

# "ALLE SKAL MED!"

En fenomenologisk hermeneutisk tilnærming til Pedalpigane

**Ingunn Midtdal Abildgaard**

## **Veileder**

Rune Høigaard

*Masteroppgaven er gjennomført som ledd i utdanningen ved Universitetet i Agder og er godkjent som del av denne utdanningen. Denne godkjenningen innebærer ikke at universitetet inntår for de metoder som er anvendt og de konklusjoner som er trukket.*

Universitetet i Agder, 2014

Fakultet for helse- og idrettsvitenskap

## Forord

Med dette prosjektet har jeg tilbakelagt et spekter av variert arbeid, alt fra givende opplevelser på sykkelsetet med Pedalpigane, til utfordrende og til dels svært krevende og stillesittende tanke-, lese- og skrivearbeid ved skrivebordet. Det hele har artet seg som en kontinuerlig vandring i Heideggers hermeneutiske spiral og vil egentlig ingen ende vil ta, før jeg velger å sette punktum. For at dette prosjektet skulle være mulig for meg å gjennomføre, er det en rekke sentrale støttespillere som har bidratt på veien mot målet. Jeg ønsker spesielt å rette en stor takk til:

*Pedalpigane og gründer Renate Hægeland* som ga meg tilgang på deres unike miljø i en periode på 11 uker. Takk for deres åpenhet og raushet mot meg og at dere slapp meg så nær dere, slik at jeg fikk del i deres verden.

*Hovedveileder og professor Rune Høigaard*: Du har med iver og engasjement geleidet meg stødig igjennom skrivefasens mest krevende periode. Takk for støtte, oppmuntring og konstruktiv kritikk. Dine idrettsfaglige metaforer på prosessen har helt klart hatt en effekt på meg.

*Veileder og førsteamanuensis Merete Lund Fasting*: Du har motivert og inspirert meg i den metodiske verden. Takk for metodisk veiledning og for de mange gode reflekterende samtaler vi har hatt rundt bruk av ulike tilnærminger.

*Universitet i Agder, avdeling Kristiansand* for tildeling av forskningsmidler til anskaffelse og vedlikehold av utstyr jeg har trengt.

*Enhetsleder Anita Torland Kivle ved Nyfødt Intensiv*: Takk for din raushet og vilje til å tilrettelegge turnusen for meg i perioder jeg har hatt behov for det.

*Professor Nina Cecilie Øverby* som alltid er så positiv og tilstede når jeg har trengt råd og samtaler.

Avslutningsvis vil jeg rette en stor takk til *Per, min kjære mann*: Du har stått sammen med meg både under opp- og nedturen. Takk for din tålmodighet og overbærenhet i de mest intense arbeidsfasene. Helt til slutt, tusen takk til mine *fire barn* både hjemme og ute. Cathrine, Christoffer, Elisabeth og Rebekka setter livet mitt i perspektiv og minner meg på min viktigste funksjon i livet - morsrollen.

Ingunn Midtdal Abildgaard, Kristiansand, 15.mai 2014

# Sammendrag

**Alle skal med!**

**En fenomenologisk hermeneutisk tilnærming til Pedalpigane.**

## Prosjektets bakgrunn

Både egne observasjoner av Pedalpigane og det faktum at de rekrutterer en stor mengde kvinner, gjorde at jeg ønsket å undersøke hva som kjennetegner dette miljøet. Hva er det som bidrar de rekrutterte kvinner til fysisk aktivitet, får dem til å holde på med aktiviteten og ikke minst, får de fleste av dem til å delta i et så utfordrende sykkelritt som CLST (Colorline Setesdals Tour).

## Hensikt og forskningsspørsmål

Det faktum at Pedalpigane har klart å etablere en kvinnelig sykkelgruppe i et mannsdominert miljø, samtidig som jeg mener de representerer et viktig tilbud i et folkehelseperspektiv, ønsker jeg å forstå. Jeg ønsker å få mer kunnskap om hvem disse kvinnene er og hva som særpreger dette miljøet. I arbeidet mitt har jeg vært opptatt av å se på faktorer som tiltrekker kvinner til miljøet.

Hva er det som kjennetegner kvinnemiljøet Pedalpigane, og som bidrar til at de tiltrekker seg stadig flere nye kvinner til gruppen som ønsker å bruke sykkel som aktivitetsform?

## Metodisk tilnærming

Jeg har vært feltarbeider i sykkelgruppen Pedalpigane, og min tilnæringsmetode har vært deltagende observatør.

## Tilnærminger

Oppgaven bygger på en fenomenologisk hermeneutisk tilnærming. Tilnærmingen er opptatt av hvordan mennesker oppfatter fenomener og levd erfaring, hvor forståelsen står sentralt. Den vitenskapelige tilnærmingen bygger på Merleau-Ponty (2002), Gadamer (2004) og Heidegger (2007). Her har jeg funnet rammeverket for det metodiske arbeidet og drøftingen av empirien.

## Resultater

I mitt arbeid identifiserte jeg fire hovedområder som de mest sentrale og medvirkende til at stadig flere nye kvinner tiltrekkes Pedalpigane: (i) Slagordet ”ALLE SKAL MED” er en uttalt norm som ser ut til å legge føringer for Pedalpiganes atferd i møte med nye kvinner/medlemmer når de inkluderes i det (ii) sosiale fellesskapet de har, ved å vise (iii) sosial støtte, og å framstå som en (iv) arena der det tilrettelegges for mestring og kommunikasjon.

## Oppsummering

Normens betydning, ”ALLE SKAL MED”, legger føringer for Pedalpiganes atferd i møte med nye medlemmer. Denne bestemmer hvordan de ivaretar nye kvinner som ønsker å sykle sammen med dem.

Konteksten har betydning for kvinnenes behov for bekreftelse, utvikling av sosial identitet, og for hvordan gruppeatferden oppstår og viser seg. Konteksten er dermed en determinant for Pedalpiganes kohesjon og utviklingen av den.

Kohesjon er en determinant for motivasjon, sosial identitet, tilhørighet, mestring, kommunikasjon, prestasjon, glede, humør, trivsel og humor blant kvinnene.

Kvinneperspektivet er sentralt da det er med på å forsterke kvinnenes sosiale identitet og imøtekommer kvinnenes særegne behov.

Pedalpigane representerer en kvinnetilnærming til sykkelaktiviteten, noe som både er nytt og nyttig i et folkehelseperspektiv. Fysisk aktivitet er forebyggende og helsefremmende. Likeledes er fellesskapstilhørighet, opplevd sosial støtte en determinant for de nye kvinnenes sosiale identitet, motivasjon og mestringsevne. Dette regnes som en betydelig faktor for god helse.

# Abstract

## All In!

### A Phenomenological Hermeneutical Approach to *Pedalpigane*

#### Project Background

My own observations of *Pedalpigane* and the fact that they recruit an unprecedented number of women to cycling drew my attention to examine what characterizes this particular club. Not only do they recruit and encourage women to physical activity and making them stayers: most of the members participate in highly challenging races like the Color Line Setesdal Tour. How do they do that?

#### Main Question

The fact that *Pedalpigane* has succeeded establishing a women's cycle club in a male dominated environment, along with the point that from a public health perspective they represent, in my opinion, an essential activity, made me want to understand and study who these women are and how this club emerges. I have sought to highlight the aspects that draw women to this particular milieu.

What characterizes this milieu, what factors contribute to making more and more women choose biking as their physical activity?

#### Methods

My method of approach has been fieldwork within the club *Pedalpigane*, being the participating observer.

#### Approaches

The assignment is based on a phenomenological hermeneutical approach. The approach focuses on how people interpret phenomenon and personal experiences and where the concept of comprehension is essential. The scientific approach is based on Merleau-Ponty (2002), Gadamer (2004) and Heidegger (2007), serving as a framework for my methodical study and discussion on empiricism.

#### Results

I identified four main issues as the most central, contributing to the recruiting of more and more women to *Pedalpigane*: (i) the slogan "All in" as an outspoken norm, setting the standards for how to embrace new members as they enter (ii) the social fellowship, by displaying (iii) social support and emerge as (iv) an ground where overcoming and communication is laid on/ arranged for.

## Summary

The implication of the norm "All In" as it sets the standards for how *Pedalpigane* embrace new members.

The context's impact on women's need to be acknowledged, development of social identity, and on how the group behaviour appears and is displayed. The context is therefore a determinant for the cohesion of *Pedalpigane*.

Cohesion is a determinant for motivation, social identity, sense of belonging, overcoming, communication, performance, joy, mood, well-being and humour.

The women's perspective is essential as it contributes to intensifying the social identity and meeting the specific needs women have.

*Pedalpigane* represent a female approach to the biking activity, which is both a new and valuable phenomenon from a public health perspective. Physical activity is preventive and health-promoting. In the same way, the sense of belonging and experienced social support form a determinant for the newcomer's social identity, motivation and ability to succeed. These are considered important factors when it comes to good health.

# **INNHold**

<b>1.0 BAKGRUNN FOR VALG AV FORSKNINGSTEMA</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Min bakgrunn for valg av forskningstema</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Pedalpigane</b>	<b>2</b>
1.2.1 Pedalpigane i et folkehelseperspektiv	3
<b>1.3 Oppgavens oppbygging</b>	<b>4</b>
<b>1.4 Forskningsspørsmål</b>	<b>4</b>
<b>1.5 Kontekst</b>	<b>5</b>
<b>2.0 TEORETISK UTGANGSPUNKT</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Fysisk aktivitet</b>	<b>6</b>
2.1.1 Trim og mosjonsidretten	6
2.1.2 Idrett	6
<b>2.2 Kvinner og fysisk aktivitet</b>	<b>8</b>
2.2.1 Kort historikk	8
2.2.2 På kvinners premisser	8
2.2.3 Når kvinner inntar sin plass i syklingens verden	9
<b>2.3 Sosial kapital</b>	<b>10</b>
<b>2.4 Sosialt nettverk</b>	<b>12</b>
2.4.1 Fellesskap og samhandling i sosialt nettverk	13
2.4.2 Sosiale relasjoner og følelser	13
2.4.3 Sosialt nettverk og helse	14
<b>2.5 Idrettsgruppen</b>	<b>14</b>
2.5.1 Ressurser i en idrettsgruppe og hvordan forstå prosessene som skjer	16
2.5.2 Mestring og mestringsforventning	16
2.5.3 Motivasjonsklima	17
2.5.4 Sosial påvirkning	18
2.5.5 Gruppekohesjon	18

<b>2.6 Sosial støtte</b>	<b>19</b>
2.6.1 Sosial støtte og helse	20
<b>3.0 METODISK TILNÆRMING</b>	<b>21</b>
<b>3.1 Innledning</b>	<b>21</b>
<b>3.2 Kvalitativ metode</b>	<b>21</b>
<b>3.3 Feltmetodikk</b>	<b>22</b>
<b>3.4 Forskerrollen</b>	<b>22</b>
<b>3.5 Fenomenologisk hermeneutisk tilnærming</b>	<b>23</b>
<b>4.0 FORSKNINGSPROSESSEN</b>	<b>25</b>
<b>4.1 Feltet mitt</b>	<b>25</b>
<b>4.2 Mine valg i feltet</b>	<b>25</b>
<b>4.3 Utvalget mitt</b>	<b>25</b>
<b>4.4 Forskerrollen min</b>	<b>25</b>
<b>4.5 Feltarbeiderprotokoll</b>	<b>28</b>
4.5.1 Observasjon og samtale	28
4.5.2 Feltnotater	29
4.5.3 Forskningslogg	30
<b>4.6 Analysen av materialet</b>	<b>31</b>
4.6.1 Trinn 1 – Helhetsinntrykket	32
4.6.2 Trinn 2 - Meningsbærende enheter, fra temaer til koding	32
4.6.3 Trinn 3 - Fra kode til mening	33
4.6.4 Trinn 4 - Å sammenfatte betydningen av de enkelte trinnene	33
<b>4.7 Refleksjon rundt valg av anvendt metode</b>	<b>34</b>
<b>4.8 Validitet</b>	<b>34</b>
<b>4.9 Forskningsetikk</b>	<b>35</b>
<b>5.0 RESULTAT OG DRØFTING</b>	<b>37</b>
<b>5.1 Del I. ”Alle skal med”</b>	<b>37</b>



<b>5.2 Drøfting</b>	<b>39</b>
<b>5.3 Del II. Sosialt fellesskap</b>	<b>40</b>
<b>5.4 Drøfting</b>	<b>43</b>
<b>5.5 Del III. Sosial støtte</b>	<b>46</b>
<b>5.6 Drøfting</b>	<b>47</b>
<b>5.7 Del IV. Mestring og kommunikasjon</b>	<b>49</b>
<b>5.8 Drøfting</b>	<b>55</b>
<b>6.0 OPPSUMMERING OG VEIEN VIDERE</b>	<b>57</b>
<b>6.1 Oppsummering</b>	<b>57</b>
<b>6.2 Veien videre</b>	<b>58</b>
<b>Litteratur</b>	
<b>Vedlegg 1</b>	

# 1.0 BAKGRUNN OG FORMÅL MED PROSJEKTET

## 1.1 Min bakgrunn for valg av forskningstema

*Vårsola varmer i nakken og lukten fra den fuktige naturen setter seg i nesen. Jeg fryder meg over lyden av titalls rullende sykkelhjul mot asfalten, følelsen av å kjenne på den eksplosive muskelkraften som oppstår i pedaltråkket når jeg blir sugd inn i sykkelfeltet sammen med de andre. Det går fort, fort. Det er som om jeg bare glir igjennom landskapet. Jeg kjenner sug i magen. Kribling i kroppen. Sann glede. Jeg er rett og slett våryr på sykkel.*

I 2000 oppdaget jeg sykkelens mange gleder. Den ga kroppen min så mye moro, at jeg frimodig meldte meg inn i en sykkelklubb i 2003. Frimodig fordi klubben besto hovedsaklig av menn. Litt skummelt fordi menn er høyere, sterkere og sikkert også raskere enn meg. Formen ble bedre, farten større og gledene mange. Fellesskapet på treningene betydde mye. Felles interesse dannet grunnlag for gode vennskap og klubbtilhørighet. Vi var kun et par kvinner i det mannsdominerte miljøet. Hvor ble det av kvinnene? Det kunne da umulig være så få kvinner som likte å sykle? Jeg satt i styret for klubben og hadde i en periode ansvar for kvinnerekrutteringen. Jeg hadde et stort ønske om å se flere kvinner glede seg over å kunne være fysisk aktive på sykkel. Denne jobben var ikke enkel. Jeg viste ikke helt hvordan det skulle skje. De få kvinnene jeg fikk med meg på trening, kom ikke tilbake.

Tilbakemeldingene var at det gikk for fort, og at de følte at de sinket hele gruppen når de var med på trening. Jeg registrerer for øvrig at andre sykkelkubber i Agder-regionen heller ikke har noen stor suksess med å rekruttere mange kvinner til sine klubber. Hva skal til for å få flere kvinner med på denne aktiviteten?

Så la jeg etter hvert merke til noe. I 2008/2009 dukket det opp noen få rødkledde kvinner på racersykkell langs landeveien. Etter å ha sjekket opp hvem disse var, fikk jeg vite at dette var en liten gjeng syklende kvinner som kalte seg for Pedalpigane. Tiden gikk, og jeg kunne jeg se at de ble flere. Stadig dukket det opp smilende kvinner med rødt sykkeløy langs landeveien. Jeg ble nysgjerrig på denne tilveksten av kvinner utenfor det tradisjonelle klubbmiljøet. Samtidig som jeg legger merke til denne tilveksten av kvinnelige syklister i mitt eget nærmiljø, kommer jeg over litteratur fra Danmark som kan fortelle om en økende andel kvinnelige syklister i rene kvinnegrupper. I følge Thielst (2012) har dette vært en voksende trend i Danmark i noen år allerede, og Norges Sykkelforbund kan fortelle at denne trenden også er i ferd med å bre seg i Norge. Hva er det som skjer? Sykkelsporten har i en årrekke har vært menns domene. Nå er kvinnene i ferd med å innta *sin* plass.

Tradisjonelt har det vært slik at det er flest menn som deltar i idrett, men i de siste 10 årene har kvinneandelen innen idrett og mosjonskonkurranser vært økende (K. Fasting, 1996; Lesjø, 2008; Lippe, 2001). I Aftenposten (13.sept.2013) skriver de blant annet at det er en formidabel økning i antall kvinner som deltar i Oslo maraton. Økningen er registrert både i maraton og halvmaraton. Tilsvarende økning er ikke registrert når det gjelder mannlig deltagelse. Innenfor Birkebeinerkonkurransene (sykkelritt, løp og ski) viser

markedsundersøkelser at andelen kvinner øker årlig. Fra 2012 til 2013 økte andelen fra 13 til 17 % (www.birkebeiner.no ). Andelen menn som deltar, har vært relativt stabil de siste 10 årene. Hennesrittet er landets største jentesykelritt og ble arrangert for første gang 4.juni 2011. Det er et terrengsykelritt på jentens premisser (www.hennesrittet.no ). Det er et ritt som både har eliteklasser og turklasser, slik at det er plass til både aktive syklister og glade mosjonister. Økt kvinnedeltagelse i mosjonskonkurranser ser vi også lokalt.

Terrengkarusellen er bedriftsidrettskretsens ukentlige mosjonskonkurranse i Kristiansand. Her er det gjennomgående like mange kvinner som menn som deltar. I enkelte løp er det registrert flest deltagende kvinner. I følge John M. Humborstad, leder av kretsstyret i Vest-Agder bedriftsidrettskrets, er kvinnene i ferd med å markere seg som de ivrigste karuselløperne.

Kvinnelig deltagelse i sykkelritt i Agder-regionene (Otrarittet og CLST: Colorline Setesdals Tour) har doblet seg de siste årene. Totalt utgjør nå kvinnene ca.30 % av alle deltagerne. Her markerer Pedalpigane seg med en stor prosent av de kvinnelige deltagerne. I CLST i 2012 utgjorde Pedalpigane over halvparten av det kvinnelige innslaget i selve rittet (www.kck.no ).

Både egne observasjoner av Pedalpigane og det faktum at de rekrutterer en stor mengde kvinner, gjorde at jeg ønsket å undersøke hva som kjennetegner dette miljøet. Hva er det som bidrar til å rekruttere kvinner til fysisk aktivitet, får dem til å holde på med aktiviteten og ikke minst, får de fleste av dem til å delta i et så utfordrende sykkelritt som CLST.

## 1.2 Pedalpigane

For fem år siden var det tre kvinnelige sykkelentusiaster som startet en sykkelgruppe bare bestående av kvinner. De kalte seg Pedalpigane. Siden oppstarten har det vært en jevn tilstrømning av nye medlemmer, og per i dag har de over hundre kvinner som deltar. Alderen på de som er medlemmer varierer fra 25 til 70 år. Gjennomsnittet er rundt 43 år. Selv om Pedalpigane er en formelt organisert gruppe, stilles det ikke krav til medlemskap for å være med å trene. Ved deltagelse i et mosjonsritt derimot, som CLST, kreves det at du kjøper gruppens klubbdrakt.

Fra å være en frittstående gruppe etablert av kvinnelige sykkelentusiaster, ble de for tre år siden formelt en del av Kristiansand Cykleklubb som egen kvinnegruppe. Pedalpigane har etablert sin egen logo og en egen rød-rosa sykkeldrakt, til forskjell fra KCK sin klubbdrakt som er blå. På en måte kan det se ut til at de fungerer som en ”stat i staten”. Pedalpigane styres og drives av kvinner innenfor klubbens rammer, og det er avgjørende viktig at aktiviteten skal drives og opprettholdes på kvinners premisser. Hovedmålet for gruppen er å lage et tilbud for å få flere kvinner til å begynne å sykle. Under Kristiansand Cykleklubb sin nettside ligger det en link til ”Pedalpigane”, og slik presenterer de seg:

*”Pedalpigane er en lystig gjeng med voksne damer som har lyst til å sykle litt langt. Vi setter opplevelsen av turen høyere enn hvor fort vi skal sykle den. Color Line Setesdal Tour, som er et 210 kilometer langt ritt fra Kristiansand til Hovden, er det STORE målet for Pedalpigane. Det lyser litt status av å ha gjennomført det. Pigane som er i alderen fra 25-65 år, er spreke og modige. Vi liker utfordringer og har funnet ut at sammen er vi sterkere, enn hver for oss. De fleste av damene har holdt seg i god form gjennom ulike aktiviteter som løping, ski, padling, svømming med mer. Vi har lite*

*sykkelerfaring om ingen i det hele tatt. I løpet av tiden fram mot Color Line Setesdal Tour (CLST), som er vårens vakreste eventyr, skjer det små mirakler i gruppen. Fra å velte i bakkene (ooops – glemte klikken...) rundt påsketider mestrer vi til slutt å sykle disiplinert i felt på den store dagen som er i slutten av mai. Vi smiler hele veien, og hjelper hverandre når det trengs. Mottoet er: "Alle skal med", og vi sykler ikke fra noen" (www.kck.no).*

På hjemmesiden finnes også program for treningstider og sted. De har fellestreninger hele året. Vinterstid har de felles spinningtimer innendørs, og når våren kommer med tørr asfalt, har de tre fellestreninger i uka ute på racersykkelen. Det forventes en aldri så liten innsats av dem på treningen, men det poengteres samtidig at det ikke bør gå for mye utover jobb og familie. Siden så mange kvinner er med, finnes det to eller tre tidspuljer kvinnene kan velge å delta i på selve rittdagen for CLST. Det betyr at de som har trent en stund kan avansere i tid, og at helt nye Pedalpiger har mulighet til å komme seg opp til Hovden uten for store anstrengelser første gangen.

### **1.2.1 Pedalpigane i et folkehelseperspektiv**

Pedalpigane i et folkehelseperspektiv handler helt kort om å fremheve at aktiviteten kvinnene bedriver er helsefremmende og forebyggende.

Folkehelse kan defineres som: *"Samfunnets totale innsats for å opprettholde, bedre og fremme befolkningens helse gjennom å svekke faktorer som medfører helserisiko, styrke faktorer som bidrar til bedre helse"* (Helsedirektoratet, 2010,s.20).

Folkehelsevitenskap er flerfaglig vitenskap og favner i følge i følge Mæland (2009) blant annet fagområdene sosiologi, psykologi, epidemiologi, helsefag og idrettsfag.

WHO's definisjon av helse: *"Helse er en tilstand av fullkommen legemlig, sjelelig og sosialt velvære og ikke bare fravær av sykdom og skade."*

WHO's definisjon er i følge Fugelli og Ingstad (2009) utopisk da det ikke er lett å oppdage det særpregede enkeltmennesket i disse ordene. Mennesket selv er den eneste rette fortolker av egen helse (Fugelli og Ingstad, 2009). I følge Mæland (2010) er helse en viktig kilde til: a) fravær av sykdom, b) helse som ressurs og c) helse som velbefinnende. Pedalpigane er en gruppe med kvinner som liker å sykle og er opptatt av å ta vare på egen helse.

Gabrielsen (1984) beskriver trim på følgende måte: *"Det skal drives med sikte på fysisk, psykisk og sosialt velvære. Målet med trimmen er glede, trivsel, og overskudd. Trimmen får "kroppen til å smile", som det heter. Videre bør trim foregå sammen med andre: familien, venner, eller gruppen i det sosiale idrettslaget. Kombinert med lengre turer i skog og mark, vektlegges også nærhet til natur"* (Loland, 1991,s.22).

Pedalpigane representerer sannsynligvis nettopp det som er essensen i trimmen. Selv om kvinnelige treningsgrupper ikke er et nytt fenomen, viser de til noe nytt i sykkelporten (Thielst, 2012). Tradisjonelt har sykling vært en mosjonsaktivitet forbeholdt menn. Den har vært for menn og drevet på menns premisser (Thielst, 2012; Lesjø, 2008; Lippe, 2001).

Pedalpigane representerer en kvinnetilnærming til sykkel aktiviteten, noe som både er nytt og nyttig i et folkehelseperspektiv. Fysisk aktivitet er godt for helsa. Det er en mengde forskning som viser at fysisk aktivitet i seg selv bidrar til bedre helse både fysiologisk og mentalt (Bahr, 2009; Fugelli & Ingstad, 2014; Jåbekk, 2013; Lesjø, 2008; Loland, 2007; Thrane, 1999; Øverby, Torstveit, Høigaard, & Stene-Larsen, 2011). Sykling er en godt egnet mosjonsform fordi den er skånsom mot kroppen, den gir varierte opplevelser og kan drives uten for mye utstyr og tilrettelegging (Thielst, 2012; Schmidt, 1994). Aktiviteten gjøres i et kvinnelig gruppefelleskap som bidrar til samhold, tilhørighet, omsorg og økt motivasjon for å være fysisk aktiv, bare for å nevne noen faktorer.

Sykling med Pedalpigane kan derfor sees på som en kilde til god helse. Danielsen (1989) viser til en rekke empiriske studier som peker på at det er motiv som sosialt samvær, glede, moro, utfordringer og spenning som driver folk til ulike idrettsaktiviteter (Danielsen, 1989). God helse kan også i følge Loland (2007), Fugelli og Ingstad (2014) handle om grunnleggende verdier som å oppleve trygghet og verdi i livet til å mestre de utfordringer vi står overfor.

### **1.3 Oppgavens oppbygging**

I kapittel 2 presenterer jeg teoretiske perspektiv som har relevans for forskningsspørsmålene. I kapittel 3 presenterer jeg ontologiske perspektiv knyttet til valgt metode og det teoretiske aspekt på forskerrollen. I kapittel 4 redegjør jeg for og drøfter forskningsprosessen og den metodiske tilnærmingen jeg har anvendt for å nærme meg Pedalpiganes verden. Jeg beskriver hvordan feltarbeidet er gjennomført praktisk med refleksjoner og betraktninger rundt framgangsmåte og arbeidsform. Deretter gjør jeg rede for analysen av materialet. I slutten av kapitlet presenterer jeg mine refleksjoner rundt valgt metode samt validitet og forskningsetikk. I kapittel 5 presenterer jeg resultater, analyse og drøfting av empiri opp mot teori. Resultater og analyse presenteres i fire deler, hver for seg, etterfulgt av drøfting for hver del. I kapittel 6 oppsummerer jeg det hele og deler noen tanker om veien videre.

### **1.4 Forskningsspørsmål**

Det faktum at Pedalpigane har klart å etablere en kvinnelig sykkelgruppe i et mannsdominert miljø, samtidig som jeg mener de representerer et viktig tilbud i et folkehelseperspektiv, gjorde at jeg ønsket å forstå og få mer kunnskap om hvem disse kvinnen er og hvordan miljøet framstår. I arbeidet mitt har jeg vært opptatt av å identifisere faktorer som tiltrekker kvinner til dette miljøet.

**Hva er det som kjennetegner miljøet i Pedalpigane og som bidrar til at det tiltrekker seg stadig flere nye kvinner?**

**Jeg ønsker spesielt å se på**

- a) **Det sosiale fellesskapet**
- b) **Samhandling og interaksjon i ulike kontekster**
- c) **Hvordan nye medlemmer blir ivaretatt**
- d) **Hva som motiverer nye medlemmer**

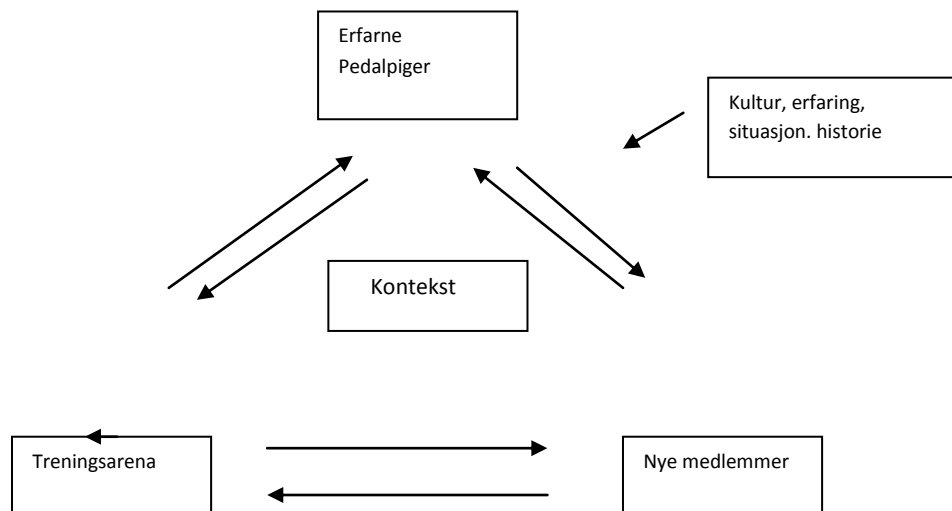
### e) Kvinnelige egenskaper

Primærfokuset vil være å undersøke **dynamikken i gruppen**, interaksjonen mellom **deltagerne** og **konteksten aktiviteten foregår i**. Det å forstå konteksten blir avgjørende i oppgaven.

