

Lunds universitet

Sociologiska institutionen



**LUNDS**  
UNIVERSITET

# **Veganism som individuell praktik och ideologiskt motstånd**

Författare: Cedrik von Heiroth

Kandidatuppsats: SOCK04, 15 hp

Vårterminen 2017

Handledare: Magnus Ring

# Abstrakt

Författare: Cedrik von Heiroth

Titel: Veganism som individuell praktik och ideologiskt motstånd

Kandidatuppsats: SOCK04, 15 hp

Handledare: Magnus Ring

Lunds universitet, Sociologiska institutionen, vårterminen 2017

Syftet med uppsatsen är att bidra till en bredare och djupare förståelse för veganism som praktik och den sociala dynamik som föreligger kring veganer. För insamling av empiri har fyra djupintervjuer gjorts. Materialet har sedan analyserats utifrån tematisk och strukturell analys. Uppsatsen tar sin utgångspunkt i djurrättsteori, feministisk vegetarianism och teorier om subpolitik. Frågeställningen som uppsatsen syftar till att besvara lyder:

*Hur kan veganism förstås i termer av socialt handlande och motstånd?*

Slutsatserna som kan dras från uppsatsen är att veganism är en mångfacetterad praktik, som kan förstås både som en individuell meningsskapande handling men också som en ideologisk motståndspraktik. Uppsatsen synliggör även hur intimt kopplat normsystemet är till den västerländska matkulturen och visar vilka konsekvenser det kan få i såväl ett makroperspektiv som ett mikroperspektiv.

Nyckelord: veganism, köttnorm, matkultur, genus, subpolitik

# Innehållsförteckning

|   |    |
|---|----|
| 1. Inledning .....  | 1  |
| 2. Teori .....  | 2  |
| 2.1 Djurrättsteori .....  | 2  |
| 2.2 Feministisk vegetarianism .....                                   | 3  |
| 2.3 Den frånvarande referensen .....                                  | 4  |
| 2.4 Kötnormativitet och karnism .....                                 | 4  |
| 2.5 Kategorisering av djur .....                                      | 5  |
| 2.6 Subpolitik .....  | 6  |
| 2.7 Språket .....   | 6  |
| 3. Metod .....  | 7  |
| 3.1 Empiriskt underlag .....  | 7  |
| 3.2 Analysmetod .....   | 8  |
| 3.3 Urval och presentation av informanterna .....                     | 9  |
| 3.4 Forskningsetik .....  | 9  |
| 4. Analys .....   | 10 |
| 4.1 Vem blir vegan? .....   | 10 |
| 4.2 Föreställningar .....   | 12 |
| 4.2.1 Veganer som extrema .....                                       | 12 |
| 4.2.2 Veganmat i ett kötnormativt samhälle .....                      | 13 |
| 4.3 Den frånvarande referensen .....                                  | 15 |
| 4.4 Genus .....   | 16 |
| 4.4.1 Den traditionella kopplingen mellan kött och maskulinitet ..... | 16 |
| 4.4.2 Kroppsideal .....   | 17 |
| 4.4.3 Könade förväntningar och motstånd .....                         | 19 |
| 4.5 Motiv för veganism .....  | 20 |
| 4.5.1 Politiskt motstånd eller personlig tillfredsställelse .....     | 20 |
| 4.6 Kulturell och individuell gränsdragning .....                     | 22 |
| 5. Sammanfattning, diskussion och reflektion över resultat .....      | 25 |
| Referenslista .....   | 27 |

# 1. Inledning

År 2016 genomförde Novus en undersökning på uppdrag av Djurens Rätt. En del av syftet med undersökningen var att utforska antalet vegetarianer samt veganer i Sverige. Av de tillfrågade uppgav 5% att de var vegetarianer och 3% att de var veganer (Djurens Rätt 2017). Veganföreningen i Sverige grundades år 1976 och definierar veganism som: ”ett sätt att leva, en livsstil. Man försöker undvika grymhet och utnyttjande av djur till mat, kläder och andra syften. Veganism är ett sätt att aktivt medverka till att förhindra förtryck och dödande av djur.” (Veganföreningen i Sverige 2015). Trots att veganism är en livsstil som innebär aktivt avståndstagande från olika sorters aktiviteter och produkter har uppsatsen valt att rikta in sig på delen av veganism som berör mat. Anledningen till att uppsatsen riktar in sig på veganer och inte vegetarianer beror på att veganer utgör en mindre andel av befolkningen, generellt sett betraktas som mer radikala och som ur ett sociologiskt perspektiv därför kan anses utgöra ett mer intressant föremål för forskning. Skälen för vegansk kosthållning varierar men kretsar mycket kring djurrätt, miljöpolitik och hälsa vilka är ämnen som tenderar att frambringa heta debatter och kontroverser inom såväl offentliga som privata rum.

Eftersom veganer utgör en relativt liten grupp i samhället vars värderingar och handlingar skiljer sig kraftigt från rådande kultur och paradigmer uppstår det spänningar i den sociala dynamiken när veganer och veganism kommer på tal i olika situationer. Syftet med denna undersökning är att på ett djupgående sätt studera och få ökad förståelse för dessa sociala situationer. Med hjälp av kvalitativa djupintervjuer är uppsatsens ambition att bidra till djupare och bredare kunskaper kring veganer och veganism, samt att identifiera hur normer kring mat interagerar med andra normsystem, exempelvis de om maskulinitet och femininitet. Då uppsatsen är av kvalitativ karaktär gör den inte anspråk på några absoluta universella sanningar, den analytiska udden har istället riktats mot begreppet *förståelse*. Perspektivet uppsatsen förhåller sig inom är transversalt. Ur ett makroperspektiv kommer uppsatsen att förstå hur dagens matkultur formats utifrån de flera tusen år gamla västerländska idéer om samhället, naturen, människan och de övriga djuren. Från ett mikroperspektiv kommer uppsatsen att se till hur dessa föreställningar och idéer tar sig uttryck i vardagliga situationer, hur de utmanas, och vilka sociala konsekvenser de får. Den huvudsakliga frågeställning som uppsatsen syftar till att besvara lyder: *Hur kan veganism förstås i termer av socialt handlande och motstånd?*

I detta sammanhang avser *socialt handlande* handlingar som subjektivt sett är meningsfulla och samtidigt orienterar sig emot andra individer, till exempel i termer av motstånd och identitet (Giddens & Sutton 2017: 1014). Tidigare forskning inom ämnet existerar om än i relativt begränsad utsträckning. En bakomliggande orsak till detta skulle kunna vara att ämnet är paradigmbrytande och därför kraftigt reducerar antalet forskare villiga att studera frågan. Faktumet att veganism som fenomen de senaste åren blivit allt mer populärt innebär dessutom att det finns ett behov för forskningsfältet att uppdateras. Exempel på relativt ny forskning inom ämnet är Linn Erikssons uppsats *Manliga veganer – en narrativanalys om manliga veganer och maskulinitet* (2009) och Sarah Mansouris *Köttnorm(än) – Om köttätande som norm, knutet till kön*. (2013). Dessa är genusvetenskapliga uppsatser vars huvudsakliga fokus kretsar kring genus. Sociologi är nära besläktat med genusvetenskap och även denna uppsats har berört genus i stor utsträckning, dock har denna uppsats strävat efter ett aningen bredare och mer sociologiskt förhållningssätt. Ytterligare exempel på närliggande tidigare forskning går att finna i Magnus Boström & Mikael Klintmans artikel *The green political food consumer – a critical analysis of the research and policies* (2009) och Anna Stubbendorff & Ulrika Thells uppsats *Från båt till folkrörelse – En studie av Dagens Nyheters skildring av veganer* (2002). I följande kapitel kommer uppsatsen redogöra för de teorier som ligger till grund för uppsatsen.

## 2. Teori

### 2.1 Djurrättsteori

Uppsatsen tar utgångspunkt i djurrättsteori och utgår ifrån att lidande i alla dess former är något oönskat och bör motarbetas. I *Djurens Frigörelse* (första upplagan utgiven 1975) argumenterar filosofen Peter Singer sakligt och genomgående för den etiska problematiken i att äta djur. Hans argumentation bygger på värderingar som är redan accepterade av de flesta människor. I bokens inledande kapitel förklarar Singer ”varför grunden för människors jämlikhet kräver att vi också tar jämlik hänsyn till djuren” och menar att de som vänder sig emot rasförtryck och könsförtryck på samma grunder bör motsätta sig artförtrycket (Singer 1990: 31).

Rasister kränker jämlikhetsprincipen genom att lägga större vikt vid intressen som tillhör medlemmar av deras egen ras när deras intressen och andra rasers intressen krockar. Sexister kränker jämlikhetsprincipen genom att

favorisera sitt eget köns intressen. På samma sätt låter speciesister sin egen arts intressen uppväga andra arters starkare intressen. Mönstren är identiska. (Singer 1990: 39).

Singer menar att uppfattningen om att den grundläggande jämlikhetsprincipen endast skulle gälla människor är ologisk eftersom det är förmågan att kunna lida som är det relevanta. Han poängterar att den grundläggande jämlikhetsprincipen inte kräver identisk *behandling*, däremot lika *hänsyn*. På så sätt förnekar Singer inte de kroppsliga och intellektuella skillnaderna som existerar mellan människor och icke-mänskliga djur. Exempelvis är det meningslöst att tala om hundars rösträtt, på samma sätt som det är meningslöst att stödja mäns rätt till abort (ibid. s. 32). Det är inte graden av förnuft, intelligens, förmågan att kunna tala eller dylikt som är intressant. Istället är det förmågan att lida och känna välbehag som berättigar en varelse till jämlik hänsyn (ibid. s. 37). Uppsatsen delar Singers syn på artförtryck som innebär att hänsyn bör tas till alla kännande varelsers intressen i termer av lidande och välbehag.

