

Lunds universitet
Sociologiska institutionen

ETT TRÄNINGENS FÄLT PÅ INSTAGRAM?

En kvalitativ studie om hur delningen av träningsrelaterade inlägg kan förstås

Författare: Carl Wyckman
Kandidatuppsats: SOCK05, 15 hp
Internet
Vårterminen 2020
Handledare: Birgitta Ericson

ABSTRACT

Författare: Carl Wyckman

Titel: Ett tränings fält på Instagram? En kvalitativ studie om hur delningen av träningsrelaterade inlägg kan förstås.

Kandidatuppsats: SOCK05, 15 hp

Internet

Handledare: Birgitta Ericson

Sociologiska institutionen, vårterminen 2020

Problem/Bakgrund

Uppsatsens författare har iakttagit ett beteende där vissa användare av den sociala plattformen Instagram frekvent delar med sig av träningsrelaterade inlägg vilka rent av hos vissa utgör en dominerande del av alla deras inlägg. Är det enbart ett genuint intresse av träning som motiverar beteendet eller finns det andra medvetna eller undermedvetna skäl till att detta görs som med hjälp av sociologiska teorier kan förstås?

Syfte

Syftet med uppsatsen är att försöka skapa en förståelse för vad det är som gör att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram, vilka drivkrafter som ligger bakom och på vilket sätt kan man förstå beteendet i relation till begrepp såsom habitus, kapital och fält.

Uppsatsens utgångspunkter och undersökningens uppläggning

Utgångspunkter har tagits framförallt i Bourdieus sociologiska teorier om habitus, kapital och fält. Som komplement till Bourdieus teorier har också stöd hämtats från Engdahls socialpsykologiska perspektiv. I studien har åtta stycken kvalitativa intervjuer genomförts med vuxna personer som är aktiva på Instagram och till stor del publicerar träningsrelaterade inlägg. Intervjuerna har sedan jämförts med varandra och analyserats vidare med de teoretiska utgångspunkter som presenterats.

Slutsatser/Resultat

Flera skäl till att dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram har framkommit såsom *önskan om att få bekräftelse; att inspirera andra; sociala utbyten, att hålla kontakten med bekanta eller stifta nya bekantskaper; samt att man delar med sig av den man är där träningen är en mycket central del.* Dessa olika skäl har tillsammans med Bourdieus begrepp habitus, kapital och fält kunnat förstås ur en sociologisk synvinkel. Med hjälp av Bourdieus begrepp ser jag att vi har att göra med ett tränings fält på Instagram med konkurrerande positioner som bestäms utifrån habitus och de olika kapitalformerna. Engdahls socialpsykologiska perspektiv har kompletterat Bourdieus teorier och på så vis givit en bredare förståelse för beteendet.

Nyckelord

Sociala medier, Instagram, träning, kapital, fält

Innehåll

Inledning.....	1
Problemformulering.....	1
Syfte.....	1
Frågeställning	1
Bakgrund	2
Sociala medier	2
Tidigare forskning	2
Statusproduktion på fält online.....	2
Identitetsskapande och självrepresentation på sociala medier.....	3
Teori	4
Habitus.....	4
Kapital	5
Fält	6
Identitet och roller	6
Att ropa och få svar	7
Teoridiskussion.....	7
Metod	8
Urval	9
Tillvägagångssätt	10
Analysmetod.....	12
Validitet och reliabilitet	13
Etiska överväganden.....	14
Redovisning av empiriskt material och analys.....	15
Ett tränings fält på Instagram?	15
Att vara socialt responsiv	19
Rollen som träningsperson	21
Slutsatser.....	23
Reflektioner.....	24
Framtida forskning på området.....	25
Litteraturlista	26
Bilaga 1 – Missivbrev	28
Bilaga 2 – Intervjuguide	30

Inledning

Problemformulering

Sociala medier är ett tämligen nytt fenomen som har givit oss helt nya möjligheter att vara sociala på distans så länge som vi har tillgång till internetuppkoppling. På Instagram, som står i centrum för den här uppsatsen, delas inlägg i form av bilder eller korta videoklipp ofta med en tillhörande text. Jag är själv användare av Instagram och ett av mina främsta fritidsintressen är träning vilket omgående upptäcks om man tittar in på min profil då nära på 80% av inläggen har med träning att göra. Likaså följer jag många likasinnade på Instagram där en mycket stor andel av inläggen är träningsrelaterade. Vad jag har gemensamt med de här personerna är bl.a. ett gediget intresse för träning, men vi är på samma gång glada amatörer utan pågående elitsatsningar inom en idrott eller affärsmässiga intressen som att exempelvis marknadsföra ett sportvarumärke. Detta har fått mig att fundera över hur just träning i detta fall kan komma att bli så dominant i ens Instagramflöde. Hur kan beteendet förstås eller tolkas? Är det bara så enkelt att det är vad man själv tycker är intressant som styr eller finns andra parametrar, medvetna eller undermedvetna, som påverkar? Jag kommer bl.a. använda mig av Bourdieus begrepp habitus, kapital och fält samt titta på hur detta kan förstås med hjälp av Engdahls diskussioner kring bl.a. roller och identitet.

Syfte

Syftet med uppsatsen är att försöka skapa en förståelse för vad det är som gör att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram, vilka drivkrafter som ligger bakom och på vilket sätt kan man förstå beteendet i relation till begrepp såsom habitus, kapital och fält.

Frågeställning

- *Vilka skäl finns till att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram?*
- *Hur kan beteendet förstås med hjälp av begreppen habitus, kapital och fält?*

Bakgrund

Sociala medier

Sociala medier är ett relativt nytt fenomen och plattformen Instagram som är i fokus för denna studie lanserades 2010 (Instagram, 2020). Facebook som är en annan social plattform startades 2004 (Facebook, 2020). Vi har alltså att göra med ett område som inte kunnat beforskas under särskilt lång tid om man jämför med en del andra områden inom sociologin. Enligt Internetstiftelsen, *Svenskarna och internet* (2019, 106-107) använder 83% av internetanvändarna sociala medier, 65% är dagliga användare av sociala medier. När man bryter ned siffrorna och tittar specifikt på olika plattformar är det 61% av internetanvändarna som använder Instagram samt 41% som använder Instagram dagligen och är med detta den näst mest använda sociala plattformen, endast Facebook är större enligt denna undersökning (ibid, 109).

Tidigare forskning

I mitt arbete med att söka efter tidigare forskning på området har jag använt mig av Lunds universitets söktjänst LUBsearch. Jag använde mig av bl.a. följande sökord i olika kombinationer: social media; Instagram; identity; Bourdieu; symbolic capital; field; self-representation; self-identity; self-realisation; Facebook. Artiklarna jag har använt mig av nedan är Peer Reviewed.