## 1.5 Kontekst

Kontekst kommer fra det latinske ordet contextus, som betyr ”sammenveving”, sammenheng (Gundersen & Berulfsen, 2012a). Når omstendighetene omkring en hendelse skal beskrives, er begrepet kontekst relevant (Krane, 2007; Haslam; 2000). I en hermeneutisk fenomenologisk tilnærming til eksempelvis grupper, er en feltarbeider opptatt av å anskueliggjøre ulike typer sammenhenger og mønstre. I følge Haslam (2001) betyr det å gripe og forstå kontekstuelle handlinger. Hatch (1995), Graue & Walsh (1998) beskriver kontekst på følgende måte: ”A context is a culturally and historically situated place and time, a specific here and now.” I følge Gulløv og Højlund (2003) er konteksten også et uttrykk for et konkret samspill mellom personlige, sosiale og kulturelle omstendigheter. Ideen til figuren er hentet fra Fasting (2012, s. 64). Den er omkonstruert for å vise hvordan kontekst kan forstås i mitt prosjekt:

Figur 1



Modellen viser at samhandlingen Pedalpigane imellom, påvirkes av hvor de sykler og hvem de sykler sammen med. Pedalpigane er en ”flytende masse” på den måten at de utgjør en gruppe kvinner, i antall nokså stabilt, men ulikt sammensatt med hensyn til hvem som stiller på trening fra gang til gang. Treningene foregår ikke i et bestemt rom, men langs landeveien. De oppsatte sykkelrutene varierer for hver trening, og det finnes ulike treningsformer som intervaller, langkjøring og teknikktraining. Hatch (1995) beskriver begrepet kontekst som dynamisk og flytende. Den er konstant rekonstruert ut fra hva folk gjør og hvor og når de gjør det (M. L. Fasting, 2013).

## 2.0 TEORETISK UTGANGSPUNKT

Pedalpigane representerer feministisk idrettssosiologi, en teoretisk sammenveving av tre hovedkomponenter: En idrettsfaglig, en sosiologisk og en kvinne/kjønnsfaglig eller feministisk komponent. Alle tre erkjennelsesteoretiske grunnlagsposisjoner belyses i dette kapitlet med hovedvekt på det sosiologiske aspektet sosial kapital, som en overordnet betegnelse for en rekke andre termer knyttet til begrepet.

I store deler henviser teorien til litteratur som er forankret i tidligere forskning på de tre ulike fagområdene.

### 2.1 Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet blir i litteraturen brukt som en paraplybetegnelse for en rekke termer forbundet med fysisk bevegele. Mosjon, trim, idrett, lek, kroppsøving og trening er eksempler på slike termer (Øverby, et al., 2011). Fysisk aktivitet defineres som all kroppsbevegelse som følger av muskelarbeid og som fører til økt energiforbruk. Fysisk aktivitet kan utføres med ulik intensitet, og jo høyere intensitet jo større virkning på ulike kroppsfunksjoner (Bahr, 2009; Shephard, Stephens, & Bouchard, 1994).

Mosjon, trim og idrett er termer som belyses videre for å klargjøre bruken av begrep videre i oppgaven.

#### 2.1.1 Trim og Mosjonsidretten

Trim og mosjon er knyttet til lettere kroppsbevegelser som aktiviserer stor deler av kroppen (Jåbekk, 2013; Øverby, et al., 2011). Mosjonsidretten er frivillige aktiviteter hvor måling, sammenligning og rangering av deltagerne etter prestasjonsevne ikke er noe prioritert mål (Breivik, Johnsen, & Loland, 1990). Mosjon og trim utføres ofte for å styrke helse relatert fysisk form (Jåbekk, 2013; Olsen, 2005; Øverby, et al., 2011). Den utgjør også en stadig større del av den totale idrettsaktiviteten i Norge (Loland, 1991).

I følge FAFO-rapporten "Kluss i vekslinga" er løpeturer og jogging, skiturer og langrenn, gang/marsj, svømming og sykling de mest attraktive mosjonsformer i vårt lands befolkning (Breivik, et al., 1990; Loland, 1991, Seippel et al.2008, Ulseth, Vaage 2000:78).

Hvordan idrett blir definert i litteraturen, er ikke entydig (Loland, 1991). Litteraturen viser derimot at det er en grenseoppgang mellom fysisk aktivitet og idrett. I følge Loland(1991) må kroppslig utfoldelse som spaserter og støvsuging skilles fra idrettsprestasjoner. Breivik og Loland skiller derfor mellom den konkurranseorienterte og ikke-konkurranse orienterte idretten (Breivik, et al., 1990; Loland, 1991)

#### 2.1.2 Idrett

En definisjon av idrett, vedtatt av den organiserte idretten selv er, nedfelt i formålsparagrafen til Norges idrettsforbund:

*Med idrett menes aktiviteten som fyller følgende vilkår: a)det er fysisk konkurranse-, trenings- og/eller mosjonskarakter, b)aktiviteten er som konkurranseaktivitet målbar*

*etter godkjent regelverk, og c) aktiviteten tilfredsstillende de etiske normer idretten i Norge bygger sin aktivitet på (NIF 2006:9, Lesjø 2008, s.13).*

Guttman gir en kortfattet definisjon av idrett som lekpregede fysiske konkurranser – ”*Playful physical contests*” (Guttman, 1978).

Loland (1991, 2002) bygger på Guttmanns definisjon, men i tillegg drøfter begrepene lek og spill og idrett i sammenheng: *Idrett er en form for konkurransespill der vi måler, sammenligner, og rangerer utøvere i henhold til prestasjoner som avhenger av kroppslige aktiviteter (Loland, 1991; Loland & Seippel, 2002).* Idrett er i følge Loland forbeholdt den konkurranseorienterte idretten og er dermed snevrere definert enn idrettsforbundets egen definisjon da de mer mosjonspregede aktivitetene faller utenfor hos Loland (Lesjø, 2008, s.18).

Jeg forholder meg til NIFs definisjon av idrett, og på bakgrunn av denne definerer jeg Pedalpiganes aktivitet som idrett og mosjonsidrett. Jeg anvender disse to begrepene om hverandre videre i oppgaven.

Idrett har verdiinnhold som er avgjørende for at folk driver mosjon og idrett (Breivik, 1996; Breivik, et al., 1990; Lesjø, 2008).

### **Idrettens egenverdi, nytteverdi og moralsk verdi**

En aktivitet med primær egenverdi kalles i følge Breivik (1990) for kultur. Idrett er kultur. Kultur er et uttrykk for søken etter mening i livene våre, og gjennom den kulturelle aktiviteten søken etter tilhørighet, fellesskap og selvrealisering (Breivik, et al., 1990; Lesjø, 2008; Lippe, 2001).

Å velge en idrett som er verdifull for oss betyr at idretten velges i kraft av sin egenverdi (Breivik et al., 1990). Det er sentralt å gi deltagerne positive opplevelser av glede, moro, mestring, tilhørighet, selvrealisering og fellesskap under aktiviteten. Empiriske studier viser at dette er nevnte faktorer som nettopp driver folk til ulike idrettsaktiviteter (Danielsen, 1989; Lesjø, 2008). Siden mennesker har veldig forskjellige forutsetninger og motiver for å delta i idrett og mosjon, er det derfor avgjørende at idretten kan tilby et mangfoldig tilbud (Pensgård & Sørensen, 1996; Breivik, et al., 1990). I følge Thrane (2005) handler nytteverdien om at aktiviteten gir oss en gevinst i form av bedret helse fysiologisk, psykologisk og sosiologisk. Fysiologisk bedrer det den fysiske helsen, gir økt muskelstyrke og forebygger en rekke sykdommer (Bahr, 2009; Jåbekk, 2013; Øverby, et al., 2011). Mentalt er det gunstig i forhold til å utvikle nye ferdigheter og opplevelse av mestring (Bandura, 1986, 1997; Ulseth, 2002). Sosiologisk handler det om at aktiviteten foregår sammen med andre (Mæland, Westin, Elstad, & Næss, 2009). Samhandling og økt integrasjon er nøkkelord her (Bahr, 2009; Lesjø, 2008; Lippe, 2001; Loland, 1991; Mæland, et al., 2009; Rønning & Starrin, 2009; Thrane, 1999). Sosial integrasjon, fysiologisk helse og mental helse har direkte innvirkning på folks livskvalitet og subjektive velvære (Mæland, et al., 2009; Rønning & Starrin, 2009; Thrane, 1999; Ulseth, 2002). Forskning dokumenterer at gode sosiale relasjoner og godt sosialt nettverk har en gunstig innvirkning på folks følelse av livskvalitet (Mæland, et al., 2009; Rønning & Starrin, 2009).



De sosiale institusjonene spiller i følge Lesjø(2008) en viktig rolle for samfunnets integrasjon, og det betyr at mennesker gjennom samhandling med hverandre samles om felles oppgaver. Samfunnet sees slik sett som et moralsk felleskap som er opprettholdt gjennom et sett av normer og verdier, og som danner grunnlaget for samhold. I idretten hevder Lesjø(2008) at det finnes mange eksempler på deltagelse i lagspill som gir opplevelser som bidrar til at en opplever å være med på noe viktig. Lesjø (2008) viser til at man her deler sentrale erfaringer som virker integrerende, med andre. Dette har funksjoner for samfunnet som helhet. På den måten bidrar idretten til å binde sammen samfunnet gjennom felles opplevelser og identifikasjon. Identifikasjon og tilhørighet til grupper større en seg selv, er viktige faktorer i dannelsen av vår identitet (Lesjø, 2008; Ulseth, 2002)

Idretten fungerer som lim for folket, noe som vi som nasjon samles om, bryr oss om og snakker om (Lesjø, 2008; Ulseth, 2002)

## **2.2 Kvinner og fysisk aktivitet**

Prosjektet har fokus på kvinnelige mosjonister, og det er derfor relevant å trekke inn teori fra en kvinne/kjønnsfaglig eller feministisk komponent.

### **2.2.1 Kort historikk**

Kvinner har en annen idrettshistorisk bakgrunn enn menn (Lesjø, 2008; Lippe, 2001; Loland, 2007; Sisjord, 1996). Allerede i barneårene sosialiseres vi til idretten. I følge Sisjord (1996) får gutter og jenter ulike erfaringer både i og utenfor idretten, og det gjør at de på mange forskjellige måter kan utvikle seg i to forskjellige spor. Idretten har i et historisk perspektiv vært styrt og utviklet av menn, og det er årsaken til at den er preget av mannlige verdier og tenkemåter (K. Fasting, 1996; Hovden, 2002; Lippe, 2001). I følge Fasting (1996) er kvinner og menn nokså ulike når det gjelder atferd, holdninger og verdier. Når handlinger og ideer fortøner seg så forskjellig for to grupper, kan man si at de tilhører forskjellige kulturer (Fasting, 1996; Thielst, 2012). Kvinner har et komplekst system av verdier de deler som utgjør kvinnekulturen (Lesjø, 2008; Lippe, 2001; Loland, 2007; Thielst, 2012).

### **2.2.2 På kvinners premisser**

I følge Fasting(1996) legger kvinner stor vekt på de relasjonelle sidene ved idretten som felleskap og samhold. Kvinnelige utøvere opplever det meningsfylt å gjøre noe sammen med andre (Fasting, 1996, Thielst, 2012; Lesjø, 2008; Lippe, 2001).

Siden kvinner vektlegger andre forhold ved idretten enn menn ser vi, i følge Fasting (1996) og Thielst (2012), at en del kvinner velger å drive med idrettsaktiviteter utenfor den organiserte idretten. Fasting(1996) stiller seg spørrende til dette, og lurer på om årsaken er at den organiserte idretten i første omgang er drevet av og tilrettelagt for menn? Fasting (1996) etterlyser endringer på organisasjonsnivå for at kvinner skal involvere seg og ta mer ansvar for at idrett blir tilrettelagt på kvinnes premisser.

Fasting (1996) hevder det er viktig å inkludere kvinner i avgjørende beslutningsprosesser hvor strategier og målsettinger blir fastsatt som føringer for den videre utviklingen i hvert enkelt

idrettslag. For at kvinner skal kunne identifisere seg med dette, bør målet være å skape handlingsrom og tenke helhet slik kvinner gjør (Fasting, 1996; Hovden, et al., 1993). I en kartleggingsundersøkelse gjort i forbindelse med rapporten "Er det prisen verd?" (Hovden, Solheim og Becher, 1993), søkte de å kartlegge kvinners ønsker i forhold til å påvirke idrettslig utviklingen. Dette førte til at det var mulig å fastsette kvinnelige egenskaper som var nødvendige, og som kunne bidra til utvikling av idrett på kvinners premisser. Rapporten viser følgende:

- a) Kvinner har en styrke i å arbeide sammen,
- b) Kvinner deltar i teamet/gruppen uten overdreven vektlegging på egen karriere,
- c) Kvinner er konkrete og jordnære og er mer opptatt av å løse oppgaver enn å tenke strategi og taktikk,
- d) Kvinner har stor evne til innlevelse og empati.
- e) Kvinner tør vise omsorg og nestekjærlighet, og de er opptatt av helheten i det de gjør.

Den danske sykkeltreneren Rune Larsen (Thielst, 2012) har jobbet med kvinnelige utøvere i en årrekke. Thielst (2012) viser til Larsen som hevder at kvinner har behov for å bli tatt hånd om på en annen måte enn menn. De trenger i større grad å bli bekreftet både for det de er og det de gjør. Larsens erfaring viser til at kvinner har det bedre og gjør det bedre når de trener sammen med andre kvinner.

*"Hvis vi skal have flere kvinder du på landevejen, skal det være på kvindernes præmisser. Problemet er, at når kvinder cykler sammen med mænd, er det på mændenes præmisser."*  
Rune Larsen (Thielst, 2012, s.155)

### **2.2.3 Når kvinner inntar sin plass i syklingens verden**

Thielst (2012) fremhever Tour de France-kommentatoren Jørgen Leth for å ha bidratt til danskens økende interesse for sykkelidretten de senere år. Leth har uttalt følgende:

*"Vi ser andre sykle og have det sjovt. Så vil vi også. Og når man først er begynt å cykle, begynder man at interessere sig for at konkurrere. Det er et menneskelig fænomen. Vi har hele tiden lyst til at blive bedre og bedre. Det handler også om at også klæde sig på. Man kan interessere sig for tøjet, for cyklen, materialet, udstyret, man ikke kender."* (Thielst, 2012, s.6)

Sykling er en mosjonsform som kan drives av nesten alle. Skaderisikoen er minimal, så lenge man tenker seg om og sykler fornuftig (Thielst, 2012; Arvesen & Nordby, 2009, Hushovd, Lauritzen, Ankersen, 2010). Sykkelidretten er en arena som hovedsakelig har vært styrt og drevet av og for menn. Sykler og utstyr har slik sett for det meste vært utviklet for denne gruppen. Markedet for kvinner har vært smalt. Etterspørselen har vært deretter, og det har vært vanskelig å få tak i tilpasset utstyr for kvinner som har ønsket det. De senere år ser vi en klar endring i sykkelidretten. Thielst (2012) viser til at det vokser fram grupperinger av kun kvinnelige syklister som trener sammen. Sykkelklubber med kun kvinnelige aktører har opplevd en fordobling av antall medlemmer på fire-fem år. Interessen for sykkel blant kvinner handler om alt fra de som ønsker å bruke sykkel på fritiden som et avbrekk, et framkomstmiddel til jobb eller å trene seg opp mot et mosjonsløp. Sykkelnettverket er for

flere kvinner blitt en sosial arena der kvinner deler felles interesser, gjør noe sammen med andre, setter seg mål sammen og får nye venner. Noen har nok med gleden sykling gir, andre tennes og vil teste sine grenser ved å sikte mot større sportslige mål (Thielst, 2012).

Kvinner mulighet til å velge sykkel som mosjonsform er sterkt bedret. Etterspørselen har påvirket markedet. Ikke minst skyldes dette forbedringer gjort på utstysfronten (Hushovd, Lauritzen, Ankersen 2010). Kvinner har behov for en annen geometri på sykkel enn menn, og det er derfor utviklet egne damemodeller. Det samme gjelder bekledning, hjelmer, sko og utvalg av farger. Alt dette fås i dag i feminint design. Tilgangen på kvinnelig sykkelutstyr er en vesentlig årsak til at stadig flere kvinner velger sykkel som foretrukket aktivitet (Thielst, 2012).

I Danmark har Carina Mosbæk åpnet en sykkelbutikk kun for kvinner (Thielst, 2012). Her får kvinnene sitt eget univers av sykkelutstyr, og det tilbys kurs for kvinner i hvordan vedlikeholde sykkel, samt at de arrangerer teknikkurs på racer for kvinner som ønsker å lære seg sykkelferdigheter som å ligge på hjul. Carina Mosbæks visjon er:

*”Min kernemålgruppe er helt klart kvinder i alderen 45 år plus. Det er ”Vi kan selv”-gruppen, hvor børnene er store eller flyttet ut hjemmefra. Mange har en knæskade og kan derfor ikke løbe mer. Det er kvinder, der allerede har en racer, og som vil til at bruge den mer, og så er der alle dem, der er begynt at dyrke triatlon,” siger Mosbæk og fortæller, at der også kommer de mer rutinerede. For eksempel klubmedlemmer, og de helt unge på 20-25 år.” (Thielst, 2012, s.182)*

### **2.3 Sosial kapital i et folkehelseperspektiv**

For å undersøke og forske på Pedalpiganer har jeg vektlagt et sosiologisk perspektiv og fokusert på sosial kapital som et overordnet aspekt da dette er et begrep som influerer folkehelsen.

I et folkehelseperspektiv hevder Starrin (2009) det er vanlig å betrakte sosial kapital som et overordnet begrep for sosiale nettverk, sosial støtte, sosial integrering, sosialt samhold, ressurser, deltagelse, trygghet og tillitt. I dette kapitlet blir begrepet sosial kapital belyst først, deretter sosialt nettverk og sosial støtte. Litteraturen skiller i følge Dalgard og Sørensen (1988) mellom sosialt nettverk og sosial støtte. Nettverket kan betraktes som strukturen, mens støtte blir innholdet eller funksjonene i nettverket (Dalgard og Sørensen, 1988).

Sosial kapital handler i følge Starrin og Rønning (2009) om former for sosiale relasjoner som binder og holder mennesker sammen. Sosial kapital er ressurser som er tilgjengelig for aktører gjennom deltagelse i sosiale nettverk (Bø & Schiefloe, 2007). I følge Sund og Krogstad (2009) dreier det seg om sosiale forbindelser og beskrives som ”limet” i et samfunn, eller et nettverk. Limets bestanddeler består av tillitt og det felles sett av normer som dannes i de ulike nettverk. Det er blitt dokumentert i en rekke studier at deltagelse i frivillige aktiviteter der sosiale bånd i form av sosial støtte, opplevelse av tilhørighet og samhold har betydning for helsen. Dette inngår som elementer i mange folkehelsevitenskaplige og sosialvitenskaplige

teorier (Berkman & Kawachi, 2000; Dalgard & Sørensen, 1988; Mæland, et al., 2009; Rønning & Starrin, 2009; R. Wilkinson, Poulsson, & Pickett, 2011; R. G. Wilkinson, 2005).

Det finnes i dag ingen allmenn enighet om definisjonen av sosial kapital (Rønning & Starrin, 2009). Årsaken er at begrepet både betraktes som en individnivåfaktor (mikronivå) og en systemnivåfaktor (meso og makro-nivå) (Mæland, 2009; Rønning & Starrin, 2009). Sosial kapital på mikronivå forteller noe om de ressurser som er tilgjengelige for den enkelte i et nettverk. På systemnivå handler det om at de relasjonelt forankrede ressursene har betydning for systemets funksjonsevne og kvalitet. Både Mæland (2009), Rønning og Starrin (2009) påpeker at det kan virke noe uryddig at det finnes flere ulike definisjoner, men sosial kapital kan likevel identifiseres i to retninger som er basert på arbeidene til Bourdieu og Coleman.

Bourdieu sitt fokus er på individnivå, den er ikke-materiell og han definerer sosial kapital som: *"Summen av ressurser, faktiske eller virtuelle, som tilkommer et individ eller en gruppe som resultat av å ha et vedvarende nettverk av mer eller mindre institusjonaliserte forbindelser av gjensidig bekjentskap og anerkjennelse."*(Rønning & Starrin, 2009, s.21)

Coleman definisjon av sosial kapital ligger på systemnivå: *"Et nyttig sett ressurser som er tilgjengelig for en aktør gjennom hans eller hennes sosiale relasjoner, og bestående av aspekter ved sosial struktur, og som fremmer bestemte handlinger fra aktører – personer eller korporative aktører – innen denne strukturen."*(Rønning & Starrin, 2009, s.21)

Coleman (1990) poengterer at ved å anvende sosial-kapital begrepet, vil vi kunne se sammenhengen mellom menneskers rasjonelle handlinger og dets deltagelse i større sosiale strukturer (Rønning & Starrin, 2009).

Putnam (1993) videreutviklet begrepet på samfunnsnivå og definerer sosial kapital på bakgrunn av Colemans definisjon: *"Trekk ved sosial organisasjon som tillit, normer og nettverk, som kan forbedre samfunnets effektivitet ved å lette samordnet handling."*(Rønning & Starrin, 2009, s.22). Putnam sitt perspektiv på sosial kapital har fått mest betydning for helseutviklingen de siste årene (Field, 2003; Mæland, et al., 2009; Putnam, 2000; Rønning & Starrin, 2009). Gjennom uformelle sosiale sammenkomster knyttes og styrkes sosial bånd. Putnam (2000) hevder at det som bygger opp den sosiale kapitalen er fellesskapet, den gode viljen, sympatien og samarbeidet som befinner seg der. Å vedlikeholde sosiale relasjoner og nettverk er selve limet i samfunnet(Putnam, 2000).

Halpern (2005) viser til sin gjennomgang av sosial kapital litteraturen, der det er tre elementer som peker seg ut som sentrale i alle former for sosial kapital. Disse er nettverk, normer og sanksjoner (Field, 2003; Rønning & Starrin, 2009). I følge Field (2003) finnes det i alle typer nettverk normer, verdier og forventninger som de som tilhører nettverket forholder seg til. Disse er uskrevne og til dels uutalte og må læres. For nye som kommer til i en gruppe eller deltagere som er mer i periferien, kan det være vanskelig å forstå kodene. Som regel lærer de seg disse raskt, slik at de glir inn i miljøet og forholder seg til konteksten de er i. Deltagere som i en gruppe bryter normene, blir gjerne møtt med sanksjoner(Field, 2003; Halpern, 2005; Rønning & Starrin, 2009).

For at nettverk skal bestå, er tillit og gjensidig tillit i følge Field (2003) en forutsetning. Dette danner i følge Field (2003) grunnlag for bruk av sosial kapital. Sosial kapital er nøkkelen til alle gode nettverk og sosiale relasjoner. Mennesket lærer tidlig hvem de kan stole på og betro seg til. Uten en viss grad av gjensidig tillit er det utfordrende å leve sammen i et samfunn hvor vi er avhengig av andres adferd (Field, 2003; Heløe, 2010; Mæland, et al., 2009; Rønning & Starrin, 2009; R. Wilkinson, et al., 2011).

## 2.4 Sosialt nettverk

Utviklingen av begrepet sosialt nettverk er direkte knyttet John Barnes som under et feltarbeid i lokalsamfunnet Bremnes fikk ideen til begrepet da han tilfeldigvis betraktet et vaiende fiskegarn som hang til tørk. De små knutene i nettet som var bundet sammen av tråder, visualiserte hvordan menneskene er knyttet til hverandre gjennom kontakt og samhandling (Fyrand, 2005; Rønning & Starrin, 2009).

Definisjon for sosialt nettverk av Finset (1986): ”*Et sosialt nettverk består av uformelle relasjoner mellom mennesker som samhandler mer eller mindre regelmessig med hverandre*”. (Fyrand, 2005 s.24). Definisjonen viser i følge Fyrand (2005) til tre viktige aspekter: det uformelle, relasjoner og samhandling.

Et sosialt nettverk kan i følge Schiefloe (1992) også defineres ved to mengder: en mengde aktører og en mengde relasjoner mellom disse. Aktørene er elementene i nettverket og relasjonene er koblingene mellom disse og danner en struktur. Dette speiler til Barnes billedlige framstilling, der aktørene framstilles som punkter og relasjonene som linjer eller bånd mellom dem (Schiefloe, 1992). Bånd som utvikles mellom aktører i et nettverk utgjør flere typer strukturer, eksempelvis emosjonell struktur, interaksjonsstruktur og kommunikasjonsstruktur (Høigaard, 2008a).

Et sosialt nettverk beskrives i følge Mæland (2009) med følgende kjennetegn: a) Størrelse og sammensetning, b) Tetthet – der alle kjenner alle, der man kan yte mer støtte enn et løsere sammenknyttet nettverk, c) Homogenitet- sier noe om hvor like nettverksmedlemmene er med hensyn til biologiske og sosiale kjennetegn. Stor grad av homogenitet vil kanskje gi størst trygghet og opplevelse av identitet, men samtidig virke begrensende på impulser fra andre grupperinger (Fyrand, 2005; Mæland, et al., 2009).

Det sosiale nettverket har i følge Mæland (2009) også dynamiske egenskaper. Det handler om hvor hyppig kontakten er. Varighet av kontakt har betydning for nærhet i de sosiale relasjoner. Det er viktig for tryggheten og forutsigbarheten i forholdet mellom mennesker. Gjensidighet har betydning for nettverkets kvalitet, styrke, nettverkets støttefunksjoner og betydning for nettverkets stabilitet (Fyrand, 2005; Mæland, et al., 2009).

Nettverkstilørighet er i følge Schiefloe (1992) en kilde for å tilfredsstille individets psykologiske behov, men ikke bare det. Det har også en betydning for andre sider ved tilværelsen. Uformelle sosiale strukturer handler ikke bare om at det er en ressursbase hvor en bare kan forsyne seg etter lyst og behov. For å kunne høste fra et nettverk, fordrer det at en sår først. Schiefloe (1992) sier at det sosiale nettverket, som er et frivillig system, først og fremst

er en arena for bytte, der deltagerne både yter og mottar. Det er i følge han som et ”marked” hvor det omsettes følelser og emosjonell støtte samt kunnskap, erfaringer, tjenester, varer og andre ressurser (Fyrand, 1992).

#### **2.4.1 Fellesskap og samhandling i sosialt nettverk.**

Utgangspunktet for utviklingen av sosialt nettverk er i følge Svabø (1993) forståelsen av hvordan fellesskap og sosialt liv er organisert. Samfunnet defineres som en organisme hvor de enkelte delene er avhengige av hverandre (Svabø, Bergland, & Hæreid, 1993). Teorien viser at danning av sosiale systemer har med funksjon å gjøre. Det finnes flere ulike faktorer som utgjør en slik danning – interesser, mål, likhet, verdier, slektskap, frykt og makt er eksempler, og disse kan i følge Svabø (1993) samles i to hovedkategorier: fellesskapsfølelse og funksjonell nødvendighet.

Svabø (1992) viser til at disse faktorene ikke har klare grenser, da det som kan oppleves som funksjonelt nødvendig samtidig kan oppfattes som fellesskapsfølelse. Opplevelse av fellesskap i samhandling kan være knyttet til ulike forhold som nærhet, tillitt, interesser, komplementaritet og likhet (Svabø, et al., 1993). Subjektive interesser handler om hva et individ opplever som verdifullt og som gir mening med livet. Objektive interesser handler mer om individets interesse i en sosial relasjon, stor eller liten, og interessene kan i den sammenheng være mer eller mindre beviste. Svabø (1993) hevder at likhet handler om flere forhold som for eksempel sosial bakgrunn, felles verdier, hobby, utdanning og språk. Mennesker søker sammen fordi de har felles bakgrunn, har de samme verdier, snakker samme språk, har et nokså likt utdanningsnivå, dyrker de samme fritidsinteresser og utveksler meninger og erfaringer med likestilte. Nærhet handler om den fysiske tilgangen man har til fellesskapet (Svabø, et al., 1993). Komplementaritet betyr at ulike sosiale aktører på forskjellig nivå kan trenge hverandre og utfylle hverandre på en positiv måte. Av og til er aktørene avhengige av hverandre, og nettopp fordi de er ulike, så trenger de hverandre (Svabø, et al., 1993).