## 2.2 Feministisk vegetarianism

Feministisk vegetarianism bygger på idén om att alla förtryck är sammanlänkade på ett eller annat vis. Två framstående teoretiker inom feministisk vegetarianism som uppsatsen hämtat inspiration från är Carol J. Adams (1990) och Lisa Gålmark (2005). De menar att förtrycket av kvinnor och förtrycket av djur hjälper till att upprätthållas genom att de hämtar legitimitet och inspiration från varandra. Poängen med feministisk vegetarianism är inte att värdera eller likställa de olika förtrycken, utan snarare att se till likheterna i *strategierna* och *teknikerna* som används för ge näring åt de olika förtrycken (Gålmark 2005: 68). Detta teoretiska förhållningssätt inkluderar även andra förtryckarstrukturer, exempelvis de kopplade till klass och etnicitet (ibid. s. 15). Feministisk vegetarianism är en normkritisk teori som vill synliggöra olika normer och dess skadliga konsekvenser samt belysa normupprätthållandets tekniker (ibid. ss. 68-69). Ett exempel på en teknik som tydligt förekommer inom såväl förtrycket av djur som förtrycket av kvinnor är objektifiering. Genom att djur objektifieras ses de enbart som kroppar som får värde först när de kan konsumeras som kött. Objektifiering berövar djurens subjekt. De ses inte som levande, tänkande och kännande individer med intressen. Objektifiering är en teknik som gör att djur i samhällets ögon enbart betraktas som kroppar eller produkter och således legitimerar ovärdig behandling. Precis som icke-mänskliga djur drabbas även kvinnor systematiskt av objektifiering. Kött från kvinnor konsumeras (i regel) inte som mat, däremot är kvinnokroppen ständigt utsatt för visuell

konsumtion exempelvis inom reklam och pornografi (Adams 2010: 73). De personer som protesterar emot någondera av dessa förtryck blir i sin tur också utsatta för tekniker som syftar till att upprätthålla strukturen. Förlöjligande och ignorans är exempelvis tekniker som genom historien använts emot såväl djurrättsförespråkare som kvinnorrättskämpar (Singer 1990: 31). Genom att håna de som tar ställning emot förtryck och parodiera frihetskamperna förstärks rådande norm ytterligare. Feministisk vegetarianism är en kritisk teori som vill belysa de systematiska likheterna i de olika förtrycken och på så sätt uppnå ett bättre samhälle för alla djur, inklusive människan. Carol J. Adams skriver i *The Sexual Politics of Meat* (första upplagan utgiven 1990) att människor med makt alltid har ätit kött i högre utsträckning än människor utan makt. På grund av en patriarkal klasstruktur har köttätande historiskt sett därför varit tillägnat främst rika män medan andra klassens medborgare, kvinnorna, snarare förknippats med andra klassens mat som grödor, frukter och grönsaker (Adams 2010: 47). Uppsatsen tillämpar feministisk vegetarianism i stor utsträckning för att tolka den empiriska verkligheten.

### **2.3 Den frånvarande referensen**

Carol J. Adams, en av de främsta teoretikerna inom feministisk vegetarianism granskar i *The Sexual Politics of Meat* den strukturella kopplingen mellan kött, kön, klass och etnicitet. I boken myntar hon även begreppet *the absent referent* som blir ett viktigt analytiskt verktyg i studiet av köttkulturen.

Behind every meal of meat is an absence: the death of the animal whose place the meat takes. The "absent referent" is that which separates the meat eater from the animal and the animal from the end product. The function of the absent referent is to keep our "meat" separated from any idea that she or he was once an animal, to keep the "moo" or "cluck" or "baa" away from the meat, to keep *something* from being seen as having someone. (Adams: 2010: 13)

*Den frånvarande referensen* syftar till det som skiljer köttet på tallriken från det levande djuret. Denna frånvarande referens gör att köttbiten på tallriken uppfattas som vilken matprodukt som helst snarare än en kroppsdel. I uppsatsen tillämpas begreppet för att analysera och förstå det insamlade materialet.

### **2.4 Köttnormativitet och karnism**

Köttnormativitet och karnism är två liknande begrepp som är centrala för uppsatsen. Det förra är myntat av Lisa Gålmark och det senare används av den amerikanska professorn i sociologi och psykologi Melanie Joy.

Köttnormativitet är de institutioner, strukturer, relationer och handlingar som vidmakthåller normen om andra djur som levande föremål till för människan att göra vad människan vill med, särskilt att producera och konsumera som vardagligt ”kött”. (Gålmark 2005: 67).

Vi ser inte köttätande på samma sätt som vi ser på vegetarianism – som ett val, grundat på en rad antaganden om djuren, vår värld och oss själva. Istället ser vi det som det givna, det ”naturliga” sättet att handla, så som det alltid har varit och som det alltid kommer att vara. Vi äter djur utan att tänka på vad vi gör eller varför vi gör det, eftersom det trossystem som ligger i botten av beteendet är osynligt. Detta osynliga trossystem är vad jag kallar *karnism*. (Joy 2014: 35).

Köttnormativitet och karnism syftar till samma fenomen och har nästan samma innebörd. Skillnaden ligger i att det förra är inspirerat av queerteoretikern Tiina Rosenberg, som ser heteronormativitet som ”de institutioner, strukturer, relationer och handlingar som vidmakthåller heterosexualitet som en enhetlig, naturlig och allomfattande ursprungssexualitet” (Gålmark 2005: 182). Begreppet karnism betonar istället att trossystemet är en ideologi, det vill säga ”en gemensam samling övertygelser och därtill de handlingsätt som återspeglar övertygelserna.” (Joy 2014: 36). Det är ändå en osynlig ideologi då den är djupt befäst i samhället och går att liknas vid andra djupt befästa ideologier, exempelvis patriarkatet (ibid. s. 37). Likheterna (och skillnaderna) till trots kommer denna uppsats att nyttja begreppet köttnormativitet då det är ett mer etablerat begrepp, en etablering som denna studie önskar bidra till. Eftersom uppsatsen tillämpar feministisk vegetarianism finns det även en poäng i att bruka begrepp som härstammar från queerteori. Med det sagt är karnism fortfarande ett viktigt begrepp med egenvärde som förtjänar att etableras.

## 2.5 Kategorisering av djur

Melanie Joys bok *Varför vi älskar hundar, äter grisar och klär oss i kor* från 2010 bygger på tankar från socialantropologen Mary Douglas (Joy 2014: 149). I *Renhet och fara: en analys av begreppen orenande och tabu* skriver Douglas att den rådande kulturen medför ett kategorisystem som utgör gränser för vad som anses accepterat eller inte. Dessa gränser är offentliga angelägenheter som är trögföränderliga eftersom de är så djupt rotade i samhället på ett kulturellt och religiöst plan (Douglas 1967: 60). Melanie Joy kopplar detta till kategoriseringen av djur: ”Karnismen är ett socialt system, en social matris. [...] Vårt karnistiska schema bestämmer vilka djur som är ätliga och vilka som är oätliga, och det bestämmer vad vi känner – eller rättare sagt, om vi känner något – när vi äter kött.” Dessa idéer om kategorisering av djur som ätliga eller oätliga kommer uppsatsen att tillämpa för att tolka och förstå den insamlade empirin.



## 2.6 Subpolitik

Uppsatsen hämtar idéer från den tyske sociologen Ulrich Becks begrepp *subpolitik*, vilket är nära besläktat med begrepp som *livsstilspolitik*. I uppdelningen mellan det privata och det offentliga har politiken traditionellt sett varit reserverad åt det offentliga rummet. De senaste decennierna har dock flera teoretiker ifrågasatt denna dikotomi och istället hävdade att det privata livet har politisk mening vilket även exemplifierats teoretiskt och empiriskt.

Subpolitik eller livsstilspolitik innebär att använda privatlivets sfär för politiska ändamål (Micheletti & Stolle 2010: 126). Ulrich Beck skriver:

The concept of the political in the nation state has no clear boundaries between politics and nonpolitics. Politics exist and govern the political system. Outside of the officially classified political sphere – in business, science, technical laboratories, and in private life – there is a great deal of activity, arguing, bargaining, deception, separating, uniting, loving, and betrayal, but none of that is not done according to the legitimate rules of formal politics; there is no mandate, no party organization, and no dependence on the consent of the governed. (Beck 1997: 52)

Uppsatsen följer detta perspektiv om att det personliga är politiskt och argumenterar för att matvanor kan vara såväl en privat som politisk angelägenhet. Det finns ett par olika förutsättningar för att subpolitik ska kunna praktiseras. Dessa förutsättningar är såväl strukturella som individuella. De strukturella faktorerna innebär till exempel att det först och främst finns en valmöjlighet för individen att konsumera utifrån sina värderingar. Ytterligare en strukturell faktor handlar om att individen måste ha tillgång till information kring valen (Micheletti & Stolle 2010: 127). De som saknar valmöjligheter eller ej har tillgång till information kan omöjligen bedriva subpolitik. Trots att subpolitik är kopplat till socioekonomiska resurser är det också kopplat till individualistiska termer som motivation, beslutsamhet och civillikage. För att subpolitik ska bedrivas förutsätts det även att individen har en etisk kompass vilken också är beroende av den sociala kontexten (ibid. s. 128). Uppsatsen antar detta synsätt och menar att matvanor som subpolitik, i synnerhet vegansk kost, är kopplat till strukturella och individuella faktorer som interagerar med varandra.

## 2.7 Språket

Språket är en del av kulturen och fungerar inte som ett objektiva verktyg befriat från rådande kultur och paradig. Det finns inget språk som är fritt från maktförhållanden (Adams 2010: 93). Därav kommer uppsatsen på somliga ställen att använda ett språkbruk som skiljer sig från vardagligt språkbruk. Exempelvis används i vardagligt språkbruk termerna *djur* och

*människa* som en dikotomi. Detta är problematiskt eftersom människan de facto tillhör kategorin djur. En sådan uppdelning är missvisande och reproducerar den hierarkiska relationen mellan människan och övriga djur. I sammanhang där det är relevant kommer därför termen ”icke-mänskliga djur” användas när det är just icke-mänskliga djur som avses.