Statusproduktion på fält online

Levina och Arriaga (2014, 468-470) undersökte webbplatser med s.k. *user generated content* (eller med andra ord där användarna producerar innehållet t.ex. genom att publicera texter, bilder eller videos) och hur social status uppnås online. Man har tagit hjälp av Bourdieus teorier kring *fält* och *kapital* för att förstå hur agenter uppnår detta syfte. Med dessa teorier har man funnit att individer och organisationer konkurrerar om uppmärksamhet och inflytande på fältet *online* (ibid, 484-485). Jag ser detta som högst intressant relaterat till min problemformulering då detta rör sig om sammanhang där användaren själv är delaktig i produktionen av innehåll vilket också är fallet på Instagram. Dessutom ser jag resultatet som

intressant att man identifierat ett fält online med hjälp av Bourdieus sociologiska teorier och jag ser att dessa kommer vara till stor nytta i förståelsen av min problemformulering.

Identitetsskapande och självrepresentation på sociala medier

Zhao, Grasmuck och Martin (2008, 1816) intresserade sig för identitetsskapande hos användare på Facebook och genomförde därför innehållsanalyser av 63 användarkonton. De kom bl.a. fram till att Facebook användarna generellt sett presenterade en bild av sig själva som ansågs eftersträvansvärd men som de offline, eller i den verkliga världen, inte fullt ut uppnått (ibid, 1830).

Soerjoatmodjo (2016, 139, 143) har i en preliminär studie med 40 studenter i åldern 17-20 år undersökt selfiens syfte, mening och betydelsen av andras reaktioner på den. I undersökningen kan även nämnas att Instagram var den näst vanligaste kanalen att dela sin selfie i, återigen precis efter Facebook (ibid, 144). Vad man kom fram till är att selfien användes dels för att ge uttryck för sig själv och dels som ett sätt för att spara på minnesvärda stunder (ibid, 146). Vidare såg man att omgivningens reaktioner på selfien kunde ge en känsla av bekräftelse eller gillande vilket kunde ses som en del i identitetsskapandet hos de unga vuxna. Jag finner det intressant att man såg ett samband mellan reaktionerna som studenterna fick på sina selfies och deras identitetsskapande vilket jag ser som kopplat till den bekräftelse man söker på Instagram, vilket vi återkommer till.

Caldeira (2016, 135) har undersökt fotografiet som medel för självrepresentation och har i sin studie gjort en genomgång av litteratur och analyserat nästan 12 000 fotografier från 104 användare av Instagram. Syftet har varit att förstå de bakomliggande skälen till att använda Instagram och då främst med fokus på hur detta kopplas ihop med identitet. Utifrån analysen kom Caldeira (ibid, 142) fram till att 20% av bilderna var direkt kopplade till identitet så till vida att de föreställde dem själv, antingen ensam eller tillsammans med andra.

Identitetsskapandet på Instagram kopplades även samman med *triumf*, d.v.s. att man på något vis uppvisade en idealiserad bild av sitt liv; positiva händelser; eller åtråvärda objekt som konsumerats. Caldeira (ibid, 143) menar vidare att individen är aktiv i sitt identitetsskapande och att detta blir särskilt tydligt i självrepresentationen online då individen blir sin egna författare och kan på så vis styra vad hen vill dela, eller inte dela.

Dessa tre artiklar har valts ut då de ger en förståelse till motiven bakom aktiviteten på sociala medier vilket är en viktig del i problemformuleringen för denna studie. D.v.s. *varför* man vill dela med sig av inlägg eller liknande. Man har här sett kopplingar till identitet och identitetsskapande, vem man är eller vill vara. Zhao, Grasmuck och Martin (2008) presenterade intressanta fynd i form av detta med att man gav en idealiserad bild av sig själv, något vi återkommer till i teoriavsnittet där jag kommer lyfta Engdahls (2009) diskussion om just *idealisering av sig själv*.

I det här avsnittet har jag givit en bakgrund till sociala medier och vidare en bild av tidigare forskning. De fyra artiklar som hänvisats till ovan ger tillsammans en viktig bakgrundsförståelse till det fenomen som undersöks i denna studie på de vis som beskrivits. I arbetet med den här studien kommer artiklarna bidra som kunskapsunderlag – en möjlighet för mig att stämna av mina resultat inte enbart mot de teoretiska utgångspunkter som vi kommer till i nästa avsnitt utan också mot denna tidigare forskning. Jag vill i detta sammanhang extra tydligt lyfta fram Levina och Arriaga (2014) som i sin studie visat att Bourdieus begrepp fält och kapital kan användas för att skapa förståelse kring konkurrens online för att uppnå social status. Bourdieus begrepp utgör en central del i denna studie och Levina och Arriagas resultat bekräftar att de är tillämpbara för att förstå denna typ av fenomen även online.

Teori

I detta teoriavsnitt kommer en introduktion att ges av de teoretiska utgångspunkter som tas i denna studie. Utöver den genomgång som görs i detta avsnitt kommer de mer ingående att diskuteras i relation till det empiriska materialet som tas upp i avsnittet *Redovisning av empiriskt material och analys* senare i denna rapport.

Habitus

Habitus ger människor möjlighet att delta i den sociala världen utifrån system av dispositioner som skapas genom de sociala erfarenheter som lagras i deras kroppar och sinnen vilket i sin tur bestämmer hur de ser på världen och lever sina liv (Broady 1991, 225). Detta leder till att antingen återskapa den sociala världen eller till att den förändras om människornas habitus inte överensstämmer med den i tillräckligt stor utsträckning. Bourdieu (1995, 18-19) förklarar

att man med hjälp av habitus kan förstå skillnader i olika människors och klassers preferenser när det gäller t.ex. mat, dryck, idrottsutövning och hur man uttrycker sig. Habitus fungerar också som klassificeringsscheman och klassificeringsprinciper för att dela in i olika smaker – det bestämmer då vad som anses vara bra eller dåligt, distingerat eller vulgärt o.s.v. Detta kan dock variera och innebär att vad som uppfattas som distingerat av en kan uppfattas som vulgärt av en annan (ibid, 19). Habitus kan därför hjälpa oss att i denna studie förstå olika individers preferenser när det kommer till träning; vilken betydelse uppväxten kan ha för vilken träning som utövas och på vilket sätt; men också hur ”hemmastadd” man är på fältet.

Kapital

När Bourdieu diskuterar kapital står fyra begrepp i fokus: symboliskt, kulturellt, ekonomiskt och socialt kapital. Bourdieu (1995, 97) beskriver att det *symboliska* kapitalet uppstår ur andra kapitalarter då de uppfattas och känns igen av människor som kan erkänna ett värde i dem. Det kan handla om grupper av människor som t.ex. tillskriver en särskild examina ett särskilt värde i form av tilltro, prestige eller liknande (Broady 1991, 169). Det *kulturella* kapitalet kan ses som undergrupp till det symboliska kapitalet och kan bl.a. handla om ens förmåga att skriva och tala på ett sätt som uppfattas som bildat eller att man är väl bevandrad inom t.ex. den klassiska litteraturen. Det kulturella kapitalet gäller som regel hela samhället medan symboliskt kapital kan finnas mer lokalt som på en given arbetsplats eller inom en viss bekantskapskrets (ibid, 171). *Ekonomiskt* kapital utgör tillsammans med kulturellt kapital den totala kapitalvolym som Bourdieu (1995, 17) redogör för i sitt diagram över det sociala rummet. *Socialt* kapital (Broady 1991, 169, 177) handlar om relationer som t.ex. släktskap och vänskapsband och ska inte ses som en undergrupp till det symboliska kapitalet. Det sociala kapitalet finns i relationerna mellan individerna som tillhör en grupp vilka tillsammans ackumulerar både kulturellt och ekonomiskt kapital som sammantaget ger gruppens medlemmar en tillgång (ibid, 177). Kopplat till kapitalbegreppen ser jag därför att de kan hjälpa oss förstå vilka tillgångar som är värdefulla på fältet och hur man kan förklara beteendet att dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram utifrån dessa.