Når ulike sosiale systemer dannes og blir til fellesskap der medlemmene fungerer i en form for samhandling, er det ikke sjelden at det skapes slagord som ”sammen er vi sterke” for å appellere til ressursene som finnes i fellesskapet og i rekrutteringsøymed (Svabø, et al., 1993).

#### **2.4.2 Sosiale relasjoner og følelser**

Sosiale relasjoner er i følge Ihlen og Ihlen (2003) noe vi opplever og ”kjenner på kroppen”. For de aller fleste mennesker er det viktig ”å passe inn”, ”å bli sett” og akseptert i det sosiale nettverket de beveger seg i. Ihlen og Ihlen (2003) forklarer dette med at vi ønsker å bli likt og er derfor gode til å tilpasse oss ulike miljøer. Vi nærmest er programmert med et barometer innvendig som senser følelser og opplevelser i interaksjonen med andre (Ihlen & Ihlen, 2003). Mennesker rundt oss påvirker oss på den måten at de gjør oss glade, sinte, redde, frustrerte, oppglødde og triste (Rønning & Starrin, 2009). I følge Retzinger og Scheff (1991) er det en sammenheng mellom sosiale relasjoner og følelser, og hva dette gjør med oss. Skam og stolthet er relasjonsfølelser. Mennesket har en tendens til å speile seg selv i andre. Når andre personer viser at de har en positiv oppfatning av oss, blir vi stolte. Det motsatte skjer når noen har en negativ oppfatning av oss, da oppleves skam. Scheff og Retzinger (1991) utviklet

tanken rundt skam og stolthet og så de som markører for relasjonenes sosiale tilstand. Stolthet signaliserer gode og trygge relasjoner, mens skam preger utrygge og usikre relasjoner (Scheff & Retzinger, 1991).

### 2.4.3 Sosialt nettverk og helse

Berkman (2000) har utviklet en teori om hvordan sosiale nettverk påvirker individers helse. ”Medstrømsfaktorer” er samholdsfaktorer som påvirker et nettverks struktur og kvalitet. Eksempler er a) å utøve sosial innflytelse, b) å formidle sosial støtte, c) å inkludere individene i en sosial gruppe og oppmuntre til sosial deltagelse, d) at individene får tilgang til viktige ressurser. Medstrømsfaktorer kan få positive konsekvenser for individets atferd og opplevelser gjennom å formidle støtte, utøve sosial innflytelse, inkludere individene i en sosial gruppe og oppmuntre til sosialt engasjement, samt at individene får tilgang til viktige ressurser og materielle goder. Alt dette har stor betydning for de psykososiale prosessene og atferdsmåtene (Rønning & Starrin, 2009, s 38).

En studie av Fugelli og Ingstad (2014) som handler om hva god helse er, trekker de fram flere egenskaper som er viktige i samspillet menneskene i mellom. Disse egenskapene er trivsel, fellesskap, tilhørighet, trygghet og tillit. Det er egenskaper i miljøet vi befinner oss i som er avgjørende for at vi skal ha det bra eller påvirker helsen på en positiv måte (Fugelli, 2010; Fugelli & Ingstad, 2014).

Fugelli (Aftenposten, 2012) beskriver mennesket som en eksistensiell og sosial skapning. ”Mennesket blir fellesskap”, hevder Fugelli (Aftenposten, 2012), og det har godt av å føle at det hører til i en gruppe. I den sammenheng gjør han rede for faktorer han kaller *fem grunnstoffer*, som er sentrale for å trives i gruppen vi tilhører:

- a) Verdighet. Behovet vi har for å føle oss vedsatt for den vi er,
- b) Handlingsrom i eget liv. Behovet for å ha mulighet til å delta og bidra til gruppen og samtidig kunne sette grenser for seg selv,
- c) Tilhørighet. Behovet for å høre til og være del av en gruppe,
- d) Mening. Behovet vi har for at fellesskapet skal gi oss noe og muligheten til å gi selv. En slik opplevelse skal være nyttig og hensiktsmessig,
- e) Trygghet. Behovet for opplevelse av å kjenne seg trygg innenfor fellesskapet.

*Grunnstoffene* som Fugelli (Aftenposten, 2012) hevder er ”i oss” er noe vi må skape og dele selv i fellesskapet vi er en del av. I følge Fugelli (2010) er mennesket skapt i samspill med ulike nettverk han kaller *de syv flokkene*. De syv flokkene er familien, arbeidsflokkene, nærmiljøet, landet, menneskeheten, naturen og gudene. Den tredje flokken, nærmiljøet, tilfredsstillende i følge Fugelli to typer sult: delaktighet og tilhørighet. Fugelli trekker også fram at flokkens kvalitet avgjøres av summen av verdiene, holdningene, handlingene og viljen som bor i menneskene som danner flokken (Fugelli, 2010).

## 2.5 Idrettsgruppen

Sosialt nettverk har mye til felles med grupper innholdsmessig når det gjelder egenskaper og funksjon siden grupper er en form for sosialt nettverk. I denne delen konkretiseres hva som menes med grupper og spesielt hva som særtegner idrettsgrupper. Sherif og Sherifs (1969)

definisjon av gruppe: *En gruppe er en sosial enhet som består av et bestemt antall individer som står i et forhold til hverandre i roller og status, er til en viss grad stabil over tid, har et sett av normer og verdier som regulerer deres adferd i minste fall når det gjelder hvordan gruppen skal fungere* (Høigaard, 2008, s.15).

Idrettsgrupper har i følge Høigaard (2008) de samme egenskaper som grupper generelt, men har også sine særegne karakteristika. Carron, Hausenblas og Eys (2005) har følgende definisjon på en idrettsgruppe:

*Noen av de viktigste karakteristika ved et sportsteam som en gruppe, er en kollektividentitet, en felles delt målsetting (formål), et strukturert mønster av interaksjon, en strukturell kommunikasjonsmåte, personlig og oppgavemessig gjensidig avhengighet og interpersonlig tiltrekning* (Høigaard, 2008,s.24).

Carron, Hausenblas og Eys (2005) utdyper disse karakteristika i definisjonen på følgende måte: En *kollektiv identitet* handler om deltagerens opplevelse av å tilhøre gruppefellesskapet de identifiserer seg med. Gruppen har noe sammen som de samler seg om og som hver enkelt utøver strekker seg mot for å bevare. En *felles delt målsetting* hjelper utøverne til å fokusere på arbeidsoppgavene og er nødvendig for at gruppen skal dra i samme retning. Et *strukturert interaksjonsmønster* handler om hvilke innøvde teknikker og kombinasjoner som finnes i gruppen, både for den enkelte og i samhandling aktørene imellom. Nye som kommer til gruppen trenger å lære seg de nye ferdighetene som trenges for å bli en del av gruppens samhandlingsmønstre. *Uformelt interaksjonsmønster* handler om kommunikasjon og rangordning. Hvordan er forholdet mellom ”gamle” og ”nye” utøvere? Begge disse sidene ved interaksjon danner et mønster som former gruppens struktur. *Strukturell kommunikasjonsmåte* er et felles idrettsspråk. De ulike idrettsgrenene har sitt eget og språk, og i ulike idrettsgrupper innenfor den enkelte gren utvikler det seg ofte en egen terminologi med ord og uttrykk som kun gir mening for den innvidde aktør. *Personlig og oppgavemessig gjensidig avhengighet*. Innen hver idrett er det utviklet et sett med regler som forteller noe om idrettens hovedstruktur og organisering. Enhver utøver har et ansvar for å forholde seg til gjeldene regler i sin gruppe. Og der det er lag som må forholde seg til hverandre i konkurranser så skjer det ut fra en felles standard. *Interpersonlig tiltrekning* handler om relasjonsbånd i form av vennskap og samhold som utvikler seg i en gruppe(Carron, Hausenblas, & Eys, 2005).

Nettverk og grupper kan i følge Mæland (2009) deles inn i to hovedkategorier: personlige og kontekstuelle nettverk. Personlige nettverk ”lever vi i”, er nærhetsrelaterte sosiale relasjoner til bestemte personer som er betydningsfulle for den enkelte, for eksempel familie og venner. Kontekstuelle nettverk forklares som relasjoner en har innenfor ulike sosiale system som eksempelvis idrettsgruppe, interessegruppe, arbeidsplass eller skole (Mæland, 2009). Personlige nettverk kan i følge Høigaard (2008) også beskrives som referansegruppe, en gruppe man ønsker å tilhøre og som virker inn på en persons atferd. Referansegrupper kan ha en identifiseringsfunksjon og benyttes som referanseobjekt for egne meninger, holdninger og verdier (Høigaard, 2008). Nettverk og grupper med høy grad av samfølelse er ofte sosialt innstilte, gode til å lytte til hverandre og har stor grad av åpenhet seg i mellom, utvikler gjerne en ”vi-følelse” (Høigaard, 2008).

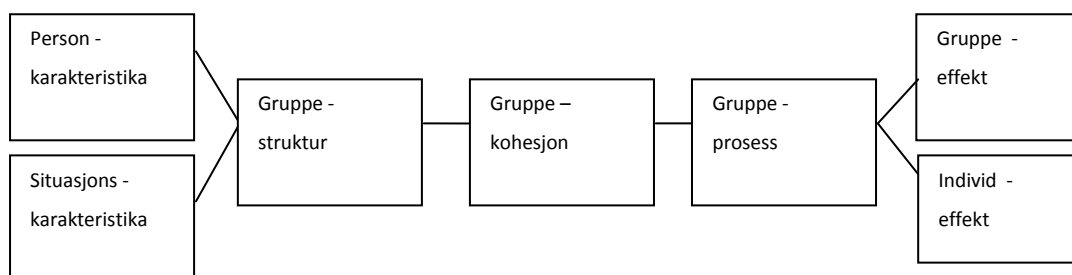


### 2.5.1 Ressurser i en idrettsgruppe og hvordan forstå prosessene som skjer

Idrettsgruppen er i følge Høigaard (2008) en arena for utveksling av ressurser, samtidig som det foregår en rekke prosesser. Det er derfor interessant å finne ut hvilken effekt gruppen har på aktørens motivasjon, opplevelse, atferd, anstrengelse og prestasjon og hvilken effekt individet har på gruppen og gruppeprestasjonen. Uavhengig av hvilket fokus eller målsetting gruppen har, er det derfor interessant å gripe de fenomen og ulike forhold som oppstår, og i den forbindelse identifisere og se hvilke determinanter som motiverer eller demotiverer individer i en gruppekontekst. I følge Haslam (2000) er det derfor sentralt å ta utgangspunktet i konteksten først. I forsøk på å undersøke idrettsgrupper systematisk finnes teorier og perspektiver som kan være nyttige å anvende for å forstå og forklare hvordan ulike variabler forholder seg i slike gruppeprosesser. For å forstå de komplekse prosessene kan det være hensiktsmessig å benytte et rammeverk (Beauchamp & Eys, 2007; Haslam, 2000; Høigaard, 2008b).

Carron (1988) har utviklet en modell egnet for idrettsgruppers struktur og funksjon for på den måten å få oversikt over de viktigste faktorene en må ta hensyn til. Modellen skiller mellom inntak, prosess og uttak. Modellen beskriver idrettsgruppen som et åpent system. Det betyr at det er et åpent sirkulært påvirkningsforhold mellom alle delene i systemet. Inntak påvirker prosess, struktur og kohesjon. Det som skjer, får konsekvenser for utfallet både for gruppen og individene. Uttakssiden påvirker i neste omgang inntakssiden (Høigaard, 2008 s. 26).

Figur 2



### 2.5.2 Mestring og mestringsforventning

Mestring knyttes i følge Høigaard (2008) til det å få til noe eller lære noe nytt. Det kan være å klare noe eller håndtere ulike situasjoner eller utfordringer i ulike sammenhenger. Er man ny i en idrettsguppe handler det om å lære seg en ny aktivitet teknisk og taktisk, og det handler om å mestre å samhandle med de andre i gruppen. For å mestre noe alene eller i samhandling med andre, er mestringsforventning et begrep som er sentralt å belyse (Høigaard, 2008; Ommundsen, 2007).

Bandura(1997) har bidratt til viktig forskning innenfor læring og personlighet, og vært med på å etablere sosial kognitiv teori samt begrepet *self-efficacy*. Denne teorien beskriver forholdet mellom miljø (sosiale og fysiske faktorer) og individet (kognitive faktorer) og dets atferd og hvordan de påvirker hverandre. Interaksjonen mellom individet, individets atferd og miljøet er gjensidig avhengig.

Self-efficacy eller mestringsforventning er i følge Bandura (1997) den tro den enkelte har på seg selv til å utføre en spesifikk oppgave eller mestre en bestemt situasjon. Det handler også om troen den enkelte har på sin kompetanse i forhold til å nå det mål vedkommende har satt seg (Bandura, 1997).

I følge Bandura (1986) påvirker mestringsforventning en persons følelser, måte å tenke og handle på i ulike utfordrende situasjoner. Mestringsforventning bidrar til økt motivasjon og økt innsats og setter standard for målsetting (Bandura, 1986). Mestringsforventning kan i Bandura(1986) være en determinant for starte med fysisk aktivitet og et resultat av å drive det. Litteraturen fremhever seks kilder til mestringsforventning (Feltz, 2008; Duda & Treasure, 2006). Disse er tidligere mestringserfaringer, observasjon av andre, verbal overbevisning, følelsesmessig tilstand og mental avbildning (Feltz, 2008; Duda & Treasure, 2006). Kildene påvirker individets mestringsforventning og videre styrer det individets atferd i forhold til valg, innsats og iherdighet. Det påvirker også individets tankemønster i forhold til målsetting og følelser (Feltz, 2008).

Miljøet betyr mye for en persons mestringsforventninger. Det kan eksempelvis føre til at individets mestringsforventning øker. Deltagelse i fysisk trening sammen med andre, sammenlignet med å trene alene, fører også til flere positive følelser(Feltz, 2008; Ommundsen, 2007).

### **2.5.3 Motivasjonsklima**

#### **Oppgaveorienterte utøvere**

I en sammenheng der mennesker driver idrett hevder Ames (1992) og Nicholls (1994,1998) at utøvere ønsker å vise ferdigheter og dokumentere kompetanse. Her skiller det mellom et egoorientert og et oppgaveorientert målperspektiv (Nicholls, 1989; Nicholls & Maehr, 1984; Roberts, 1992). Utøvere med oppgaveorienterte målperspektiv er opptatt av innsats og framgang. Mestring knyttes til det å få til noe nytt, lære eller gjøre det bedre enn de har gjort tidligere. Kjenntegn på oppgaveorientert målperspektiv er at mestring er personlig kontrollerbart. Utøverne utvikler ofte en positiv og hensiktsmessig prestasjonsadferd. De har ofte et optimistisk syn og ser stadig mulighet for læring og bedring av ferdigheter gjennom trening og terping. De som er oppgaveorienterte gir seg ikke så lett. De er utholdende og har hensiktsmessige læringsstrategier (Duda & Hall, 2001;Duda & Pensgaard, 2002; Roberts, 2001; Ommundsen, 2007). Hvilke faktorer er her avgjørende som kan bidra til utøvernes motivasjon i denne sammenheng?

## **Mestrings- og læringsorientert klima**

Det psykologiske klima som finnes i en idrettsgruppe kan være avgjørende for hvor *motiverende* det er å delta. En gruppe kan fungere mer eller mindre godt i forhold til læring, trivsel og motivasjon. Dette kan kalles for *motivasjonelt klima*. En trener eller andre betydningsfulle personer i en gruppe spiller en avgjørende rolle for hvordan et slikt klima er og utvikler seg. Ledernes og gruppens verdier og normer påvirker i stor grad, og når en leder er raus med oppmuntring og tydelige tilbakemeldinger smitter dette over på utøverne som gjerne viderefører denne holdningen i samhandlingen med de andre de utøverne i gruppen. Da blir dette ”klimaet” i gruppen. Dersom utøverne har innflytelse og medbestemmelse, har også dette innvirkning på utviklingen av *motivasjonsklima* (Ames, 1992; Biddle, 2001; Nicholls, 1989; Ommundsen & Bar-Eli, 1999).

## **Hva bidrar til et godt læringsklima?**

I følge Ommundsen (2007) skaper mestrings- og oppgaveklima rom for et godt læringsklima for den enkelte utøver og for gruppen som helhet. Fokuset blir rettet mot framgang, innsats og det å mestre en oppgave. Den enkelte får se og oppleve det å utvikle seg i et læringsmiljø, reflekterer over det han/hun mestrer og ikke mestrer og deltar aktivt for å oppnå sitt potensial. Når utøvere opplever å mestre nye oppgaver gir dette *motivasjon* og vilje til å fortsette egeninnsatsen, våge seg på nye oppgaver og utfordringer på en positiv måte (Roberts, 2001; Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006).

### **2.5.4 Sosial påvirkning**

I følge Høigaard (2008) handler sosial påvirkning i hovedsak om hvordan gruppen man tilhører påvirker oss. I en idrettsgruppe er utøverne gjensidig avhengige av hverandre. Dette fører til flere prosesser, som igjen påvirker gruppehandlingen. For at en gruppe skal kunne fungere som en enhet, er det viktig at den enkelte utøver forholder seg til gruppens gitte normer og regler. Normer og regler gir oss en følelse av tilhørighet. Tilhørighet gir ofte følelse av stolthet, forpliktelse og ansvar overfor gruppen. Ved å bryte gruppens normer svekkes vår sosiale identitet som er rotfestet til gruppenormene (Beauchamp & Eys, 2007; Høigaard, 2008b).

### **2.5.5 Gruppekohesjon**

Gruppekohesjon beskrives i følge Høigaard (2008) som de faktorer og krefter som finnes i en gruppe som binder utøverne sammen til en sosial enhet. Høigaard (2008) viser til Carron, Brawley og Widemeyer (1998) sin formulering. Deres formulering er den mest benyttede og aksepterte måten å definere kohesjon på i idrettsammenheng (Høigaard, 2008, s.126):  
*”Kohesjon er en dynamisk prosess i en gruppe som blir reflektert i tendensen til å holde sammen og forbli samlet i bestrebelsen for å oppnå/realisere gruppens mål og /eller for å tilfredsstillere medlemmenes sosiale eller følelsesmessige behov.”*

Carron (1985) skiller mellom oppfatningen av gruppen som helhet og den individuelle tiltrekning til gruppen. Disse deles i to grunnleggende dimensjoner: Oppgavekohesjon og sosial kohesjon. Oppgavekohesjon handler om grad av enighet om gruppens mål og normer. Jo høyere tilslutning til denne, jo høyere kohesjon. Utøvernes ferdigheter og vilje til å samarbeide påvirker gruppens kohesjon positivt både når de lykkes og møter motstand. Det å

ha noe felles å jobbe med gir en ”vi-følelse og vi-tenkning”. Sosial kohesjon speiler den mellommenneskelige tiltrekningen som finnes utøverne imellom i gruppen. (Haslam, 2000; Carron, 1985; Høigaard, 2008, s.126).

Stabilitet sier noe om hvor ofte det er utskifting i gruppen. Kohesjonen styrkes ikke med stort gjennomtrekk, men hvis derimot medlemmene forblir over tid, blir de mer kjent med hverandre og knytter sterkere bånd seg imellom. Dette er kohesjonsstyrkende (Beauchamp & Eys, 2007; Høigaard, 2008b).

## **2.6 Sosial støtte i nettverk**

Som nevnt innledningsvis kan det sosiale nettverk betraktes som strukturen, mens sosial støtte blir innholdet eller funksjonene i nettverket (Dalgard og Sørensen, 1988). Det er i samhandlingen mellom menneskene støttefunksjonene opptrer, men det forutsetter at kontakten virker støttende. Slik sett er sosial støtte person- og situasjonsbestemt. I denne sammenheng hevder Dalgard og Sørensen(1988) at vi heller ikke skal glemme at kontakt kan skape problemer eller utfordringer i ulike situasjoner. Det er i sosiale nettverk at mennesker utvikler seg på godt og vondt(Dalgard & Sørensen, 1988).

Sosial støtte kan defineres slik Cobb gjorde i 1979: *”Det er individets opplevelse av at noen bryr seg om en og er glad i en, at en er verdsatt og tilhører et nettverk av samhandling og gjensidige forpliktelser.”*(Dalgard & Sørensen, 1988)

Sosial støtte oppleves i følge Dalgard og Sørensen (1988) intuitivt som hjelp fra de nærmeste omgivelsene som familien, vennekretsen eller idrettslaget i ulike livssituasjoner. Vi er kanskje mer bevisst på behov for sosial støtte når livet møter utfordringer. Det kjennes godt når en har noen som står sammen med en i situasjoner som er krevende, men sosial støtte trenger vi både i medgang og motgang (Dalgard & Sørensen, 1988; Fyrand, 2005; Mæland, et al., 2009). Studerer man begrepet nærmere (Dalgard & Sørensen, 1988) finner man ut at det er vanskelig ”å måle” fenomenet uavhengig av resultat. Det betyr at støtte ofte måles og beskrives som det som har positiv effekt på en person. Vitenskaplig har begrepet i følge Dalgard og Sørensen (1988) et variert meningsinnhold. Det er ikke så enhetlig og homogent, og mangler noe begrepsmessig og metodisk konsistens. Derfor blir en del definisjoner nokså vide. Begrepet kan sees på som en paraplybetegnelse og det kan derfor være mer hensiktsmessig å se på de mange formene støtte kan ha (Dalgard & Sørensen, 1988).

Mæland (2009) hevder vi kan skille mellom opplevd sosial støtte og tilgjengelig sosial støtte. Det er individets opplevelse av sosial støtte som er viktig for livskvalitet og helse. Det antas i følge Mæland (2009) at individets subjektive opplevelse speiler personligheten mer enn det sosiale miljøet, og viser til at begge deler påvirker den totale opplevelsen av sosial støtte. Mæland (2009) skriver at det handler om et samspill mellom disse to faktorene. Dette avhenger også av personlighetstype. Eksempelvis er ekstroverte personer mer aktive i forhold til å skaffe seg støtten de har behov, enn introverte er (Dalgard & Sørensen, 1988; Fyrand, 2005; Mæland, et al., 2009).

Det kan i følge House (1981) skilles mellom ulike typer sosial støtte, som har beskrevet dem i fire hovedkategorier:

- a) Følelsesmessig støtte kommer vanligvis fra nære relasjoner som familie, venner og for noen betydningsfulle andre i ulike nettverk. Denne støtten inkluderer kjærlighet, empati, tillit og omsorg.
- b) Bekreftende støtte er tilbakemeldinger i form av sosiale sammenligninger og bekreftelse som ofte er av evaluerende art, og disse kommer som regel fra familie, venner, arbeidskolleger eller andre betydningsfulle sosiale nettverk.
- c) Informerende støtte kommer i form av rådgivning, veiledning, anbefalinger og forslag som hjelper det enkelte menneske med ulike personlige og sosiale utfordringer.
- d) Instrumentell støtte handler om praktisk eller økonomisk hjelp av ulik art (Mæland et al., 2009, s. 98).

### **2.6.1 Sosial støtte og helse**

Sosial støtte har i følge Cohen og Syme (1985) både en direkte og indirekte effekt på oss. Den direkte effekten det har, er at den påvirker helsen positivt uansett sosiale forhold og belastninger vi måtte ha i livet. Den indirekte effekten (Cohen og Syme, 1985) viser seg i forbindelse med ulike belastninger og kan være med på å dempe den negative effekten på helsen denne belastningen ellers ville hatt. Individets mestringsevne vil da bli styrket i form av opplevd sosial støtte. (Fyrand, 2005; Mæland, et al., 2009)

Mæland(2009) det er en rekke ulike undersøkelser fra flere land som viser at god sosial støtte regnes som en betydelig faktor for god helse. Det er en sammenheng mellom sosial støtte og helse i forhold til somatisk sykdom. På bakgrunn av dette har Verdens helseorganisasjon konkludert med at ”sosial støtte og gode relasjoner gir et viktig bidrag til helsen” og tatt sosial støtte med som en av de viktigste helsedeterminanter (Heløe, 2010; Steiner, 1976; R. G. Wilkinson & Marmot, 2005)

### **3.0 METODISK TILNÆRMING**

Jeg har valgt å dele Metodekapitlet i to kapitler, metodisk tilnærming og forskningsprosessen. Kapittel 3 handler om metodisk tilnærming der jeg gjør rede for anvendt teori som mitt prosjekt bygger på. Innledningsvis vil jeg redegjøre for formålet med prosjektet og valg av metode. Denne består av kvalitativ metode, feltmetodikk, forskerrollen og fenomenologisk hermeneutisk tilnærming. Kapittel 4 handler om forskningsprosessen. Der beskrives feltet mitt, hvilket utvalg jeg foretok og forskerrollen min. Videre vil selve arbeidsprosessen bli belyst i en feltarbeiderprotokoll med observasjoner, feltnotater og forskningslogg. Den inneholder teori sammenvevd med min arbeidsmåte.

#### **3.1 Innledning**

Valgt forskningsmetode avgjøres av forskningsspørsmålet eller hovedtanken i prosjektet (Ryen, 2002). Metodevalg er et spørsmål om hva som er best egnet til å belyse det problemfelt en ønsker å ta opp (Holme & Solvang, 1996).

Formålet med mitt prosjekt er å undersøke Pedalpigane. Som forsker ønsker å identifisere hvilke faktorer som gjør at disse kvinnene søker sammen og stadig øker i antall medlemmer.

Med dette som utgangspunkt velger jeg kvalitativ forskningsmetode. Feltarbeid blir metoden jeg anvender ved bruk av deltagende observasjon, og jeg benytter meg av en hermeneutisk fenomenologisk tilnærming.

#### **3.2 Kvalitativ metode**

Kvalitative metoder egner seg ved innhenting av data om meninger som ligger til grunn for atferd og sosiale relasjoner og om den sosiale konteksten som handlinger og meninger utvikles innenfor (Halvorsen, 2008; Wadel, 1991). Kvalitative data er data som har med karakterisering av særtrekk og innhold å gjøre. De foreligger ofte i form av verbale utsagn eller tekst. De kalles ofte mykdata (Halvorsen, 2008; Repstad, 1998). Wadel (1991) påpeker at kvalitativ forskning har fokus på innhold, beskaffenhet og betydning.

Datasamling og analyse går ofte parallelt i kvalitative metoder. I følge Wadel (1991) går forskningsprosessens ulike faser over i hverandre. Analyse og fortolkning er dermed integrert i datasamlingen (Halvorsen, 2008; Wadel, 1991).

Tilnærmingsmåten til det som skal forskes på, er gjerne induktiv i kvalitativ forskning. Det innebærer i følge Eneroth (1984) at forskeren nærmer seg en virkelighet hun ikke kjenner, uten klare hypoteser og problemformulering. Formålet blir dermed å utvikle begreper om et fenomen og få en størst mulig helhetsforståelse av alle aspekter av fenomenet (Eneroth, 1984).

Et formål med kvalitative undersøkelser kan være å utvikle en helhetlig forståelse av spesifikke forhold. En slik metode gir i følge Repstad (1998) rike muligheter til å få data om samspill og prosesser som foregår i grupper eller i en gitt kontekst. Data om situasjoner og personer kan være fyldige, noe som øker muligheten for å forstå atferd og situasjoner slik de blir sett og oppfattet av de som undersøkes. Kvalitativ tilnærming knyttes til hermeneutikken siden fortolkningen står sentralt. Det betyr å fokusere på meningsinnhold som ikke er

umiddelbart opplagte (Repstad, 1998; Thagaard, 2003). En slik helhetlig forståelse forutsetter en intensiv strategi med få undersøkelsesenheter og mange variabler. En intensiv strategi fordrer at en går i dybden, og det betyr at kvalitativ forskning ofte må forholde seg til små utvalg (Thagaard, 2003).

Kvalitativ metode har særegne begrep som nærhet, sensitivitet, innlevelse og førforståelse (Thagaard, 2003; Kalleberg & Holter, 1996). Disse er begrep som er spesielt knyttet til selve forskerrollen og vil derfor bli gjort rede for under overskriften *forskerrollen*.