De olika begreppen vegan, vegetarian, veganism och vegetarianism har en lingvistiskt komplicerad historia. De definitioner som finns i ordböcker stämmer inte nödvändigtvis överens med begreppens innebörd i folkmun. Begreppet vegan innefattar flera aspekter som på intet sätt är kopplade till mat, exempelvis konsumtion av kläder, tandkräm och kosmetika. Uppsatsen är dock begränsad till just mat-aspekten av veganism vilket kan vara problematiskt då det medför en underminering av de övriga aspekterna och därmed ger en ofullständig bild av vad veganism egentligen innebär. Samtidigt är ambitionen att göra en distinktion mellan människor som äter helt vegetabiliskt och lakto-ovo-vegetarianer som konsumerar ägg och mejeriprodukter, därav kan användningen av vegansk respektive vegetarisk mat ibland framstå som inkonsekvent. I de sammanhang där närvaron av ägg och mejeriprodukter är relevant har ”lakto-ovo-vegetarianer” använts som förtydligande term. I de flesta fall är det dock frånvaron av kött som är relevant varpå termen ”vegetarisk mat” används utan att nödvändigtvis innefatta ägg och mejeriprodukter. Den stundtals synonyma användningen av vegansk respektive vegetarisk mat beror dels på faktumet att all vegansk mat är vegetarisk samtidigt som all vegetarisk mat inte är vegansk, samt att uppsatsen försökt använda ett språk som framhäver det relevanta i sammanhanget.

Slutligen tåls det även att sägas något om användningen av begreppet *kött*. I vardagligt språkbruk avser termen det kroppsliga köttet, det vill säga kött från djur. Detta trots att det finns andra former av kött, exempelvis fruktkött och svampkött (Gålmark 2005: 83).

Uppsatsen använder främst det vardagliga språkbruket eftersom det var så informanterna talade om kött och kan därför bidra till bättre flyt i läsningen. För att belysa problematiken i detta språkbruk skrivs på några ställen dock explicit vad för slags kött det handlar om.

## **3. Metod**

### **3.1 Empiriskt underlag**

Frågeställningen och syftet med uppsatsen är av kvalitativ karaktär och kretsar kring *förståelse* snarare än *förklaringar* eller objektiva mätningar. Sett till uppsatsens syfte, med tid

och resurser i beaktning, bedömdes kvalitativa djupintervjuer vara den mest lämpade metoden för insamling av empiri. Fyra olika intervjuer ligger till grund för uppsatsen. Intervjuerna var av semi-strukturerad karaktär, där några på förhand utvalda centrala teman behandlades. Inför intervjuerna förbereddes ett antal relevanta huvudfrågor som informanterna tilläts svara på i obestämd ordning, beroende på hur samtalen artade sig. Således formulerades frågorna inte exakt likadant i alla intervjuer men de övergripande teman som togs upp var desamma. Detta för att få intervjusituationerna att liknas vid vanliga öppna samtal där informanterna skulle få känna sig trygga i att prata öppet om sin veganism (Bryman 2008: 415). Eftersom veganism innebär ett avståndstagande från rådande system och dominerande kultur har författarens position som vegan inte bara underlättat, utan snarare varit en förutsättning för undersökningen. Uppsatsens utgångspunkt är kritisk mot köttätande och uppsatsen har belyst det problematiska i att köttätande betraktas som det neutrala, varpå det vore det teoretiskt motsägelsefullt att genomföra undersökningen som köttätare. Förutom teoretiska hinder hade även praktiska komplikationer uppstått. Exempelvis hade intervjuerna tagit en annorlunda riktning och informanterna hade inte känt sig lika bekväma i att tala öppet om sin veganism. Författarens position som vegan innebar en ömsesidig förståelse mellan intervjuare och intervjuperson. Detta satte en ton för samtalet som främjade öppenhet och ärlighet vilket i sin tur berikade det empiriska materialet.

Den kortaste intervjun varade i 1 timme och 4 minuter och den längsta tog 1 timme och 36 minuter. Samtliga intervjuer utspelade sig på informanternas önskemål av plats vilket i tre fall innebar kaféer och i ett fall ett grupprum vid Lunds universitet.

### **3.2 Analyismetod**

Intervjuerna utfördes i ett tidigt skede och analysarbetet påbörjades först efter att all empiri var insamlad. Analyismetoden som applicerades på materialet var främst en tematisk analys, kombinerat med strukturell analys. Detta innebar att fokus lades på *vad* informanterna berättade men belyste även vid ett par tillfällen *hur* det berättades (Rennstam & Wästerfors 2015: 61). Genom att repetitivt gå igenom de inspelade intervjuerna och transkriptionerna av dessa identifierades ett antal teman som tolkats utifrån tidigare teorier och begrepp inom området. Att tematisera empiri och teori har varit en del i analysprocessen. Emellanåt har fokus flyttats från vad informanterna berättat och istället har vikt lagts på hur de berättat i termer av kroppsspråk, betoningar och dylikt. Ambitionen med att växelvis uppmärksamma *vad* och *hur* har varit att erkänna dubbelheten i den sociala verkligheten och på så sätt ge mer

rättvisa åt materialet (ibid. s. 53). Eftersom uppsatsen berör den sociala dynamik som uppstår kring veganer vore det ett misstag att inta ett komplett naturalistiskt förhållningssätt, som om intervjuerna inte också vore sociala situationer. Vid de tillfällen analysen frångått det substantiella och istället riktat fokus mot det konstitutiva har det tydliggjorts att det relevanta i sammanhanget ligger i *hur* informanten uttryckt sig, oavsett det handlat om kroppsspråk, betoningar eller struktur i berättandet.

### **3.3 Urval och presentation av informanterna**

Eftersom undersökningen är av kvalitativ karaktär är det informanternas specifika sätt att se på världen som varit intressant. Urvalet gör inte anspråk på att kunna generalisera resultaten statistiskt och representera en hel population därav användes icke slumpmässigt urval (Ryen 2011: 77). Kontakt med informanter upprättades genom utskick i sociala medier och genom redan befintliga kontakter. Sett till praktiska aspekter som tid och resurser blev det lämpligt med fyra intervjuer (ibid. s. 78). Kriterierna för informanterna var att de skulle identifiera sig som veganer samt att de sedan tidigare inte haft någon relation till forskaren. Aspekter av bekvämlighet och tillfälligheter spelade också en roll i urvalsprocessen, således var en förutsättning att informanterna skulle vara bosatta i samma eller närliggande stad samt vara någorlunda lättillgängliga gällande bokning av tid för intervju (Bryman 2008: 433).

De personer som intervjuades för uppsatsen var mellan 18 och 23 år gamla, två kvinnor och två män. En av informanternas huvudsakliga sysselsättning var lönearbete, två studerade på universitet och en läste sista året på gymnasiet. Av informanterna har samtliga identifierat sig som veganer i minst ett år vilket stärkt graden av autenticitet i jämförelse med om det hade varit nyblivna veganer som intervjuats.

### **3.4 Forskningsetik**

Uppsatsens ämne är till sin natur är kontroversiellt och informanterna har delat med sig av erfarenheter, åsikter och tankar som får betraktas som personliga och känsliga. Därav är det extra viktigt att materialet behandlas korrekt. I samband med att informanter tillfrågades om de kunde tänka sig att ställa upp på intervju, informerades de också om undersökningens syfte. Informanterna var också införstådda med att deras medverkan i undersökningen var frivillig samt att de inte skulle känna sig tvingade till att svara på alla frågor. Före intervjuerna påbörjades gav samtliga informanter sin tillåtelse till att intervjuerna spelades in, mot försäkran om att endast forskaren och dennes handledare kommer ha tillgång till ljudfilerna

samt transkriptionerna av dessa. I uppsatsen har informanterna tilldelats fingerade namn för att säkerställa deras anonymitet. De grundläggande etiska kraven som gäller inom svensk forskning kan således betraktas som uppfyllda (Bryman 2008: 131-132). Även enligt Vetenskapsrådet kan uppsatsen anses ha följt god forskningssed (Vetenskapsrådet 2011). I analysen har ambitionen varit att återge citaten på ett så korrekt sätt som möjligt. Det finns dock några etiska problem med att återge citat från samtalssituationer i textform. Det första problemet berör nivåskillnaden som finns mellan det talade ordet och det skrivna ordet. I talspråk kan tonlägen, kroppsspråk, pauser, betoningar och dylikt förstärka meningen i det som intervjupersonen lyfter fram. Det skrivna språket kan omöjligen utgöra en fullgod representation av detta. Överlag har citaten återgivits ordagrant, på ett par ställen har kursiv text använts för betoning. Alternativt har det inom parentes förklarats om en intervjupersons kroppsspråk gestikulerar något relevant i sammanhanget. Det andra problemet med att använda citat är att de plockas ur sitt sammanhang och att uppsatsen således utövar en form av lingvistiskt våld på informanterna. För att minimera skadorna av detta problem har ansträngning lagts på att tolka intervjuerna holistiskt och helheten har varit i beaktning när citat återgivits för att kunna göra analytiska poänger. På så sätt har risken minimerats för citering av informanter på ett missvisande sätt (Fangen & Sellerberg 2011: 68)

## 4. Analys

### 4.1 Vem blir vegan?

Att vara vegan är en form av bojkott. Veganer konsumerar inga animaliska produkter och undviker aktivt att stötta djurindustrin (Singer 1990: 184). Veganer ställer heller inte upp på djurindustrins etiska och miljöpolitiska värderingar eller systematiska exploatering. Veganer som grupp kvalificerar sig därför som ekologiskt bekymrade konsumenter. Magnus Boström och Mikael Klintman skriver i *The green political food consumer - a critical analysis of the research and policies* att den stereotypiskt miljöpolitiska konsumenten är kvinna, någorlunda politiskt engagerad och utbildad men ambivalent (Boström & Klintman: 2009). Utifrån uppsatsens kvalitativa format med enbart fyra informanter är det ointressant att undersöka Boström & Klintmans slutsats ytterligare, huruvida den skulle stämma eller inte. Spörsmålet om vem som är den stereotypiske veganen är dock relevant eftersom det sätter upp olika ramar, förväntningar och föreställningar kring olika människor i samhället. Dessa förväntningar och föreställningar får i sin tur sociala konsekvenser beroende på hur de efterlevs. När informanterna talade om varför somliga blir veganer medan andra inte blir det,

var det några teman som var återkommande. Dessa teman kan delas upp i strukturella samt individuella faktorer. De strukturella faktorerna berör aspekter som klass, geografisk plats, genus, miljö och personliga upplevelser. De individuella faktorerna som togs upp handlar istället om begrepp som inställning, intelligens, öppet sinne, progressivt och kritiskt tänkande.