Fält

Engdahl och Larsson (2011, 243) skriver om olika fält inom samhället som kan vara vetenskap, idrott, politik o.s.v. Broady (1991, 266) skriver att: ”*system av relationer mellan positioner besatta av specialiserade agenter och institutioner som strider om något för dem gemensamt*” är en definition som kan användas för att förklara ett socialt fält. För att ett fält ska uppstå måste autonomi uppnås i tillräcklig utsträckning (ibid, 267-268). Med det menas att omkringliggande fält förvisso kan ha inflytande över t.ex. fältets tillflöde av resurser men inte över den interna makten på fältet att bestämma vem eller vilka som går segrande ur interna strider. På ett fält kämpar människorna om de tillgångar, symboliska eller materiella, som är gemensamma för dem (ibid, 267). Här kan vi kanske tala om ett tränings fält på Instagram, där användarna kämpar om de tillgångar som är gemensamma för dem, för att vinna uppskattning, bekräftelse, nya följare o.s.v.

Identitet och roller

Engdahl (2009, 19-20) diskuterar identitet och skiljer då på existentiell och social identitet där det förstnämnda enkelt uttryckt handlar om kroppen, våra sinnen och vår verklighetsuppfattning. Den sociala identiteten skapas genom kommunikation tillsammans med andra för att hitta vår plats i världen, kroppen och våra sinnen blir här snarast verktyg för denna kommunikation. Engdahl (ibid, 41-42) diskuterar vidare identitet utifrån olika roller som vi går in i, i olika utsträckning, för att förmedla vem vi är eller vill vara. Engdahl ger förslag på sådana roller som t.ex. mamma, pappa, son, dotter, arbetstagare, cyklist. Kopplat till denna studie kan rollen som cyklist bli aktuell men kanske också t.ex. löpare, kroppsbyggare och triathlet eller mindre nischade roller som träningsperson eller liknande. Vi kan alltså tänka oss att intervjupersonerna som deltar i denna studie, utifrån det Engdahl säger, spelar olika roller i olika omfattning varje dag.

Engdahl (ibid, 43-48) diskuterar Goffmans ”*intrycksstyrning*”, eller idealisering av oss själva som Engdahl förklarar det, vilket innebär att vi genom vårt sätt att vara eller genom hur vi klär oss o.s.v. ger uttryck för vem vi är eller vill vara. Om jag är eller vill vara en idrottande person så är det antagligen mer sannolikt att jag går i sportiga gympaskor och har en aktivitetsmätande sportklocka än om jag är eller vill vara ett ”modelejon”. Som Caldeira (2016, 143) beskrivit blir användaren av sociala medier sin egna författare och jag ser

därigenom en stor möjlighet att utöva denna intrycksstyrning eller idealisering av sig själv utifrån vem man är eller vill vara.

Att ropa och få svar

Engdahl (2009, 109-110) skriver om att människan är socialt responsiv, d.v.s. att vi reagerar på vad andra gör och egentligen är beroende av andra människor för att skapa mening i vår tillvaro. Detta ser jag i allra högsta grad kunna kopplas även till Instagram där interaktion med andra är centralt och vi kan då förstå att vi reagerar, på ett eller annat vis, på sådant som vår omgivning gör. Detta kan hjälpa oss att förstå detta utbyte i form av kommunikation och interaktion som sker på Instagram utifrån att träningsrelaterat innehåll delas, gillas och kommenteras av olika användare.

Vidare liknas detta fenomen vid en slags lek där människan får möjlighet att upptäcka världen, och sig själv, på ett sätt som inte helt kan förutses (Engdahl 2009, 110). Den människa som lyckas att hålla ett öppet och nyfiket sinne utan att begränsas av andra människor eller kulturella och samhälleliga regler och normer kan då anses bli en slags ”evigt ung” som är både kreativ och som utmanar bilden av sig själv, vem hen är eller vill vara (ibid, 110-112). Utifrån detta blir den ”kreativa klassen” styrande och målet för människan blir att förverkliga sig själva (ibid, 123-124).

Teoridiskussion

Utifrån ovan genomgång ser jag att Bourdieus sociologiska begrepp ger långtgående möjligheter att skapa en något mer övergripande förståelse, ett sammanhang, för de strukturer som gör att man vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram. Broady (1991, 297) beskriver dock hur Bourdieu med sin habitusteori försökt kombinera både mikro- och makroperspektiv. Detta ser jag som en stor tillgång i denna studie då det å ena sidan handlar om individens beteenden men som å andra sidan i förlängningen är en del av en större helhet där dessa beteenden påverkas av, och påverkar, varandra.

Vad jag vidare ser som viktigt att kunna fånga utifrån studiens frågeställning, som Bourdieus begrepp inte fullt ut kan belysa, är ett mer socialpsykologisk perspektiv varav även termer som Engdahl diskuterar i form av *att spela roll* och *idealisering av sig själv* används. Detta

för att kunna komma närmare beteendet och förstå det ur en annan synvinkel än den som Bourdieus begrepp erbjuder. Som jag ser det erbjuder Engdahl en möjlighet att betrakta fenomenet närmare medan Bourdieus begrepp kan hjälpa oss att förstå ”den stora bilden”. Bourdieu har varit kritisk mot socialpsykologin och menat att den begränsar sociala relationer till att endast handla om kommunikation och interaktion (Broady 1991, 298). Jag ser att detta stärker mig i min tro att Bourdieu och Engdahl erbjuder de två olika ingångar som jag beskrivit ovan och menar därför att de med detta kan komplettera varandra och ge oss en förståelse utifrån olika delar av det empiriska material som kommer presenteras i studien.

Det är viktigt att komma ihåg att Bourdieus begrepp utgör en stor del av grunden som denna studie vilar på varför Engdahls teorier ska ses som kompletterande och alternativa för att upptäcka och förstå de delar av det sociala samspelet som eventuellt Bourdieus begrepp, helt eller delvis, riskerar att missa. Genom denna kombination ser jag att en större trovärdighet för studien kan uppnås just tack vare de olika perspektiv de representerar.

Metod

I den här studien är syftet att undersöka varför vissa användare av Instagram lägger upp inlägg relaterade till träning. Målet är att skapa en förståelse för vilka drivkrafter som ligger bakom och på vilket sätt beteendet kan förstås i relation till begrepp såsom habitus, kapital och fält. För att försöka nå denna förståelse utgår min kunskapssteoretiska inriktning från ett tolkande synsätt. Bryman (2011, 32-35) beskriver att forskaren då kan inta ett utifrånperspektiv vilket inte enbart ger möjlighet att ta del av medlemmarnas tolkningar av det sociala sammanhanget de ingår i, utan ger också forskaren möjlighet att i sin tur tolka dessa tolkningar vilket slutligen tolkas utifrån den litteratur och de teorier som används i arbetet.