### 3.3 Feltmetodikk

Feltarbeid har sin teoretiske forankring i tre generelle vitenskapsteoretiske posisjoner som er positivisme, naturalisme og refleksivitet (Hammersley & Atkinson). Samfunnsvitere tar utgangspunkt i det ”positivt gitte” som regulerer den sosiale virkelighet. En naturalist studerer den sosiale virkelighet i sin ”naturlige” tilstand, og det er vanlig å kalle en slik tilnærming for ”humanistisk” eller ”fenomenologisk”. Det sentrale begrepet i feltmetodikken er refleksivitet, at vi er en del av den verden vi studerer (Hammersley & Atkinson, 1996). Feltmetodikk handler om å innhente data ved å oppholde seg i det feltet som skal studeres. Nielsen (1996) beskriver metodikken både som en prosess og et produkt. Kjernen i feltarbeid som prosess er å søke å forstå en kultur i en bestemt gruppe fra medlemmenes perspektiv (Glesne, 2006; Hennink, Hutter, & Bailey, 2011; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996). I feltarbeidet benyttes ulike framgangsmåter for å oppnå dette. Den viktigste av dem litteraturen framhever er *deltagende observasjon* (Angrosino, 2007; Hammersley & Atkinson, 1996; Holter & Kalleberg, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996; Repstad, 1998; Wadel, 1991).

### 3.4 Forskerrollen

Forskerrollen i et feltarbeid er i følge Nielsen (1996) spesielt på den måten at forskeren blir selve forskningsverktøyet i datasamlingen. I felten kreves flere ulike egenskaper som nærhet, sensitivitet, innlevelse og førforståelse for å gjøre et så godt forskerhåndverk som mulig (Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996). Et annet viktig aspekt er å lære seg å reflektere over egne handlinger og tanker underveis i forskningsprosessen. Refleksjon er i følge Glesne (2006) viktigst for å bli en bedre forsker på.

Forskerens forhold til sine informanter i kvalitative metoder kjennetegnes som regel av *nærhet* (Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996). Det betyr at forskeren er sammen med sine informanter i felten, på deres arena. Dette fordrer at forskeren bør bestrebe seg på å være *sensitiv* overfor informantenes virkelighetsverden slik de oppfatter den. Da er det viktig at forskeren ikke låser fast informasjonsinnhenting til et opplegg som er utarbeidet på forhånd (Halvorsen, 2008). Et annet ideal i kvalitativ metode er *innlevelse*. Det innebærer at forskeren forsøker å leve seg inn i den sosiale situasjonen informantene befinner seg i. Det betyr at det oppstår et forhold mellom forsker og informant som kan oppfattes å være nokså likeverdige, slik at informanten har reell mulighet til å utøve innflytelse på forskningsprosessen (Løkken, 2012; Thagaard, 2003). Kilden til nærhet, sensitivitet og

innlevelse finner vi spesielt ved deltagende observasjon i feltarbeid (Grønmo, 1996; Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012).

Feltforskeren (Malterud, 2011) går alltid inn i et nytt felt med en *førforståelse*. Forforståelsen er ”bagasjen” forskeren tar med inn i prosjektet. Det betyr at forskeren kan ha personlig kunnskap, ha opparbeidet seg en teoretisk forståelse eller har faglige perspektiver på området som det skal forskes på (Kristoffersen, 1998; Malterud, 2011). Førforståelse kan handle om at forskeren har et foreløpig modifiserbart helhetsperspektiv på området det skal forskes på. Forskeren er åpen for ny kunnskap og forandring. Førforståelse er i følge Kristoffersen foreløpig og modifiserbar. *Fornemmelsen* er en del av den personlige førforståelse. Den er knyttet til intuisjon. Kristoffersen (1998) hevder at den leder mot ny kunnskap, men at den også kan lede feil. Fornemmelsen er slik sett en trussel mot vitenskapen, men er samtidig ofte en betingelse for den. Utfordringen her blir å finne ut hvordan fornemmelsen kan brukes i kunnskapens tjeneste (Kristoffersen, 1998).

### **3.5 Fenomenologisk hermeneutisk tilnærming**

Fenomenologi er læren om fenomener. Et fenomen er noe som opptrer, eller presenterer seg selv til noen. Fenomenologien handler om det som kommer til syne og det som treffer vårt sansesapparat (Løkken, 2012; Merleau-Ponty, 2002).

Fenomenologi handler også om å beskrive fenomenets *essens*. Det betyr ikke at fenomenet eksisterer som fakta. Det tas utgangspunkt i menneskets bevissthetsstruktur og søkes mot en forståelse av hvordan mennesket på bakgrunn av sine erfaringer konstruerer sin virkelighet. Det er den levde erfaring og vektlegger subjektive opplevelser (Gadamer, 2004; Johansen, 1997; Løkken, 2012; Merleau-Ponty, 2002).

Heidegger (2007) utviklet i sin tid fenomenologien i en ny retning. Han hevdet at fenomenologisk vitenskap handler om å undersøke sakens mening og relasjoner samtidig som han bevisstgjør oss mot vår egen påvirkning av kulturell og historisk bakgrunn. Heidegger søker en syntese mellom hermeneutikk og fenomenologi og fokuserer på menneskets tilstedeværelse (*Dasein*): dets forståelse av verden. Mennesket er et tolkende vesen. Det handler det ikke bare om å beskrive, men også å tolke og forstå, altså en fortolkning. Heidegger (2007) er opptatt av at mennesket allerede har en forståelse av denne ”*væren*”. Dette har i følge Heidegger (2007) betydning for hvilken forståelse vi får av et fenomen. Vi konstruerer og konstrueres av den verden vi lever i. Å dvele ved en spesifikk hendelse i en gitt kontekst er for Heidegger er å la hendelsene være som de *er*. ”*Dwelling in how Dasein is being-in-the-world*” (Frykman & Gilje, 2003, s.43; Heidegger, 2007).

Siden fortolkningen står så sentralt hos Heidegger, kalles fenomenologien han representerer for hermeneutisk fenomenologi. Hermeneutisk meningstolkning er blitt sett på som et aspekt ved den fenomenologiske metode (Heidegger & Holm-Hansen, 2007). Gadamer hevder at hermeneutikken er nært knyttet til fenomenologien og mener at det er ut fra vår forforståelse vi forstår og skaper mening. Det er grunnleggende for mennesket å kunne tolke sine erfaringer (Gadamer, 2004). Dilthey sa det slik: ”Naturen forklarer vi, sjelslivet forstår vi” (Johansen, 1997).



Fenomenologien ble i følge Uggla (1994) fornyet av Ricoeur. Når tolkning formidles gjøres ikke dette uten refleksjon fra tolkeren. For Ricoeur må refleksjon også inneholde selvrefleksjon og refleksjon over kunnskapens vilkår. Selvrefleksjon begynner i det handlende og tenkende menneske. Refleksjonen fungerer da som en forbindelse mellom selvforståelse og det som beskrives. Dette fordrer en viss kritisk distanse (Kristensson Uggla, 1994). Slik sett mener Ricoeur at forskerens forståelse også må formidles. Det betyr at det ikke bare er det umiddelbare som settes i sentrum, men også å se at distanse har betydning for formidlingen (Kristensson Uggla, 1994). I denne formidlingen kommer det fram en sårbarhet og risiko som er skjult og annerledes. Dette er i følge Uggla (1994) et tolkningsbegrep som ikke bare fordrer empati og lytting, men også kritikk og ”mistenksomhet”.

Fenomenologisk forskning beskrives av Van Manen (1997, s.32) på følgende måte: ”*To do research in a phenomenological sense is already and immediately and always a bringing to speech of something*”. Det er sentralt å la informantenes erfaringer komme til uttrykk og ”snakke” slik at forskeren kan forstå, beskrive og drøfte informantenes opplevelser og erfaringer. En slik ”hermeneutisk- fenomenologisk konversasjon” hevder Van Manen (1997) er kontekstavhengig, og en slik tilnærming må informantenes opplevelser og erfaringer knyttes til spesielle situasjoner.

*Hermeneutic phenomenology tries to be attentive to both terms of its methodology: it is a descriptive (phenomenological) methodology because it wants to be attentive to how things appear, it wants to let things speak for themselves: it is an interpretive (hermeneutic) methodology because it claims that there are no such things as uninterpreted phenomena (Van Manen, 1997, s.180).*

I følge Van Mannen (1997) finnes det ikke en fenomenologisk hermeneutisk metode, men beskrivelser, diskusjon, samtaler, følelser, aktivitet og refleksjon er innenfor et slikt perspektiv vesentlige elementer i metodiske *tilnærminger* (Van Manen, 1997).

Det er tre hovedmodeller på forskning i diskusjonen på hvorvidt en trenger metodologi (Hammersley, 2011; Løkken, 2012). Det handler om oppdagelse, konstruksjon og forståelse. I den grad en er enige om at ingen kunnskap har en gitt gyldighet, betyr det i følge Hammersley (2011) at det alltid er rom flere og andre forståelser av et fenomen. Videre hevder Hammersley (2011) i at om en er enige at forskningen alltid er en sosial prosess, er en da også enige om at sosiale og personlige sider hos forskeren alltid vil påvirke det som undersøkes og hvordan det re-presenteres (Løkken, 2012, s.71). I følge Hammersley (2011) må en strebe etter å argumentere overbevisende da våre vurderinger i forskningen kan være feilbarlige. Forståelsesmodellen er knyttet til fenomenet fortolkning. Det handler om å avdekke en teksts innskrevne meninger og om andre former for menneskelig kommunikasjon, samt hele feltet av menneskelig handling (Hammersley, 2011; Løkken, 2012).

Thagaard (2009) framhever at en hermeneutisk fenomenologisk tilnærming legger vekt på at det ikke finnes en egentlig sannhet (Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996). Dette støttes av Løkken (2008), Nielsen (1996), Uggla (1994), Ricoeur (1992), Hammersley (2011).

## **4.0 FORSKNINGSPROSESSEN**

### **4.1 Feltet mitt**

På nettsidene til sykkelklubben finner jeg oversikt over Pedalpiganes treningsdager, tider, oppmøtested og hva slags type sykkeltraining det skal være. Det står oppført en sykkelrute med kilometeravstand for hver trening, og det er angitt hvem som er kaptein for treningen. Dette er både oversiktlig og forutsigbart. Feltet mitt er dermed ikke lokalisert til et bestemt sted, men til en sykkelgruppe og deres sykkelrute. En sykkelrute starter på oppmøtestedet som hver gang er ved Solholmen skole på Grim, og beveger seg derfra lokalt på landeveien i Agder-Regionen.

Pedalpigane har tre annonserte treninger i uka når utesesongen (medio mars) på sykkel starter. Mandager er det bakkedrag. Det betyr at jentene trener på å sykle i bakker så fort de kan. De sykler opp og ned samme bakke 6-8 ganger, avhengig hvor lang bakken er. Onsdager er det teknikktraining. En løype på 4-6 mil velges, og jentene øver på å sykle i rulle og å holde et gitt tempo. De fokuserer på selve tråkket, hvordan kroppen tilpasser seg sykkelen og øver på å spise og drikke mens de sykler. Lørdager er det fokus på kondisjon. Sykkelrutene er lengre og det skal sykles uansett vær.

### **4.2 Mine valg i feltet**

Jeg valgte å stille på teknikktreningene på onsdagene og langkjøringene i helgene. Bakgrunnen for valget er at jentene på nevnte treninger er samlet i flokk.

Feltarbeidet mitt varte fra 14.mars til 26.mai 2012. Det inneholdt en informasjonsdag for Pedalpigane, 11 onsdager og lørdagstreninger og rittet (Color Line Setesdals Tour) CLST.

I perioden jeg observerte, var det 60 ulike kvinner som kom på treningene. I snitt var det 25-30 antall kvinner som stilte på treningene og utgjorde sykkelgruppen jeg skulle studere. En kjernegruppe på 10-15 kvinner dukket opp på hver trening, ellers varierte det hvem som kom da ikke alle hadde mulighet til å stille hver gang. Derfor opptrådte gruppen med til dels forskjellige personer hver gang.

### **4.3 Utvalget mitt**

Utvalget mitt er Pedalpigane, en gruppe bestående kun av kvinner med både nye medlemmer og erfarne Pedalpiger. De nye medlemmene kommer fra hele Agder-regionen og representerer et bredt spekter av kvinner med hensyn til alder og sykkel erfaring.

### **4.4 Forskerrollen min**

Persepsjon er deltagende, sett i et fenomenologisk perspektiv. I mitt prosjekt har jeg anvendt metoder som har gitt meg muligheten til å være nær Pedalpigane på deres ulike treningsturer. Jeg deltar som observatør og aktør, men betyr det at jeg deltar på samme premisser som dem slik at jeg fullt ut kan forstå deres verden? Jeg syklet i felt sammen med dem på landeveien, observerte, førte samtaler, stilte spørsmål og fikk på den måten et visst innsyn i Pedalpiganes persepsjon.

*Forståelse* i arbeidet mitt med Pedalpigane handler om at jeg prøvde jeg å forstå ved å gjøre det samme som dem. Når jeg syklet slik de gjorde, tolket jeg fra innsiden, og forståelsen skjer ved at den som forstår blir trukket inn i en hendelse hvor meningen viser seg. I et fenomenologisk hermeneutisk prosjekt skjer forståelsen i samspill med verden ved at en kroppslig griper inn i det vi ønsker å forstå (Gadamer, 2004; Steinsholt, 2010). På samme måte var jeg kroppslig til stede sammen med dem på sykkel i sykkelfeltet. Jeg samtale, observerte, deltok aktivt i arbeidsoppgaver, slapp meg bak i feltet for ”bare” å observere, for så å bevege meg tilbake aktivt deltagende sammen med dem.

*Førforståelsen* min til feltet jeg ville studere var mangesidig. Det handler om min erfaring som syklist, at jeg er kvinne fra en annen sykkelklubb, har lest en god del relevant litteratur og har antagelser og fornemmelser med meg i bagasjen. Jeg velger det som jeg mener er mest relevant for å belyse hvordan rollen min fungerer rent praktisk, nemlig sykkelferdighetene mine. De ligger i hovedsak på to plan: Det sykkeltekniske og sykling i felt. Begge disse omhandler også kroppslige ferdigheter.

Sykling på racersykkel er en ferdighet jeg behersker. Det handler ikke kun om å klare å sykle på en sykkel i vanlig forstand. Å håndtere en racersykkel betyr at en må mestre en rekke viktige handlinger. En nybegynner vil oppleve en racer som vinglete og krevende å sykle på grunn av dens geometri, tynne dekk og bukkehornsstyre. Skoene er i tillegg ”klikket” fast til pedalen og det betyr at vedkommende må ha kontroll på sykkelen til enhver tid. Å gire og bremse på en racer kan virke komplisert for en som ikke har syklet på racer før. Spising og drikking er noe som foregår mens en sykler. For en nybegynner er dette mye å holde styr på.

Sykling i felt krever en rekke ferdigheter utover det å sykle alene. En forutsetning for å lykkes er samhandling med en rekke andre syklister. Syklister sykler ”på hjul”, og det betyr at syklisten ligger tett opptil hjulet til syklisten foran. Landeveissyklister trener langs trafikkerte veier og det betyr at syklisten i samhandling med mange andre må konsentrere seg slik at en opptrer aktsomt.

Siden jeg har vært ny på sykkel en gang, vil min førforståelse være med på å prege min forståelse av nye medlemmer som ikke har noen erfaring med sykkelidretten. På den måten kunne jeg lettere gjenkjenne opplevelsene de hadde i forbindelse med ulike utfordringer de møtte som ny racersyklist.

Rolleetablering handler om flere forhold. Jeg bestemmer meg på forhånd for at jeg vil etablere en rolle som bringer meg i en *nær* kontakt med Pedalpigane (Holter & Kalleberg, 1996; Nielsen & Brottveit, 1996; Wadel, 1991). Det betyr at jeg må delta på trening sammen med dem (Holter & Kalleberg, 1996; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996; Wadel, 1991). Når jeg entrer feltet mitt på trening, inntar jeg en deltagende observatørrolle. Observatør- og deltagerrollen gir kunnskap fra to ulike vinkler: a) Som observatør, lærer jeg av å se hva andre gjør alene eller i samhandling med andre, og b) i deltagerrollen lærer jeg hva de andre deltagerne gjør overfor meg og hva jeg gjør overfor dem (Holter & Kalleberg, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996; Wadel, 1991). Når jeg inntar rollen som en av dem merker jeg hvordan dataene ”strømmer” mot meg. Å være en av 25 ”piger” på trening som sykler sammen, er å inhalere ALT en slik tur kan gi meg av skravlete

kvinnestemmer, komandorop, latter, humor, fortvilelse, smerte, sykkelferdigheter, solskinn, regn, kulde, bakker opp og bakker ned, ja alt vi opplever og ser, sanser jeg sammen med dem. Jeg *sanser* fellesskapet ved å være en del av fellesskapet selv. Da kan jeg også bli avkrevd innsats på linje med de andre jentene på trening (Holter & Kalleberg, 1996). Et eksempel på det er de få gangene jeg ble spurt om å være 2. kaptein på treningen. På en av de første turene registrerte kapteinen at jeg er en erfaren syklist. Derfor ble jeg spurt om å ligge i front av sykkelfeltet og holde en jevn fart som alle kunne klare å henge med på. En annen gang fikk jeg tildelt rollen som ”bak-kaptein”. Det er syklisten som sitter bakerst og sørger for oversikt og at alle syklistene er med. Målet mitt var å oppnå samsvar mellom den rollen jeg selv valgte og den rollen Pedalpigane ga meg. Det handler også om å tilpasse meg miljøet, de normer og regler som finnes der (Holter & Kalleberg, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996; Wadel, 1991).

I følge Cresswell (2007) må en forsker bestemme seg for hvilken observatør rolle han/hun vil innta i spennet mellom det å være fullt ut deltager på den ene siden og observatør på den andre siden. Det er ikke uvanlig å være passivt tilstedeværende i begynnelsen for ikke å forstyrre sin egen opplevelse av situasjonen. Det kan også handle om at man i løpet av feltarbeidet iakttar, til dels passivt for nettopp å oppdage en bestemt virkelighet som oppstår. Etter hvert som tiden går, kan man velge å bli mer deltagende ”innsider” over tid (Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012; Cresswell, 2007; Nielsen & Brottveit, 1996).

Rolleinvolvering er et annet vesentlig aspekt ved forskerrollen (Dale, Jones, & Martinussen, 1985; Holter & Kalleberg, 1996). Involvering kunne for meg oppleves som et hinder for analysen av og til. Det å oppleve tilhørighet kunne nesten føles som en trussel. Jeg kjente en sterk glede over å få være sammen med dem, fordi de var så hyggelige mot meg. Jeg var ventet på trening og jeg fikk høre at jeg var savnet når jeg ikke var der. Jeg gled på en måte mellom forskerrollen og deltagerrollen. Jeg gled ut og inn av situasjoner i felten rent mentalt og psykologisk. Solberg (1985) hevder at det er viktigere å analysere vår subjektivitet enn å disiplinere den. Da kan jeg heller lære meg å utnytte den kunnskap selvrefleksjon gir meg. På en vesentlig måte bidro involveringen også til forståelse av systemet jeg studerte. Å *identifisere* meg med Pedalpigane var en viktig forutsetning for å få kunnskap om dem. Det handler også om å forstå de andres følelse for hva de drev med. Det handler om å være *sensitiv* for det som skjer i gruppen og *leve meg inn i* ulike situasjoner. Når jeg involverer meg, blir jeg en del av fellesskapet. Da er det å forvente at jeg begynner og ”kjenne på det samme” som de gjør (Holter & Kalleberg, 1996). Gjennom involvering fikk jeg nøkkelen til å forstå interaksjonen mellom dem (Dale, et al., 1985; Holter & Kalleberg, 1996; Nielsen & Brottveit, 1996).

Wadel (1991) mener at feltforskeren vanligvis kan dempe sitt nærvær som forsker, ved å ta på seg ”lokale” roller. Utformingen av rollen min ble styrt av de mulighetene som ble tildelt meg og ulike valg jeg tok underveis i arbeidet. Jeg ble raskt godtatt og fikk den tryggheten jeg trengte for å utføre oppgaven. Det å ta på seg en tildelt rolle, førte til at jeg lærte noe vesentlig om den virkeligheten Pedalpigane befant seg i (Wadel, 1991).

## 4.5 Feltarbeiderprotokoll

Mitt arbeid som feltarbeider består i å samle inn et bredt spekter av observasjoner (Løkken, 2008). Det handler i følge Løkken (2008) som en interaktiv prosess. Jeg er til stede, observerer, ser og sanser i samhandling med Pedalpigane. Det handler om samtaler og spørsmål fra felten samt de analyser jeg hele tiden gjør. Prosessen består samtidig kontinuerlig av refleksjoner og personlige opplevelser og reaksjoner (Løkken, 2008). For å få oversikt over hva jeg gjorde hvordan, har jeg valgt å samle det praktiske arbeidet inn under overskriftene *observasjon og samtale, feltnotater og forskningslogg*.

### 4.5.1 Deltagende observasjon og samtale

Observasjon er feltarbeidets ”ryggrad” (Krane & Braid, 2005). Det er også blitt beskrevet som å ta et mentalt fotografi med vidvinkel kamera (Spradley, 1980) og fungerer som en ”menneskelig støvsuger”(Lofland & Lofland, 1995). Dette fordi vi søker etter menneskets ord og handlinger på det vi studerer. Jo mer rikholdig jo bedre slik at vi i større grad kan forstå helt klart (Ely, 1991; Krane & Baird, 2005).

Når jeg entrer feltet mitt med sykkelen, er jeg er klar over at jeg bærer med meg rikelig med teoretisk og praktisk kunnskap på området. Observasjon innebærer deltagelse i ALT som oppstår underveis på treningene (Glesne, 2006; Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012). Nielsen (1996) hevder at det kan sammenlignes med en kunstmaler som velger seg et landskap han vil male. Han maler landskapet akkurat slik *han* ser det, og slik landskapet åpenbarer seg for *ham*. Hvis ti kunstnere får beskjed om å male Gaustatoppen, vil samtlige male det slik den enkelte *ser* fjellet. Det ville bli ti ulike bilder og tolkninger av samme fjell. Ingen av bildene formidler nødvendigvis en fasit på hvordan fjellet virkelig er, likefullt formidles en sann oppfatning av fjellets virkelighet (Nielsen, 1996). Min oppfatning er ikke den eneste. Det finnes andre kroppar med andre bevisstheter, andre historier og andre perspektiver på sannheten enn meg. Innenfor kommunikativ forståelse av mennesket hevder Løkken(2008) at sannhet aldri er endelig, men alltid på vei. Sannhet må søkes (Løkken, 2008; Nielsen, 1996).

Observasjonene mine foregår i sykkelfeltet på landeveien. Jeg er aktivt deltagende. Vi sykler alle samlet fra start og tilbake til utgangspunktet. De oppsatte sykkelrutene varierer fra gang til gang. Av og til må vi sykle en og en i en lang rekke grunnet sikkerhet og uoversiktlig trafikkbilde, men som regel ligger vi to og to i bredden. Da havner jeg ved siden av en kvinne helt tilfeldig. Det har aldri skjedd at jeg ikke er kommet i samtale med kvinnen ved siden av meg. Ofte gir jeg kvinnen mulighet til å ta kontakt først. Jeg ønsket ikke å virke pågående. Andre ganger er det jeg som tar initiativ til en samtale. Siden feltet ruller en del, skifter jeg samtalepartner relativt ofte. Dette er en glimrende måte å få kontakt med ulike kvinner på. Jeg fører uplanlagte små samtaler med dem, er nysgjerrig på hvem de er og hvorfor de er her. Jeg har som regel et sett av planlagte spørsmål til kvinnene lagret i hodet mitt på forhånd, som tilsynelatende brukes tilfeldig i disse korte samtaler. En slik samtale kan i følge Johannessen (2010) ligne på et ustrukturert intervju. Spørsmålene og rekkefølgen på dem ikke er tilrettelagt på forhånd. En slik fremgangsmåte er fleksibel og får som oftest kvinnene til å føle seg mer komfortable (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010). Jeg kaller mine samtaler

med dem kun for ”samtaler”, selv om de inneholder elementer av ustrukturert intervju. Wadel (1991) benytter begrepet feltsamtale for denne type samtaleform (Wadel, 1991).

Av og til er jeg bare helt stille og iakttar. Prøver å legge merke til så mange detaljer som mulig. Jeg gjør det Cresswell (2007) beskriver, nemlig i stillhet ”å oppdage” en bestemt virkelighet som finnes i konteksten (Løkken, 2012). Jeg ”tyvlytter” til andres samtaler og observerer sosiale interaksjon og handlinger kvinnene imellom. Jeg legger merke til gjeldende normer og regler og forholder meg til disse. Etter hvert ser jeg at det oppstår en rekke mønstre. Jeg bruker dermed mye tid på å betrakte gruppen samtidig som jeg er i samhandling med dem. Slik Merleau-Ponty (1968) beskriver at verden reflekterer ”the flesh of my body” ved at min kropp gjør inngrep i verden, og at verden gjør inngrep i min kropp (Løkken, 2012). Det er egentlig en litt pussig tilværelse. Jeg er der sammen med damene, med hele meg og de med meg. De rører ved meg slik jeg rører ved dem. Det er dette Merleau-Ponty synliggjør ved å vise at vi låner fra hverandre og tar eller griper inn i den andre (Løkken, 2012). Vi sykler på den samme veien, opplever naturen og været på kroppen. Lukter, ser og hører så å si det samme. Samtidig ”sitter jeg på gjerdet”. Deler av meg er på utsiden av det som virkelig skjer. Det er som å ha noen helt spesielle briller på. I starten er denne opplevelsen ganske enkel å ha med å gjøre fordi jeg er ny. Det er så mange arbeidsoppgaver å sette seg inn i. Jeg kjenner som regel igjen hva som er *meg*, og hav som er *dem*. Etter hvert som jeg blir mer varm i trøya, glir jeg mer ut og inn av de rollene. Nesten uten å merke det. Det oppleves noe utfordrende. Som regel ringer det ei bjelle i hodet på meg når jeg begynner å trives så godt at jeg er i ferd med å bli en ”innfødt”. I følge litteraturen skal vi være forsiktige med å bli helt ”som dem” (Hammersley & Atkinson, 1996; Nielsen & Brottveit, 1996). På den annen side er det erfaringsmessig kunnskapsrikt å kjenne på hvordan det i virkeligheten er å være ny Pedalpige. ”Å komme innunder huden” på gruppen, bli inkludert som en av dem, ventet og savnet er menneskelig en rik opplevelse. Den erfaringen er verdifull å ha med seg videre i oppgaveprosessen.

Uten tvil har jeg erfart at det å være feltarbeider i en deltagende rolle er svært krevende. Det krever refleksivitet og evne til å kunne rydde i tankene når jeg kommer hjem fra felten.

#### **4.5.2 Feltnotater**

Det er vanlig å gjøre notater i felten (Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005; Nielsen & Brottveit, 1996). Å ha med seg ei lita blokk og en penn på innerlomma, er praktisk og til stor hjelp. En kan notere detaljer og stikkord som ”knagger” til hjelp for lettere å huske hendelsesforløp.

Som deltagende syklist er dette praktisk umulig. Jeg kan ikke skrive mens jeg sykler. Det kan være en ulempe at jeg ikke får skrevet ned små notater underveis. På den måten kan viktige data forsvinne fra minnet. På den annen side skal vi ikke undervurdere hjernes potensial til å huske. Det er mulig å trene den opp til å huske detaljer. I slike tilfeller råder overnevnte teoretikere feltarbeideren til å få gode rutiner i å få skrevet ned og loggført observasjonene i stikkordsform med det samme han kommer hjem fra felten, helst innen to timer (Nielsen & Brottveit, 1996). Dette var også noe jeg gjorde. Min evne til å huske tilskriver jeg delvis observasjonstreningen jeg har fra mitt daglige arbeid som sykepleier på nyfødt intensiv.

Jobben består blant annet i å observere det syke barnet under hel vakt på åtte eller ni timer, for så skriftlig å notere observasjoner i slutten av arbeidsdagen. Siden pasientene er så små og sårbare, er det uhyre viktig å legge merke til detaljer og små endringer for å vurdere bedring i barnets tilstand og eventuelt forbygge utvikling som kan føre til forverret sykdom, som igjen kan føre til død. For meg er denne treningen i observasjon til stor hjelp i observasjonsarbeidet med Pedalpigane. Hodet evner å lagre hendelser i detalj. Helt konkret øvde jeg på å knytte hendelser til hvor vi var i løypa. De mentale markeringene i løypa fungerte som små knagger jeg kunne feste hendelsene til. På den måten kunne jeg starte ”å snurre film” fra sykkelturen. I mitt hode begynte jeg der vi startet og fulgte dagens sykkelrute helt til vi kom tilbake til utgangspunktet. Jeg har syklet på landeveien i Agder-regionene siden 2003. Av den grunn har jeg kjennskap til alle sykkelrutene som er satt opp siden da. En annen faktor jeg tror påvirket min hukommelse, er min dedikasjon til sykkelsporten. Gadamer (2004) vektlegger at det å gjøre et fenomenologisk hermeneutisk arbeid, krever at en er genuint interessert i det en driver med. Her er tre faktorer jeg antar påvirker mitt arbeid som feltarbeider, a) jeg mestrer syklingen så godt at jeg kan konsentrere meg om observasjonene, b) jeg liker å være sosialt sammen med andre når jeg bedriver fysisk aktivitet, og c) min genuine nysgjerrighet til det som er og skjer rundt meg. Som utøvende dramatiker i tidligere år, gikk mye av tiden min til å studere og ”glane” på menneskelig adferd, kroppsspråk, mimikk, verbal og non-verbal interaksjon.

