sjakket er der en implicit forståelse for hvad det korrekte handlingsmønster er i forhold til overarbejde, der forløber således; I sjakket er det ikke urealistisk at de bliver spurgt om de kan blive

længere og derved overarbejde, enten dagen før eller på dagen, fordi der opstår pludselige opgaver som kantsten der skal være færdig inden der lægges asfalt. Det er formanden eller den ansvarshavende der spørg medarbejderne, derefter svarer de adspurgte medarbejdere ja til overarbejde, ved mindre der er en yderst vigtig grund til ikke at blive. Følge samtale indikerer (Bilag 2 s. 32-33):

Byggemedarbejder i sjakket (A5):	Ansvarshavende byggemedarbejder (A1):
1. Hvordan ville du have det hvis jeg havde gjort det i går?	2. Så havde jeg sagt det var ærgerligt
3. Hvad så hvis X også havde sagt det i går?	4. Så havde jeg synes det var sur røv
5. Hvis vi alle sammen var enige om det?	6. Der er jo ikke nogen der kan tvinge dig. Det ville ikke være et særlig populært valg, det kan vi godt blive enige om.
7. Og det er det jeg mener altså også er dit valg allerede truffet for dig	8. Det er det ikke
9. Jo	10 Nej

Her er der ifølge den ansvarshavende fri mulighed for at sige fra, det er man selv ansvarlig for og bestemmer selv om man har lyst til at blive. Det føler en anden i sjakket ikke, byggemedarbejder 2 mener at selvom det er hans eget valg at træffe beslutningen om at ville overarbejde, så føler han at det kan påvirke hans status og relation i gruppen. Han føler at han går imod de værdier der er i sjakket, om at de er en lille familie og at man hjælper hinanden. Der er et handlingsmønster hvor de generelle forståelser og værdier smat den korrekte praktiske forståelse for overarbejde, smat sociale normer former byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for at sige nej til overarbejde, og derved undgå yderligere smerter eller en risiko for en arbejdsulykke på grund af manglende indtag af mad og restitution.

Her er der den del som er den "korrekte" forståelse for hvad man gør i sjakket, flere giver udtryk for at det ikke er muligt at sige nej. Teleo: det er ikke et populært valg, men ingen kan tvinge dig, beskriver hvordan det at tage et upopulært valg har af sociale konsekvenser.

Denne forståelse viser, hvordan medarbejdere håndterer uforudsete ændringer og krav ved at tilpasse sig de nye betingelser, selvom dette kan medføre ekstra stress og kræve yderligere arbejdstid.

A5: Det der sker det er jo egentlig bare en kædereaktion af ting og det er jo egentlig bare jamen selvfølgelig står mine kollegaer tilbage uden mig, det vil sige så mangler de hænder så bliver tingene mere stresset så bliver kollegaerne sure og selvfølgelig klart. Det er jo klart det opstår det er der ikke nogen der gider bare sådan nå men vi står her og arbejder, så er der bare nogen der skrider. Det er da total nederen ikke men når det sker så vil man jo uden tvivl komme igennem en eller anden form for, jeg ved ikke om man kan kalde det en popularitets ting, men også i forhold til at få tingene til at fungere og det er jo noget vi går meget op i i hvert fald at bruge, at få afdelingens ting til at fungere sammen også noget med de styrker som man går på

A5: Hjælpe hinanden lige præcis ikke også og så bryder man ligesom hele den der hvad kan man sige hjælpe hinanden kultur, som vi egentlig går meget op i ikke

4.8 Et personligt valg og ”kulturpåvirkning”

Der er to sætninger der optræder gentagne gange i de tre gruppeinterviews. Den første er byggemedarbejdernes udtalelser om, at "det er et personligt valg...", mens den anden, at "det er ens eget ansvar". Sætningerne henviser til medarbejdernes egen handlefrihed i forhold til beslutninger om kost, rygning, alkoholforbrug, motion, smertehåndtering og søvn. Indenfor særlig rygning og alkohol er der indført regler i arbejdstiden, idet alkoholindtagelse ikke er tilladt og rygning er begrænset til bestemte områder. Udover at det er et personligt valg mener medarbejderne at det også er den enkeltes ansvar at overholde de gældende regler i arbejdstiden.

Generel forståelse:

Det er et personligt livsstilsvalg for medarbejdere i byggebranchen om de vil leve sundt.