Jag har valt att använda mig av kvalitativa intervjuer som metod för insamling av det empiriska materialet. Valet föll vidare på semistrukturerade intervjuer där en intervjuguide (bilaga 2) använts innehållande huvudsakliga teman med stödfrågor till respektive tema vilket ger stor frihet att beta av frågor i den följd som faller sig naturlig och ger stort utrymme till intervjupersonen att svara fritt (Bryman 2011, 415). Jag har inför studien övervägt att använda mig av ostrukturerade intervjuer, d.v.s. utan intervjuguide eller färdigformulerade frågor, men kom fram till att med min ringa erfarenhet av intervjuer så skulle det vara riskabelt att inte ha en intervjuguide att utgå ifrån. Genom intervjuguiden ges möjlighet att kontinuerligt under intervjuerna checka av så att alla frågor besvaras vilket har varit det viktigaste skälet till mitt

val av semistrukturerade intervjuer. I intervjuerna har jag fokuserat på *vad* intervjupersonerna sagt snarare än *hur*. Ryen (2004, 32) beskriver det naturalistiska synsättet som en social verklighet som kan iakttas om forskaren kommer tillräckligt nära och genom undersökningspersonen får del av dennes beskrivningar av sin sociala verklighet. Det är intervjupersonernas egna ord som blir centrala för att förstå det undersökta fenomenet och det är därför viktigt att forskaren försöker undvika att påverka resultaten genom sin egen närvaro. Utifrån den naturalistiska intervjun är det i analysarbetet *vad*-frågor som står i fokus, d.v.s. vilket innehåll man får ut ur det intervjupersonen berättat om.

Urval

Ryen (2004, 77-78) diskuterar urval och poängterar att det i en kvalitativ studie inte är nödvändigt att göra slumpmässiga urval för att försöka uppnå generaliserbara data för en population. Istället vill man hitta informanter som kan ge förståelse för det fenomen som undersöks och det blir därför viktigare att hitta några få lämpliga kandidater att lägga tid på istället för att snabbintervjua ett större antal. Larsen (2009, 77) talar om ett godtyckligt urval som ett slags icke-sannolikhetsurval där forskaren alltså själv väljer ut respondenter utifrån sin egen bedömning och uppsatta kriterier som t.ex. kön. Ryen (2004, 77) motiverar att ett icke-sannolikhetsurval inom kvalitativ forskning inte är något problem då huvudavsikten är att gå på djupet och skapa en förståelse kring problemformuleringen.

Då den sociala plattformen Instagram har en mycket central del i problemformuleringen har jag praktiskt valt att söka passande intervjupersoner därigenom. Jag har använt s.k. hashtags vars funktion är att samla inlägg i olika kategorier som användaren själv kan ange, t.ex. #träning. Andra hashtags som använts är följande: #träningsglädje, #rörelsegglädje, #löparglädje, #hemmaträning, #styrketräning och #cykling. Utifrån sökresultaten har jag därefter tittat på inläggen som kommit upp och klickat mig vidare in på olika användare för att göra en första bedömning om de kan vara av intresse för att besvara problemformuleringen. Jag har då tittat dels på frekvensen av träningsrelaterade inlägg i deras flöde. Denna frekvens har medvetet fått variera från att profilen enbart innehållit träningsrelaterade inlägg till att omkring vart fjärde inlägg varit träningsrelaterat. Detta då jag bedömt att sannolikheten därmed ökar för att få fram olika synvinklar på beteendet. Jag har sållat bort användare som uppenbart ägnar sig åt marknadsföring, är influencer eller elitidrottare då mitt antagande är att det då finns andra syften för att dela träningsrelaterade

inlägg på Instagram än de som den här studien syftar till att undersöka. Vidare har urvalet gjorts löpande för att hålla en jämn fördelning utifrån kön samt olika träningsinriktningar. Med träningsinriktningar menar jag att vissa intervjupersoner ägnat sig i huvudsak åt löpning, cykling eller styrketräning medan andra tränat väldigt varierat. Ålder har varit ett kriterium men bara utifrån att undersökningen intresserar sig för vuxna individer, d.v.s. 18 år eller äldre. Åldersspannet har varierat mellan 25 år och 53 år. Fördelningen av kvinnor respektive män i undersökningen blev helt jämn, 4 kvinnor och 4 män. Vilket innebär att totalt 8 intervjuer genomförts.

Tillvägagångssätt

Vid kontakt med tilltänkta intervjupersoner togs kontakt initialt via Instagrams meddelandefunktion där en kort presentation av studien gavs tillsammans med en förfrågan om den tilltänkte intervjupersonen ville ta del av mer information varpå hen då skulle förse med sådan via telefon eller e-post. Till de personer som har visat intresse har sedan ett missivbrev delgivits (samtliga valde att ta del av det via e-post). Utgångspunkten för missivbrevet är utifrån det Ryen (2004, 76-77) skriver om, i det hon kallar för introduktionsbrev till undersökningspersoner, där hon belyser vikten av att ge en kort information om vem jag som står bakom undersökningen är; syftet med undersökningen; samt att poängtera att det är ett frivilligt deltagande som kan avbrytas när som helst och att anonymitet gäller. Utöver detta gavs också viss praktisk information (se bilaga 1).

Förfrågan skickades till totalt 12 personer av vilka 9 svarade att de ville ta del av mer information. Av de 9 som tog del av hela missivbrevet var det enbart 1 person som inte återkom för att boka in en tid för intervju. Vid planeringen av respektive intervjutillfälle har det varit viktigt att hitta en tid och plats som passar för intervjupersonen. Den första intervjupersonen som jag hade kontakt med föreslog att vi skulle träffas på ett kafé medan den andra överlät till mig att komma med ett förslag varpå grupprum på ett bibliotek blev överenskommet som mötesplats. Efter de två första intervjuerna tog spridningen av coronaviruset fart även i Sverige vilket försvårade intervjuer öga mot öga. Något handfallen i denna nya situation vände jag mig till mina metodböcker i ett sökande efter guidning, skulle det vara möjligt att genomföra intervjuerna över telefon istället? Bryman (2011, 432-433) skriver om telefonintervjuer och menar att det finns för- och nackdelar med metoden. På minussidan finns att man inte kan se intervjupersonens kroppsspråk och ansiktsuttryck. En

risk finns även för att intervjun avslutas i förtid i större utsträckning än vid ett fysiskt möte. Bland det positiva nämner Bryman att det är tids- och kostnadseffektivt då resor kan undvikas. I mitt fall innebar det rent praktiskt att jag kunde göra ett bättre urval som inte blev begränsat av geografiska avstånd. Bryman (ibid) menar också att det kan vara lättare att svara på känsliga frågor i en telefonintervju. Han påpekar dock att det finns vissa belägg för att skillnaderna är små mellan de svar man får vid en telefonintervju kontra en direkt intervju.