Vincent reflekterar över denna fråga:

C: Varför tror du att vissa blir veganer och andra inte blir det?

V: Alltså det...har väl så jävla många anledningar liksom. Det kommer med bakgrund...

C: Tänker du på föräldrar...?

V: Nja. Jo, nja alltså det är väl också en stor del, men hur man har växt upp liksom. Med alla aspekter det innebär. Alltså både såhär klass, kön, vart ens föräldrar, vad ens föräldrar har för erfarenheter själva liksom. Alltså det...är ju hur mycket som helst liksom. Men i slutändan så grundar det väl sig i hur mottaglig man är för det. Jag tror att det grundar sig någonstans i en intelligens liksom. Om du är intelligent så är du mottaglig för att lära dig och det är ju det det handlar om.

Vincent nämner inledningsvis de strukturella faktorerna som uppväxt, klass, kön och föräldrar. Han säger att det ”är ju hur mycket som helst” och antyder att det är ett komplext system av olika strukturer som påverkar människor. Dock garderar han sig från idén om att det skulle vara helt determinerat vem som blir vegan och menar att det i slutändan hänger på hur mottaglig man är för att ta in information och lära sig, vilket han kopplar till intelligens. Frågan om vem som blir vegan är komplex och har inget absolut svar. Frågans karaktär kan liknas vid den eviga sociologiska frågan huruvida det är aktören som påverkar strukturen eller strukturen som påverkar aktören. Ambivalensen i Johans svar nedan bekräftar komplexiteten i frågan:

J: Hmm.....ah, alltså.....Jag tror att det är mycket tillfälligheter, väldigt väldigt mycket tillfälligheter. Vad du kommer i kontakt med, vad du får uppleva, vilka personer du har omkring dig, vilken kontext du lever i. Men det går ju att dra allting till sin spets, amen allting är då deterministiskt, förutbestämt vilka som är veganer. Så tänker jag absolut inte heller. Varje vuxen person har ett ansvar att reflektera över vad dom handlar, vad dom gör och vad dom...och varför då vissa blir det? Kanske har vissa...eller. Jag tror ändå att det hänger lite ihop med...ja jag vet inte...jag känner så många extremt hjärtliga snälla människor som inte är veganer. Så det har inte med det och göra heller. Åh jag kan inte svara. Sorry.

Trots att Johan tillskriver stor betydelse åt externa faktorer som tillfälligheter och miljö, lyfter han också fram de individuella faktorerna, som förmågan att ta ansvar och kunna reflektera över sina val. Under intervjun tog Johan även upp ett konkret exempel på en tillfällighet som spelade en avgörande roll när en vän till honom bestämde sig för att sluta äta kött:

J: Det här är väldigt morbida exempel, men jag hade en vän till familjen, blev vegetarian när hon kände att det luktade grillat liksom. Fan vad gott det luktar!

C: Vad sa du att hon blev vegetarian?

J: Vegetarian. Och kände att det luktade grillat. Men så var det istället då kremering.

C: Oj! Haha.

J: Och det är liksom såhär, när hon gjorde den kopplingen; shit! Det är människor som brinner. Och det luktar grillat. Och sen då alltså...hon är fortfarande inte vegan den här personen. Men att det måste till såna här personliga tydliga, att du måste bli illa berörd känslomässigt innan du kan handla liksom. Även om jag aldrig upplevt det så kan man ändå tänka det, tycker jag. Jag fattar inte varför det är så svårt för folk.

I exemplet upptäckte personen de olustiga likheterna som går att finna mellan kremering av människokroppar och grillning av icke mänskliga djurkroppar. Eftersom det i västerländsk kultur anses moraliskt förkastligt att grilla och äta människor men accepterat att grilla och äta exempelvis kor och grisar uppstår en (för köttätaren) obehaglig insikt när lukten av kremerade människor misstas för doften av grillat. Den personliga etiska och moraliska kompassen skakas om. Utifrån Michelettis och Stolles termer kan vi tolka det som att personen i fråga utsatts för känslan av ”pangs of guilt” som i sin tur ledde till att hon fick ett politiskt uppvaknande och blev vegetarian (Micheletti & Stolle 2010: 128).

## 4.2 Föreställningar

Samtliga informanter upplevde begreppet *vegan* som väldigt laddat och präglat av felaktiga fördomar. Nedan följer en redogörelse av informanternas erfarenheter av föreställningar om veganer och veganmat.

### 4.2.1 Veganer som extrema

En vanlig föreställning handlar om att veganer skulle vara extrema, ett begrepp som i det här fallet saknar konkret definition. Johan berättar att han själv hade denna föreställning förut:

J: Och när jag växte upp; då har jag sett veganer som knäppa liksom.

C: När du var yngre?

J: Aa när jag var mindre liksom. Såhär extremt och bara...

Exakt vad som är extremt framgår inte, varken från den som uttrycker fördomen eller veganen. Funktionen av ordet blir istället att patologisera veganen. Johan utvecklar sina tankar kring föreställningen om att veganer skulle vara extrema och berättar varifrån han tror den härstammar:

J: Ehm, men jag tror dels det har och göra med att det handlar om mat som är så personligt, så känsligt liksom. Och det är någonting du konsumerar varje dag, mycket för att överleva, så om folk börjar säga att det ena är rätt och fel, så det blir väldigt laddat helt enkelt. Och veganer kanske har förknippats men en sorts liksom, eller det har syntts, eller det som syns är ju den extrema sidan. Så kanske vissa aktivistiska grejer har setts och så kanske folk upplever det som, amen för radikala, för extrema och inte liksom orkar tänka; men vad är bakgrunden till detta? Och vad är mer... alltså, vad står veganism i allmänhet för? Snarare än att vara så pass radikal.

I uppsatsen *Från båt till folkrörelse – En studie av Dagens Nyheters skildring av veganer* redogör Anna Stubbendorff och Ulrika Thell för hur skildringen av veganer tar sig uttryck i en av Sveriges största dagstidningar. Johans tanke om att ”det som syns är ju den extrema sidan” styrks av studiens resultat. Veganer och veganism har ofta skildrats stereotypiskt, och de mer radikala inslagen som innefattat illegala aktioner och civil olydnad har getts större nyhetsvärde och fått mer utrymme än de vardagliga aspekterna av veganism som till exempel matlagning (Stubbendorf & Thell: 2002).

#### 4.2.2 Veganmat i ett köttnormativt samhälle

Att det skulle vara krångligare att äta en kost baserad på vegetabilier jämfört med animalier tycks också vara en vanlig föreställning som informanterna vänder sig emot. Vincent och Erika berättar att det är en föreställning de själva haft:

V: Alltså det är... Innan man blir det [vegan] tänker man såhär men shit vad ska jag äta? Sen så lär man sig vad man ska äta och sen är det inga konstigheter

E: Men, så vet jag att jag var lite nyfiken på det där med veganskt, men jag tyckte det verkade ganska omständigt, klurigt sådär (...) men så tänkte jag; amen nu har jag lite tid över liksom, nu provar jag och äta veganskt en vecka och ser hur det går, för nu har jag tid och kolla in recept och laga mat och så. Så gjorde jag det, och sen bara typ fortsatte jag och insåg att det var inte så svårt som jag tänkte att det skulle va.

Dessa föreställningar är till åren komna. Redan år 1975 skrev Peter Singer om vilket bemötande en kan förväntas få som en följd av att avstå animalier i kosten. I likhet med informanterna menar Singer att det enklare att äta vegansk mat än vad många föreställer sig. Kvar står dock det sociala faktumet att flera personer i ens närhet kommer tycka att man är underlig (Singer 1990: 204). Dessa föreställningar är inte uppkomna ur enskilda händelser utan är sprungna ur flera tusen år gamla föreställningar om människan, djuren, mat och naturen. Lisa Gålmark använder begreppet *köttnormativitet* för att beskriva den starka kultur som råder kring mat och föreställningen om att den bör innefatta kött från djur (Gålmark 2005: 67). Hon menar att en del av köttnormens upprätthållande precis som exempelvis heteronormens upprätthållande, bygger på att den som bryter mot normen stigmatiseras med hjälp av olika tekniker (ibid. s. 69). Köttnormen är anledningen till varför valet att inte äta



kött psykologiseras och måste försvaras medan valet att äta kött inte ses som ett val utan snarare betraktas som det naturliga utgångsläget. Johan berättar om sina föräldrars reaktion när han bestämde sig för att bli vegan:

J: Hmm...dom tyckte det var lite extremt, väldigt diffust. Och att det skulle bli jobbigt, att få vår familjesituation att gå ihop, vardagslivet, tyckte dom, dom tycker inte att det är fel egentligen, men dom ser heller inte ett problem med att äta kött, för det är ”naturligt” liksom.

Johans utsaga är ett skolboksexempel på hur köttnormen fungerar i praktiken. Normen syns inte, köttätande ses inte som ett val, istället antas det bara vara det naturliga. Kulturen och samhället vi lever i ser till att uppmärksamma somliga fenomen, medan andra fenomen görs osynliga och därför inte förtjänar att undersökas närmare. Köttnormen är ett exempel på ett sådant fenomen (ibid. s. 70).