### **4.5.3 Forskningslogg**

#### **Teoretisk betraktning**

Forskningslogg er utdyping av nedfelte feltnotater (Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005). Dette bør skje innen 24 timer etter at feltnotatene er nedtegnet fordi minnet raskt ”fades” ettersom timene går. Notatene er rikt beskrivende og analytiske i sin form, og får ned så mange detaljer som mulig. De bør i følge Løkken (2012) være refleksivt biografiske på den måten at forskeren skriftlig evner å føre en indre dialog med seg selv i forhold til observerte data. Det kan også handle om egne tanker og følelser. På denne måten skaper forskeren en rikholdig bank med vidt beskrivende data, samtidig som han får fram en nyttig selvrefleksjon. Dette krever at feltarbeideren er god på å skille fakta og fortolkninger (hva er det jeg ser og hvordan ser jeg det?), er god til å formulere seg skriftlig, samtidig som en har en kritisk holdning til egen hukommelse (Hammersley & Atkinson, 1996; Krane & Baird, 2005; Løkken, 2012). I deltagende feltarbeid er det også viktig med distanse til arbeidet. Uten distanse er det krevende å tolke de innsamlede dataene (Gulløv & Højlund, 2003).

#### **Min loggføring**

Som regel gikk jeg i gang med forskningsloggen rett etter jeg var kommet hjem fra sykkeltreningen med Pedalpigane. Jeg begynte med å notere sentrale stikkord fra turen. Disse fungerte som små knagger jeg kunne feste en historie til. Jeg tok en dusj og spiste, slik at jeg hadde nok energi til å sitte og jobbe godt med notatene. Jeg valgte å bruke notatbøker da jeg liker best å skrive for hånd. For hver observasjon noterte jeg dato, klokkeslett for observasjonen, antall oppmøtte kvinner, sykkelrute, kilometeravstand, temperatur og værforhold. Å skrive forskningsloggen tok gjerne opptil et par timer og noen ganger mer. Når minnene av observasjonene rullet opp som en film på netthinnen min, syntes jeg det var viktig

å få med så mye som mulig. Å nedtegne beskrivende data slik de oppsto, kunne mange ganger være svært krevende. Mine egne refleksjoner lå hele tiden og presset på parallelt med faktanedtegnelsen. Refleksjonene ville så lett blande seg inn i teksten.

Feltarbeideren har mulighet til å sette ord på egne følelser og opplevelser rundt selve forskningsprosessen. Det kan være å sette ord på utfordringer, og det er mulig å gli inn i et miljø uten helt å få være en del av miljøet. Alt fra frustrasjon til personlig inspirerende opplevelser kan bearbeides. Her er det mulig å reflektere fra et "fugleperspektiv" (å se hele konteksten utenfra, de store linjene) og fra et "museperspektiv", det vil si å se hele konteksten innenfra, på detaljnivå (Ely, 1991; Hammersley & Atkinson, 1996). I starten av det skrivende arbeidet mitt gjorde jeg dette. Kategorisk førte jeg beskrivende data og refleksjonsnotater hver for seg. Etter hvert ble dette nesten litt kunstig. Jeg opplevde mye av arbeidet jeg gjorde med å observere hele tiden hadde et snev av refleksivitet over seg. Jeg reflekterte og dvelte kontinuerlig samtidig som jeg observerte. Dermed ble det mest naturlig å skrive alt i ett og samme notat.

I forskningsloggen skrev jeg også ned "thick descriptions". I følge Nielsen (1996) og Frykman & Gilje (2003) er "thick descriptions" mer inngående, dypere og mer rikholdige beskrivelser av hendelser med innslag av refleksivitet fra feltarbeideren som en del av teksten. Disse er beskrivelser som har til hensikt å føre leseren inn i den verden feltarbeideren selv er i med alle sine sanser. Her fører man sammen beskrivende fakta og feltarbeiderens refleksjon i en og samme tekst. Denne teksten utgjør det forfatterne ovenfor betegner som "thick descriptions". Det er dette som skjer når tilnærmingen til feltet er hermeneutisk fenomenologisk (Hammersley & Atkinson, 1996; Frykman & Gilje, Nielsen, 1996; Løkken 2012).

Å få del i Pedalpiganes sykkelverden var en morsom og engasjerende periode av forskningsarbeidet. Fra å oppleve et veldig spennende og givende feltarbeid, har veien videre vært en lang vei å gå. Det å tolke, analysere, drøfte og bearbeide empirien om til et skriftlig materiale, har vært kronglete og utfordrende.

#### **4.6 Analysen av materialet**

I følge Malterud(2011) er målet i en kvalitativ undersøkelse å utvikle ny kunnskap, ikke å reprodusere forståelsen vi allerede har. Materialet skal lede fram til nye beskrivelser, nye begreper eller nye teoretiske modeller gjennom analysen. Malterud hevder at det i en fenomenologisk tradisjon handler om å gjøre din erfaring av denne delen av verden tilgjengelig for andre enn seg selv (Malterud, 2011).

Repstad (2007) fremhever at analysen er en prosess der man prøver å ordne dataene slik at de får struktur. På den måten blir de tilgjengelige for tolkning (Repstad, 2007). I kvalitativ forskning er analysen av dataene ikke et eget stadium av forskningen. Analysen starter allerede før feltarbeidet tar til og fortsetter inn i den avsluttende skrivefasen. Formelt tar analysen form i observasjonsnotatene, mens det uformelt inngår i feltforskerens tanker og ideer (Nielsen, H&A, Repstad).



## **Systematisk tekstkondensering**

Jeg har valgt å ta utgangspunktet i en analysemodell som kalles systematisk tekstkondensering (STC), for å strukturere og analysere materialet (Malterud, 2011). Modellen er inspirert av Giorgis fenomenologiske analyse, men modifisert av Malterud. I følge Malterud (2011) er metoden godt egnet for deskriptiv, tversgående analyse av fenomener og for å utvikle kunnskap om informantenes erfaringer og livsverden innenfor et bestemt felt. Det handler her om å lete etter essenser eller kjennetegn ved de fenomener som studeres. Systematisk tekstkondensering handler med andre ord om å ha fokus på hva teksten forteller noe Kvale og Brinkmann (2009) kaller datastyrt koding. Når en benytter en slik framgangsmåte, kreves imidlertid et reflektert forhold til sin egen innflytelse på materialet. (Malterud, 2011, s.97).

STC består av fire trinn i analysen av data.. Trinn en handler om å danne seg et helhetsinntrykk av materialet - ”fra villnis til temaer”. Trinn to, handler om å velge ut deler av teksten som er relevant for spørsmålet som søkes besvart – ”fra temaer til beskrivelser”. Trinn tre, er en kondensering fra de meningsbærende enheter – ”kode til mening”. Trinn fire, er retekstualisering der funnene sammenfattes – ”fra kondensering til beskrivelse og begrep”.

### **4.6.1 Trinn 1- Helhetsinntrykket**

I denne fasen må en forsøke å få et helhetsbilde for så å identifisere (Malterud, 2012). På dette stadiet leste jeg igjennom observasjonsnotatene mine flere ganger for å skaffe meg oversikt. En viktig del av analysejobben er å lete etter temaer, mønstre og typiske trekk som framkommer i det samlede materialet. Løkken (2012) sier at det handler om å sortere og definere, omdefinere og redigere.

Jeg lette og spurte meg selv hva i observasjonene som ”trer ut av teksten”. Hvilke temaer ser jeg i materialet mitt? Etter å ha lest notatene mine som var på over 20.000 ord oppsummerte jeg mine inntrykk med å definere følgende foreløpige temaer: ”å være ny”, ”å være erfaren”, ”alle skal med”, sosialt felleskap, sosial støtte, glede, mestring, oppmuntringer og tilbakemeldinger, omsorg, ivaretagelse, opplevelser.

### **4.6.2 Trinn 2- Meningsbærende enheter, fra temaer til koding**

På trinn 2 anbefaler Malterud (2011) at en velger ut tekst som sier noe om problemstillingen og som på ulike måter bærer med seg kunnskap om et eller flere temaer fra første trinn. Hvert av temaene belyser ulike sider ved problemstillingen.

Jeg markerte de meningsbærende enhetene i mitt materiale for så å systematisere dem, noe Malterud (2011) beskriver som koding. Jeg forsøkte jeg å fange opp og klassifisere de meningsbærende enhetene som hadde sammenheng med de temaene jeg identifiserte i trinn 1. Denne prosessen innebar at jeg fikk mange overlappende kategorier og måtte reorganisere kodingen og lage ”tydelige koder” (Malterud, 2011). Basert på denne analysen sorterte jeg de meningsbærende enheter under følgende koder: ”Alle skal med”, sosialt felleskap, sosial støtte, kommunikasjon/struktur, sykkelglede, mestring, ”å være ny” og Pedalpigen. Det ble så

mange koder at jeg måtte gjøre en endring. ”Å være ny” skulle favne alle koder. Alle koder skulle favne nye Pedalpiger. ”Kommunikasjon og struktur” ble lagt til under sosial støtte, da både kommunikasjon og struktur er en form for støttefunksjon. Det finnes en annen type kommunikasjon som er strek knyttet til mestring, og disse ble plasserte sammen. ”Pedalpigen” ble slått sammen med ”Alle skal med”. ”Sykkelglede” opplevde jeg såpas diffust og stort at jeg valgte det bort. Glede kommer likevel til syne i mine funn hele tiden.

Dermed satt jeg igjen med følgende fire koder: I. ”Alle skal med”, II. Sosialt felleskap, III. Sosial støtte og IV. Mestring og kommunikasjon. Disse kodene danner også strukturen i resultat og diskusjonsdelen.

#### **4.6.3 Trinn 3- Fra kode til mening**

I denne fasen er målet å abstrahere kunnskapen som er etablert i andre analysetrinn gjennom å kode de meningsbærende enhetene (Malterud, 2012). Ved å kondensere innholdet i de meningsbærende enhetene henter vi systematisk ut meningen.

Materialet jeg hadde under hver kodegruppe virket både rikt og relevant, og omfattet ulike nyanser som beskriver ulike meningsaspekter Under arbeidet med meningsbærende enhetene under hvert tema, spurte jeg meg selv i hvilken grad dette kunne fortelle meg noe om problemstillingen. Deretter sorterte jeg materiale under tilsvarende sub-grupper. Hvilke sub-grupper vi fester oss ved, preges av perspektivet vi leser vårt materiale ut fra (Malterud, 2011, s.105).

#### **4.6.4 Trinn 4- Å sammenfatte betydningen av de ulike trinnene**

I den siste fasen handler det i følge Malterud (2011) om å sette bitene sammen igjen – rekontekstualisere. Det er å sammenfatte det vi har funnet under hver kode i form av gjenfortellinger. Gjenfortellingen skal bære bud om at vi formidler essensen i tilstrekkelig grad. Essensen inneholder historier som er sammenfattet gjennom analyse. Den analytiske teksten representerer slik sett resultatene i vårt forskningsprosjekt. Malterud (2011) fremhever også at det kan legges ved ”gullsitater” eller beskrivende hendelser i sin helhet.. Slike sitater eller beskrivende funn skal i følge Malterud (2011) fungere som fargerike eller typiske eksempler som utdyper det den analytiske teksten forteller. For å validere materialet rekontekstualiseres resultatene opp mot rådataene. Dette gjøres ved å krysslese matrisene og å lete systematisk etter data som motsier konklusjonene (Malterud, 2011).

For meg var det sentralt å ta vare på Pedalpiganes perspektiver ved analysen og presentasjonen av materialet. Spesielt perspektivet til de nye kvinnene som kom til Pedalpigane den våren. I kraft av min egen deltagelse som ”ny” kvinne i Pedalpigane, opplevde jeg å få en beskrivelse som er nært knyttet opp til de nye medlemmene. Fangen (2010) referer til Geertz (1973) som kaller det aktørorientert fortolkning. Medlemmene av Pedalpigane ble mine samtalepartnere. I hovedsak var dette måten jeg forsøkte å forholdt meg til materialet på, men jeg kan likevel ikke komme utenom at jeg til tider var teoristyrte. Det betyr at kunnskap jeg har fra teorien, var med å styre hva jeg lette etter, og hva jeg faktisk så i teksten.

#### **4.7 Refleksjoner rundt valgt metode og egen læring**

I starten av feltarbeidet tenkte jeg på muligheten for å anvende flere metoder slik at jeg kunne komme enda nærmere Pedalpiganes erfaringsverden. Etter å ha lest fenomenologi og hermeneutikk og fått en større forståelse for hva dette handler om, forstår jeg at en endelig sannhet rundt forskningsspørsmålene ikke finnes (Løkken, 2012; Nielsen & Brottveit, 1996; Wadel, 1991). Drivkraften til valgt metode lå i utgangspunktet i intensjonen om å forstå.

Forståelsen handler i følge Steinsholt(2010) om praktisk klokskap, danning, dialoger og erfaring når forskeren deltar i felten sammen med sine informanter. Jeg har benyttet ulike metoder for å kunne gripe og forstå Pedalpiganes livsverden der tolkningsrammene er relasjonelle og kontekstuell(Holter & Kalleberg, 1996; Nielsen & Brottveit, 1996).

Tilnærmingen til forståelsen har for meg artet seg som en hermeneutisk prosess der jeg samhandler med Pedalpigane, observerer kontekstuelle hendelser, iakttar, involverer meg, analyserer, tolker, distanserer meg og tolker igjen. Jeg skriver dette ned, leser og drøfter teori for så å gå tilbake til empirien igjen (Gulløv & Højlund, 2003; Hammersley, 2011; Malterud, 2011; Nielsen & Brottveit, 1996).

Metoden har, slik jeg ser det, sine svakheter da den for en nybegynner virker noe konturløs i sin arbeidsform og fordi den er så sterkt knyttet opp mot feltarbeideren som forskningsverktøy. Den er helt avhengig av meg som forsker, da jeg står i et kontinuerlig samspill med mine egne styrker og svakheter. Eksempelvis er en av mine styrker dedikasjon til det jeg bestemmer meg for. Svakheten blir da at jeg lett ledes til å fordype meg i for store mengder litteratur. Det ledet meg stadig inn i nye fokusområder jeg syntes var interessante og relevante. Det resulterte i at oppgaven vokste i takt med arbeidet, og jeg fikk problemer med å avgrense.

Etter drøye to måneder med deltagende observasjon, satt jeg igjen med store mengder feltnotater som i starten nærmest opplevdes som uoverkommelige. Som novise på fagområdet, ville det sannsynligvis vært enklere å håndtere et langt mindre omfangsrikt materiale. Da måtte jeg på forhånd avgrenset meg til et eller to temaområder. På en annen side ville en slik avgrensning trolig hindre meg i å forstå og gripe det jeg opplevde underveis, og jeg ville dermed gå glipp av mye verdifull informasjon. Læringskurven var bratt, og prosessen lang og kronglete. Jeg konkluderte med å ha lært like mye om meg selv som å ha lært meg litt mer om feltarbeiderhåndverket og skriveprosessen.

#### **4.8 Validitet**

Validitet defineres som en uttalelser sannhet, styrke og riktighet (Gundersen & Berulfsen, 2012b). Kvale og Brinkmann (2009) hevder at validitet i samfunnsvitenskapene dreier seg om hvorvidt en metode er egnet til å undersøke det den skal undersøke. I følge Malterud (2011) betyr å validere å stille spørsmål om kunnskapens gyldighet. Pervin (1984, s.48) legger vekt på ”i hvilken grad våre observasjoner faktisk reflekterer de fenomenene eller variablene som vi ønsker å vite noe om”. Denne oppfatningen av validitet er i følge Kvale og Brinkmann vid og kan i prinsippet gi gyldig, vitenskaplig kunnskap i den kvalitative forskningen.

Å validere er ikke noe som skjer som et eget punkt i arbeidet som gjøres (Malterud, 2011). I følge Malterud (2011) handler det mer om å ha en kontinuerlig valideringsholdning igjennom hele forskningsprosessen. I alle ledd skal jeg stille meg selv spørsmål og reflektere rundt ulike valg jeg tar for å gripe det jeg observerer (Malterud, 2011). Er metoden jeg velger den beste måten å finne svar på det jeg lurer på, eller ville en annen metode være mer relevant? Gir utvalget jeg velger, et relevant grunnlag for svar på det jeg lurer på? Hvilken kunnskap og innsikt gir deltagerne meg gjennom datasamlingsmetoden jeg har valgt? Er den teoretiske referanserammen jeg har valgt egnet til å forstå det fenomenet jeg vil lære noe om? Gjennom hele analyseprosessen reflekterer jeg og stiller meg spørsmål om hva ulike tolkninger kan fortelle meg. Når jeg til slutt presenterer funnene mine, ser jeg etter om de gir relevante svar på problemstillingen min. Kvale (2009) anbefaler oss å spørre om *hva* og *hvorfor* og deretter *hvordan*. Det handler om å fange opp svakhetene ved vårt eget prosjekt (Hammersley & Atkinson, 1996; Kvale & Brinkmann, 2009; Malterud, 2011).

Forskerens evne til å formidle sin forskning påvirker gyldigheten som kunnskapen får (Malterud, 2011). Det handler i følge Malterud (2011) om å ha evne til å fortelle det vi har gjort på en slik måte at leseren forstår. Kvale (2009) kaller dette kommunikativ validitet. Malterud(2011) fremhever spesielt at resultatkapitlet bør kunne formidle en blanding av gjenkjennelse og aha-opplevelser for å skape en troverdig ramme rundt ny innsikt. I kvalitative studier betyr også de litterære ferdighetene mer enn i forskningsprosjekter der resultatene presenteres i tall og tabeller. I følge Malterud (2011) handler det om at forskeren skal kunne speile refleksivitet, konsistens og intersubjektiv formidling av forskningsprosessen gjennom hele oppgaven. På den måten kan forskeren klare å vise fram veien som er fulgt. Da får leseren de nødvendige forutsetninger for å forstå versjonene, tolkningene og slutningene som presenteres (Malterud, 2011, s.186).

#### **4.9 Forskningsetikk.**

Feltforskerens mål bør være å produsere kunnskap (Hammersley og Atkinson, 2010). Som Hammersley sier bør målet være å produsere *sannferdige* beretninger om sosiale fenomener.

For å få tilgang til feltet mitt spurte jeg grunnleggeren og lederen av Pedalpigane om skriftlig tillatelse den 26.10 2011. Da tillatelsen ble gitt, ble vi enige om at jeg skulle presentere prosjektet for Pedalpigane på et informasjonsmøte 14.mars 2012. 50-60 kvinner var til stede. Jeg fortalte kort om meg selv og målsettingen for prosjektet. Jeg skulle sykle sammen med dem på treninger og i all hovedsak studere Pedalpigane som gruppe. Jeg kom ikke til å velge ut enkeltindivider med fokus på noen få, selv om den enkelte ville bli lagt merke til i samspillet med gruppen. Jeg kom til å samtale med enkeltindivider underveis, men det er tilfeldig hvem det blir. Feltprosjektet ville bli avsluttet etter målpassering på Hovden den 26.mai 2012.

*"Det som fasinerer meg er at dere er kvinner. Kvinner som liker å sykle sammen. Og dere blir stadig flere. Hva er det dere skaper sammen som gruppe som gjør at dere stadig tiltrekker dere flere kvinner som vil sykle? Hva er det dere får til som vi i de mannsdominerte sykkelmiljøene ikke ha lykkes med i samme grad?" ( fra informasjonsmøtet, 14.03.2012).*

De som var til stede på møtet hadde mulighet for å stille spørsmål eller stille seg kritiske til opplegget. Prosjektet ble enstemmig godkjent av de som var til stede.

I følge Hammersley og Atkinson (1996) stilles det spesielle krav til kvalitativ forskning. Ikke bare i feltarbeidet men også i hele forskningsprosessen. Siden det er feltarbeideren som er selve forskningsverktøyet kreves det etisk refleksjon fra observatøren (Hammersley & Atkinson, 1996). Alt går igjennom feltarbeideren. Øverenget (2013) forklarer etisk refleksjon på den måten at det handler om å minne seg selv om følgende: Er det mulig for meg å gjøre noe annet enn det jeg nå vurderer å gjøre? Hvilke andre valg kan jeg ta i denne situasjonen? Videre hevder Øverenget (2013) det er viktig å være selvkritisk med å stille seg spørsmål om hvorfor en ønsker å gjøre det en gjør og om en har grunner til det? Kanskje en av og til burde la være å gjøre det en gjør (Øverenget, 2013). Forskningen hviler på tillitt mellom forskeren og det som forskes på (Tjora, 2010).

Prosjektet mitt er anonymt. Ingen personer er navngitt med sitt opprinnelige navn. Der det forekommer navn i teksten, er disse fiktive. Det finnes ingen registrerte personopplysninger. Det er kun gjort feltnotater etter deltagelse med refleksjoner og analyser. Det er i hovedsak beskrivelser av hendelser og noen ustrukturerte samtaler.

Prosjektet mitt har fått sin godkjenning gjennom NDS(Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste) og FEK (Fakultetets etiske komité). Når prosjektet er fullført og bestått, skal alle data av håndskrevde observasjoner og feltnotater destrueres.

## 5.0 RESULTAT, ANALYSE OG DRØFTING

Dette kapitlet er organisert i fire deler knyttet til de analysekoder som kom frem etter arbeidet med materialet. I. ”Alle skal med”, II. Sosialt felleskap, III. Sosial støtte og IV. Mestring og kommunikasjon. Under hver analysekode presenterer jeg som regel først resultat/funn og analyse i form av en sammenfattet gjenfortelling, og disse har jeg merket som ”fet” skrifttype. Her framkommer essensen av hva jeg grep tak i, under hver av analysekodene (Malterud, 2011). Jeg har så langt det har vært mulig valgt ut en eller flere konkrete hendelser som jeg har merket i ”kursiv” under den sammenfattede teksten for å konkretisere og utdype (Malterud, 2011). I hendelsene forekommer det noen steder sitater fra samtaler, og disse er markert i ”**fet kursiv**” og gjengitt med ”.....”. Hendelser jeg refererer til er datert, og navn jeg har brukt i teksten er fiktive. For å kvalitetssikre datamaterialets relevans og mangfold i forhold til forskningsspørsmålet, bør materialet i følge Holter og Kalleberg (1996) kunne rekonstrueres og tolkes på nytt av andre. Jeg har beholdt utdragene og beskrivelsene fra observasjonsnotatene uendret for i best mulig grad å ivareta dette. I etterkant av hendelsene kommer det som oftest en kort reflektert tekst i ”normal” skrifttype. Drøfting kommer under hver av delene.

### 5.1 Del I. ”Alle skal med”

#### **Pedalpigane, en arena for vekst?**

**Pedalpigane har slagordet ”Alle skal med”. Før trening, under trening og etter trening blir disse ordene gjentatt og brukt i kommunikasjonen dem imellom. Slagordet har i seg selv et budskap. Samtidig er det som om det ligger en større tanke bak ordene. Ordene ser ut til å forme kvinnene og prege gruppen. Som byggesteiner til en grunnmur, støpes de stein for stein, ord for ord. Flettet i et nettverk. ”Alle skal med”. Det ser ut til at det ligger et sett med verdier, regler og flere andre avgjørende faktorer som eksempelvis vennskap, omsorg, oppmuntringer og praktisk hjelp. Dette får fundamentet Pedalpigane har skapt, til å henge så godt sammen. Forankringene i disse verdiene ser ut til å representere selve grunnlaget for Pedalpiganes eksistens og vekst. Ordene virker slik sett som de har en visjonær effekt, som et mål. De ser ut til å generere vekst ved at de blir stadig flere. Det er plass til alle, og alle som er i gruppen, skal være med hele veien.**

#### **11.april.2012**

*De som tar kommandoen for treningen er opptatt av å få alle med. De er klar over at det er nye kvinner med som er ute på sin aller første tur. En av dem sier: ”Vi må ta vare på hverandre. Det må ikke bli slik at hun som kanskje sliter litt uten å tørre si i fra, blir skremt og dermed får en ubehagelig sykkelopplevelse slik at hun ikke våger å komme tilbake. ”Alle skal med”.*

Ordet ”ALLE” er veldig vidt. Favner det alle? Sett utenfra, for en ikke trent kvinne, er ikke Pedalpigane noe for ”ALLE”. Terskelen kan virke svært høy. Det kreves sannsynligvis masse mot og en god porsjon selvtillitt for en som er ny, å stille til trening sammen med denne lycraklede gjengen. Vil man endre livsstil midt i livet og begynne med mer fysisk aktivitet,

er kanskje ikke Pedalpigane et naturlig valg? Er man derimot litt trent og har erfaring fra en eller annen idrett, er det lettere å prøve miljøet. Mange av Pedalpigane har også tidligere erfaring fra ulike idretter. Det virker som om de allerede er litt trente. I tillegg fremstår de som modige og ressurssterke. Kanskje er gruppen for en spesiell gruppe kvinner i utgangspunktet? Internt ser jeg at slagordet ”alle skal med” passer med den hensikt at alle som kommer på trening skal bli tatt vare på. Det legges til rette for at alle skal klare å være med på hele treingsturen. I mine funn får jeg noen tanker om hvordan de har organisert denne kvinnelige sykkelaktiviteten. Jeg tenker at slagordet ”alle skal med” kan være en nøkkel til at stadig nye kommer til. Det sier nødvendigvis ikke noe om hvem den nye Pedalpiggen er, men kan det være en årsak til at den nye Pedalpiggen kommer og blir med?

### **Den nye Pedalpiggen, hvem er hun?**

**Det er første gang. 11.april.2012**

**Hun er ny, og lempet sykkelen sin ned fra sykkelstativet på biltaket og lener den opp mot bilen. Den ser splitter ny ut, sykkelen, og den er hvit med innslag av lilla og sort. Så henter hun ut resten av utstyret hun trenger, hjelmen, solbrillene og hanskene, og plasserer en drikkeflaske i holderen på sykkelen. Deretter drar hun opp glidelåsen i den blå sykkeljakka. Fomler med noe i baklommene. Mens hun gjør alt dette, kikker hun seg noe usikkert rundt. Kanskje hun er spent? Hun ser andre kvinner, rødkledde Pedalpiger, komme trillende inn på den store åpne plassen. Noen gjør som henne. Gjør seg klar ved bilen og kler seg om. Hun ser kvinnene flokke seg sammen, klemmer hverandre, prater og ler. Kanskje hun gruer seg litt nå? Hvordan skal dette gå? Så bøyer hun seg ned og knytter lissene på joggeskoene en ekstra gang. En dobbelt knute likegodt, og før hun får reist seg opp hører hun en stemme og kikker opp på et smilende ansikt: *”Hei, deg har jeg ikke sett her før,”* sier stemmen. *”Velkommen, jeg heter Hilde,”* sier hun og rekker henne hånden.**

Det å si noe om hvem den nye Pedalpiggen er, handler i denne sammenheng aller mest om å skille nykommere fra rutinerte og etablerte kvinner. Det handler om hvordan jeg legger merke til hvem som er ny. Det handler også om forskjeller på nye kvinner. På den måten er jeg i stand til å se og observere hvordan de blir ivaretatt slik at de fortsetter med å komme tilbake. Til sist handler det kort og godt om hvilke kvinner et slikt miljø er for. Hvem som ”tør” å oppsøke et kvinnelig sykkelmiljø. Nye kvinner er de jeg ser som ofte strever og bruker tid på å tilegne seg sykkelferdigheter. Det dreier seg om tekniske ferdigheter. Det å beherske flere ting på en gang. Trening i å ligge i flokk sammen med andre. De er ofte usikre i starten og noen er ikke redde for å si det. Den nye er kvinnen som sliter seg opp bakkene fordi hun har litt dårlig kondis. Den nye er hun som synes det går litt for fort, slipper feltet litt og blir hengende igjen bak. Den nye, ser jeg, kan også være den som raskt mestrer disse tekniske og kroppslige ferdighetene. De er lette og raske, slik at de ikke skiller seg noe særlig ut fra erfarne kvinner.