Ryen (2004, 56) diskuterar huruvida intervjuer ska spelas in eller ej och argumenterar då för fördelen att med hjälp av inspelning mer kunna fokusera på att vara en närvarande och intresserad lyssnare under intervjun. Hon framhåller också möjligheten att lära av att lyssna på sig själv i efterhand och på så vis utveckla sin intervjuteknik. Baksidan av inspelning är att intervjupersonen kan känna sig illa till mods och då bör detta undvikas (ibid, 56-57). Jag har i denna studie haft som önskemål att få spela in intervjuerna för att kunna fokusera på samtalet samt att inte riskera att missa viktig information eller att förvränga vad intervjupersonen sagt när anteckningar renskrivs. Både i missivbrevet och innan intervjun påbörjats har jag framfört önskan om att spela in intervjun och samtidigt informerat om att inspelningen kommer raderas när arbetet med uppsatsen är slutfört samt att intervjupersonen kommer vara anonym. Ingen av intervjupersonerna har motsatt sig att intervjun spelats in eller uppvisat obehag inför detta faktum. Inspelningarna av de två första (direkta) intervjuerna gjordes med hjälp av inbyggd applikation i forskarens mobiltelefon (benämnd Ljudinspelare).

Vad det gäller telefonintervjuerna framförde Bryman (2011, 433) de tekniska svårigheterna med inspelning av en telefonintervju som en nackdel med metoden. Den tekniska utvecklingen har dock gått snabbt framåt och jag fann en mobilapplikation (benämnd ACR) som jag efter tester valde att använda. Applikationen har sedan skött samtliga efterföljande inspelningar med mycket god kvalité.

Intervjuerna har sträckt sig mellan 35 minuter och upp till 65 minuter. Precis som Bryman (2011, 429) beskriver så är transkribering ett tidskrävande arbete och långa intervjuer innebär utöver stor tidsåtgång till just transkriberingen även ett omfattande material som sedan ska analyseras. Medveten om detta inför intervjuerna har jag försökt att ha en så genomtänkt intervjuguide som möjligt för att minimera risken för att samtalet glider in på fel ämne. Bryman (ibid, 432) menar att möjligheten finns att transkribera delar av intervjuerna eller att inte transkribera vissa delar som inte bedöms vara relevanta för studien men påpekar att man då måste vara medveten om att man riskerar att missa relevant information samt att man

senare kan få gå tillbaka och lyssna på inspelningarna igen. Jag har i arbetet med transkriberingen valt att inte renskriva delar av intervjuer där samtalet helt kommit bort från ämnet. Jag har då gjort en notering om vart i intervjun denna lucka uppstår genom att anteckna tiden då luckan startar och slutar samt vad som diskuterats i denna. Detta för att underlätta att komma tillbaka och lyssna på materialet och vid behov transkribera vid ett senare tillfälle. Jag har bedömt det som nödvändigt att göra på detta vis för att hushålla med den viktigaste resursen jag har i denna studie - nämligen tiden. I transkriberingen har även pauser, skratt och liknande noterats.

Analysmetod

Ryen (2004, 107) påpekar att de kvalitativa data som samlats in måste delas in i kategorier men kan på samma gång tillhöra flera kategorier. Detta bör överhuvudtaget vara flexibelt under arbetets gång och kan t.ex. hanteras genom att kopiera text till olika dokument, vilket varit fallet i denna studie. Bryman (2011, 523) råder till att börja med kodningen tidigt vilket förutom att förenkla arbetet också kan ha en positiv inverkan på förståelsen av data. I samband med transkriberingen av materialet började koder växa fram i huvudet men ska erkännas att de inte sattes på papper förens drygt hälften av intervjuerna hade gjorts. Detta p.g.a. tidsbrist och att genomförandet av intervjuerna hade högsta prioritet och i nästa hand transkriberingen för att inte riskera att hamna efter med denna tidskrävande arbetsuppgift.

Under processen med intervjuerna har det växt fram kopplingar till de teoretiska utgångspunkter som tagits till hjälp i denna studie. Detta förklarar Ryen (2004, 107) handlar om en induktiv analys där teorin kommer fram ur data. För min del har detta inneburit att kopplingen blivit starkare till Bourdieus begrepp om habitus, fält och kapital än vad jag i början av studien hade föreställt mig. Vissa teoretiska kopplingar har även gjorts till Engdahl (som kommer visa sig under Analysavsnittet) men inte i samma utsträckning.

Larsen (2009, 107) påtalar vikten av att sedan försöka tolka materialet utan att *övertolka* det. Hon poängterar att det är viktigt att återge det som intervjupersonen sagt så exakt som möjligt. Detta har jag haft för avsikt att göra och har därför aktat mig för att "klippa" för mycket i citaten vilket dock ändå varit nödvändigt både av platsskäl men förstås också av skäl som härrör sig till relevansen av vilket material som presenteras. I tolkningarna av materialet har jag försökt hålla mig till vad som faktiskt sagts och undvika att tolka vad som eventuellt

inte sagts. Tolkningar har gjorts i relation till övrig data samt till de teoretiska utgångspunkterna.

Validitet och reliabilitet

Larsen (2009, 80-81) beskriver hur *validitet* handlar om att utifrån studiens frågeställning samla in data som är relevanta för att besvara densamma vilket hon menar kan uppnås i kvalitativa intervjuer genom att man ger intervjupersonen möjlighet att lyfta sådant som hen anser kan vara av betydelse. Likaså lyfter Larsen möjligheten att i en intervjustudie göra ändringar i intervjuguiden under arbetets gång om man märker att det finns andra frågor eller samtalsämnen som behöver tas upp för att besvara frågeställningen. I mina semistrukturerade intervjuer har jag lagt stort fokus på att låta intervjupersonen tala till punkt för att inte avbryta och därmed riskera att förlora värdefull information. Detta är lättare sagt än gjort vill jag påstå men jag har försökt hålla ett slags säkerhetsavstånd, att låta det bli tyst en kort stund innan jag pratat för att vara säker på att intervjupersonen inte bara tänker efter. Ibland har jag nickat bekräftande och i telefonintervjuerna har jag ”hummat” eller sagt ”ja” för att visa på min närvaro men ändå bekräfta att det är okej att fortsätta. Samtliga intervjuer har avslutats med en öppen fråga om intervjupersonen vill lägga till något, om hen tycker att jag missat att fråga om något som kunde vara intressant i sammanhanget eller om hen hade några frågor. Här har det i vissa intervjuer framkommit ytterligare intressant information, ibland lite andra vinklar men främst har det kommit fram fördjupade resonemang kring vissa av de frågor och samtalsämnen som avhandlats under intervjun. För vissa tror jag att det handlar om att frågorna fått ”sjunka in” och svaren fått ” mogna” lite.