Det er den forståelse der gør sig gældende hos byggemedarbejderne i de tre sjaks og deres generelle forståelse for hvordan det er for en byggearbejder i branchen.

Når livsstilsvaner er et personligt valg og den generelle forståelse i byggebranchen, med udgangspunkt i de tre gruppeinterview. Hvad kan man som virksomhed så gøre for at forbedre medarbejdernes livsstilsvaner, hvis de i sidste ende selv kan bestemme fra og til?

Først og fremmest handler det om at se på om der realset er problemstillinger der kan forbedres. Dette ikke kun set som materielle arrangementer, om der er køleskab tilgængeligt eller rent vand. Men

problemstillinger der udfolder sig i praksisser. [Med udgangspunkt i den praksisteoretiske](#) At forandre en livsstilsvane til det bedre, handler ikke om at ændre på den generelle forståelse af at det er et personligt valg, men det handler om at forstå forandringsprocessen som individets deltagelse i fællesskabet, at forstå ændring af adfærd som et socialt fænomen. Theodore Schatzkies beskriver at sociale fænomener og psykologiske træk ved menneskelivet er bundet til praksisser og forankret i de menneskelige aktiviteter og ikke individers aktiviteter. Med udgangspunkt i den praksisteoretiske vinkel, må vi forstå at de personlige livsstilsvalg byggemedarbejderne gør sig, er præget og styret, på godt og ondt, af de forskellige praksisser der gør sig gældende i arbejdstiden på byggepladsen. Og det derved er i disse praksisser problemstillingerne skal findes.

I det næste udsagn vises et eksempel på, hvordan et personligt valg om hvad man spiser, har indflydelse på den sociale praksis medarbejderne indgår i. Denne samtale er fra sjak 1, som er et sjak hvor alle har madpakker med. Samtalen forgår mellem B1 som er timelønnet byggearbejder og lærlingen fra sjakket:

”B1: Jeg har arbejdet sammen med masser af sådan nogle mennesker som hver gang når de skulle have mad, så for helvede mand. Jeg skal sgu også have mad, så går de lige hen og køber smørrebrød eller et eller andet åndssvagt og det er bare hver dag. For det første så er det skidedyrt og for det andet er det så måske ikke altid det bedste mad -og var man nu kommet som en lærling som attenårig i sådan et sjak, og set okay det er sådan vi gør her, ikke? Så er det måske også bare sådan man gør ikke, så der tror jeg det ville påvirke sådan en ung mand, der ikke har været på arbejdsmarkedet rigtig meget faktisk altså”

”Lærling: ...Hvis alle sidder og spiser sådan noget udefra mad som du siger og man sidder som den eneste der spiser mad hjemmefra. Så har man jo ikke rigtig lyst.”

Samtalen er et eksempel på, at de medarbejdere der har været i branchen i længere tid, i nogle tilfælde kan have indflydelse på de unge lærlinges sundhedsvaner. Medarbejdernes personlige valg vil have indvirkning på den pågældende praksis der gør sig gældende på arbejdspladsen og selvom det fortsat er et personligt valg for lærlingen, så vil den praktiske forståelse der gør sig gældende i sjakket, have indflydelse på hvad der er det mest passende at gøre og dermed normen i sjakket.

Så hvis vi igen vender tilbage til spørgsmålet om, hvad en virksomhed kan gøre for at forbedre medarbejdernes livsstilsvaner, når de i sidste ende selv har friheden til at træffe deres egne valg? Så er man et nødt til at kende til problemstillingerne i praksis og de faktorer, der har indflydelse på den enkelte medarbejders valg. For derefter at forstå hvad der skal til for at ændre praksis.

4.9 Diskussion

Metodologiske og teoretiske styrker og begrænsninger

Dette afsnit har til formål at diskutere min undersøgelse, fra både et fagligt og metodisk perspektiv. Under udarbejdelsen af specialet, opstod overvejelser om hvorvidt det metodiske valg af fokusgruppinterview var fyldestgørende for, at undersøge byggearbejdernes mulighedsbetingelser for fysisk sundhed. To centrale metodiske overvejelser var særligt i tankerne; brugen af observationer og brugen af videooptagelser under interviewene. Begge metoder kunne have givet specialets praksisteoretiske perspektiv yderligere forståelse. Observationer kunne have tilføjet en dybere og mere nuanceret indsigt i byggearbejdernes hverdagspraksis, idet det kunne have vist, om det de sagde også var det de gjorde i praksis. Det havde krævet en tidskapacitet, som var vanskelig at nå inden for specialets begrænsede tidsramme. De praktiske omstændigheder, herunder sikkerhedshensyn og nødvendige tilladser til at opholde sig på byggepladserne, gjorde det desuden vanskeligt at gennemføre observationer.