Ytterligare en vanlig fördom handlar om att det knappt skulle finnas mat som veganer kan äta. Trots att denna fördom blivit motbevisad oräkneligt antal gånger och kanske inte alltid uttrycks på blodigt allvar finns det ändå ett analytiskt värde då fördomen grundar sig i något och dessutom medför stora konsekvenser för både djur och natur, människor inkluderat. En anledning till att denna fördom lever vidare har att göra med västerländsk matkultur. Det västerländska köket bygger upp sina rätter kring köttet, därför frågar sig många köttätare partiskt vad man kan äta *istället* när det allra mest centrala på tallriken plockas bort. I andra delar av världen har matkulturen inte kretsat lika starkt kring kött och därför accepterat vegansk mat i större utsträckning (Singer 1990: 200). Johan berättar om svårigheterna med att imponera på sina köttätande vänner genom att laga vegansk mat:

J: Och då är det också att, det är en annan sorts matlagning. Det är svårt. Den svenska matkulturen är ju så jävla mycket kött, potatis och sås liksom. Och det blir liksom inte lika spännande. Visst, du kan göra massa olika bönbiffar, olika substitut. Men för mig är matlagning att tänka bortom det liksom. Att göra helt andra sorters rätter, liksom baljväxter, du kan använda det på ett roligt sätt och...så det blir lite annan sorts mat i vissa fall. Och om man inte är van vid det, är det kanske inte att det är veganskt som gör att det känns annorlunda, utan mer att det är en annan typ av mat.

C: Från en annan kultur?

J: Ja men exakt. Äter väldigt mycket såhär, indisk-inspirerade grytor och...och så.

Som Johan antyder är de flesta i Sverige uppväxta och inskolade i en västerländsk matkultur som innebär ”mycket kött, potatis och sås”, en matkultur där djuret på tallriken betraktas som det centrala i måltiden. Frågan ”vad kan man äta istället för kött?” är därför oneutral och

ställd utifrån ett köttnormativt perspektiv. De som däremot ätit växtbaserat under en längre period, eller kommer från platser på jorden med vegetarisk matkultur har inte samma svårigheter i att förstå sig vegetariska maträtter då de inte har samma kulturella föreställningar om att en fullvärdig måltid måste innehålla djur (ibid. s. 201). Melanie Joy menar dessutom att vår uppfattning om smak till stor del är kulturellt konstruerad. Det är en förenklad uppfattning att våra smaklökar i väst helt enkelt skulle föredra smaken av kor och grisar framför smaken av vegetarisk kost. Istället har djur som mat i västerlandet tillskrivits ett högt symbolvärde i jämförelse med vegetarisk kost. Symbolvärdet i kombination med kulturen gör att vi konstruerar smak och lär oss vad vi bör tycka om och inte tycka om (Joy 2014: 19).

### 4.3 Den frånvarande referensen

Alla informanter upplevde att begreppet *vegan* i sig är väldigt laddat och till och med kan vara provocerande för somliga. I citatet nedan ger Erika sin syn på varför det skulle kunna vara så:

E: det känns som att just, eller jag tror det skapar jobbiga känslor, eller att man påminns om, för jag tror egentligen en stor anledning till varför människor fortfarande äter kött trots all den liksom forskning som visar på att det är hälsosammare att inte göra det och att det är bättre för miljön och hur mycket filmer som delas på nätet om hur hemskt djurhållningen ser ut och så vidare är liksom, det är inte att folk inte *vet*. Jag tror man liksom försöker trycka undan den här kopplingen mellan det gulliga lammet man klappar och biten kött man äter på tallriken, att man försöker särskilja dom här sakerna från varandra för det skapar så mycket jobbiga känslor. Och om någon annan person då synliggör det här genom att bara prata om att äta veganskt, eller ah, då är det som att det kan skapa jobbiga känslor kanske.

Det Erika talar om kan vi förstå med hjälp av Carol J. Adams begrepp *the absent referent*. Den frånvarande referensen syftar till det som händer när djuret övergår från att vara ett levande djur till att bli en bit mat; det vill säga dödas och styckas. Den frånvarande referensen fyller en psykologisk funktion i att separera ”det gulliga lammet man klappar” och ”biten kött man äter på tallriken” (Adams 2010: 66). Genom att enbart närvara som *vegan*, eller äta mat som inte är uppbyggd kring djur, synliggörs problematiken i att äta djur och därför kan den frånvarande referensen sägas bli närvarande. Den hegemoniska köttnormen bryts och skuld-känslor kan uppstå. Precis som Erika antyder *vet* köttätare innerst inne att köttbiten en gång varit en del av en levande varelses kropp vilket medför åtminstone en etisk problematik. Sådär svarar Vincent på frågan varför han tror att begreppet *vegan* är så laddat:

V: Men jag tror det grundar sig i att, speciellt idag; fler och fler blir medvetna om att köttindustrin är dålig, även folk som konsumerar kött. Och då tror jag att det är deras liksom skuld, dom får skuld-känslor för att dom konsumerar, dom försöker rättfärdiga det. Dom blir defensiva. Och därför blir *veganer* så här skällsord, något

såhär... abstrakt flummigt som man bara det här är... Men jag tror det är köttätarnas skuld som jag tror är att dom blir så himla provocerade av veganer. Jag märker det.

Även Vincent belyser problemet med köttätarnas skuld. Han antyder att det idag finns mycket information om köttindustrins negativa konsekvenser som strider mot de kulturella föreställningar som råder. Genom att försöka rättfärdiga en konsumtion som inte går att rättfärdiga blir köttätarna provocerade och vegan görs till ett skällsord som en del av en normupprätthållande teknik (Gålmark 2005: 69).

#### **4.4 Genus**

På frågan om de upplevde att män eller kvinnor hade mer fördomar gentemot veganer svarade tre informanter att de upplevde att män hade mer fördomar. Den fjärde intervjupersonen uppgav att han inte märkte någon skillnad. Samtliga informanter benämner sig som feminister och ställer sig kritiska till de traditionella könsrollerna. Alla ser även köttätande som en manligt kodad praktik vilket de tycker är problematiskt på flera olika sätt.

##### **4.4.1 Den traditionella kopplingen mellan kött och maskulinitet**

Kopplingen mellan maskulinitet och kött är djupt rotad i den västerländska kulturen. I boken *Skönheter och Odjur: En feministisk kritik av djur-människa-relationen* spårar Lisa Gålmark denna koppling till Aristoteles (384-322 f.Kr.) tankar om social ordning:

Tanken bör härska över kroppen, förnuftet över känslorna. På samma sätt som människor bör styra över djur för att de senare är mer kropp än förnuft, bör mannen den förnuftige styra över kvinnor och kroppsarbetande män. Tanke och förnuft är här detsamma som man; kropp och känsla blir detsamma som kvinna och kroppsarbetande man (slav) [...] människan (som man) har högst värde och djuren (samt människor som ställs närmare djur) har mindre, litet eller inget värde alls (Gålmark 2005: 16-17).

Makt och dominans är två attribut som traditionellt sett betraktats som manliga, vilka också hänger ihop med köttätande som kan ses som den ultimata formen av dominans och maktutövning eftersom kött och köttätande oundvikligen innebär våldsam kontroll över liv och död samt djur och natur. Diana var en av informanterna som upplevde att män generellt sett uppvisade mer fördomar gentemot veganism. Vid frågan på vad hon trodde att det grundade sig i svarade Diana:

D: Jag tänker att det beror på hur man uppfostras i samhället och hur våra könsroller ser ut att, att män kopplas till kanske då våldsamhet och våld och då att det kopplas till djur. För att man äter döda djur. Och sen att det kopplas till att det ligger någon prestige i att, eller liksom att ens manlighet kanske ligger lite i att äta kött haha. Och sen kanske också att man som kvinna när man uppfostras efter våra könsroller inte är lika beredd att ta konflikter i en diskussion, att man kanske som kvinna skulle kunna vara emot veganism, men inte våga säga till

om det. Eller inte våga säga att man är emot det, i en diskussion...kanske lite också. Men främst det här med att manligheten kopplas till mycket våld.

I citatet ovan lyfter Diana upp två aspekter. Dels den traditionella kopplingen mellan manlighet, våld och kött, men också faktorn att den kvinnliga könsrollen inte uppmuntrar till kritik och konflikter på samma sätt som den manliga könsrollen utan istället förordar att en ska vara inkännande och lyhörd. Att vara emotionell, omvårdande och känna sympati för andra är kvinnligt kodade attribut. Sett till detta blir det förståeligt kvinnor tycks vara mer accepterande och mottagliga för veganism men också att förgrundsgestalter inom djurrättsrörelsen historiskt sett även engagerat sig i andra sociala frågor som exempelvis kamperna mot rasförtryck och könsförtryck (Singer 1990: 241). I följande citat visas det hur den traditionella kopplingen mellan maskulinitet och köttätande tar sig uttryck i praktiken. Johan berättar om föreställningen att kött skulle vara *riktig* mat för *riktiga* män:

J: Att äta kött, väldigt manligt. Att äta kött, en riktig burgare, en riktig stek, en *riktig* liksom. Ah, fyfan. Det är förknippat också med det manliga kroppsidealet att bygga muskler - att då äta muskler, sån här kortsiktig bara...[\*knäpper med fingrarna och himlar med ögonen\*]... ahh, det måste vara bra.

Johans betoning av ordet *riktig* är intressant. Idén om kött som riktig mat för riktiga män grundar sig på föreställningen om mannen som den fullkomliga varelsen. Aristoteles ovan nämnda syn på social ordning från antiken blev sedermera institutionaliserad och normaliserad med hjälp av kristendomens inflytande. På 1200-talet skrev Thomas av Aquino: ”Det finns inget syndfullt i att bruka något för dess ändamål. Tingens ordning är sådan att de ofullkomliga är till för de fullkomliga [...] sålunda är alla djur till för människan.” (Gålmark 2005: 18). Johans användning av ordet riktig kan här tolkas synonymt med fullkomlig. Att vara fullkomlig innebär att tillhöra det manliga könet samt att äta ofullkomliga varelser, det vill säga icke-mänskliga djur. Djur i levande form ses som ofullkomliga subjektlösa varelser. När dem slaktats, styckats och omvandlats till mat fyller dem dock en funktion i att vara en fullkomlig matprodukt. Deras kroppar blir en produkt tillägnad fullkomliga män(niskor) att konsumera (ibid. s. 56). Under rådande köttnorm ses vegetarisk mat som ofullkomlig. Detta innebär ”att på samma sätt som kvinnor inte anses klara sig på egen hand, utgör inte enbart grönsaker en hel måltid” (ibid. s. 94).