När det handlar om *reliabilitet* så säger Larsen (2009, 81) att den handlar om hur exakt eller tillförlitlig undersökningen är. Bl.a. lyfter Larsen (ibid, 108-109) svårigheterna i att intervjusituationen som sådan kan påverka vilken information som kommer fram, om intervjuaren hade varit en annan hade kanske annat sagts och så ska man förstås ha i åtanke att många kan tycka att en intervju medför visst obehag. För att råda bot på det sistnämnda har jag försökt förbereda intervjupersonerna inför genom ett informativt missivbrev samt att jag i början av varje intervju inlett med bakgrundsfrågor som är förhållandevis enkla att svara på. Att intervjuerna har handlat om ett område som intervjupersonerna känt sig, som jag tolkat det, bekväma med tror jag har varit mycket positivt. Jag uppfattar att intervjuerna har flutit mycket bra och intervjupersonerna har pratat öppet, och i vissa fall passionerat, om träningen.

Jag har utifrån detta känt att jag dels haft ett lyckosamt urval av intervjupersoner som kunnat ge mig värdefull information men också att det har varit relativt enkelt för dem att dela med sig då det är något som intresserat dem själva. Larsen (2009, 81) menar också att reliabiliteten handlar om att det insamlade materialet hanteras noggrant och inte blandas ihop med varandra. Jag vill hävda att så är fallet då intervjuerna transkriberats löpande och sparats i separata dokument för att sedan kodalas i sina respektive filer. Därefter har material med samma kod förts över till ett nytt dokument med tydlig hänvisning till vilket material som kommit från vilken intervju.

Etiska överväganden

Bryman (2011, 131-132) lyfter fram viktiga etiska principer i form av informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Utifrån *informationskravet* har jag förklarat syftet med studien för intervjupersonerna i missivbrevet där jag även informerat om frivilligheten i att delta i studien samt att möjligheten finns att avbryta deltagandet. Detta har sedan repeterats i samband med inledningen av intervjuerna där även en kort information om vilka teman som kommer tas upp under intervjun givits. *Samtyckeskravet* anser jag uppfyllt då intervjupersonerna utifrån detta valt att delta och ingen av dem har velat avbryta intervjun i förväg. De har också fått information om att de inte behöver svara på en fråga som de inte kan eller vill svara på. Information har givits om *konfidentialitet* och att intervjupersonerna hanteras med anonymitet i uppsatsen. Inga personuppgifter har sparats ihop med insamlat material och i uppsatsen benämns de Intervjuperson 1, 2, 3 o.s.v. Samtliga intervjupersoner har varit villiga till att låta intervjun spelas in varpå jag informerat om att inspelningarna kommer raderas så snart arbetet med uppsatsen är slutfört. Slutligen kommer de insamlade uppgifterna endast användas i syfte att förstå denna uppsats frågeställning och därmed anser jag även *nyttjandekravet* uppfyllt.

Jag har under intervjuerna upplevt att förtroende givits till mig i form av att högst privata och känsliga uppgifter har delgivits som antingen direkt svar på en fråga men mer ofta som en förklaring till svaret som givits. Jag har i vissa fall därefter blivit ombedd att inte föra denna information vidare varpå jag återigen har informerat om konfidentialiteten och min tystnadsplikt.

Redovisning av empiriskt material och analys

Jag vill här i början av analysavsnittet påminna om att *syftet med uppsatsen är att försöka skapa en förståelse för vad det är som gör att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram. Vilka drivkrafter ligger bakom och på vilket sätt beteendet kan förstås i relation till begrepp såsom habitus, kapital och fält?* Samt frågeställningarna här nedan som ställts upp som hjälp för att uppnå detta syfte.

- *Vilka skäl finns till att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram?*
- *Hur kan beteendet förstås med hjälp av begreppen habitus, kapital och fält?*

Ett tränings fält på Instagram?

Jag har tidigare, närmare bestämt i teoriavsnittet, framkastat idén att vi kanske kan tala om ett tränings fält på Instagram. Detta stöds mot bakgrund av den teoretiska genomgång som gjorts av Bourdieus fältbegrepp men också utifrån de slutsatser som presenterades under *tidigare forskning* från studien av Levina och Arriaga (2014). I intervjuerna har jag nämligen upptäckt en del intressanta fakta som faktiskt tyder på att detta fält existerar. I intervjuerna har jag t.ex. funnit att en slags konkurrens förekommer mellan personer som delar sina träningsrelaterade inlägg på Instagram. Vi kommer ihåg att Broady (1991, 267) diskuterat att människor på ett fält strider om de tillgångar som är gemensamma för dem och som kan vara antingen symboliska eller materiella. När vi talar om tillgångar kopplade till tränings fält på Instagram måste vi förstås fundera på vilka dessa kan vara. I intervjuerna har frågeställningen *varför vill man dela med sig av sin träning på Instagram* varit en central och viktig fråga att söka svar på. Genom denna fråga har jag fått flera olika svar från intervjupersonerna på vilka tillgångar man kan vinna och det har ibland blivit tydligt att det inte är en helt enkel fråga att besvara vilket jag uppfattat som att orsakerna bakom beteendet inte alla gånger är helt medvetet. En av personerna uppfattades nästintill uppgiven inför att försöka förstå sitt eget beteende:

Jag har nog varken någon slags förväntan på vad som ska komma eller någon direkt baktanke med det, nej. Jag vet ärligt talat inte varför jag gör det! – Intervjuperson 2

Intervjuperson 2 kom precis som många av de andra intervjupersonerna in på bekräftelse som drivkraft bakom beteendet, d.v.s. att bli bekräftad av sin omgivning. Det handlar alltså om

symboliskt kapital, att följarna uppfattar det som delas värdefullt och erkänner det ett värde vilket i sin tur gör att uppskattning, respekt eller bekräftelse erhålls (Broady 1991, 169-170). Men utöver tankarna om bekräftelse som ni ser nedan så hade intervjuperson 2 dock svårt att se det behovet hos sig själv:

Utan att kunna sätta fingret på någonting så är jag övertygad om att det handlar om bekräftelse på något sätt. Men i vilken mån jag känner att jag behöver bekräftelse och därav lägger ut bilder, jag känner inte att jag behöver det, men ändå gör jag det. – Intervjuperson 2

Förklaringen till denna omedvetenhet, eller vad vi ska kalla den, kanske vi finner hos Bourdieu (1995, 126) som dels menar att ur ett sociologiskt perspektiv äger varje handling betydelse annars är den obegriplig och istället bör man se att handlingar utifrån att skäl till dessa funnits men med detta sagt så behöver det inte innebära att handlingarna varit kalkylerande och övervägda. Jag ser det därför inte som nödvändigt att avvisa att handlingen kan ha som syfte att uppnå bekräftelse även om det inte klart framstår som en i förväg beräknad handling med detta syfte, ens för den enskilde individen. Just bekräftelse som skäl till att lägga ut träningsrelaterade inlägg på Instagram är något som kommit upp i flera intervjuer, även som mer medveten del i agerandet, bl.a. med intervjuperson 7:

[...] jag är ju också bekräftelsetorsk när det gäller det där kan jag säga jag är, om jag får 25 eller 30 likes på en bild som jag har lagt så blir jag ju besviken och tänker såhär "vad var det för fel på den där bilden, jag brukar ju få 100, 100 likes brukar jag ju få, varför får jag bara 30 nu, var den suddig, eller ser jag konstig ut eller har jag skrivit något uppkäftigt", jag börjar direkt analysera såhär vad gjorde jag för fel [...] – Intervjuperson 7

I det som Bourdieu kallar för den symboliska ekonomin strider människorna om symboliska tillgångar som skänker dem anseende i förhållande till andra (Broady 1991, 200-201). Dessa strider utövas genom erkännande och misskännande och handlar om rätten att definiera vad som ska anses värdefullt och inte. Översatt till träningens fält på Instagram kan det handla om vad som erkänns som värdefullt genom likes som intervjuperson 7 ovan är inne på i sitt resonemang. Att 100 personer har gillat hans inlägg blir för honom positivt medan 30 likes är negativt, något har blivit fel eller mer exakt så har han gjort något fel. Detta blir då ett slags misskännande.