At videooptage de tre gruppeinterviews ville ligesådan have tilført en ekstra dimension, idet det ville have gjort det muligt efterfølgende at observere byggemedarbejdernes kropslige reaktioner (Tanggaard & Brinkmann, 2022 s. 126). Begge metoder kunne have bidraget til en dybere forståelse af Schatskis teori om krop og materialitet, såsom ansigtsudtryk og kropssprog, som ville kunne indikere for eksempel engagement, træthed og stress. De tre fokusgruppinterview har bidraget til mange praksisteoretiske indsigter, idet det har muliggjort en dybdegående analyse af byggemedarbejdernes forståelser i deres interaktioner. Det har gjort det muligt at identificere både enigheder og uenigheder i deres praktiske handlemønstre, samt de følelsesmæssige formål og værdier, der har været fremtrædende i grupperne. Desuden har interviewene vist, hvordan disse faktorer har præget gruppens normer og tydeliggjort det hierarkiske samspil inden for grupperne. Det har givet en forståelse for hvordan interaktion i praksis, har haft indflydelse på byggemedarbejdernes mulighedsbetingelser for fysisk sundhed.

Navigering i praksisser er en kompleks og udfordrende opgave, som kræver omfattende erfaring og øvelse. De teoretiske begrænsninger af praksisteori medfører ligesådan overvejelser om anvendelighed. I bogen klassisk og moderne samfundsteori (del 2, side, 862) præsenteres kritiske refleksioner ved praksisteori, hvor jeg især bemærker to svagheder som fremhæves:

1. Den metodiske svaghed: At praksisteori ofte ikke tager tilstrækkeligt højde for tavs viden, kropslighed og materialitet, idet den ofte anvender diskursive metoder, som interviews.
2. Den teoretiske svaghed; At praksisteori ofte fokuserer på at undersøge aktiviteter på mikroniveau, dvs. små sociale enheder, og har begrænsninger ved at forklare større samfundsstrukturer på makroniveau i relation til praksisser.

Trods en grundig gennemgang af Theodore Schatzkis teori, som gav uendelige muligheder for at udforske specifikke begreber, blev aspektet af materialitet nedtonet i analysen.

Som påpeget i de tidligere kritikpunkter af praksisteori, har metodevalget haft indflydelse på omfanget af Schatzkis begreber om krop og materialitet i specialet. Ligesådan har anvendelsen af Schatzkis fire begreber -generelle forståelser, praktiske forståelser, regler og teleoaffektive strukturer, medført vanskeligheder i forhold til at rammesætte praksisser i relation til Schatzkis niveauinddeling af praksisser. I følge praksisser er praksisser aldrig isolerede, men eksisterer i et samspil med andre praksisser og materielle arrangementer.

4.10 Konklusion

I dette speciale har jeg gennemført en kvalitative undersøgelse med fokus på oplevelsen af fysisk sundhed inden for sociale praksisser. Undersøgelsen er baseret på en socialkonstruktivistisk videnskabsteoretisk tilgang, der antager, at forståelser og forandringer skabes i det sociale rum. Denne teoretiske ramme har gjort det muligt at analysere empirien gennem Theodore Schatzkis praksisteoretiske begreber. Med de to teoretiske elementer er konklusionen for specialet, at hvis man skal forbedre en sundhedskultur, så er man nødsaget til at kigge på dynamikken i gruppen og hvordan de præger hinanden. Den socialkonstruktivistiske tilgang indebærer, at forståelsen af fysisk sundhed er formet af de sociale interaktioner, som vi deltager i.

Ved at anvende Schatzkis praksisteori, som fokuserer på de konkrete handlinger og rutiner, der udgør sociale praksisser, har jeg været i stand til at undersøge, hvordan disse praksisser påvirker oplevelsen af fysisk sundhed.