**31.mars.2012.**

*På vei opp bakken mot Sørlandsparken snakker jeg med en kvinne i rød-orange jakke. Hun har joggesko på beina. ”Jeg er helt fersk i dette og har ikke fått meg sykkelsko og sånne fancy pedaler enda. Jeg skjønner jo at dere har en fordel jeg ikke har med de skoene, for jeg får jo ikke brukt hele tråkket!”*

I starten av en sesong er det ikke vanskelig for meg å se hvem som er ny. Tilsynelatende. På de første treningene ser jeg en del kvinner som ikke har det røde Pedalpigetøyet på seg. De har sykkeljakker i andre farger. Noen av dem har ikke sykkelsko og stiller med joggesko. Jeg kom i snakk med dem den første tiden. Jeg observerte at de hadde en annen tilnærming til gruppen, sykkelen og selve syklingen enn de med Pedalpigetøy på. De med Pedalpigetøy har hatt dette tøyet i minst en sesong. Pedalpigetøyet er utrolig nok en synlig faktor som forteller de andre om du er helt ny eller ikke. I starten tenkte jeg ikke så mye over at det skulle skille de nye fra de gamle så merkbart. Da jeg skulle sykle med dem for aller første gang ønsket, jeg ikke å skille meg så veldig ut, så jeg kledde meg i ei rød sykkeljakke. På den måten kunne jeg forsvinne litt i mengden og ikke være så synlig som om den var blå. Trodde jeg. Men selv i den røde jakka, var jeg helt klart annerledes. Pedalpiger i Pedalpigetøy kom bort til meg og ønsket meg velkommen som ny. Så de det på ansiktet mitt eller var det tøyet som gjorde utslaget?

En annen årsak er at jeg med mine sykkelkunnskaper lettere legger merke til om en person er ny på sykkel. Jeg skiller raskt mellom kompetente og ikke kompetente syklister. Jeg skiller også raskt mellom nye kvinners egenskaper og evne til å tilegne seg denne kunnskapen. Slik sett er en ny sykkelkvinne nødvendigvis ikke lik en annen, selv om alle er nokså like å se på i starten. Men etter en tid med observasjon, registrerer jeg store forskjeller nye imellom. Hadde jeg selv vært en nybegynner på sykkel, hadde jeg ikke hatt mulighet til å se det. Da hadde jeg sannsynligvis lagt merke til noe helt annet.

Etter å ha snakket med samtlige nye kvinner finner jeg at de nye som er kommet til denne våren, har bakgrunn fra ulike idretter. Dette så ut til å stemme med hvordan Pedalpigane presenterer seg på nettsiden til KCK. Der står det følgende:

*De fleste av damene har holdt seg i god form gjennom ulike aktiviteter som løping, ski, padling, svømming med mer, men har hatt lite sykkel erfaring, om ingen i det hele tatt (www.kck.no).*

## **5.2 Drøfting av del I**

Pedalpigane startet sin virksomhet utenfor den organiserte idretten, selv om de etter hvert formelt knyttet seg til KCK. Gjennom denne tilknytningen stilte de klare betingelser til KCK innenfor rammene som ble gitt dem. Betingelsene besto i at de selv ønsket å styre sin virksomhet slik at de kunne drive gruppen på kvinners premisser. De ønsket å ta del i avgjørende beslutningsprosesser hvor strategier og målsettinger blir fastsatt for den videre utviklingen. Denne måten å gjøre det på understrekes av Fasting (1996) og Hovden (1993). De viser at kvinner vil involverer seg for å sette en agenda for sine ønsker. I følge Fasting (1996) vektlegger kvinner og menn forhold ved idretten ulikt, noe hun hevder har med



kvinner og menns ulike erfaringer og opplevelser å gjøre. Årsaken til at kvinner ofte velger å drive idrett utenfor systemet, handler om at idretten i en årrekke har vært styrt og drevet av menn og har derfor også vært mest tilrettelagt for menn (Fasting, 1998; Thielst, 2012). Pedalpigane viser at kvinneinvolvering og styring bidrar til at kvinner tar mer ansvar og skaper sitt eget, noe som fører til at aktiviteten blir tilrettelagt slik de ønsker (Fasting, 1996; Loland, 2007; Krane, 2007; Lesjø, 2008; Lippe, 2001; Thielst, 2012). Verdiforankringens føringer ligger i hovedbudskapet: ”Alle skal med” og er en determinant for rekruttering av nye kvinner til miljøet.

”Alle skal med”? Hva betyr ordene i denne normen? Hvem er alle? Her velger jeg å drøfte både ordtaket som inneholder ordet ALLE og hvem den nye Pedalpigane er. Pedalpigane er en gruppe som driver sykkelidrett. I følge Breivik (1990) og Loland (1991) kan vi skille mellom den konkurranseorienterte idretten og den ikke-konkurranseorienterte idretten. Trim ble det kalt på 60-70 tallet (Loland, 1991). Det inkluderer i følge Breivik (1990) og Loland (1991) mosjonsformer som løpeturer og jogging, skiturer og langrenn, gang/marsj, svømming og sykling. I følge Loland (1991) karakteriseres denne idretten ved at den er en frivillig aktivitet hvor måling, sammenligning og rangering av deltagerne etter prestasjonsmål ikke er noe prioritet. Pedalpigane viser og fremhever verdien av opplevelsen, samholdet og gleden de får sammen når de sykler sammen, framfor opptatthet av å sykle fortest mulig på treninger og ritt (Fasting, 1998; Thielst, 2012; Lippe, 2001; Lesjø, 2008). Målsettingen er å få alle nye Pedalpigere som stiller på trening og ritt, til å fullføre. Samtidig deltar de fleste Pedalpigere i mosjonsrittet CLST med tidtaking. Det betyr at kvinnene som ønsker å delta, må trene seg opp til å mestre tiden til de ulike tidspuljene. Målet er å klare den tiden de har satt seg, men skulle det skje noe underveis er holdningen å komme samlet til mål, selv om tidsskjema skulle sprekke. Slik fyller Pedalpigane NIF's vilkår om at de driver aktivitet av mosjonskarakter med tidtaking og konkurranse (NIF 2006:9, Lesjø, 2008).

### **5.3 Del II. Sosialt Fellesskap.**

*Når et sykkelfelt med rødkledde kvinner kommer susende gjennom landskapet, ser jeg skjønnheten. Det er vakkert. Det store røde sykkelfeltet med smilende kvinner gjennom geografien. Det er en styrke at det foregår i naturen. Uansett vær. Det gjør det visuelt sterkt. Majestetisk. De rødkledde kvinnelige syklistene og naturen. To komponenter som er som skapt for hverandre. Sammenflettet. Synlig på en spesiell måte slik at folk stopper, snur seg etter dem og bare ser (Abildgaard, 2012).*

Hentet fra Pedalpiganes Facebook-side 19.desember.2013:

God Jul!

God Jul, til dere alle, venner og kjente.  
Jula er her, bare dager å vente.  
Året som gikk ga oss vennskap og tester.  
Samhold og treff, utlodning og fester.  
Vi sykler sammen, trener, prater og ler.  
I 2014 jeg håper vi kan satse på fler`.  
8 eller 9 timer, hva skal man velge?  
Bruke den samme sykkelen, eller må jeg selge?  
Kapteiner, mat, dekk, bananer og tøy.  
Himmel for et stress, men jammen er det gøy.  
Neste år blir det mange turer, både trening og ritt.  
Men julen kommer først, og den krever jammen sitt.  
Så kos dere alle sammen, hent krefter til neste år.  
Da blir det nye opplevelser og nye piger vi får.  
God Jul alle sammen!

Skrevet av ei  
Pedalpige

### **Pedalpigedrakta – en viktig markør**

Pedalpigedrakta er sykkeløyet Pedalpigane bruker på trening og ritt. Den fungerer som et symbol på fellesskapet blant kvinnene.

**26.mai.2012** *En av kvinnene sa det slik: ” Å sykle rundt med Pedalpigedrakta på gjør at jeg føler meg stolt over å høre til Pedalpigane”.*

Tilhørighet, stolthet og samhold vurderer jeg som essensen, det som beskriver selve kjernen i fellesskapet. Essensen er beskrevet i kondensert tekst.

### **TILHØRIGHET**

**Kvinner som har ei Pedalpigedrakt bruker den konsekvent på treninger og ritt og markerer på den måten en tilhørighet til gruppen. Å bære drakta ser ut til å representere en identitet disse jentene vil bli forbundet med. De som sykler i drakta tilhører hverandre og er knyttet til et unikt sykkelmiljø, kun forbeholdt kvinner. Pedalpigane representerer et kvinnelig fellesskap med normer og regler, og de har sin særegne kvinnekultur. Draktene har feminint design i rødt og rosa. Den symboliserer og synliggjør kvinnelig sykkelidrett på kvinners premisser. Nye som ikke har drakta, gleder seg åpenbart til den kommer. De snakker om den, venter på den og spør etter den. Når drakta endelig er her, iklær de seg den med stolthet og markerer på den måten sin tilhørighet.**

## **STOLTHET**

Stoltheten over å bære Pedalpigedrakta ser ut til å være synlig på to plan. Individuelt og kollektivt. Stolthet hos den enkelte over å være kvinnelig syklist. Stolthet over å være en del av en del av en gruppe de liker og få være "en av dem". Kollektivt ser det ut til at de er stolte over å tilhøre hverandre. De er stolte av å være mange røde piger som i felleskap sykler samlet langs landeveien. Det er som om de vet at dette visuelle uttrykket signaliserer "kraft og styrke" til omverdenen. De smiler og strutter av stolthet når de samlet sykler i flotte rekker over målstreken på Hovden under CLST rittet. Sammen har de kjempet seg igjennom 210 kilometer med 980 høydemeter og er stolte over å klare målsettingen i felleskap. Pedalpiganes bruk av Pedalpigedrakta generelt, synliggjorde og forsterket deres kollektive stolthet.

## **SAMHOLD**

Pedalpigane eier så mye sammen. De deler sykkelhistorie i form av å ha deltatt på ritt og treninger sammen. De deler alt fra flotte, varme solskinnsdager til kalde, regnfulle sykkelopplevelser. I samholdet ser jeg at de gir og får i gruppen. Den enkelte utøver er en viktig bidragsyter for resten. Har en av dem en dårlig dag, strever med et kne eller mangler mat og drikke, blir de ivaretatt av andre som har noe ekstra å gi. De opplever sykkelvelt, punkteringer og annet teknisk trøbbel og sammen håndterer de utfordringer og hjelper hverandre. Støtten de gir hverandre ser ut til å knytte sterke bånd som styrker samholdet. De har en uttalt vi-mentalitet. "Vi klarte det", "Vi gjorde det", "Vi vant" speiler nettopp det de sier om seg selv - at de er sterkere sammen enn alene.

Samhold ser også ut til å være knyttet til deres holdninger og handlinger. Pedalpigane har en beundringsverdige holdning overfor nye medlemmer. Dette viser seg i måten de ble inkludert på. Nye ble sett, ønsket velkommen, snakket med og vist en interesse overfor. Jeg kunne se fysisk sterke og utholdende Pedalpiger med potensial til å sykle mye raskere og sette seg langt høyere personlige mål på sykkel enn de rammer Pedalpigane hadde å tilby. Høye personlige prestasjonsmålsetninger ser ikke ut til å være så viktige for dem. Helt andre verdier virket å være mer betydningsfulle slik som å bidra til fellesskapet med å ta ansvar og sørge for at nye medlemmer blir inkludert. Trivsel ser ut til å være en viktig faktor for at mange kvinner velger å bidra til samholdet i det sosiale fellesskapet.

Det jeg har observert, symbolisert gjennom drakta, utdypes ved å vise til et utdrag fra en samtale jeg hadde med en av Pedalpigane.

### **Kvinnen som kom tilbake, 26.mai.2014.**

Jeg snakket med ei som hadde satt seg som mål å sykle på 7 timer til Hovden. Hun hadde i vår trent sammen med guttene og ønsket å sette ny tidsrekord for seg selv. Denne kvinnen kom tilbake til Pedalpigane fordi hun savnet miljøet. Jeg ba henne fortelle meg hva hun mente med det:

*"Kulturen er en helt annen. Det kan kanskje ikke sammenlignes, men guttene er mer egosentriske og de tenker nesten bare på seg selv. Det er så lite samhold der i forhold til det*

*jeg er vant til sammen med Pedalpigane. Ja, og hvis de sleit litt, da var det bare og ”hekte seg av. Det er temmelig få oppmuntringer og lite støtte guttene imellom, og heller ikke så mye godt humør som hos jentene. Jeg kunne sykle for å oppnå bedre tid sammen med dem, men det er ikke verdt det. Det er nemlig ikke så moro. Det er en sann fornøyelse å komme tilbake! Her er det lagånd, vennskap, glede, oppmuntringer, støtte, omsorg, humør og humor. Det er jo det som virkelig betyr noe. Ja, her vil jeg være!”*

Ordene hun deler med meg, den muntre stemmen og kroppsspråket hennes forteller meg at hun tydeligvis trives, er trygg sammen med Pedalpigane og har sin tilhørighet der. Det som former fellesskapet på en unik måte, slik hun beskriver det, trakk kvinnen tilbake til miljøet. Det handler sannsynligvis ikke om at tilsvarende ressurser ikke finnes hos guttene, men at ressursene opptrer på forskjellig måte i disse to miljøene. Kvinnemiljøet blir til og formet i kraft av det nettopp er kvinner som bidrar og sørger for at sykkelaktiviteten foregår på deres premisser. Kvinnen satte disse verdiene høyere enn eget ønske om raskere tid. Å trene med guttene opplevde hun helt annerledes. Der kunne hun eksempelvis bli frasyklet, og da var det ingen som var villig til å vente på henne om hun skulle trenge det.

Å bli kjent med et miljø handler, slik jeg ser det, om å delta og erfare hvordan fellesskapet oppleves. Faktorer som eksempelvis trygghet, forutsigbarhet, tilhørighet, anerkjennelse og tillitt ser ut til å ha en innvirkning på kvinnenens trivsel. Dette ser ut til å være avgjørende for at de kommer tilbake og gjerne forblir i miljøet. Kvinner som har opplevd å bli godt ivaretatt når de kom, ser ut til å adoptere samme holdninger og væremåter i møte med nye kvinner som kommer etter dem. Det er interessant å se hvilken inkluderende effekt dette har på miljøet. Det betyr nødvendigvis ikke at fellesskapet inkluderer og tiltrekker seg alle kvinner som liker å sykle. Pedalpigane krever nok en del mer overgivelse i form av tid og tålmodighet til å ta seg av stadig nye som kommer til. I dette miljøet står fellesskapet sterkere enn sportslige ambisjoner og resultater. Kvinner som er opptatt av raske tider og gode plasseringer, vil sannsynligvis trives bedre under andre forhold og velge miljøer der fellesskapet er mer konkurranseorientert.

## **5.4 Drøfting av del II**

Pedalpigedrakta er en synlig markør av fellesskapet i Pedalpigane. Kvinnene i Pedalpigane utgjør et nettverk og kan i følge Schiefloe (1992) defineres ved to mengder: en mengde kvinner og relasjonene mellom dem. Disse blir stående i et gjensidig avhengighetsforhold til hverandre (Svabø, 1993). Begrepet *sosialt nettverk* knyttes til John Barnes som fikk ideen til begrepet gjennom fiskegarnsmetaforen. De små knutene i nettet som er bundet sammen av tråder, visualiserer hvordan kvinnene er knyttet til hverandre gjennom kontakt og samhandling (Fyrand, 2005; Rønning og Starrin, 2009). Forbindelsene mellom kvinnene i Pedalpigane kan beskrives som ”limet”, og limets bestanddeler består av tillitt og det felles sett med normer og regler som dannes i Pedalpigane (Sund og Krogstad, 2009; Putnam, 2005). På systemnivå handler det om at de relasjonelt forankrede ressursene har betydning for Pedalpiganes funksjonsevne og kvalitet (Rønning og Starrin, 2009; Mæland, 2009). Pedalpigane er et nettverksfellesskap hvor sosial kapital kan utvikles og brukes (Fyrand, Sund og Krogstad, Mæland, Schiefloe).

For å gripe det sosiale fellesskapet i Pedalpigane er det hensiktsmessig å forstå kvinnenes persepsjon og den sosiale interaksjonen som foregår mellom dem (Haslam, 2000). I følge Haslam (2000) er det ikke uvanlig å studere kvinnenes atferd og de komplekse prosesser som viser seg i kontekstuelle handlinger. Med tanke på ”Pedalpigetilørighet” er det like viktig å forstå hvordan sosial interaksjon er knyttet til kvinnenes sosiale identitet. Dette har med selvkategorisering å gjøre (Haslam, 2000).

Det er tre forhold som reflekterer fellesskapet knyttet til Pedalpige-drakta, og disse er: samhold, tilørighet og stolthet. Samhold er i denne teksten synonymt med kohesjon.

Pedalpigene viser sin delaktighet og tilørighet til gruppen ved å sykle med Pedalpige-drakt både på treninger og i ritt, og den brukes gjerne til egentrening og jobbsykling. Drakta er en markør for de normer, regler og verdier kvinnenes fellesskap representerer (Schiefløe, 2000; Fugelli, 2010, 2014, Haslam; 2000). Drivkraften i miljøet og behovet den enkelte kvinne har for å vise sin tilørighet til kvinnefellesskapet, er knyttet til kvinnenes sosiale identitet i form av selvkategorisering (Haslam, 2000). Det betyr at kvinnen vil definere seg ut fra hvem hun ønsker å være, men ønsker også å bli forbundet med Pedalpigane av andre (Haslam, 2000). Å definere seg selv er et behov kvinnen har for å understøtte selvaktelsen, styrke selvfølelsen og videreutvikle seg.

I følge Haslam (2001) har konteksten i den forbindelse en avgjørende betydning. Dannelse av tilørighet oppstår i samhandlingsprosesser mellom individet og gruppen, gjennom kontekstuelle handlinger (Haslam 2000; Høigaard, 2008; Beauchamp & Eys, 2007). Dette forklares ved at den enkelte kvinne bidrar aktivt med sine ressurser i form av handlinger og atferd i gruppen. Videre påvirker denne prosessen gruppefellesskapet og den enkelte kvinne, som igjen blir et produkt av gruppen som resultat (Haslam 2000; Høigaard 2008; Beauchamp & Eys, 2007). Konteksten blir en determinant for Pedalpiganes oppførsel og ser ut til å bidra til dannelsen av gruppens normer, regler og verdier. Hvordan Pedalpigane som gruppe påvirker medlemmets atferd, er avhengig av hvilken oppfatning den enkelte kvinne har av hva som er forventet adferd. Ihlen og Ihlen (2003) forklarer dette med at det betyr mye for et menneske å ”passe inn”, ”bli sett” og akseptert. Kvinnene ønsker å bli likt og tilpasser seg miljøet slik de tror det blir forventet av dem (Ihlen & Ihlen, 2003). Konteksten blir på den måten en determinant for Pedalpiganes sosiale identitet og opplevelse av tilørighet (Haslam 2000; Høigaard, 2008). Pedalpigetilørighet får kvinnen til å tenke og si ”vi” og ”oss”, og det oppleves meningsfylt (Haslam, 2000; Høigaard, 2008; Fugelli, 2010; Schiefløe, 1992; Beauchamp & Eys, 2007).

Tilørighet symbolisert gjennom drakta handler også om å markere kvinnelig sykkelidrett på kvinners premisser (K. Fasting, 1996; Hovden, Solheim, & Becher, 1993; Lesjø, 2008; Lippe, 2001; Loland, 2007). Pedalpigane ønsker å se ut som kvinner når de sykler og det speiles i valg av rød-rosa sykkeløy med innsvingt snitt. Dette har betydning for synliggjøringen av tilørigheten som er forankret i deres sosiale identitet (Krane, 2007; Haslam, 2000).

Pedalpige-begrepet knyttes til den rød-rosa sykkel-drakta. Opplevelsen og følelsen av Pedalpigetilørighet er dermed en kilde til å tilfredsstille kvinnenes psykologiske behov som

selvfølelse, selvtillitt, trivsel og trygghet (Fugelli & Ingstad 2014; Høigaard, 2008; Krane, 2007; Haslam, 2000; Beauchamp & Eys, 2007).

Pedalpigedrakta er også en markør på kvinnenes stolthet over å tilhøre hverandre, og de synliggjør stoltheten ved å bære drakta både på treninger og ritt. Stolthet er en følelse og signaliserer gode og trygge relasjoner (Rønning og Starrin, 2009). Når omgivelsene rundt Pedalpigane viser at de har en positiv oppfatning av dem blir de stolte. Stolthet er en markør for relasjonenes sosiale tilstand i Pedalpigane (Scheff & Retzinger, 1991).

Samholdet i Pedalpigane er organisert på en slik måte at kvinnene er avhengige av hverandre, og står i et gjensidig forhold til hverandre (Svabø et al., 1993). Determinanter som utgjør danningen hos Pedalpigane er likhet, interesser, mål, regler, normer og verdier (Svabø et al., 1993). Disse er føringer for Pedalpiganes struktur og organisering (Carron, 1988). I følge Høigaard (2008) kan samhold også forklares som Pedalpiganes kohesjon. Den beskrives som de krefter og faktorer som finnes i fellesskapet, og som binder kvinnene sammen til en sosial enhet. Oppgavekohesjon i Pedalpigane kjennetegnes ved selve sykkelinteressen, delte opplevelser, felles arbeidsoppgaver og samme målsetning (Carron, 1988; Mæland, et al., 2009; Fyrand, 2005; Beauchamp & Eys, 2007; Haslam, 2000). Den høye oppslutningen og enigheten om Pedalpiganes verdier, normer og regler styrker gruppens kohesjon (Høigaard, 2008; Haslam, 2007). Kvinnenes ferdigheter, den gode viljen og evne til å samarbeide påvirker kohesjonen blant kvinnene positivt når de lykkes, men også i motgang som når treningene er kalde og regnfulle (Høigaard, 2008; Beauchamp & Eys, 2007; Putnam, 2005; Haslam, 2000). Å ha noe felles å jobbe for skaper ”vi - følelse” og ”vi - tenkning”(Høigaard, 2008). Sosial kohesjon som vises i interaksjonen og samhandlingen kvinnene i mellom er i form av omsorg, empati, nestekjærlighet og omtanke og speiler seg i den mellommenneskelige tiltrekningen som finnes kvinnene imellom (Høigaard, 2008). Disse funksjonene er sosiale og biologiske likhetstegn som de ønsker å bevare, og de forsterker kohesjonen i fellesskapet (Mæland, 2009; Carron, 1988; Fyrand, 2005). Faktorene danner i følge Svabø (1993) grunnlaget for kvinnenes fellesskapsfølelse og det de opplever som funksjonelt nødvendig. Høy kohesjon er en determinant for motivasjon som igjen reflekterer kvinnenes selv kategorisering. Selv kategorisering har betydning for kvinnenes motivasjon både på inntaks- og uttakssiden jamfør modellen på side x (Haslam, 2000; Høigaard, 2008).

For at Pedalpigane skal bestå, er gjensidig tillitt blant kvinnene en forutsetning (Field, 2003; Putnam, 1993). Den danner grunnlaget for buk av sosial kapital i nettverket blant kvinnene og er en nøkkel til de gode båndene mellom dem. Når ulike sosiale systemer dannes, slik som hos Pedalpigane, og blir til et fellesskap der kvinnene fungerer i form for samhandling, skapes det ofte slagord. ”Alle er med” ble skapt for å appellere til ressursene og identiteten som finnes i fellesskapet, og med tanke på rekruttering (Svabø et al., 1993). Nye kvinner som kommer til Pedalpigane, skal kunne føle seg trygge og bli tatt vare på (Svabø et al., 1993; Fugelli og Ingstad, 2010).

Pedalpigane er et sosialt fellesskap med høy kohesjon og sterke bånd av vennskap, er dette er fellesskapsnettverk som påvirker kvinnenes helse (Berkman, 2000). I følge en teori utviklet av Berkman m.fl. (2000) er samholdsfaktorer ”medstrømsfaktorer” som påvirker Pedalpiganes

struktur og kvalitet. Disse kan få positive konsekvenser for kvinnenens atferd og opplevelser gjennom å formidle støtte, utøve sosial innflytelse, inkludere nye kvinner i miljøet og oppmuntrer til sosial deltagelse. I tillegg får kvinnene tilgang til viktige ressurser. Dette ser ut til å ha stor betydning for Pedalpiganes psykososiale prosesser og atferdsmåter (Berkman, 2000).

### **5.5 Del III. Sosial støtte i Pedalpigane.**

**Pedalpigane har en evne til å skape trygghet og tillit blant nykommerne. De blir sett og møtt med en hilsende hånd og av smilende ansikt når de kommer spente til den første treningen. Nye blir spesielt tatt vare på under hele treningsturen. De får oppmuntringer og tilbakemeldinger fortløpende. Får de problemer med sykkelkjede eller punkterer, stopper alle opp og hjelper. Har de for lite mat og drikke, får de av andre som har noe til overs. Blir de slitne, blir de ”pakket inn” av feltet og får drahjelp. Ofte blir det poengtert hvor viktig det er å ta vare på nye slik at de får gode sykkelopplevelser helt fra start. ”Alle skal med”, er ord som gjentas.**

Nedenfor tydeliggjør jeg noen av støttefunksjonene gjennom å eksemplifisere med tre konkrete beskrivende hendelser:

#### **Jeg blir sett. 31.april.2012.**

*Blide sykkeljenter hilser på meg, og jeg opplever meg sett og inkludert! Smilene deres og den positive stemningen mellom dem, gjør meg glad. ”Trivsel” tar plass i hele meg, og jeg kjenner meg vel og trygg sammen med dem allerede. De møter meg med respekt, empati og en interesse som er tillitskapende. Jeg legger merke til at andre, nye kvinner blir møtt av Pedalpigane på samme måte som meg. Jeg gleder meg til å bruke tid sammen med denne blide gjengen.*

#### **Hun som ble borte. 24.april.2012.**

*Da vi kom til Oddernes kirke fikk jeg i oppdrag å ligge bakerst i sykkelfeltet og sørge for å ta vare på baktroppen. I et sykkelfelt er det slik at syklistene i front bestemmer farten. Resten henger etter. Den som sitter bakerst har oversikt over om de siste i rekken klarer å holde den angitte farten. På vei mot Justvik oppdaget noen i baktroppen en kvinne som ikke var med oss lenger. Når mistet vi henne? Hun stod klar i oransje jakke ved Solholmen da vi syklet ut, men hvor var hun nå? Jeg hadde sett alle sykle ut fra parkeringsplassen ved Oddernes kirke noen kilometer senere, men ingen i oransje jakke. Jeg syklet fram til fronten og ga beskjed om den savnede til kapteinen. Vi stoppet ved Justvik skole og snakket om det. En av damene som kjente henne ringte etter henne. Det viste seg at hun hadde ”knotet” med en vannflaske rett i det vi skulle sykle ut fra Solholmen, slik at hun kom litt sent ut, akkurat sent nok til at hun la merke til at vi alle plutselig var borte. Hun var ikke fra byen og kunne ikke ruta, så nå surret hun rundt alene på sykkelen og viste ikke helt hvor hun var. Heldigvis ble det oppklart. Og over telefon ble hun ”geleidet ut av bykjernen” og tilbake til der vi startet. Vi var allerede kommet for langt til at det var noen hensikt å vente på at hun skulle komme til Justvik.*

Dette handler om å bli sett og uten å være fysisk tilstede. Oppmerksomme Pedalpiger hadde lagt merke til at hun var blitt borte, og de ble bekymret og tok kontakt. Pedalpigane gjorde ord om til handling og viste omsorg. Den nye kvinnen var så takknemlig for at Pedalpigane reddet henne fra en svært så ubehagelig situasjon. Hun kom tilbake på neste trening.