Vidare har jag identifierat fler handlingar som på ett eller annat vis betecknats som värdefulla i intervjuerna. Flera har talat om positiva kommentarer som de fått direkt på sina inlägg på

Instagram, vissa har lyft fram positiv feedback som kommit i andra sammanhang utanför Instagram medan det också framkommit att en del tagit emot meddelande som skickats privat direkt till dem på Instagram med frågor, ”tack” och positiva återkopplingar:

[...] jag inspirerar andra och det tycker jag ju är väldigt, väldigt roligt jag uppskattar jättemycket de meddelande och grejer som jag får, jag får ju både frågor och ibland bara ett tack i de här privata meddelande som då har blivit från säkert 50 olika personer som jag nämnde förut, ibland är det bara ett ”tack” för att jag har inspirerat och ibland får jag en fråga ”du som har börjat med löpning, vad har du för skor?” [...] – Intervjuperson 7

Varje positiv grej gör att man höjer sig själv och stärker sitt ego lite, det blir ju som att man får bättre självförtroende och det är kul att få bekräftelse kanske, ja men mycket är ju sådana här väldigt basic, enkla saker, ”kul träning idag” eller ”kul att ses idag” eller sådär [...] – Intervjuperson 4

Som Soerjoatmodjo (2016, 146) såg i sin preliminära studie så får vi här konfirmation på att omgivningens reaktioner bidrar till känslan av bekräftelse och kanske även stärka bilden av ens identitet. När det handlar om misskännande har man förutom uteblivna likes även talat om negativa kommentarer och ifrågasättande som främst uttryckts utanför Instagram. Men det har även uppkommit i form av att man har tappat följare. En person lyfte också sin erfarenhet av att komma in som nykomling på fältet och märkte då tydligt av den konkurrens som vi tidigare diskuterat som en central del i det sociala fältets uppkomst:

[...] jag fick framförallt i början också lite pekpinna från andra som liksom ”ja det är ju jättebra att du tränar men du måste vila också”, ”ja superbra att du tränar men du kanske borde fundera lite på det här också, jag såg att du stod och lyfte den där hanteln du kanske skulle göra såhär istället” inte sällan från folk som tränar själva, och jag tror att vissa kanske menar väl men jag fick också känslan av att, ja man retade upp sig lite, [...] ”han ska ju inte komma här och ta plats i etern för det är ju jag som är tränings...” liksom så, jag fick den känslan och med tanke på att de personerna slutade gilla bilder och man kanske till och med avföljde sedan på sikt så kändes det som att jag fick den misstanken bekräftad lite [...] – Intervjuperson 7

Det här blir ett tydligt exempel på hur konkurrensen kan ta sig uttryck i olika former av misskännande som dels ifrågasättande av ”nykomlingens” kunskaper för, och därmed rätt, att inneha sin position på fältet. Dels också som vi varit inne på i form av att de slutade gilla hans inlägg och vissa helt slutade följa honom. Jag sätter detta i samband med vart på fältet man befinner sig, eller aspirerar på att befinna sig, då det finns ett dominansförhållande på fältet att ta in i beräkningen utifrån vart i det sociala rummet man befinner sig (Bourdieu 1995, 14-20).

Det är de som åtnjuter en, i första hand, stor total kapitalvolym som har en *smak* som används till att bestämma vilka positioner som är mer eller mindre åtråvärda. På träningens fält på Instagram kan detta göra sig påmint genom krav på att träningen ska vara på ett visst sätt för att vara *fint* eller tillhöra den goda smaken.

[...] ”du ska springa, cykla, simma på den här tiden” annars är det inte bra och ”vad har du gjort för tid?” och ”vad har du gjort för distans?”, alltså det var mycket mätbart [...] – Intervjuperson 3

I citatet ovan ser vi exempel på hur träningsutövandet inte erkändes som bra nog om inte prestationen var tillräckligt imponerande. När Bourdieu (1995, 19) diskuterade habitus kom han fram till att det bl.a. bestämmer vad som är bra och dåligt, men att skillnaden däremellan kan variera och vad som är bra för en person kan uppfattas som dåligt av en annan. Som jag uppfattade intervjuperson 3 så var hon inte alls överens med att de mätbara aspekterna av träningen skulle avgöra huruvida det var bra eller ej. Den dominerande smaken på fältet stämde alltså inte överens med hennes syn på vad *bra* träning är. Den tolkningen gör jag bl.a. utifrån nedan citat:

[...] just känslan av att det är avkoppling nu, speciellt löpningen, jag kan gå ut och lyssna på ljudbok eller podd eller vad jag tycker, då är det lite min egna tid och jag behöver inte springa fort eller långt. Och när man har en liten är all tid lyxig tid när man får tid att träna [...] – Intervjuperson 3

När vi tittar på Bourdieus (1995, 17) diagram över det han kallar ” de sociala positionernas rum och livsstilarnas rum” så ser två axlar som längs den lodrätta axeln anger den totala kapitalvolymen medan den horisontella anger den relativa fördelningen av kapitalarter mellan kulturellt och ekonomiskt kapital. Positionerna i detta system kan kopplas till smak vilket i praktiken innebär att med större andel ekonomiskt kapital tenderar smaken att bli mer exklusiv. Vi har än så länge inte talat mycket om det ekonomiska kapitalet i förhållande till träningens fält på Instagram. Caldeira (2016, 142) diskuterade bl.a. att åtråvärda objekt som konsumerats kunde vara en del i att skapa sin identitet på Instagram. Ekonomiskt kapital kan med andra ord representeras av att t.ex. kläder och utrustning är från exklusiva varumärken som i sin tur kan bidra till ens positionering i det sociala rummet. Med Bourdieus diagram färskt i minnet vill jag presentera nedan två citat för att åskådliggöra en distinktion i smak så som jag ser det:

[...] cykling är ju en sport där det är mycket med mode, man klär upp sig när man cyklar och man ska vara snygg när man cyklar och det är liksom kit och det ska

matcha och jag tycker att det är väldigt kul med det också att rent utseendemässigt, att man kan också höja sin prestation genom att, om man känner att den här setupen med kit och skor och allting [...] – Intervjuperson 4

Det är kul att se, jag blir inspirerad av kvinnor som tränar och som faktiskt typ smutsar ned sig och springer i gyttja i bergen. – Intervjuperson 3