Undersøgelsens resultater peger på, at arbejdsmiljøet spiller en central rolle i at forme medarbejdernes sundhedspraksisser. De sociale interaktioner og strukturelle rammer i virksomheden har haft indflydelse på, hvordan medarbejderne forholder sig til og agerer i forhold til fysisk sundhed. Dermed

understøtter undersøgelsen den teoretiske antagelse om, at fysisk sundhed er forankret i de sociale og strukturelle forhold, som medarbejderne er en del af.

Specialet har haft til formål at undersøge, hvordan arbejdsmiljøet i en entreprenørvirksomhed i byggebranchen, har skabt mulighedsbetingelser for byggemedarbejders fysiske sundhed? Dette er blevet undersøgt gennem seks parametre; kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter.

Kost:

Skaber arbejdsmiljøet mulighedsbetingelser for at byggearbejderne kan spise og drikke og leve efter de officielle kostråd ?

Har de mulighed for at leve sundt når de er på arbejde på byggepladsen, ja også nej, langt hen ad vejen er det op til den enkeltes overskud og motivation at få medbragt mad som både indeholder grøntsager, fuldkorn, er magert og med begrænset indtag af fedt,

Set ud fra en praktisk forståelse så begrænses muligheden for at spise frokost, ved at alle tre grupper har reduceret deres pauser til et minimum. Det har konsekvenser for madpakkens indhold, samt hvor mange måltider de kan indtage dagligt.

Ud fra min diætiske baggrund vurderer jeg, at byggemedarbejdernes, udelukkende ud fra de tre gruppeinterviews, har en almen forståelse af sunde kostvaner, som stemmer overens med flere af de danske kostråd. På tværs af de tre grupper er der meget der tyder på at byggemedarbejdernes gennem tidligere erfaringer har fået en grundlæggende viden om, hvad sund kost indebærer. Diskussionerne afslører dog en mangel på dybere forståelse af de sundhedsmæssige konsekvenser ved ikke at træffe sunde kostvaner. Det er uklart, om det skyldes en generel uvidenhed om konsekvenserne, men det kan konkluderes, at sådanne overvejelser ikke fylder i en samtale om kost.

Når vi ved at 36,5% af alle mænd med en kortere uddannelse udelukkende lever af usunde kostvaner, har det været væsentligt at undersøge, om det samme gør sig gældende blandt byggemedarbejderne. Det kan ikke konkluderes at medarbejderne generelt i virksomheden, udelukkende har usunde kostvaner. Men der er en tendens særligt i sjak 2, hvor flertallet af sjakket lever usundt, baseret på informationer om deres måltidsmønstre, samt deres vaner omkring morgenmad, mellemmåltider og frokost. Derudover er der et mønster af minimalt indtag af grøntsager, samt et større forbrug af energidrikke på tværs af grupperne. Alle tre sjaks har forskellige rutiner i forhold til pauser, men fælles for dem alle, er at de har fravalgt eller reduceret deres pauser. De begynder arbejdsdagen tidligt for at undgå morgentrafikken og køre tidligere hjem, og undgår dermed eftermiddagstrafikken. Sjak

3 har tilmed omstruktureret deres arbejdsdage til en 4-dages arbejdsuge for bedre at tilpasse sig trafikken.

Rygning

Skaber arbejdsmiljøet mulighedsbetingelser for at byggearbejderne kan stoppe med at ryge?

Reglerne for rygning begrænser byggemedarbejdernes muligheder for at ryge indendørs og snart er det også helt udelukket at ryge på byggepladserne. Der er for mange en forståelse for at rygning er usundt og langt de fleste ønsker at stoppe.

Motion

Skaber arbejdsmiljøet mulighed for at byggemedarbejderne kan være fysisk aktiv i mindst 30 minutter dagligt, samt udføre muskelstyrkende aktiviteter mindst to gange om ugen, og begrænse den tid de tilbringer stillesiddende?