#### 4.4.2 Kroppsideal

Johan tar även upp det manliga kroppsidealet som handlar om att bygga muskler, en praktik som är intimt förknippad med näringsämnet protein. Att protein är viktigt för att bygga

muskler och att kött innehåller mycket protein är sant. Detta innebär dock inte på något sätt att det är nödvändigt med kött i kosten för att få i sig tillräckligt med protein eftersom det finns massvis av proteinrika livsmedel från växtriket. Redan år 1950 konstaterade brittiska läkarförbundets näringskommitté att ”det är likgiltigt om de väsentliga proteinerna kommer från växter eller djur...” (Singer 1990: 203). Johan berättar hur han ser på föreställningen att man måste äta djur för att få i sig protein och kunna bygga muskler:

J: Ja alltså jag har haft perioder av träning. Jag har tränat som besatt i vissa perioder, och nu så gör jag inte det. Jag klättrar mycket, paddlar mycket kajak, klättrar lite på berg och åker skidor. Gör alla såna utomhusaktiviteter, tycker jag är otroligt kul. Och då är det klart, jag har tänkt såhär; åh nej hur ska jag få i mig protein när jag inte äter kött liksom, men det är ju bara att titta på studier kring det. Och sen också när jag har testat att bara inte äta djur, det funkade hur bra som helst. Jag känner mig absolut inte svagare på något sätt. Och, nä, det är så jävla hets med protein, att man måste ha protein för att bygga muskler liksom. Jag menar, framför allt behöver du ha en allsidig kost med vitaminer och mineraler liksom, och där har du alla grönsakerna.

Det kvinnliga kroppsidealet har snarare riktat fokus mot att vara smal och hälsosam (vilka är två begrepp som inte behöver samspela). Flera feministiska teoretiker, däribland Carol J. Adams menar att kvinnokroppen i mycket högre utsträckning utsätts för objektifiering. Utifrån Aristoteles idé om mannen som det högsta tänkande subjektet blir detta en logisk konsekvens då kvinnan blir anti-tes till mannen och värderas inte efter förnuft utan efter kropp. På så sätt kan vi förstå att kvinnors kroppar är mer utsatta för skönhetsideal och normer. Adams menar att förtrycket av kvinnor och förtrycket av djur är intimt förknippade. Rubriken till det andra kapitlet i *The Sexual Politics of Meat* lyder: ”The Rape of Animals, the Butchering of Women” och precis som rubriken avslöjar menar Adams att dessa två förtryck överlappar varandra på ett kulturellt plan som till stor del bygger på objektifiering (Adams 2010: 66). Nedan följer ett utdrag ur Erikas förklaring till varför kvinnor generellt sett tycks ha en mer positiv inställning till veganism:

E: Och också säkert tror jag, anledningen till varför många kvinnor har en mer positiv inställning, just för det här, alltså med såhär vikt-hets och sånt. Det är ju så att man måste äta mer, ofta måste man äta mer, större mängder mat, för att få i sig lika mycket kalorier när man äter veganskt, i förhållande till om du äter kött. Det vet ju du säkert också. Och ofta är ju liksom, det är ju kalorifattigare liksom livsmedel, ofta. Veganska livsmedel är det. Och jag tänker att om du, nu tänker jag typ bara på min mormor och hennes väninnor men alltså såhär klassiska bantnings- liksom, att man ska dra ner på kalorier och äta mindre och sådär. Då är ju veganska livsmedel ofta väldigt bra för det liksom. Och därför så kan man ju ha en mer positiv inställning till det, om man är intresserad av det, för man har blivit inlärd att man ska vara liten och smal.

Det blir tydligt att det kvinnliga kroppsidealet kretsar mycket kring vikt och att ”man ska vara liten och smal”, vilket skulle kunna vara en av anledningarna till att kvinnor tycks vara mer öppna för veganism.

#### 4.4.3 Könade förväntningar och motstånd

Eftersom köttätande är en manligt kodad praktik som män förväntas göra uppstår en annorlunda social dynamik män praktiserar veganism till skillnad från kvinnor som passar bättre in i bilden som veganer (Boström & Klintman 2009: 4). Johan tillfrågades huruvida han trodde att det var lättare för kvinnor eller män att bli veganer utifrån de olika sociala förutsättningarna:

J: Hmm, mja. Alltså jag vet inte vad som skulle vara lättast eller svårast, men jag tänker att det finns olika problem eller olika svårigheter. För att jag kan uppleva att som man och äta veganskt så kan jag få lite oförtjänt mycket cred ibland liksom; ”åh vad bra att du tänker såå” liksom. Medan en kvinna kanske inte fått samma cred för det liksom. Och det gör det ju lättare för mig i vissa sammanhang, samtidigt som att det finns många maskulinitetsideal som går emot att tänka på andra vilket gör att det kan vara svårare att göra det. Så både och, att du som man kan jag tänka få mer cred i vissa kretsar men mötas av väldigt hårt motstånd i vissa kretsar liksom. Och sen vad som är svårast eller inte är jättesvårt och svara på. Och, hur kvinnor upplever veganism... jag vet faktiskt inte hur det skulle skilja sig. Inget jag kan säga. Men alltså, jag tror inte att det är särskilt mycket svårare för det ena eller det andra, utan det är ganska liknande problem ändå. Eller motstånd.

I citatet lyfts några intressanta aspekter fram. Johan menar att den manlige veganen strider emot många maskulinitetsideal och riskerar att mötas av väldigt hårt motstånd i vissa kretsar. Carol J. Adams menar att män genom att avstå kött avsäger sig maskulinitetspoäng och därför utmanar en väsentlig del av den manliga könsrollen genom att äta ”kvinnomat”. När kött plockas bort från tallriken hotas en större patriarkal kultur (Adams 2010: 62). Den andra aspekten Johan lyfter fram handlar om att få oförtjänt mycket ”cred” i vissa kretsar. Johan syftar här på de kretsar som är positiva till veganism (inte nödvändigtvis vegankretsar). De två faktumen att veganism ses som någonting positivt samt att det finns en stereotyp föreställning om att det är kvinnor som blir veganer leder till att manliga veganer kan berömmas extra mycket just på grund av deras kön. En jämförelse kan göras med andra kvinnligt betraktade områden; exempelvis pappor som passar sina barn, tar hand om hemmet eller sköter andra reproduktiva sysslor. På grund av könsstereotypa föreställningar i samhället om vem som förväntas göra vad, blir detta sysslor som ”en kvinna kanske inte fått samma cred för”. Medan manliga veganer stöter på motstånd kopplat till maskulinitetsideal är det motstånd kvinnliga veganer stöter på snarare kopplat till skönhetsideal. Erika berättar:

E: Min mormor har väldigt svårt, för hon tror att det här handlar om någon slags diet, och gör nog fortfarande. Det spelar ingen roll hur många gånger jag visar att; amen man kan baka dom här grejerna, man kan göra dom här roliga grejerna! ”Erika äter bara... sallad typ”. Och så spelar det ingen roll. ”Nä men hon äter ingenting hon äter bara sallad”. Och jag vet ibland och att hon kan såhär ja men om man kanske äter frukost eller någonting sådär, kan hon såhär skjuta fram osten lite; ”men ta lite ost!” lite sådär haha! Men jag vill inte ha liksom. ”Men men du får liksom!”. Jag tror att i hennes värld handlar det mycket om att man skulle välja... och det är väl också en grej, hon har ju överlevt, eller levt under andra världskriget och det är också är en annan syn på det. Men i hennes värld är nog den enda logiska anledningen liksom till varför man skulle välja bort vissa livsmedel, är nog på grund av vikt liksom, för hon är kvar i någon sån här slags 50-tals kvinnoideal att man ska banta och grejer.

Som Johan nämnde är det olika sorters problem som manliga respektive kvinnliga veganer stöter på. I det senare fallet tycks orosmoment kring ätstörningar förekomma oftare vilket Erikas mormor här exemplifierar.

#### **4.5 Motiv för veganism**

På grund av rådande köttnorm är det sällan köttätare tvingas besvara frågan: ”Hur kom det sig att du började äta kött?”. Istället är det vanligare att den som avstår djurprodukter i kosten tvingas motivera sin livsstil och sina matvanor (Gålmark 2005: 76). Det finns flera goda skäl till att bli vegan men uppsatsens huvudsakliga syfte är inte att redogöra för dessa. Syftet är snarare att undersöka den sociala dynamik som uppstår kring veganer och studera hur den upplevs. Trots att listan över motiv för veganism kan göras lång finns det tre övergripande kategorier som samtliga informanter kände igen och bekräftade: det etiska, det miljöpolitiska och det hälsorelaterade.

##### **4.5.1 Politiskt motstånd eller personlig tillfredsställelse**

Hos de fyra informanterna dominerade de djuretiska och miljöpolitiska skälen medan hälsöfördelarna sågs som en bonus. Enligt Michele Micheletti och Dietlind Stolle tenderar veganer jämfört med (lakto-ovo) vegetarianer att vara mer motiverade av etiska och moraliska motiv snarare än det personliga hälsoskålet (Micheletti & Stolle 2010: 143). Erika tillfrågades hur hon resonerade kring de olika motiven för sin veganism:

E: Nej det är väldigt mycket tror jag alltså miljöpolitiskt men du vet det är alltid lite sådär när man börjar prata om, det känns som att man sätter sig på en himla hög häst när man säger såhär; aah...! Eller att jag kan känna det ibland att man säger så; ”ah men jag gör det av djuretiska skäl eller för miljön” eller sådär...och så gör jag ju massa andra saker som kanske inte är så väl avvägda på det sättet. Så det är väl en blandning av allt. Jag tror en stor anledning till varför jag fortsatt äta, om jag ska vara helt ärlig, är nog för att det är en vanesak liksom, och att det känns så pass bra. Det är inte såhär, om jag hade saknat liksom vissa grejer jättemycket, så är jag inte säker på om jag hade pallat fortsätta äta veganskt hela tiden liksom. Om jag ska vara sådär krass.