### **Du var der da jeg trengte deg. 11.april.2012.**

*Da sykkelfeltet vårt nærmet seg Brennåsen, kunne vi skimte den andre gruppen et godt stykke foran oss. Vi var i ferd med å ta dem igjen. En rød liten flokk der framme nærmet seg stigningen inn mot byen. I det de syklet inn i bakken, så jeg hvordan feltet deres spredte seg. Noen syklet ganske fort, andre saktere. Nå var feltet vårt kommet til enden av den litt lange bakken og vi hadde syklet inn gjengen foran oss. Når jeg så tok en kikk opp bakken, så jeg flere av de nye litt store damene fra første gruppe sykle nokså sakte. Jeg kunne se hvordan de jobbet seg oppover med tunge tråkk. Overkroppen deres danset i takt med tråkket. Litt svingete, fordi det er vanskelig å holde en rett linje når det går så tungt. Men så får jeg øye på noe annet. Ved siden av hver enkelt av de nye kvinnene satt en Pedalpige. De var spredt oppover hele bakken. Da jeg syklet rolig forbi dem på vei oppover, kunne jeg høre Pedalpigen oppmuntre den nye kvinnen med følgende ord: **"Stå på, dette klarer du, ikke langt igjen til toppen nå, ikke gi deg, dette går bra."** Noen fikk en støttende hånd på skulderen eller på ryggen og noen fikk noen gode sykkel råd: **"Press krafta di rett i pedalen, løft hodet, se rett fram, prøv å holde styret rett!"** Da jeg kom til toppen av bakken stod smilende sykkelkvinner og ventet. Da de tapre kvinnene nådde toppen der de andre ventet, ble de møtt med oppmuntringer og applaus. Ingen syklet videre uten å vente på toppen av en bakke. Slik tok de bakke for bakke.*

Det gjør inntrykk når jeg forstår at det er ei Pedalpige ved siden av hver enkelt av disse nye kvinnene som trækker tappert opp bakken. Den støtte og oppmuntring hver enkelt Pedalpige gir til den uerfarne ved siden av seg, vil jeg anta var uvurderlig for dem som opplevde det. Ordene, hånden på skulderen eller bare det at det var en ved siden av, må ha vært en støttende opplevelse. Ingen av de som kjempet seg opp bakken opplevde å bli i frasyklet slik at de kom alene opp til resten. "Heia-gjengen", kvinnene de ble møtt med på toppen av bakken, må ha gitt dem en følelse av å mestre. De må ha opplevd seg ivaretatt, gode nok og akseptert. Ordene og formaningene om å gi de nye kvinnene en positiv sykkelopplevelse helt fra start kommer tydelig fram i minnet mitt, når jeg ser så mange glade og tilfredse nye kvinner etter endt treningstur. Dette er ikke bare ord, men også handling!

## **5.6 Drøfting del III**

I følge Dalgard og Sørensen (1988) er det vanskelig å måle fenomenet støtte uavhengig av resultat. Støtte måles og beskrives ofte som det har en positiv effekt på en person (Dalgard og Sørensen, 1988). Jeg har belyst egne opplevelser slik Giorgi (2009) hevder jeg kan, for å få en forståelse av fenomenet slik Pedalpigane forstår det, og på den måten ønsker jeg å gripe den livsverden kvinnene befinner seg i. Ved selv å være aktivt tilstede som kvinne fikk jeg erfare støtten, hva støtten gjorde med meg og forstå hva den er relatert til (Malterud, 2012; Dalgard og Sørensen, 1988; Giorgi, 2009).



Sosial kapital handler om ressurser som er tilgjengelig for kvinnene som deltar i de ulike kontekstene Pedalpigane befinner seg i (Rønning og Starrin, 2009). Ressursene kommer til uttrykk i samhandlingen kvinnene imellom i form av konkrete støttefunksjoner (Dalgard og Sørensen, 1988). Pedalpigane viser følelsesmessig imøtekommende støtte når de tar imot nye kvinner (Rønning & Starrin, 2009). Når kvinnene hjelper hverandre med tekniske problemer, eksempelvis punkteringer og kjedetrøbbel, eller deler maten sin med kvinner som er gått ”tomme” og sliter med farten, handler det om instrumentell støtte (Rønning og Starrin, 2009). Oppmuntringer og positive tilbakemeldinger de nye kvinnene får, har i følge Rønning og Starrin (2009) en bekreftende funksjon. Sosial støtte handler om ivaretagelse av nye medlemmer og kapitaloppbygging i form av å investere i Pedalpigane. Når en kvinne trenger hjelp og støtte, kan hun forvente å få dette hos Pedalpigane (Field, 2003; Mæland et al., 2009; Rønning og Starrin, 2009). Å ta i bruk støttefunksjoner handler i følge Fugelli (Aftenposten, 2012) om at den enkelte kvinne får handlingsrom i form av aksept. Pedalpigane gir eksempelvis den nye kvinnen mulighet til å delta, bidra med sine ressurser og få noe tilbake fra fellesskapet. Dette hevder Fugelli (Aftenposten, 2012) er viktige trivselskapende faktorer noe som bidrar til å gi kvinnene mening i form av at det oppleves hensiktsmessig og nyttig. Med støttefunksjonene er Pedalpigane et felleskap, og kvinnene føler de hører til fellesskapet (Fugelli, 2012).

I henhold til modellen på side 16 tilhører støttefunksjoner de komplekse prosesser som foregår i Pedalpiganes ulike kontekster (Høigaard, 2008; Haslam, 2000). Det er konteksten her, der samhandlingen og interaksjonen kvinnene imellom foregår, som er avgjørende for hvor funksjonelle støttefunksjonene oppfattes av nye medlemmer (Høigaard, 2008; Haslam, 2000). Dette skjer ved at erfarne Pedalpiger bidrar med støtte, oppmuntringer og inkluderer nye kvinner i miljøet og prøver å få dem til å adoptere gruppens normer. Dette bidrar til å øke gruppekohesjonen og styrke Pedalpigetilhørigheten med det resultat at nye kvinner styrker sin sosiale identitet og blir motivert til å yte og prestere. De erfarne opplever det positivt å bidra med det de har av kunnskap og opplever det meningsfylt, noe som igjen fører til økt motivasjon og glede (Krane, 2007; Haslam, 2000). Det er som Pedalpigane selv uttrykker det: Sammen er vi sterkere enn alene ( [www.kck.no](http://www.kck.no) ).

I følge Dalgard og Sørensen (1988) har alle mennesker behov for sosial støtte både i medgang og motgang. Hva er så hensikten med å belyse den kvinnelige atferden hos Pedalpigane? Miljøet og kulturen er farget av Pedalpiganes sammensetting (Krane, 2007). Likeledes kan det hevdes at interaksjonen mellom kvinnene er kjønnnet på bakgrunn at kvinner og menn har ulike karakteristikk. Kvinnene vil være med på å prege gruppen eller bli karakterisert som feminine (Krane, 2007; Sisjord, 1996). Pedalpigekulturen identifiseres ved typiske kvinnelige egenskaper som til dels er biologiske og til dels miljøpåvirket (Fasting, 1996; Lippe, 2001; Lesjø, 2008; Loland, 2007). For å forklare betydningen av det kjønnslige samspillet i Pedalpigane er det hensiktsmessig å betrakte det som skjer fra et perspektiv basert på sosial identitet. Kvinnen identifiserer seg som en kvinne, og hun har på grunn av sitt kjønn særskilte behov for å styrke selvet (Krane, 2007). Erfarne Pedalpiger som støttende geleider hver sin nye kvinne opp en lang bakke, viser omsorg og empati, med evne til å leve seg inne i den andres situasjon. Kvinnene som venter på toppen av hver bakke, heier de tapre kvinnene opp

de siste meterne. Det samme skjer når Pedalpigane oppdager at de har mistet en ny medsyklist. De viser medmenneskelighet når de kontakter kvinnen og hjelper henne ut av den ubehagelige situasjon hun var kommet i. Bekreftende støtte og tilbakemelding på ulike egenskaper hos kvinnen understøtter selvet med den funksjon at det styrker hennes selvfølelse og selvtillit, som igjen påvirker kvinnes motivasjon (Krane, 2007; Haslam, 2000). Kvinnene viser at de er opptatt av helheten i arbeidet sitt, de har styrke i å jobbe sammen og løser ulike oppgaver i forhold til å ivareta nye medlemmer (Fasting, 1996; Hovden, 1993). Disse typiske kvinnelige egenskapene som framkommer når Pedalpigane utnytter støttefunksjonene, er et komplekst system av verdier som utgjør det teorien kaller kvinnekulturen (Fasting, 1996; Hovden, 1993; Loland, 2007; Lesjø, 2008; Lippe, 2001).

Pedalpigane benytter sosial støtte som en bevist integrert funksjon i opplæringen, for i best mulig grad kunne ivareta nye kvinner i miljøet (Dalgard og Sørensen, 1988; Fyrand, 2005; Mæland, 2009). Thielst (2012) viser til danskenes kvinnelige landslagstrener i sykkel i at kvinner tenger å bli matet med støttende bekreftelser. Sosial støtte viser seg å være en viktig determinant for Pedalpiganes opplevelse av mestring (Feltz, 2008; Duda & Treasure, 2006; Ommundsen, 2007).

Det faktum at de nye kvinnes sosiale identitet, motivasjon og mestringsevne blir styrket i form av opplevd sosial støtte, vil trolig øke sannsynligheten at de nye kvinnene kommer tilbake og forblir i miljøet. De ser Pedalpigane som et trygt nettverk av gode relasjoner og bidragsytere til nødvendige og tilstrekkelige støttefunksjoner, og dette regnes som en betydelig faktor til god helse (Mæland, 2009). I følge Mæland (2009) er det en rekke undersøkelser fra flere land som støtter dette. Sosial støtte er dermed regnet som en av de viktigste helsedeterminanter, noe som også Verdens helseorganisasjon konkluderer med (Heløe, 2010; Steiner, 1976; R. G Wilkinson & Marmont, 2005).

## **5.7 Del IV. Pedalpigane, en mestrings- og kommunikasjonsarena for nye?**

Hele del IV omhandler mestring og kommunikasjon. Jeg har valgt å dele kapitlet opp i to deler for å få bedre oversikt. Første del har fokus på mestring. Siden praktisk opplæring knyttes til å mestre sykkelferdigheter, er jeg i denne delen opptatt av hvordan veiledning, opplæring og råd fungerer i gruppen. I den andre delen har jeg fokus på kommunikasjon. Her har jeg valgt å trekke fram en muntlig kommunikasjonsform Pedalpigane har seg i mellom som jeg kaller ”stammespråk” og ”samtalet”.

### **Mestring**

#### **Mars.2012. Alle kan vel sykle?!**

Å være ny på en racersykkel skulle vise seg å være ganske komplisert og krevende. Å være ny syklist i en gruppe, bød på utfordringer utover de basale sykkelferdighetene en trenger å mestre. Å sykle i et felt krever i tillegg ferdigheter som å forholde seg til andre syklistert tett rundt, samtidig som feltet ferdes langs en trafikkert landevei. Etter flere år på sykkelsetet med sykkelkoene godt plantet i pedalene, fikk jeg nå et ”nytt” og tankevekkende møte med hvor krevende det kan være å lære seg å mestre stadig sykling på en racer. Jeg var blitt helt blind for

**egenskapene som kreves for å håndtere en slik sykkel. Dette er ferdigheter som for lengst var blitt automatisert i min kropp, og som jeg ikke viet særlig oppmerksomhet til vanlig. Nye kvinner som kom til Pedalpigane tidlig på vårparten, strevde med å koordinere alle de tekniske ferdigheter som må til for å bli en kompetent syklist. Deres mangel på slike sykkeferdigheter viste meg hvor avgjørende det var for dem å få dette til. Uten denne kunnskapen ville de ikke klare seg i miljøet. Når målet for Pedalpigane er å komme samlet over målstreken på Hovden, må målsettingen for den enkelte være å mestre racersykkelen.**

Hos Pedalpigane registrerer jeg at det er kun to betingelser for å kunne stille på trening. Du må være kvinne, og du må kunne stille med en racersykkel. Du trenger ikke være spesielt god til å sykle for å komme. Det er lov å være ny og uerfaren.

De første treningsturene gikk veldig sakte. ”Trilling” vil jeg som erfaren syklist, kalle det. Det var stadig noen i baktroppen som ropte ”hold igjen”. Det betydde at vi måtte bremse opp litt og ikke sykle så fort. Jeg tenkte at det muligens handlet om at jenter generelt syklet saktere i flokk i forhold til det jeg var vant til fra guttemiljøet. Denne antagelsen måtte jeg arrestere ganske fort. Det ble klart for meg at det handlet om at gruppen hadde fått tilførsel av nye uerfarne syklister. Noen av dem hadde aldri syklet sammen med andre i flokk. De hadde aldri syklet langs en trafikkert vei. Jeg så kvinner uten sykkelsko og klikk-pedaler. Noen hadde akkurat skaffet seg slikt utstyr og strevde med å komme seg både ut og inn av pedalene. Det hendte at de kantet når de ikke kom ut av dem. Nye kvinner viste sin sårbarhet ved å være åpne om sine følelser og opplevelser når ulike ting ble vanskelig for dem.

Her skulle det læres. Her skulle de nye kvinnene bli tatt vare på. De skulle få oppleve å mestre. De som hadde erfaring delte sin kunnskap med de nye. Når jeg syklet i feltet sammen med dem, la jeg merke til at kapteinene hadde et særskilt ansvar for dem. Kapteinen i front slapp seg ofte nedover i feltet for å spørre hvordan det gikk med dem, og de nye ble spesielt oppfordret til å rope ut når det var noe. Bakerst i feltet lå kaptein nr.2 som skulle holde oppsyn med flokken bakfra og sørge for at ingen ble frasyklet.

### **Det er så mye gruing. 31.mars.2012.**

*”Vi må stoppe, for jeg klarer ikke å drikke mens jeg sykler!” sa en kvinne. Feltet stopper i en busslomme. Mens kvinnene drikker, er det en kvinne som uttrykker en sterk glede over å få være med. ”Dette er så gøy, sier hun, men det er i grunnen så mye gruing også.” Flere samtykker med henne ved å nikke eller si seg enig.” Det er så mye gruing for hvordan jeg skal få det til, sier hun enda en gang”. Da er det en av de andre kvinnene som sier: ” Denne gruingen som er der i starten, går over til mer ”grugledning” etter hvert, og til slutt er det bare glede, nesten!” Jeg ser flere rutiner bekrefte dette utsagnet. ”Den første sykkelturen om våren er alltid spesiell. Den er litt nervøs. Mange er nye, men alle skal med.”*

Når en kvinne våger å beskrive og gi uttrykk for sine følelser, forteller det meg at dette kan handle om flere forhold. Først så handler det om kvinnen som viser sin sårbarhet. Hun viser glede. Det er i grunnen ikke så vanskelig. Så sier hun at det er så mye ”gruing”. Hun antyder at hun gruer seg til mange av disse nye og krevende oppgavene som hun må mestre. Andre nikker og kan bekrefte hennes opplevelse. Deretter trekker en av de andre fram sine egne erfaringer på området, og oppmuntrer de nye kvinnene med at det blir mer glede og mindre gruing etter hvert. I denne konteksten skapes et klima for gjensidig åpenhet og tillitt gjennom måten de samhandler på. Nye tør å si ifra om det de ikke kan, og de blir møtt med forståelse. Dette kan danne et grunnlag for et godt læringsklima.

### **Den modige kvinnen.23.mai.2012.**

*Mens vi sykler, får jeg pratet med ei av de nyeste damene som ikke har så mye erfaring med sykkel. Det er ei dame med håndballbakgrunn. Ferdigbehandlet for brystkreft for et halvt år siden. Hun strutter av energi og humør samtidig som hun uttrykker at hun gru-gleder seg, men mest gruer seg til lørdag (CLST), den store dagen, fordi hun er redd at hun ikke skal klare det. ”Det er fortsatt ting som er vanskelig for meg, sier hun. Koordinering av mange ting som må gjøres på en gang: å styre, trække, bremse, gire opp og ned, ta drikkeflaska opp av holderen med ei hånd for å drikke, slippe den ene hånda fra styret for å gripe maten i baklomma, fomle lenge, og til og med prøve å spise den mens jeg sykler og peser, og håper mens jeg tygger og puster at maten ikke fyker i lungene. Jeg skal konsentrere meg om å holde avstand til hjulet foran, og alt dette samtidig! Bare tenk det å få skoen riktig ned i pedalen er en kunst jeg enda ikke mestrer så godt, og når jeg først har fått den i pedalen er det vanskelig å komme seg ut igjen. Det er dritvanskelig, men hvor gøy det er å få til noe nytt! Takket være Pedalpigane som gadd å bruke tid på meg i startfasen, for jeg har enorm glede av dette her All ære til de som startet opp Pedalpigane. De gjør dette mulig for meg!”*

Selv etter uker med trening for å mestre racersykkelen, er det noen som fortsatt er usikre og opplever selve syklingen og alt rundt som utfordrende. Med ordene fra den ”modige kvinnen”, ønsker jeg å se nærmere på hva hun mener. Hva er det dette miljøet gjør for å sette henne og mange av de andre nye kvinnene i stand til å mestre syklingen?

### **Praktisk opplæring.11.april.2014.**

*Etter en håndsopprekning ble det bekreftet at det var flere nye til stede. Sykkelvettregler ble derfor nøye gjennomgått og det ble forklart om bruk av ulike tegngivning. Det ble instruert i hvordan forholde seg på sykkel i rulle, avstand til sykkelen foran, konsentrasjon, å se rett fram når vi prater. Vi trenger ikke se på hverandre, for ting kan skje så fort på sykkel. Det er fort gjort å være uoppmerksom, og da kan uhellet oppstå rett rundt neste sving. Bremsing: det skal være sakte nedbremsing – IKKE brå! Det er nemlig farlig. Belgisk rulle ble demonstrert med gående Pedalpigere med sykkel – to og to i bredden og viser hvordan de legger seg ut i veibanen ved å gi tydelige tegn for å slippe de bak seg i front. Deretter viser de hvordan de slipper seg bakover i feltet og legger seg inn bakerst, bak sistemann. Den bakerste i feltet har ansvar for å rope ut ”sist”, slik at de som kommer ovenifra raskt kan legge seg inn bakerst. På den måten unngår man stort sprik i feltet og for mye ”trekkspillsykling” bakerst. ”Trekkspillsykling” betyr svært ujevn fart og er en slitsom måte å sykle på. Spesielt når det er ønskelig at farten skal være jevn. Kapteinen var tydelig på hvor viktig det er at de nye får en god opplevelse av treningsturen. I dag skulle vi deles i to grupper fordi vi var så mange. Det skulle være to ledere i hver gruppe.*

*Før vi syklet ut på treningsrunden ble dagens sykkelrute forklart. Hvor lang den er og hvor lang tid vi måtte beregne at turen tok. Det ble forklart hvordan vi skulle sykle forsvarlig ut av byen. Først en og en i ei lang rekke, deretter skulle to og to sykle i bredden med ei Pedalpigee ved siden av en nykommer. Pedalpigee skulle ha et spesielt ansvar for den nye. For at dette skulle fungere i praksis ble det gjort en slik oppstilling før vi syklet ut på veien. Dermed viste alle hvem de skulle sykle ved siden av. Denne praktiske opplæringen og informasjonen gjør oppgaven forutsigbar. Dette fører sannsynligvis til trygghet hos den enkelte.*

I starten av en sykkelsesong er Pedalpigane spesielt oppmerksomme på nykommere. Den aller første utetreningen foregår til og med på en glattkjøringsbane med kyndige syklister som veiledere. Der kan kvinnene sykle uforstyrret, lære seg grunnleggende ferdigheter, øve på å sykle i felt, og de får hjelp til innstilling av sykkelen. Når treningene så legges til landeveien, er kapteinene tydelige på at nye skal

ivaretas."Alle skal med." På denne måten blir nye kvinner med sine begrensede ferdigheter tatt imot. Slike rammer gir rom for trygghet og forutsigbarhet.

### **DET ER GØY Å MESTRE NOE NYTT 9.mai.2012.**

**I dette partiet øves det på rulle. Når noen av jentene er usikre på hva de skal gjøre, får de det forklart. Når de prøver å få det til eller lykkes, gis det ofte tilbakemelding i form av ros og oppmuntringer. Usikre nye kvinner ser ut til å vokse på tilbakemeldingene i form av smil eller gledesutbrudd som "yesss", "klaret det", "juuuuu", når de får høre hvor godt de gjorde den jobben de var satt til.**

Kvinnenes samhandling og interaksjonen som oppstår i de ulike kontekstene, forteller meg mye om hvordan de fungerer og hvordan de ivaretar nye ved å lære dem opp. Ressursene i Pedalpigane blir utnyttet på en hensiktsmessig måte til fellesskapets gode, slik at de samlet sett blir kompetente nok til å mestre CLST.

## **Kommunikasjonsform**

### **FACEBOOK-GRUPPE**

**Pedalpigane har en Facebook-gruppe, som er et lukket forum kun for inviterte Pedalpiger, og den har over 100 medlemmer. Her legges det ut en del informasjon fortløpende om treninger og annet aktuelt stoff hele året. Den er i seg selv en kilde til opplevelse av mestring. Den fungerer som en sosial arena hvor kvinnene heier hverandre fram, oppmuntrer og skaper tro hos hverandre. De deler bilder og små historier fra treninger, ritt og andre sosiale sammenkomster. Det fungerer som en virtuell arena hvor de ser hverandre og blir sett for de som er aktivt med på sidene. Der skaper og deler de en historie sammen.**

### **Eksempler fra facebook gruppens sider:**

#### **15.mars.2012**

*Til dere som nøler med å melde dere på med Pedalpigane til Hovden. Siste frist for påmelding er mandag 26.mars. Utetreningen starter onsdag 28.mars på glattkjøringsbanen – HURRA! Kontakt meg hvis du trenger informasjon eller råd.*

#### **28.mars.2012**

*God morgen alle Pedalpiger. Nå håper jeg alle er forbedret på sesongens første utetrening. Sykling under ekstra trygge forhold og med kyndig instruksjon fra klubbens egne erfarne. Hjelp med syklene får vi også. Velkommen klokken 17. ved glattkjøringsbanen i Sørlandsparken alle sammen.*

#### *Tilbakemelding:*

- *Vet ikke helt om æ gleder mæ, men æ ved æ trenger det. Litt skummelt au.*

- *Med skrekkblandet fryd ser jeg fram til i ettermiddag.*
- *Det kjæm til å gå som ein draum.*
- *ENJOY!*
- *Kos dere masse. Sykkelen min er ikke ferdig før fredag, men jeg stiller lørdag på Grim.*

*18.april. Guddnight for en kul gjeng! Pangstart for min del med punktering på Strai. Men jammen tok damene grep mens jeg den litt nye tafatte blondina sto ved siden av og prøvde å være litt sjarmerende jaffal. Bra tur. Noget kaldt og vått, men heldigvis er vi jo vanntette innerst.*

*Tilbakemelding:*

- *Ja, det ble trening i å sykle i regnvær og skifte slange. Vi klarte begge deler med litt samarbeid. Tøffe damer.*
- *Takk for turen damer. Det ble vått og kaldt, men gøy!*

## **STAMMESPRÅK**

**Pedalpigane har utviklet sitt eget "stammespråk" i form av komandorop og tegngivning. Begrep, ord og meldinger som kun "innvidde" forstår innholdet av. De benytter også tegngivning av ulike slag som formidler en bestemt betydning. For utenforstående gir det ingen mening og virker helt ubegripelig.**

Alle må rette seg etter kommandoer. "Hold igjen!", betyr å senke farten for å få alle med i samlet enhet. "Alle med!" betyr at nå er alle igjen samlet, og vi kan da holde da jevn fart. "Gir ned!" betyr at når vi kommer i en kort bratt bakke, må alle gire ned slik at det blir bedre flyt. "Gir opp!" kommer som en kommando etter oppoverbakke. "Bil bak" betyr at det kommer bil bakfra, og da legger ingen seg ut fra rulla."Frys feltet" forteller at rulling opphører. Kommandoene i seg selv er praktiske. De er korte og forståelige. Alle forstår hva de betyr og forholder seg til dem. Jeg tenker at det er nødvendig med disse kommandoene siden det er så mange nye usikre kvinner som er med, uten særlig sykkelkompetanse.

En kommando er "hold fokus". Det betyr at når vi prater med sidemannen er det viktig at vi ser framover og har fokus på hjulet foran, og retningen. Å gestikulere på sykkel blir slått hardt ned på. Det var en kvinne som gjorde det, og da vinglet sykkelen ganske mye. Hun fikk kontant beskjed om å konsentrere seg og ha hendene på styret siden hun ellers kunne være til fare for de rundt seg.

**2.mai.2012.**

*Mengder med komandorop og signaler ble stadig sendt fram og tilbake i feltet. Det hørtes noe slitsomt ut i mine ører, i hvert fall i starten, men for disse jentene hadde det utvilsomt en effekt. Eksempel: Når et kjede faller av, ropes det høyt og kontant: **TEKNISK!** Denne beskjeden gjentas fortløpende i retning fronten, slik at de som ligger i front. holder igjen farten. Når så problemet er løst, ropes det: **"ALLE ER MED,"** som sendes oppover. Farten*

kan økes igjen. Er man usikker og ikke hører noe, og lurere på hva som skjer bak i feltet, er det de i front som roper: **"ER ALLE MED?"** og det sendes nedover til de bakerste eller de det gjelder, deretter sendes svar fram igjen som: **"ALLE MED"** eller **"HOLD IGJEN."** Ofte kom det slike rop og signaler, og gruppen opplevdes veldig samkjørte med dette som et virkemiddel. Ingen slapp å kjøre inn et felt om noe skjedde. Det samme skjedde i forbindelse med to velt de hadde. Da ble det ble ropt: **"VELT"** bakfra som så gikk til helt til fronten: **"Velt, velt, velt, velt"**, og det lød som et ekko. Så holdt de igjen til alle var på plass igjen: **"KJØR"** eller **"ALLE ER MED."**

## **26.mai.2012.**

Dermed kunne kapteinen fortsette å lede laget, noe som trengtes underveis for å "samle flokken" og for å mane til konsentrasjon når den skulle komme til å glippe mot slutten. Jeg la merke til det kapteinen påpekte. I løpet at de siste 8 milene kunne jentene i periodevis bli litt ukonsentrerte og miste fokus. Da var kapteinen "på plass" og ga dem noen oppstrammere: **"Se rett fram, hold hjulet foran, tett luka"** og **"Nei, nå ser dere ut som en saueflokk! Rette linjer, jenter!"** Slike komandorop og henstillinger ble lystret. De hadde en umiddelbar effekt på jentene.

Som ny i sykkelgruppen tok det litt tid å lære seg og forstå stammespråket. For å lede en gruppe på 25 kvinner som sykler langs en trafikkert landevei, må man finne en måte å kommunisere på slik at alle får med seg budskapet. Små ord og korte setninger som alle forsto hadde effekt og sin klare hensikt. Stammespråket fungerte som en sikkerhet i trafikken samtidig som det ga hele flokken av kvinner en trygghet og forutsigbarhet. Det måtte ropes høyt, og for at alle skulle få med seg ulike beskjeder, måtte ordene "kastets" framover eller bakover som en stafettpinne helt til budskapet ble oppfattet. I starten opplevde jeg at det ble veldig mye "ordkasting", så mye at jeg syntes det var forstyrrende, helt til jeg forsto at de nye medlemmene helt klart hadde mer bruk for det enn jeg hadde. For dem var mange ting så nytt, at det hadde en større forbyggende effekt for dem med for mye stammespråk enn for lite.

## **Samtalen**

**Kvinnene snakker sammen om alt mulig. Løst og fast. Før, under og etter trening. Den liflige ordvekslingen iblandet latter og smil skaper en atmosfære av trivsel og letthet. Samtalene på treningsturen er lange og gjerne dype. Det er slik at vi ofte sykler ved siden av hverandre, og det gir rom for å bli kjent med et nytt menneske. De deler sykkelhistorier, erfaringer og liv. Kvinnene forteller om seg selv. Hvem de er. Personlig. Deler gleder og sorger. Jeg kunne høre Pedalpiger dele hvordan det var for dem da de startet sin "sykkelkarriere" som nye. Det skaper gjenkjennelse hos den nye kvinnen. På den måten blir de kjent med hverandre. Ikke bare som syklister, men også som mennesker. Det oppstår åpenhet og tillitt, og dette bidrar til fellekapsdannelse der vennskapsbånd knyttes.**

## 5.8 Drøfting del IV

Den første tiden sammen med Pedalpigane ble jeg klar over hvor krevende det er for nye å mestre sykkelaktiviteten, og hvor avgjørende det er for dem å lære seg alle tekniske og motoriske basisferdigheter for å ha glede av å være en del av miljøet.