Byggemedarbejderne har generelt rimelige muligheder for at være fysisk aktive i mindst 30 minutter dagligt. Det kan de gennem deres arbejdsopgaver på byggepladsen, som ofte kræver konstant bevægelse og en stabil fysisk indsats. Dog viser forskning, at den type fysisk aktivitet, der udføres som en del af deres arbejde, ikke nødvendigvis resulterer i de samme sundhedsmæssige fordele, som sammenhængende fysiske aktiviteter ved gang, løb eller cykling. (Hallman et al., 2015). Dette indikere, at selvom medarbejderne er fysisk aktive i arbejdsdagen, er det vigtigt, at de også prioriterer sammenhængende fysisk aktivitet efter arbejde, hvor pulsen opretholdes kontinuerligt i mindst 30 minutter. På samme måde gælder det for muskelstyrkende aktiviteter, at de skal udføres med fokus på systematisk og kontinuerlig styrketræning for at have en gavnlig effekt på smerter og forebygge andre helbredstilstande. Arbejdsopgaver, der indebærer skæve og ensartede arbejdstillinger, kan potentielt medføre uensigtsmæssige løft og belastninger. Derfor er det essentielt, at muskelstyrkende aktiviteter uden for arbejdstiden er designet til at styrke kroppen korrekt. Endelig er begrænsningen af stillesiddende tid naturligt givet, da arbejdet kræver stående aktivitet og konstant bevægelse.

Søvn

Skaber arbejdsmiljøet mulighedsbetingelser for at byggemedarbejderne for sovet 7-9 timer pr. døgn med regelmæssige søvn- og opvågningsstidspunkter?

I forhold til søvn kan det konkluderes, at det er et parameter, der ikke forekommer i arbejdstiden. Derfor undersøges mulighedsbetingelserne i arbejdsmiljøet for at se, om det har medindflydelse på

byggemedarbejdernes søvnkvalitet og søvnlængde. Da søvn ikke blev medtaget i analyseafsnittet, beskrives det kun kort her.

De fleste medarbejder følte ikke, at deres søvnkvalitet eller søvnlængde havde indflydelse på deres arbejdsindsats. Det varierede, om man fik sovet nok, og manglende søvn skyldtes ofte private spekulationer eller naturlige konsekvenser af at blive ældre. Det kan konkluderes, at arbejdsmiljøet ikke hæmmer byggemedarbejdernes mulighed for at få tilstrækkelig og kvalitetsfuld søvn af.

Smerter

Skaber arbejdsmiljøet mulighedsbetingelser for at byggemedarbejderne kan undgå smerter?

Der er to primære typer af smerter, som byggemedarbejderne oplever. Der er de akutte smerter som opstår fra forkerte løft eller uhensigtsmæssige bevægelser og så er der smerterne der skyldes nedslidning. De akutte smerter opstår ofte, når medarbejderne ikke bruger de rette hjælpemidler eller udfører opgaver uden at tænke sig om. Medarbejderne betragter ofte disse smerter som selvforskyldte, idet de kan skyldes dovenskab eller manglende opmærksomhed. Det kan også skyldes uholdbare forhold på byggepladsen, som når der er mudder på pladsen der kan forårsage at man vrækker om. Så er der de smerter er forudsaget af fysisk nedslidning af kroppen, disse smerter rammer særligt de ældre byggemedarbejdere og de skyldes et langt arbejdsliv med hårdt fysisk arbejde og mange gentagende bevægelser. De har beskrevet smerter som gigt eller kroniske skulder og knæskader.

Formidlende artikel

Et praksisteoretisk perspektiv på fysisk sundhed i byggebranchen

Af Carina Mygind-Holmgaard

5. August 2024

Hvad kan man som virksomhed gøre for at forbedre medarbejdernes livsstilsvaner, hvis de i sidste ende selv kan bestemme fra og til? Er sundhed et personligvalg eller kan virksomhederne blande sig? Hvor går grænsen?

Indledning

”Sundhed og sikkerhed” er et af de helt store fokusområder indenfor arbejdsmiljø i byggebranchen og nu mere end nogensinde før på grund af de nye EU-lovkrav om bæredygtig rapportering, der blev godkendt i juni 2023. Lovkravene kræver, at alle store og mellemstore virksomheder skal rapportere om klima/miljø, sociale forhold og ledelse forhold i deres årsrapporter. Det betyder, at det fremadrettet ikke er nok, at en virksomhed blot skriver, at de arbejder for et sundt og sikkert arbejdsmiljø, nu skal de også dokumentere, hvordan de konkret gør dette.