Det är tydligt att Erika är självreflekterande och ambivalent som konsument precis som Magnus Boström och Mikael Klintman menar att den stereotypiskt miljöpolitiska konsumenten är (Boström & Klintman 2009: 7). Hon vill inte sätta sig på en ”hög häst” och är medveten om att hon gör andra saker som kan ha negativ inverkan på djur och natur. I citatet är det dock intressant att Erika först nämner det miljöpolitiska skålet. De senaste decennierna har flera teoretiker visat att det privata livet kan ha politisk mening – i detta fall kan Erikas matvanor ses som en form av subpolitik (Micheletti & Stolle 2010: 126). Erika antyder att

hon inte vill utge sig för att vara bättre än någon annan och nämner därefter att ”det är väl en blandning av allt” vilket syftar på en blandning av de tre övergripande kategorierna (etik, miljö, hälsa). Till syvende och sist nämner hon att det är en vanesak som känns bra för henne vilket anspelar på ett mer personligt skäl, snarare än ett politiskt. Utifrån Erikas sätt att tala antyds också att de miljöpolitiska och etiska skälen är mer kontroversiella medan hälsoskälet är mer socialt accepterat. Detta lyfte även Vincent fram:

V: Men alltså någonting jag ser väldigt tydligt med media när man diskuterar veganism så diskuterar man hälsoveganer. Alltså det är mycket såhär avokado och såna saker liksom, det är inte mycket etiska aspekter som det talas om. Utan det är en hälsotrend mer än annat, när man pratar om det.

C: Vad tror du det beror på? Att man bara ser till hälsan.

V: Det grundar sig väl i kapitalismen. Att det är en stor pengaindusti, det finns mycket pengar och hämta liksom. Det har med kroppsideal och allting att göra liksom. Jag tror inte det handlar om att folk faktiskt ska må bättre, utan det är som allt, inom industrin liksom. Man profiterar på folks osäkerhet och att dom skulle kunna spendera pengar på att må bättre med sig själva och sin kropp. Ja, jättetråkigt.

Enligt Vincent verkar hälsan vara det mest socialt accepterade skälet som även ges mest utrymme i media. Orsaken till detta kopplar Vincent till kapitalismen och kroppsidealen som han menar möjliggör profit till skillnad från det djuretiska skälet som snarare tillåter vinst i mjuka värden som ett fredligare samhälle med mindre onödigt våld och lidande. Vincent som benämner sig som etisk vegan, fick frågan om han ser sin veganism som ett politiskt motstånd:

V: Ehm...ne! Det gör jag faktiskt inte. Det är mycket jag ser som ett motstånd mot systemet, men veganismen är mer... Alltså jag gör det för att kunna leva med mig själv. Jag hade inte kunnat se mig i spegeln om jag inte var vegan tror jag.

C: Ah okej...så det är gott samvete [som det handlar om]?

V: Exakt, det är ju också därför... Jag gör det ju för att själv må bra så det är kanske inte så himla altruistiskt liksom, men... det är ingenting jag gör för att såhär symbolisera något, mot något större entitet.

Enligt Vincent är det etiska skälet för honom personligt snarare än politiskt. Det etiska skälet har traditionellt sett tolkats som ett altruistiskt skäl. Etisk veganism är någonting man gör för de andra djurens skull, inte för sig själv. Eftersom Vincents etiska veganism kretsar mycket kring hans personliga samvete blir det dock tydligt att verkligheten är mer komplex än så och att de övergripande skälen (etik, miljö, hälsa) inte oproblematiskt kan klassificeras som antingen politiska eller personliga. Detta blir än mer tydligt när Johan reflekterar kring de olika skälen:



J: Hmm, jag ser det som att det finns tre anledningar: hälsa, etik och miljö. Och jag tror ändå att det är fler som är det av miljöskäl idag, jag tror att de flesta är det. Jag tror att det är ganska likt. Och sen finns det den etiska falangen också. Det känns som att old school-veganer var det verkligen bara av etiska skäl. Och idag är det mer båda kombinerat. Ofta kommer dom hand i hand liksom. Och hälsan, det är väl ingen som tycker det är dåligt att det finns många hälsofördelar med att äta veganskt. Och det finns ju knappt folk som, eller jag antar det finns folk som tycker det är väldigt viktigt; åh hälsosamt liksom! Men då blir det så mycket annan problematik liksom, för det är inte så att bara för du äter veganskt måste det vara hälsosamt. Om du bara äter kakor...alltså. Så det...ah. Samtidigt ur ett folkhälsoperspektiv finns det stora vinster, just om man tittar på studier, vad världen skulle spara i sjukvårdskostnader om folk åt växtbaserat. Så det, aah. Men för mig går det iså fall mer in i en etik, inte min personliga hälsa. Utan att...resurseffektivitet, eller såhär, att inte då slösa med hälsa heller. Så att säga.

Precis som att etik och miljö brukar klassas som politiska eller ideologiska skäl brukar hälsoskälet främst ses som en personlig fördel, med Johans perspektiv i beaktning blir dock även hälsomotivet svårt att klassificera eftersom kroppen och hälsan är politisk.

Läkemedelsindustrin och djurindustrin är sammanknutna på ett ekonomiskt plan. De allra lönsammaste läkemedelspreparaten är de som måste konsumeras livet ut: ”till exempel läkemedel mot högt blodtryck, högt kolesterol och magsår – samtliga åkommor som är kopplade till högt intag av produkter från köttindustrierna, det vill säga kött, mjölk, ägg, smör.” (Gålmark 2005: 106). Läkemedelsindustrins vinster är alltså en direkt följd av att människor blir sjuka av produkter från djurindustrin. Genom att vara vegan bojkottar man inte bara djurindustrin utan det kan också ses som en indirekt form av bojkott av läkemedelsindustrin. Den som blir vegan med hälsan som det främsta skälet behöver alltså nödvändigtvis inte vara komplett egoistisk utan skulle kunna betrakta sin veganism som en form av politiskt motstånd i strävan efter en ny hälsopolitisk diskurs. Det Beck skriver; nämligen att politik kan ta sig uttryck på flera olika sätt och på olika nivåer blir veganism ett tydligt exempel på (Beck 1997: 52). Sett till Erikas, Vincents och Johans utsagor blir det även tydligt att motiven för veganism är komplexa och svåra att kategorisera som antingen personliga eller politiska utan istället ofta är en kombination som står i relation till kontexten och perspektivet (Micheletti & Stolle 2010: 144).

#### **4.6 Kulturell och individuell gränsdragning**

Hur gränserna dras för vad som accepteras var ett ämne som kom på tal under intervjuerna. Samtliga informanter åt kött större delen av sina liv före de blev veganer. Således har deras gränsdragning för vad de kan tänka sig att äta förflyttats. Eftersom informanternas gränsdragningar numera skiljer sig från den allmänt accepterade gränsdragningen undersöktes det hur detta påverkat deras förhållande till kött i praktiken. Erika berättar hur hon ser på att äta måltider tillsammans med sina köttätande vänner:

E: Att det är helt okej att göra det, men dock känns det som en ganska onödig grej typ. Att om man ska laga mat tillsammans, jag vet inte, det är ju inte svårt att äta liksom... jag kan tycka att det kan vara lite löjligt ibland kanske, när man såhär; ”Jag måste ha min kyckling” eller något, haha.

C: Men det är ingen sån här aptit-dödare liksom?

E: Alltså ibland när man tittar väldigt, det är det, alltså hahah, innan jag började äta vegetariskt veganskt så kunde jag irritera mig skitmycket på vegetarianer som var såhär: ”äh jag kan inte röra den där kycklingen” typ. Eller jag vet det var någon i skolan som åt, det var fläskpannkaka någon dag, så hade jag en kompis som var vegetarian, så hade hon råkat ta av den som hade fläsk i sig och inser det här när hon tuggar och får typ panik och springer till toaletten och spy och gråter liksom, tycker liksom att det var en jobbig traumatisk händelse. Jag sa typ ”Gud, ta det lugnt liksom, det är bara lite... du dör ju inte av det”. Men att ju längre jag har liksom inte ätit, det tror jag säkert är en vanegrej liksom, så tycker jag att det är mer och mer äckligt. Alltså jag vill inte tillaga saker som har med det, och alltså lukten av typ ägg tycker jag kan vara ganska äckligt liksom, så att ju mer, nä då vill jag gärna inte tänka så mycket på att det är kött dom äter, för att det är en ganska äcklig...ah.

Av Erikas utsaga framgår det tydligt att hennes attityd till kött förändrats radikalt sedan hon vant sig vid vegansk mat. Från att tidigare ha irriterat sig på vegetarianer som var äcklade av kött medger Erika nu att hon själv kan bli äcklad av kött. Melanie Joy menar att ”Det är inte bara så att våra övertygelser får oss att handla på ett visst sätt, utan vårt handlande förstärker också våra övertygelser” (Joy 2014: 19). Denna tes stärks av Erikas uttalande. Det blir förståeligt att Erikas övertygelse om kött som äckligt har förstärkts under hennes år som vegan.

Frågan om vilka djur som betraktas som ätbara eller inte har behandlats i flera årtusenden. Inom de abrahamitiska religionernas skrifter förekommer regler för vilka djur som betraktas som rena respektive smutsiga att äta (Douglas 1967: 47). Melanie Joy menar att uppdelningen av ätbara respektive inte ätbara djur leder till en dualistisk dikotomisering som är oriktig. Syftet är inte att särskilja djur som de facto *går* att äta från de som *inte skulle gå* att äta utan funktionen av denna uppdelning är istället psykologisk och syftar till att tränga undan det obehagliga i att äta kött. Det är denna uppdelning som gör att många människor utan problem kan klappa sin hund samtidigt som de äter en stek (Joy 2014: 140). Nedan följer några reflektioner från Vincent kring frågan om uppdelning av djur:

V: Sen är det också så konstigt att folk skiljer på djur och djur. Nämen att det här djuret äter jag och det här djuret skulle jag aldrig äta. Vad det grundar sig i. Att det finns ingen sån här, näringssubstans bakom det, eller liksom, smak... dom har ingenting sånt utan det är bara att det är så himla betingat sedan barnsben vilka djur man ska äta och vilka djur man inte ska äta. Det är bara någonting man har lärt sig liksom, och det finns ingen grund i det egentligen.