De aller fleste nye kvinner som kommer til Pedalpigane, har begrensede erfaringer med sykkelidretten, men bærer med seg en bagasje med aktivitetserfaring fra andre idretter ([www.kck.no](http://www.kck.no)). Det handler om mestring, som er å få til noe nytt (Høigaard, 2008). Mestring er personlig kontrollerbart, og de nye kvinnene utvikler på den måten en positiv og hensiktsmessig prestasjonsatferd. I følge Ommundsen (2007) er denne verdifulle erfaringen en kilde som påvirker det nye medlemmets mestringsforventning til de mange nye ferdigheter som må læres (Ommundsen, 2007; Feltz, 2008; Duda & Treasure, 2006). I følge Bandura (1997) er mestringsforventning en subjektiv selvoppfatning kvinnen har i forhold til hvor stor tro hun har på seg selv til å mestre spesifikke oppgaver, og det er en av de faktorer som styrer innsatsen og iherdigheten til de ulike, krevende ferdigheter hun fortsatt terper og trener på. Dette påvirker tankemønsteret hennes i forhold til følelser og målsetting (Feltz, 2008). Mestring og mestringsforventning er knyttet til kvinnens sosiale identitet (Beauchamp & Eys, 2007; Haslam, 2000) I følge Feltz (2008) finnes flere kilder som påvirker kvinnens mestringsforventning. Hun er i et miljø hvor hun kan observere andre som allerede mestrer og kan mentalt se for seg at hun også skal mestre. I tillegg blir hun stadig oppmuntret av erfarne kvinner rundt seg (Duda, 1998; Feltz, Sullivan, & Short, 2008). Pedalpigane er rause med støttefunksjonene, og ser ut til å være en determinant for kvinnens mestringsopplevelse (Beauchamp & Eys, 2007) Miljøet er i følge Ommundsen (2007) en medvirkende årsak til kvinnens økende mestringsforventning, og det fører til flere positive følelser enn å trene alene (Ommundsen, 2007).

Pedalpigane anvender sine ressurser slik at de tilrettelegger for de nye. Dette gjør de slik at læringen starter på et nivå som er mulig for dem å forholde seg til. Kapteiner og erfarne Pedalpiger har et oppgaveorientert målperspektiv og bruker tid på å lære opp nye medlemmer til å håndtere sykkel, syklingen og samhandlingen i sykkelfeltet og fokuserer på framgang og innsats (Ommundsen & Bar-Eli, 1999; Ames, 1992; Nicholls, 1984, 1989; Beauchamp & Eys, 2007). Deres holdninger og handlinger i kommunikasjonen overfor de nye kvinnene identifiseres ved at de viser dem respekt, anerkjennelse og kommer med oppmuntringer og tilbakemeldinger, som er identifiserbare faktorer for et godt mestringsorientert klima (Ommundsen, 2007; Roberts, 2001). Dette har stor betydning for Pedalpiganes kohesjon da dette bidrar til et godt læringsklima psykologisk (Ommundsen & Bar-Eli, 1999; Haslam, 2000; Beauchamp & Eys, 2007). Det gode relasjonene mellom erfarne Pedalpiger og nye kvinner er avgjørende for de nyes trivsel og synliggjør gruppens høye kohesjon som bidrar til økt motivasjon, som igjen er betinget av den sosiale identiteten både for den enkelte kvinne og gruppen som helhet (Standage & Vallerand, 2007; Haslam, 2000; Ommundsen & Bar-Eli, 1999; Høigaard, 2008).

Pedalpigane har flere kommunikasjonskanaler og ulike former som benyttes aktivt. I følge Haslam (2000) oppfordres det til å bruke så mange kommunikasjonskanaler som mulig, men samtidig oppmuntre til dialog framfor enveiskommunikasjon da dette er mer hensiktsmessig.



Kommunikasjonen hos Pedalpigane er slik at dialogen foregår i de ulike kontekster i form av samtaler, informasjon og stammespråk. Den er vennligstilt, preget av tillitt og åpenhet, som indikerer høy kohesjon. Det påvirker kvinnenes motivasjon og mestring, og er nødvendig for deres måloppnåelse (Jowett 2007; Haslam, 2000; Høigaard, 2008; Beauchamp & Eys, 2007).

Samtalene som foregår mellom kvinnene i sykkelfeltet identifiseres som nær. Kvinnene blir personlig kjent med hverandre og utvikler vennskap som er en faktor for økt kohesjon (Beauchamp & Eys, 2007; Haslam, 2000). Informasjon, veiledning, råd, tilbakemeldinger og stammespråk har en hensikt og en direkte funksjon i forhold til trafikkikkerhet og er en determinant for mestring (Beauchamp & Eys, 2007; Haslam, 2000; Høigaard, 2008a). Kommunikasjon inngår i Pedalpiganes verdier, normer og regler og det forventes at de som tilhører gruppen forholder seg til dette. Nye som kommer til kan i starten oppleve det vanskelig å forstå kodene, men de nye lærer disse raskt, glir inn i miljøet og forholder seg til konteksten de er i (Beauchamp & Eys, 2007; Field, 2003; Haslam, 2000; Rønning & Starrin, 2009).

For å forstå samhandlingen og interaksjonen som foregår i Pedalpiganes med utgangspunktet i konteksten eksemplifiserer jeg med en av hendelsene fra teksten i resultat delen, og da er det eksempelvis hensiktsmessig å anvende Carron (1988) sin modell fra side 16 for å identifisere hvilke faktorer som utløses. Konteksten er slik at den nye kvinnen åpenhertig deler med de andre hvor mye hun gruer seg for ulike utfordringer og gjør seg sårbar når hun viser sine følelser og manglede egenskaper. Hennes åpenhet mottas av de andre som bekrefter at de gjenkjenner opplevelsene, og hun blir møtt med forståelse. Interaksjonen som oppstår der og da, skaper rom for åpenhet kvinnene i mellom, som i følge Ommundsen (2011) også danner grunnlag for et godt motivasjonsklima. Kvinnen fikk høre at gruingen etter hvert ville gå over til glede. En slik opplevelse gjør at hun sannsynligvis vil oppleve at hun utvikler seg og etter hvert mestrer det som synes å virke så vanskelig. Det som her skjer i gruppen er med på å styrke kvinnens sosiale identitet som understøtter hennes ferdigheter og ressurser (Haslam, 2000). Dette kan gi kvinnen motivasjon og vilje til å fortsette å møte utfordringene sine på en positiv måte (Ommundsen, 2007; Roberts, 2001; Haslam, 2000; Beauchamp & Eys, 2007). Et slikt læringsklima skaper rom for gode mestringsforhold (Ommundsen, 2011). Denne og tilsvarende hendelser og prosesser er eksempler på faktorer og krefter som finnes i Pedalpigane. Dette binder kvinnene sammen og kalles kohesjon (Ommundsen, 2011; Høigaard, 2008; Haslam, 2000; Beauchamp & Eys 2007). Kvinnene kommer sammen for å løse oppgaver og trener mot et mål. ”Alle skal med” er en norm kvinnene slutter seg til og handler på. Den bidrar blant annet til ”vi-tenkning” og ”vi-følelse” som igjen påvirker den mellommenneskelige tiltrekningen som finnes (Høigaard, 2008 ).

Pedalpigane har tro på sine ressurser, ferdigheter og samlede kompetanse i forhold til å mestre sine oppgaver og mål. De har tro på å kunne jobbe sammen og gjøre hverandre gode (Høigaard, 2008). Miljøet er slik tilrettelagt slik at nye og uerfarne kan bli med. De bruker tid på å bygge og setter kvinnene i stand til å mestre, først i det små, deretter med større mål. På den måten klarer de å nå målet ”alle skal med” og fullføre CLST som er et tur-ritt på 210 km.

## 6.0 Oppsummering og veien videre

### 6.1 Oppsummering

Hva er det som kjennetegner kvinnemiljøet i Pedalpigane, og som bidrar til at det tiltrekker seg stadig flere nye kvinner til miljøet?

I mitt arbeid identifiserte jeg fire hovedområder som de mest sentrale. Disse er medvirkende til at stadig flere nye kvinner tiltrekkes av Pedalpigane: (i) Slagordet ”ALLE SKAL MED” er en uttalt norm som ser ut til å legge føringer for Pedalpiganes atferd i møte med nye kvinner/medlemmer når de inkluderes i det (ii) sosiale fellesskapet de har, ved å vise (iii) sosial støtte, og å framstå som en (iv) arena der det tilrettelegges for mestring og kommunikasjon.

Pedalpigane har et sett med verdier, normer og regler som kvinnene står sammen om og forholder seg til. Slagordet ”ALLE SKAL MED” er den mest framtrædende normen, og ser ut til å legge føringer for Pedalpiganes atferd. Dette bidrar til utviklingen av gruppen og til hvordan den framstår for nye medlemmer. Nye som kommer til Pedalpigane adopterer gruppens grunnverdier raskt og slutter seg til dem. Det at Pedalpigane er samstemte rundt dette fenomenet er en determinant for økt kohesjon i gruppen. Kohesjonen påvirker interaksjonen og en rekke dynamiske gruppeprosesser i ulike kontekstuelle handlinger.

Empirien viser, med Pedalpigelederne som markør, tre sentrale faktorer i som er avgjørende for danningen av fellesskapet hos Pedalpigane, og disse er tilhørighet, stolthet og samhold. Ved å ta utgangspunkt i interaksjonen og de dynamiske prosesser som foregår i Pedalpiganes ulike kontekstuelle handlinger, der gruppeatferden kommer til syne, identifiserer jeg hvilken sentral betydning konteksten har. Konteksten er en determinant for kvinnenes sosiale identitet. Kvinneperspektivets betydning er vesentlig å framheve i dette prosjektet, da det påvirker identiteten og gruppedynamikken positivt og imøtekommer kvinnenes særskilte behov. Når kvinnen definerer seg selv som en Pedalpige, blir hun motivert til å adoptere Pedalpige-relaterte verdier, normer og regler, og videre oppnå Pedalpige-relaterte mål.

Ved å studere konteksten, identifiserer jeg kohesjonens betydning og hva det fører til. Kohesjon er en determinant for motivasjon som igjen styrker kvinnens sosiale identitet. De står i et gjensidig forhold til hverandre. Motivasjonsfaktorer bidrar til å understøtte: (i) kvinnens selvoppfattelse med styrket selvaktelse, selvtillitt og tro på sine ferdigheter og ressurser, og (ii) gruppetilhørigheten som reflekterer kvinnens behov for å tilhøre Pedalpigane, som hun ønsker å bli forbundet med. Sosial identitet er avgjørende for den enkelte kvinnes dedikasjon, stolthet og opplevelse av tilhørighet til Pedalpigane. Støttefunksjoner, kommunikasjon og mestring er knyttet til de komplekse prosesser som foregår i de ulike kontekstuelle handlinger. Erfarne Pedalpiger bidrar med sine ressurser, støttefunksjoner og ulike kommunikasjonsformer og benytter dette bevisst som en integrert del i opplæringen, for i best mulig grad kunne ivareta nye kvinner i miljøet. Dette har stor betydning for kvinnenes prestasjon, ytelse, anstrengelse, og opplevelse av mestring.

Resultatet av Pedalpiganes høye kohesjon bidrar til vennskap, dedikasjon til gruppen, og samholdet viser seg ved at de uttrykker trivsel, glede og humor.

Pedalpigane representerer en kvinnetilnærming til sykkelidretten, noe som er nytt og nyttig i et folkehelseperspektiv. Fysisk aktivitet er forebyggende og helsefremmende. Likeledes er fellesskapstilhørighet og opplevd sosial støtte en determinant for de nye kvinnenes sosiale identitet, motivasjon og mestringssevne. Dette regnes som en betydelig faktor til god helse.

Prosjektet har gitt meg kunnskap om og forståelse av hvilke faktorer det må investeres i for å opprettholde høy grad av kohesjon og motivasjon, med tanke på å bygge et miljø som tiltrekker kvinner.

## 6.2 Veien videre

Etter denne kartleggingen av Pedalpigane, hadde det vært interessant å studere gruppens utvikling og videre valg. I tiden jeg har arbeidet med oppgaven, registrerer jeg at flere av gruppe-medlemmene velger å delta samlet på lengre sykkeløp slik som Trondheim – Oslo og Våtteren- Runden. Flere av Pedalpigane deltar også i ulike terrengritt rundt i Norge, i gateløp, terrengløp, og noen har våget seg på triatlon. Det er interessant å registrere at de melder seg på de ulike aktivitetene som ”Pedalpiger”, og at de stiller i Pedalpigedrakt. Kan dette mangfoldet i aktiviteter føre til at Pedalpigane endrer struktur? Fører det til ytterligere medlemsvekst?

Pedalpigane sykler, og det er nesten selvsagt å peke på at meningen med aktiviteten de driver sammen er sosialt betinget, men er den alltid det? Hvorfor driver folk med idrett? Da tenker jeg ikke idrett generelt, men med konkrete idrettsgrener eller mosjonsformer. Da jeg syklet sammen med Pedalpigane en regnfull og sur vårdag 2012, ble jeg inspirert til å sette ord på og beskrive selve sykkelopplevelsen. Jeg ønsker å gi mening til det jeg og de andre sykkelentusiastene egentlig holdt på med. Det er noe med selve aktiviteten som fascinerer og setter seg i kroppen. Denne aktiviteten kan beskrives i samme ånd som Andreas Hompland gjør når han skriver teksten ”Å springa langt i livet”. *Det eg tenker på når eg tenker på løping* (Steen-Johnsen & Neumann, 2009).

## Litteratur

- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate and motivational processes. I: G. C. Roberts (red.). *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 161-176). Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Angrosino, M. (2007). *Doing ethnographic and observational research* (Vol. 3). London: SAGE.
- Arvesen, K. A. & Nordby, E. (2009). *Best i Birken: på sykkel*. Bergen: Tun Forlag
- Bahr, R. (2009). *Aktivitetshåndboken: fysisk aktivitet i forebygging og behandling*. [Oslo]: Helsedirektoratet.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.
- Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2007). *Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Berkman, L. F., & Kawachi, I. (2000). *Social epidemiology*. New York: Oxford University Press.
- Breivik, G. (1996). *Det gode lange liv og dets gleder : utbredelse og verdier knyttet til fysisk aktivitet i den norske befolkning* (Vol. 7). Rud: Norges idrettsforbund.
- Breivik, G., Johnsen, J.-H., & Loland, S. (1990). *Idrett, normer og verdier*. Rud: Norges idrettsforbund.
- Bø, I., & Schiefloe, P. M. (2007). *Sosiale landskap og sosial kapital: innføring i nettverkstenkning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport*. Morgantown, W. Va.: Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Brawley, L. R & Widmeyer, N. W. (1998). *The measurement of cohesiveness in sport groups*. I: J. L. Duda (red.). *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement* (s. 213-226). Morgantown, W. Va.: Fitness Information Technology, Inc.
- Dale, B., Jones, M., & Martinussen, W. (1985). *Metode på tvers: samfunnsvitenskapelige forskningsstrategier som kombinerer metoder og analysenivåer*. [Trondheim]: Tapir.
- Dalgard, O. S., & Sørensen, T. (1988). *Sosialt nettverk og psykisk helse*. [Oslo]: TANO.
- Danielsen, Ø. (1989). *Den nye breddeidretten : ønsker og behov for fysisk aktivitet* (Vol. 088). [Oslo]: FAFO.
- Duda, J. L. (1998). *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, W. Va.: Fitness Information Technology, Inc.

- Duda, J. L. & Hall, H. (2001). Achievemnet goal theory in sport. Recent extensions and future directions. I: R. N. Singer, H. A. Hausenblas & C. M. Janelle (red.). *Handbook of Sport Psychology* (s. 417-443). New York: John Wiley & Son, Inc.
- Duda, J. L. & Pensgaard, A. M. (2002). Enhancing the quantity og motivation: The promotion of task involvement in a junior level football team. I: I. Cockerill (red.). *Solutions in Sport Psychology* (s. 49-57). London: Thomson
- Ely, M. (1991). *Doing qualitative research*. Philadelphia: Falmer press.
- Eneroth, B. (1984). *Hur mäter man "vackert"?: grundbok i kvalitativ metod*. Stockholm: Akademilitteratur.
- Fasting, K. (1996). *Hvor går kvinneidretten?* (Vol. 8). Rud: Norges idrettsforbund.
- Fasting, M. L. (2013). *"Vi leker ute!": en fenomenologisk hermeneutisk tilnærming til barns lek og lekesteder ute*. Oslo: Novus forl.
- Feltz, D. L., Sullivan, P. J., & Short, S. E. (2008). *Self-efficacy in sport*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Field, J. (2003). *Social capital*. London: Routledge.
- Fugelli, P. (2010). *Nokpunktet: essays om helse og verdighet*. Oslo: Universitetsforl.
- Fugelli, P., & Ingstad, B. (2014). *Helse på norsk: god helse slik folk ser det*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Fugelli, P. (2012, 22.desember). Kreftsyke Per Fugelli med juleappell til nordmenn: *Avslører hva som er viktigere enn omega 3, antioksidanter og lavkarbo*. *Kronikk*. Aftenposten 2012.
- Fyrand, L. (1992). *Perspektiver på sosialt nettverk*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Fyrand, L. (2005). *Sosialt nettverk : teori og praksis*. Oslo: Universitetsforl.
- Gabrielsen, S. (1984). *Trim - samfunn : B-kurs trim*. Bærum: Norges Idrettsforbund.
- Gadamer, H.-G. (2004). *Sandhed og metode: grundtræk af en filosofisk hermeneutik*. Århus: Systeme.
- Giorgi, A. *A descriptive phenomenological method in psychology: a modified Husserlian approach*. Pittsburgh. P.A.: Duquesne University Press; 2009.
- Glesne, C. (2006). *Becoming qualitative researchers: an introduction*. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Grønmo, S. (1996). Forholdet mellom kvalitative og kvantitative tilnærminger i samfunnsforskningen (pp. S. 73-108). Oslo: Universitetsforl.
- Gulløv, E., & Højlund, S. (2003). *Feltarbejde blandt børn: metodologi og etik i etnografisk børneforskning*. København: Gyldendal.
- Gundersen, D., & Berulfsen, B. (2012a). *Fremmedord blå ordbok*. Oslo: Kunnskapsforl.
- Gundersen, D., & Berulfsen, B. (2012b). *Fremmedord og synonymer blå ordbok*. Oslo: Kunnskapsforl.

- Guttman, A. (1978). *From ritual to record: the nature of modern sports*. New York: Columbia University Press.
- Halpern, D. (2005). *Social capital*. Cambridge: Polity Press.
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet: en innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Cappelen akademisk forl.
- Hammersley, M. (2011). *Methodology: who needs it?* Los Angeles: Sage.
- Hammersley, M., & Atkinson, P. (1996). *Feltmetodikk*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Haslam, S. A. (2000). *Psychology in organizations: the social identity approach*. London: Sage.
- Heidegger, M., & Holm-Hansen, L. (2007). *Væren og tid*. Oslo: Pax.
- Helsedirektoratet. (2010). *Folkehelsearbeidet - veien til god helse for alle*. (2.opplag). RK Grafisk AS.
- Heløe, L. A. (2010). *Velferd på avveier? : utviklingslinjer og dilemmaer i helse- og sosialpolitikken*. Oslo: Abstrakt.
- Hennink, M. M., Hutter, I., & Bailey, A. (2011). *Qualitative research methods*. Los Angeles, Calif.: Sage.
- Holme, I. M., & Solvang, B. K. (1996). *Metodevalg og metodebruk*. [Oslo]: TANO.
- Holter, H., & Kalleberg, R. (1996). *Kvalitative metoder i samfunnsforskning*. Oslo: Universitetsforl.
- Hopton, C., Phelan, J. & Barling, J., (2007). *Transformational leadership in sport*. I: Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2007). *Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Hovden, J. (2002). Feministisk idrettssosiologi med norske grunntonar: utviklingslinjer, perspektivskifte og tematiske tyngdepunkt (pp. s. 71-99). Oslo: Novus forl.
- Hovden, J., Solheim, L. J., & Becher, A. A. (1993). *Er det prisen verdt? : ein studie av kvinnelege trenarar og tillitsvalde sine erfaringar med arbeid i Norges volleyballforbund*. [Rud]: Norges idrettsforbund.
- Hushovd, T., Lauritzen, D. O., Ankersen, R. (2010). *Best på Sykkel*. Oslo: Tango Forlag.
- Høigaard, R. (2008). *Gruppedynamikk i idrett*. Kristiansand: Høyskoleforl.
- Ihlen, B.-M., & Ihlen, H. (2003). *På seg selv kjenner man ingen andre : om kommunikasjon og teambygging*. [Oslo]: Cappelen.
- Johannessen, A., Tuft, P. A., & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt.
- Johansen, B. T. (1997). *Kognisjon i orienteringsløp: hvordan erfarer orienteringsløpere et orienteringsløp?* [Oslo]: Norges idrettshøgskole.

- Jowett, S. (2007). *Coach-athlete relationships ignite sense of groupness*. I: Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2007). *Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Jåbekk, P. (2013). *Helt naturlig mat og trening: god helse, mer energi, sterk kropp, vektnedgang, bedre mage*. [Oslo]: Renaissance forl.
- Krane, V. (2007) *Gendered social dynamics in sport*. I: Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2007). *Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Krane, V., & Baird, S. (2005). Using Ethnography in Applied Sport Psychology. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(2), 87-107.
- Kristensson Ugglå, B. (1994). *Kommunikation på bristningsgränsen: en studie i Paul Ricoeurs projekt*. Stockholm: Östling.
- Kristoffersen, K. (1998). *Pårørende og søsken i psykisk helsevern: hermeneutisk metode, søskenets opplevelse, pårørendesamarbeid*. Bergen-Sandviken: Fagbokforl.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interviews: learning the craft of qualitative research interviewing*. Los Angeles, Calif.: Sage.
- Lesjø, J. H. (2008). *Idrettssosiologi: sportens ekspansjon i det moderne samfunn*. Oslo: Abstrakt.
- Lippe, G. v. d. (2001). *Idrett som kulturelle drama: møteplasser i idrettssosiologi og idrettshistorie*. Oslo: Cappelen akademisk forl.
- Lofland, J., & Lofland, L. H. (1995). *Analyzing social settings: a guide to qualitative observation and analysis*. Belmont, Calif.: Wadsworth.
- Loland, S. (1991). *Idrett, normer og verdier* (Vol. 3). Oslo: Norges idrettsforbund.
- Loland, S. (2007). *Idrett og samfunn*. Oslo: Gyldendal undervisning.
- Loland, S., & Seippel, Ø. (2002). *Idrettens bevegelser: sosiologiske studier av idrett i et moderne samfunn*. Oslo: Novus forl.
- Løkken, G. (2012). *Levd observasjon: en vitenskapsteoretisk kommentar til observasjon som forskningsmetode*. [Oslo]: Cappelen Damm akademisk.
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring*. Oslo: Universitetsforl.
- Merleau-Ponty, M. (2002). *Phenomenology of perception*. London: Routledge.
- Mæland, J. G., Westin, S., Elstad, J. I., & Næss, Ø. (2009). *Sosial epidemiologi*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.

- Nicholls, J. G., & Maehr, M. L. (1984). *The Development of achievement motivation*. Greenwich, Conn.: JAI Press.
- Nielsen, F. S., & Brottveit, Å. (1996). *Nærmere kommer du ikke*. Bergen: Fagbokforl.
- Olsen, A. M. (2005). *Idrettens ordbok: ord og uttrykk med forklaringer*. Oslo: Akilles.
- Ommundsen, Y. (2007). Psykologisk læringsklima i kropsøving og idrett. I: Sigmundsson & J.E. Ingebrigtsen (red.). *Idrettspedagogikk* (s. 47-65). Oslo: Universitetsforlaget.
- Ommundsen, Y. & Bar-Eli, M. (1999). Psychological outcomes: Theories, research, and recommendations for practise. I: Y. Van den Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand & R. Seilier (red.). *Psychology for physical educators* (s. 73-113). Champaign, Illionis: Human Kinetics.
- Pervin, L. A. (1984). *Personality: theory and research*. New York: Wiley.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: the collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.
- Repstad, P. (1998). *Mellom nærhet og distanse: kvalitative metoder i samfunnsfag*. Oslo: Universitetsforl.
- Roberts, G. C. (1992). *Motivation in sport and exercise*. Champaign, Ill.: Human Kinetics Books.
- Roberts, G. C. (2001). *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet: fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforl.
- Rønning, R., & Starrin, B. (2009). *Sosial kapital i et velferdsperspektiv: om å forstå og styrke utsatte gruppers sosiale forankring*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Scheff, T. J., & Retzinger, S. M. (1991). *Emotions and violence: shame and rage in destructive conflicts*. Lexington, Mass.: Lexington Books.
- Schiefloe, P. M. (1992). Sosiale nettverk (pp. s. 17-47). Oslo: Universitetsforlaget.
- Schmidt, A. (1988). *Handbook of Competitive Cycling*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag
- Shephard, R. J., Stephens, T., & Bouchard, C. (1994). *Physical activity, fitness, and health: international proceedings and consensus statement*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Sigmundsson, H., & Ingebrigtsen, J. E. (2006). *Idrettspedagogikk*. Oslo: Universitetsforl.
- Solberg, A (1985). Metodekapitlenes blanke sider. I Dale, B., Jones, M., & Martinussen, W. (1985). *Metode på tvers: samfunnsvitenskapelige forskningsstrategier som kombinerer metoder og analysenivåer*. [Trondheim]: Tapir.
- Standage, M. & Vallerand, R. J. (2007). *Self-determined motivation in sport and exercise groups*. In Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2007). *Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes*. Abingdon, Oxon: Routledge.



- Spradley, J. P. (1980). *Participant observation*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Steen-Johnsen, K., & Neumann, I. B. (2009). *Meningen med idretten*. [Oslo]: Unipub.
- Steiner, I. D. (1976, 1976). Task-performing groups. *Contemporary topics in social psychology*.
- Steinsholt, K. (2010). Vi må miste oss selv for å finne oss selv igjen: lek, erfaring og danning hos Hans-Georg Gadamer (pp. S. 101-119). Trondheim: Tapir akademisk.
- Svabø, A., Bergland, Å., & Hæreid, J. (1993). *Sosiologi og sosialantropologi*. Oslo: Universitetsforl.
- Thagaard, T. (2003). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforl.
- Thielst, G. H. (2012). *Kvinde - Klikk Ind! Cyklebog for kvinder*. People's press, København 2012.
- Thrane, C. (1999). Fysisk aktivitet, helse og subjektivt velvære (Vol. 40(1999)nr 3, pp. S. 283-308). [Oslo]: Universitetsforlaget.
- Ulseth, A.-L. B. (2002). Rekreasjon eller prestasjon?: kvinner og menns begrunnelser for å trene (pp. s. 45-70). Oslo: Novus forl.
- Van Manen, M. (1997). *Researching lived experience: human science for an action sensitive pedagogy*. London, Ont.: Althouse Press.
- Wadel, C. (1991). *Feltarbeid i egen kultur: en innføring i kvalitativt orientert samfunnsforskning*. Flekkefjord: SEEK.
- Wilkinson, R., Poulsson, P. H., & Pickett, K. (2011). *Ulikhetens pris*. [Oslo]: Res Publica.
- Wilkinson, R. G. (2005). *The impact of inequality: how to make sick societies healthier*. London: Routledge.
- Wilkinson, R. G., & Marmot, M. G. (2005). *De Harde fakta*. Leknes: Norsk nettverk av helse- og miljøkommuner.
- Øverby, N. C., Torstveit, M. K., Høigaard, R., & Stene-Larsen, G. (2011). *Folkehelsearbeid*. Kristiansand: Høyskoleforl.
- Øverenget, E. (2013). *Helstøpt*. Oslo: Aschehoug.



Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Rune Høigaard  
Institutt for folkehelse, idrett og ernæring  
Universitetet i Agder  
Serviceboks 422  
4604 KRISTIANSAND S

Vår dato: 07.05.2012

Vår ref:30488 / 3 / KH

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 19.04.2012. Meldingen gjelder prosjektet:

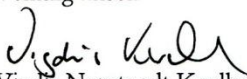
30488	<i>Pedalpigane i et helseperspektiv</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Universitetet i Agder, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Rune Høigaard</i>
<i>Student</i>	<i>Ingunn Midtdal Abildgaard</i>

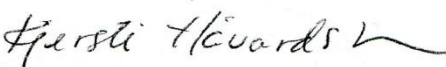
Etter gjennomgang av opplysninger gitt i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon, finner vi at prosjektet ikke medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt etter personopplysningslovens §§ 31 og 33.

Dersom prosjektopplegget endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for vår vurdering, skal prosjektet meldes på nytt. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, [http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk\\_stud/skjema.html](http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html).

Vedlagt følger vår begrunnelse for hvorfor prosjektet ikke er meldepliktig.

Vennlig hilsen

  
Vigdis Namtvedt Kvalheim

  
Kjersti Håvardstun

Kontaktperson: Kjersti Håvardstun tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Ingunn Midtdal Abildgaard, Morellveien 17, 4635 KRISTIANSAND S