Denne artikel bygger på en undersøgelse, hvor der blev foretaget fokusgruppeinterview af tre sjaks fra samme virksomhed i bygge- og anlægsbranchen, ialt 16 ansatte, her i blandt 3 lærlinge deltog i undersøgelsen, Formålet var at undersøge de betingelser, der har indflydelse

på de ansattes fysiske sundhed indenfor seks parametre; kost, rygning, alkohol, motion, søvn og smerter.

Kost

Undersøgelsen viste, at problemstillinger omkring måltidmønstre og pauser udgjorde en væsentlig udfordring for, om bygge- og medarbejderne reelt fik den mad, de fysiologiske havde behov for. Der var en grundlæggende forståelse for, hvad sunde og usunde vaner indebar, som stemte overens med de danske kostråd. Dog havde sunde kostvaner ikke den højeste prioritet. Generelt blev arbejdsopgaver prioriteret højere end pauser og mad.

Rygning

I Danmark er 30 % af alle dødsfald relateret til rygning. Rygere og tidligere rygere har et

større sygefravær end ikke rygere. Særligt fysiologisk har det væsentlige konsekvenser for arbejdsevnen, idet rygning hæmmer kroppens signaler på træthed og sult og nedsætter reaktionsevnen. Derudover belaster rygning hjertet, øger pulsen og blodtrykket, kan give vejtrækningsbesvær og reducerer konditionen, hvilket har indflydelse på evnen til at udføre fysisk hårdt arbejde. I undersøgelsen ryger ca. halvdelen af bygge- medarbejderne. Der var kun en der gav udtryk for at han ikke ønskede at stoppe, eller havde alle et ønske om at stoppe. Der ses en tendens på tværs af alder, at de sundhedsværdier ved at stoppe med at ryge træder mere frem.

Alkoholforbrug

Alkohol udgjorde ikke en problemstilling i undersøgelsen. Implementering af forbud mod alkohol har ifølge informanterne haft stor indflydelse på, at man ikke indtager alkohol i arbejdstiden. Den traditionelle praksis med at drikke fyraftensøl prioriteres i mindre grad, hvilket skyldes en ændring i de overordnede værdier.

Motion

Byggemedarbejderne har generelt rimelige muligheder for at være fysisk aktive i mindst 30 minutter dagligt og udføre muskelstyrkende aktiviteter mindst to gange om ugen. Forskning viser dog, at den type fysisk aktivitet der udføres som byggearbejder, ikke resulterer i de

samme sundhedsmæssige fordele, som fysiske aktiviteter ved løb eller cykling. Dette indikere, at selvom medarbejderne er fysisk aktive i arbejdsdagen, er det vigtigt, at de også prioriterer sammenhængende fysisk aktivitet efter arbejde, hvor pulsen opretholdes kontinuerligt i mindst 30 minutter.

På samme måde gælder det for muskelstyrkende aktiviteter, at de skal udføres med fokus på systematisk og kontinuerlig styrketræning for at have en gavnlig effekt på smerter og forebygge andre helbreds- tilstande.

Søvn

De fleste medarbejdere følte ikke, at deres søvnkvalitet eller søvnlængde havde indflydelse på deres arbejdsindsats. Variationen i, om de fik sovet nok, skyldtes ofte private spekulationer eller naturlige konsekvenser af at blive ældre. Derfor kan det konkluderes, at arbejdsmiljøet ikke hæmmer byggemedarbejdernes mulighed for at få tilstrækkelig og kvalitetsfuld søvn. Søvn blev ikke identificeret, som en problemstilling i undersøgelsen. Ingen af de interviewede følte at den manglende søvn havde en ydflydelse på deres arbejdsevne.

Smerter

Der er to primære typer af smerter, som byggemedarbejderne oplever. Der er de akutte smerter som opstår fra forkerte løft eller uhensigtsmæssige bevægelser og så er der smerterne der skyldes nedslidning. De akutte smerter opstår ofte, når medarbejderne ikke bruger de rette hjælpemidler eller udfører opgaver uden at tænke sig om. Medarbejderne betragter ofte disse smerter som selvforskyldte, idet de kan skyldes dovenskab eller manglende opmærksomhed. Det kan også skyldes uholdbare forhold på byggepladsen, som når der er mudder på pladsen der kan forårsage at man vrækker om. Så er der de smerter er forudsaget af fysisk nedslidning af kroppen, disse smerter rammer særligt de ældre byggemedarbejdere og de skyldes et langt arbejdsliv med hårdt fysisk arbejde og mange gentagende bevægelser. De har beskrevet smerter som gigt eller kroniske skulder og knæskader. I forhold til smertestillende er der forskellige forståelser for, hvordan byggearbejdere forholder sig til smerter og brug af smertestillende midler. For langt de fleste er smertestillende midler som voltaren gel og andre produkter en accepteret løsning, mens enkelte foretrækker at undgå medicin, medmindre det er absolut nødvendigt. (Bilag 3, s. 26). Smerter opfattes ofte som en konsekvens af egen livsstil og arbejdsmetoder. Nogle medarbejdere anser smerter som selvforskyldt, især hvis de overanstrenger sig