V: det var någon video för några år sen när dom sköt en noshörning, med syfte att äta den liksom, och hur dom skiljer det från alla andra djur dom äter. Dom tyckte det var jättehemskt och det var helt plötsligt någon smårasist aspekt på det att såhär: ”amen vilka primala människor kan göra det här?” För att dom är i någon annan kontinent liksom. Så sitter dom här människorna själva och bara; ”amen jag äter ko och jag äter allt annat liksom.”

I linje med Melanie Joy menar Vincent att uppdelningen av djur som ätliga eller oätliga är en uppdelning som saknar logisk grund. Av tiotusentals djurarter finns det endast ett fåtal arter som regelbundet görs till mat. Genom att tuga om och inte kritisera denna uppdelning utan istället ta den för givet tillåts den verka och leva vidare. Kulturen bygger systematiskt upp en acceptans för somliga djur som mat medan den samtidigt bygger upp en avsmak för andra djur som mat (Joy 2014: 21). I det andra citatet adderar Vincent ytterligare en aspekt; nämligen den om kulturobjektivism och rasism.

Feministisk vegetarianism bygger till stor del på idén om att alla förtryck hänger ihop och hjälper till att upprätthålla varandra. Aristoteles idé om det ofullkomliga som till för det fullkomliga innebär inte bara att människor ska härska över djur. Den innebär också att män ska härska över kvinnor och att vita ska härska över främlingar (Gålmark 2005: 19). Således kan rasistiska strukturer upprätthållas med hjälp av köttnormen. Eftersom systemet som accepterar endast somliga djur som mat är så djupt rotad i den västerländska kulturen kan avvikelser från detta system enkelt förkastas. De som avviker från den dominerande uppdelningen och väljer att exempelvis äta noshörning kan enkelt stigmatiseras med hjälp av strukturell rasism. De som inte tillämpar samma uppdelning av djur tillskrivs djuriska värden och betraktas som ociviliserade, bestialiska och primala människor. Adams menar dessutom att köttnormen och hävdandet av kött som det överlägsna proteinet är rasistiskt i sig eftersom man då bortser från och undervärderar icke-västerländska kulturer som haft grönsaker och spannmål som primär proteinkälla (Adams 2010: 55)

Genom världshistorien har djurslaveriet fyllt en funktion i att vara förebild åt andra former av slaveri. Teknikerna som använts för att bortse från och rättfärdiga djurslaveriet har även används för att rättfärdiga andra former av slaveri (Gålmark 2005: 113). Vegetarianen och medborgarrättskämpen Dick Gregory jämför slakteriet med ghyttot: "If you can justify killing to eat meat, you can justify the conditions of the ghetto. I cannot justify either one." (Adams: 2010: 71). Poängen är alltså inte att värdera och jämföra ondskan i de olika förtrycken, utan att istället se till dess tekniska likheter för upprätthållande och rättfärdigande. Flera menar att talet om djur i samband med nazisternas brott på 1940-talet kränker minnet av de människor som dog av dessa. Gålmark menar att detta perspektiv är en förståelig reaktion, ändock ett misstag. Genom att judar fräntogs sitt mänskliga värde och liknades vid djur blev Förintelsen möjlig (Gålmark 2005: 111).

Bortseendet från djuren i fabrikena och laboratorierna är inte detsamma som och måste inte på något sätt jämföras med bortseendet från förtryck av människor. Men det kan ändå sägas påminna om det vardagliga bortseendet som odlades i de normala villorna (...) några hundra meter bort från det mänskliga helvete på jorden som samtidigt utspelade sig bakom stängslen, i till exempel koncentrationslägret i Dachau. (ibid. ss. 113-114)

## 5. Sammanfattning, diskussion och reflektion över resultat

Uppsatsens huvudsakliga syfte har varit att få en djupare och bredare förståelse för veganism och den sociala dynamik som frodas kring veganer. Målsättningen har inte varit att komma fram till några absoluta sanningar om veganer och veganism utan målsättningen har istället kretsat kring begreppet *förståelse*. Uppsatsen har visat att vegansk mat innebär mycket mer än bara ett kostval eftersom mat i allmänhet har ett stort symboliskt värde. Beroende på vilket perspektiv en intar kan veganism ses som ett motstånd; inte bara mot djurindustrin och köttnormen men även läkemedelsindustrin, patriarkala strukturer, strukturell rasism och västerländsk kultur i allmänhet. Likväl som veganism ur ett makroperspektiv kan tolkas som ett politiskt och ideologiskt motstånd kan veganism i ett mikroperspektiv även ge mening åt individens tillvaro genom att denne tillåts leva i enlighet med sina värderingar och ideal. Oavsett vilket motiv en person har för sin veganism måste hen alltid på något sätt förhålla sig till samhällets normer och de flertalet fördomar och föreställningar som finns kring veganer vilket blir intressant utifrån ett sociologiskt perspektiv. Utifrån empiriska utdrag ur intervjuerna i kombination med teorier och tidigare forskning har uppsatsen visat på att veganism är en mångfacetterad praktik som kan verka på flera olika nivåer. Detta trots att uppsatsen avgränsat sig till de delar av veganism som främst berör mat och medvetet bortsett från alla andra aspekter som en vegansk livsstil innefattar.

För framtida forskning kring ämnet hade kvantitativa metoder varit användbara. Veganism är en rörelse som expanderat de senaste åren varpå gammal statistik över veganer är i behov av uppdatering. I synnerhet vore det intressant att få kvantitativ data över motiv för vegansk kosthållning, i vilken utsträckning de respektive motiven förekommer och hur fördelningen ser ut mellan kvinnor och män. Exempelvis vore det inte otänkbart att kvinnor på grund av traditionella könsroller skulle vara mer benägna att äta veganskt utifrån etiska skäl, medan män skulle vara mer benägna att äta veganskt utifrån hälsoskäl då attribut som omhändertagande och omvårdande historiskt sett betraktats som kvinnliga. Å andra sidan är kvinnokroppen mer utsatt för objektifiering och skönhetsideal, varför kvinnor också skulle

kunna vara mer benägna att äta veganskt utifrån hälsoskäl. Denna kvalitativa uppsats har på ett mer djupgående sätt studerat fyra individers uppfattningar, åsikter och erfarenheter kring veganism. I de nämnda förslagen till framtida forskning har denna uppsats enbart framkallat spekulationer som inte kan bringa klarhet i den sortens frågeställningar vilka istället skulle behöva kompletteras med hjälp av kvantitativ data.

# Referenslista

## Böcker och artiklar

Adams, Carol J. (2010) *The Sexual Politics of Meat. A Feminist-Vegeterian Critical Theory*. The Continuum International Publishing Group Inc: New York

Ulrich Beck (1997). Subpolitics – Ecology and the Disintegration of Institutional Power. *Organization & Environment*, Vol. 10 No 1, March 1997 52-65

Magnus Boström & Mikael Klintman (2009). The green political food consumer – a critical analysis of the research and policies. *Anthropology of food* (S5, September: Can consumers save the world?) <http://aof.revues.org/6394>

Bryman, Alan (2008) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber AB: Stockholm

Linn Eriksson (2009). *Manliga veganer. En narrativanalys om manliga veganer och maskulinitet*. Kandidatuppsats, Centrum för genusvetenskap. Uppsala: Uppsala universitet. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:486308/FULLTEXT01.pdf>

Fangen, Katrine & Sellerberg-Persson, Ann-Mari (2011) *Många möjliga metoder*. Studentlitteratur: Lund

Giddens, Anthony & Sutton, Philip W. (2017) *Sociology*. Polity Press: Cambridge

Gålmark, Lisa (2005) *Skönheter och odjur. En feministisk kritik av djur-människa-relationen*. Makadam förlag: Göteborg & Stockholm

Sarah Mansouri (2013). *Köttnorm(än). Om köttätande som norm, knutet till kön*. Kandidatuppsats, Centrum för Genusvetenskap. Lund: Lunds universitet <http://lup.lub.lu.se/student-papers/record/3405875>

Joy, Melanie (2014) *Varför vi älskar hundar, äter grisar och klär oss i kor*. Karneval förlag: Stockholm

Micheletti, Michele & McFarland, Andrew S. (2010) *Creative Participation. Responsibility-Taking in the Political World*. Paradigm Publishers: Boulder, Colorado

Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2015) *Från stoff till studie*. Studentlitteratur: Lund

Ryen, Anne (2004) *Kvalitativ intervju – från vetenskapsteori till fältstudier*. Liber AB: Malmö

Singer, Peter (1999) *Djurens frigörelse*. Nya Doxa AB: Nora

Anna Stubbendorff & Ulrika Thell (2002). *Från båt till folkrörelse – En studie av Dagens Nyheters skildring av veganer*. Kandidatuppsats, Avdelningen för Medie- och kommunikationsvetenskap. Lund: Lunds universitet <http://lup.lub.lu.se/student-papers/record/1357643>

### **Internetkällor**

Djurens Rätt *Vego – 2016* (2017) <https://www.djurensratt.se/opinionsundersokningar>  
[Hämtad 2017-05-15]

Veganföreningen i Sverige *Veganism – varför vegan?*(2015) <http://vegan.se/> [Hämtad 2017-05-15]

Vetenskapsrådet (2011). *God forskningssed* (Rapport november 2011). Stockholm: Vetenskapsrådet <https://publikationer.vr.se/produkt/god-forskningssed/> [Hämtad 2017-05-18]