ved styrketræning uden tilstrækkelig restitution. Smerter kan være både selvforskyldte og ikke-selvforskyldte. Selv om der er en forståelse af, at mange smerter er en følge af arbejdsmetoder eller livsstil, er der også en erkendelse af, at visse smerter kan være et resultat af arbejdsbetingede forhold eller belastninger.

Kulturforandring på vej/ igang

Byggebranchen har historisk været præget af en kultur, hvor fysisk nedslidning ofte anses som en naturlig del af arbejdet. Denne livsanskuelse er dog under forandring, især blandt den yngre generation af byggearbejdere, som viser en stigende værdi for personlig sundhed og velvære. Det er værdier som bevæger sig mod nyere forståelser af fysisk sundhed, hvor den yngre generation i højere grad prioriterer at tage vare på deres egen krop og håndtere smerter på en ny måde. De yngre byggemedarbejdere, der fokuserer på fysisk træning, mener generelt, at styrketræning har en positiv effekt på deres smerter og at det gør en forskel at styrketræne (Bilag 3, s. 15). Kulturforandring på vej, der er kommet en værdi i at passe mere på sig selv, særligt blandt den yngre generation. Værdierne er nogle andre, man er begyndt at have nogle overordnede holdninger og værdier som bevæger sig mod nyere forståelser.

Referencer

- Ahrensberg, H., & Petersen, C. B. (2023). *En detaljeret beskrivelse af andelen, der ikke efterlever WHO's minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet Notat baseret på Sundheds-og sygelighedsundersøgelsen 2021 Statens Institut for Folkesundhed*. <https://hjerteforeningen.dk/>
- Bøttcher, Louise., Kousholt, D., Brøndum, Tine., & Winther-Lindqvist, D. Alexandra. (2018). *Kvalitative analyseprocesser : med eksempler fra det pædagogisk psykologiske felt*. (Louise. Bøttcher, D. Kousholt, Tine. Brøndum, & D. Alexandra. Winther-Lindqvist, Eds.; 1. udgave.) [Book]. Samfundslitteratur.
- Brinkmann, Svend. (2014). *Det kvalitative interview*. (Svend. Brinkmann, Ed.) [Book]. Hans Reitzel.
- Buch, A. (2017). Praksisteori og arbejdslivsforskning [Article]. *Tidsskrift for Arbejdsliv*, 19(4), 36–50. <https://doi.org/10.7146/tfa.v19i4.109051>
- Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. (2020). *Byggearbejde er hårdt for kroppen*.
- Erhvervsstyrelsen. (2021, May 10). <https://erhvervsstyrelsen.dk/vejledning-vejledning-om-lovpligtig-redegoerelse-samfundsansvar>. <https://Erhvervsstyrelsen.Dk/Vejledning-Vejledning-Om-Lovpligtig-Redegoerelse-Samfundsansvar>.
- Eriksen, Louise., Statens Institut for Folkesundhed., & Danmark. Sundhedsstyrelsen. (2016a). *Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer*. Sundhedsstyrelsen.
- Eriksen, Louise., Statens Institut for Folkesundhed., & Danmark. Sundhedsstyrelsen. (2016b). *Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer*. Sundhedsstyrelsen.
- Fødevarestyrelsen. (2021). *De officielle kostråd -godt for sundhed og klima*.
- Fuglsang, L., Bitsch Olsen, P., & Rasborg, K. (2013). *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne : på tværs af fagkulturer og paradigmer*. (L. Fuglsang, P. Bitsch Olsen, & K. Rasborg, Eds.; 3. udgave.) [Book]. Samfundslitteratur.
- Fuglsang, L., BitschOlsen, P., & Rasborg, K. (2013). *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne : på tværs af fagkulturer og paradigmer*. (L. Fuglsang, P. Bitsch Olsen, & K. Rasborg, Eds.; 3. udgave.) [Book]. Samfundslitteratur.
- Hallman, D. M., Mathiassen, S. E., Gupta, N., Korshøj, M., & Holtermann, A. (2015). Differences between work and leisure in temporal patterns of objectively measured physical activity among blue-collar workers. *BMC Public Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2339-4>
- Kamp, A., & Nielsen, K. T. (2008). *Sundhedsfremme på arbejdspladsen-frynsegode eller frigørelse*.

- Kaspersen, L. B., & Halkier, B. (2020). Relationel teori, procestheori og nyere praksistheori. In H. Andersen & L. B. Kaspersen (Eds.), *Klassisk og Moderne samfundsteori* (6. udgave). Hans Reitzels Forlag.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview : det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. (S. Kvale & S. Brinkmann, Eds.; 3. udgave.) [Book]. Hans Reitzel.
- Lungeforeningen. (n.d.). <https://www.lunge.dk/rygning/viden-skader-ved-rygning>. 2024.
- Miller, W. R., & Rollnick, Stephen. (2005). *Motivationssamtalen* (W. R. Miller & Stephen. Rollnick, Eds.; 1. udgave.) [Book]. Hans Reitzel.
- Moll Wingender, M., & Steinitz, S. (2021). *Kvinder i bygge-og anlægsbranchen*. www.ogtal.dk
- Murphy, T. (2015). *Sensemaking Introduktion til Karl Weick*.
- Mygind-Holmgaard. (2024). *Social bæredygtighed, ESRS-rapportering, Meningskabelse*.
- Reinhardt Jakobsen, M. (2018). *Fokusgrupper for begyndere : en praktisk håndbog*. (Mette. Reinhardt Jakobsen, Ed.; 2. udgave. 1. oplag.) [Book]. Frydenlund.
- Rosendahl, H. A., Sofie, J., Møller, R., Huber, A., Davidsen, J. M., Ekholm, O., & Christensen, A. I. (2024). *Danskernes sundhed 2023*. www.sdu.dk/sifFinansieretafTrygFondenRapportenkandownloadesfrawww.sdu.dk/sif
- Schatzki, T. (2012). *A Primer on Practices*.
- Schatzki, T. (2017). Saying, texts and discursive formations. In H. Allison, T. Schatzki, & E. Shove (Eds.), *The Nexus of Practices: Connections, constellations, practitioners* (1st ed.). Routledge.
- Schatzki, T. R. (2002a). Practices. In *The Site of the Social: A Philosophical Account of the Constitution of Social Life and Change* (1st ed., pp. 59–122). Penn State University Press.
- Schatzki, T. R. (2002b). The Site of the Social [Book]. In *The Site of the Social: A Philosophical Account of the Constitution of Social Life and Change* (1st ed., pp. 123–188). Penn State University Press. <https://doi.org/10.1515/9780271023717>
- SST. (n.d.). <https://www.sst.dk/da/Borger/En-sund-hverdag/Alkohol/Anbefalinger-om-alkohol>.
- SST. (2023). *Fysisk aktivitet for voksne (18-64 år) : Viden om sundhed og forebyggelse*. Sundhedsstyrelsen.
- Sundhedsstyrelsen. (2024). *Anbefalinger for søvnlængde*.
- Tanggaard, Svend., & Brinkmann, L. (2022). *Kvalitative metoder : en grundbog* (Svend. Brinkmann, L. Tanggaard, & S. Brinkmann, Eds.; 3. udgave.) [Book]. Hans Reitzels Forlag.
- Tønnesen, Hanne., Nationale Begrebsråd for Sundhedsvæsenet. Arbejdsgruppen vedrørende Forebyggelse, S. og Folkesundhed., & Danmark. Sundhedsstyrelsen. Center for Forebyggelse.

(2005). *Terminologi : forebyggelse, sundhedsfremme og folkesundhed*. Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen.

World Health Organisation. (2020). *Basic Documents Forty-Ninth Edition (including Amendments Adopted up to 31 May 2019)*. World Health Organization.

World Health Organisation. (1988). *Ottawa charter om sundhedsfremme*.

World Health Organisation. (2020). *WHO Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*.