Broady (1991, 226) diskuterar att alla människor är utrustade med habitus men att det bara är gångbart som kapital i de sociala sammanhang där det tillerkännes värde vilket innebär att en given egenskap eller habitus kan erkännas ett stort värde på ett fält medan det på ett annat inte har något värde alls. Vidare kan man se att man ärver kapital utifrån den habitus som en föds in i, med andra ord formas man av om ens familj har relativt sett mer eller mindre kulturellt eller ekonomiskt kapital i sin besittning. Jag upplevde att vissa av intervjupersonerna mer eller mindre föddes in i träningen medan andra har stått helt utanför fältet i en stor del av sina liv. Detta får förstås en viktig roll i hur hemma man känner sig på fältet inte minst utifrån hur man förväntas tala, föra sig och allmänt agera för att passa in (Bourdieu 1995, 19, 37-38). Intervjuperson 6 beskrev sin och sin omgivnings relation till träning och återkommer då till träningens roll under hennes uppväxt och lyfter då fram sin mammas roll som central i detta:

Det här har väl följt med mig sen jag var liten att man liksom ska hålla igång och träna, ja men för hälsan. Men jag är uppfostrad med mycket träning så jag tycker ju träning är kul också, det är väl största delen till att jag gör det och jag vill ju helst hålla igång, alltså nästan varje dag [...]

[...] alltså mamma har ju hållit på med gympa, hon har ju hållit i gympa sen jag var liten då gick vi på barngympa [...] – Intervjuperson 6

Att vara socialt responsiv

Om ni kommer ihåg inledningen i det föregående avsnittet så hade intervjuperson 2 vissa svårigheter med att se behovet av bekräftelse hos sig själv – även om han på egen hand framkastade just önskan om bekräftelse som förslag på bakomliggande motiv för beteendet. Även om jag diskuterat att detta i någon mån kan vara omedvetet så vill jag lyfta fram vad han mer sade i samband med detta resonemang då han gav en alternativ förklaring till beteendet:

*Det är väl en jävla gruppsykos såklart, vi är ju påverkade av vad alla andra gör.
– Intervjuperson 2*

Som vi sett tidigare diskuterar Engdahl (2009, 109-110) att människan är socialt responsiv och reagerar på vad andra gör samt är beroende av andra människor för att skapa mening i tillvaron varför intervjupersonens påstående, åtminstone andra delen av meningen, förstås blir fullt rimlig. Det skapas en dynamik, ett utbyte, mellan människor som medger att mening kan skapas. Apropå att skapa mening utifrån den sociala kontakten och den återkopplingen som kan tilldelas en på Instagram så uppfattar jag att intervjuperson 5 talar om just detta.

[...] alltså jag får så mycket energi från det jag lägger upp det är också jättemotiverande för mig, jag blir ju jätteglad och peppad och känner att jag har ett syfte med det jag gör liksom. – Intervjuperson 5

Bland flera av de intervjuade återkom det sociala utbytet i resonemangen som en viktig anledning till att dela med sig av sin träning till sina följare. Ibland beskrevs det som ett outtalat utbyte av inspiration eller utmaningar där man såg att en själv också behövde vara delaktig i att bidra till att detta utbyte, eller flöde, skulle fortsätta samt att man hade sociala relationer som skulle vårdas och underhållas, men som också underlättades och t.o.m. uppstod ur denna aktivitet:

Det är ju typ en social grej också, alltså lite peppande och att man inspireras. Alltså jag vill ju, jag lägger ju upp det för mig själv lika gärna som jag vill lägga upp det för någon annan, för jag vill ju se någon annans också. Lite som ”gör den här utmaningen” det kan ju vara superkul om någon lägger upp, för då testar jag ju något jag aldrig hade testat annars faktiskt, lite sådana grejer. – Intervjuperson 3

Vissa har jag ju lärt känna liksom så eller vad man ska säga över Instagram, äh, och då är det ju något slags utbyte kan man väl säga för att hålla igång motivation och så. – Intervjuperson 5

Sen har jag ju kompisar uppe i Stockholm som jag brukar cykla med. Så vi brukar ju höras lite och det är ju bra med de här sociala medierna tycker jag [...]

– Intervjuperson 1

I det här sammanhanget blir det även relevant att nämna ytterligare en av Bourdieus kapitalarter, nämligen det sociala kapitalet. Som jag ser på de tre citaten här ovan så är beteendet också en del i att stärka eller bibehålla sitt sociala kapital kopplat till träningens fält på Instagram. Man kan förstås argumentera för att handlingen uppnår detta syfte helt utan att ha detta som mål. Målet i det tredje citatet är kanske helt enkelt att hålla kontakten med sina cykelkompisar men bidrar väl ändå till bevarandet av ett socialt kapital som utan denna aktivitet annars hade riskerat att minska? Broady (1991, 177-179) diskuterar att det sociala

kapitalet t.ex. kan finnas genom vänskapsband där individernas respektive kapitalvolym samlas och kan komma en till gagn. På det fält som står i fokus här ser jag att man blir del av en gemenskap vilket i sig kan kännas bra men som också kan bli en resurs om konkurrensen på fältet skulle hårdna. Jag ser även att ett socialt kapital kan ge en större rörelsefrihet på fältet. Intervjuperson 8 kan fungera som exempel på denna tes, han hade förvisso alltid sysslat med träning i någon form (främst orientering och skidåkning i ungdomen) men i vuxen ålder valt att under senaste året satsa på cykling med målet att börja tävla för att se hur nära han kan komma eliten. Han har därmed tillgång till fältet men tar nu sikte på en annan del av fältet där man kan tänka sig att konkurrensen om det åtråvärda positionerna är stor. En nyckel till att försöka sträva mot dessa positioner menar jag i detta fall kan vara det sociala kapital som vi ser i nedan citat:

Min pappa är gammalt landsvägs... ehh han var ju proffs en kort, kort tid men han har kört landsväg när han var yngre så det har alltid funnits ett intresse av det men det är aldrig något jag gjort själv [...] – Intervjuperson 8

Det sociala kapitalet utgörs i detta fall av en släktrrelation till ett före detta landsvägscykelproffs som man kan anta bidrar till den ackumulerade kapitalvolymen som finns tillgänglig. Men vi kan också förstå att denna betydelsefulla relation bidragit till en habitus som gör att intervjupersonen har en smak och känsla för att föra sig på fältet. Att det är ett gemensamt intresse och att de utbyter erfarenheter kring träningen styrks ytterligare:

[...] min pappa tränar väldigt mycket [...] han och jag diskuterar träning väldigt, väldigt mycket [...] – Intervjuperson 8

Rollen som träningsperson

I teoriavsnitt framförde jag med hjälp av Engdahl en diskussion om identitet, att spela roller och hur vi kan ägna oss åt intrycksstyrning eller en slags idealisering av oss själva. I intervjuerna har vi bland annat samtalat om huruvida intervjupersonen identifierar sig själv med sin träning.

Ja men det gör jag kanske fast däremot pratar jag väldigt lite om träning, jag tror att det är där Instagram kommer in för mig att såhär, där är jag min träning men liksom till vardags så, jag pratar typ aldrig om träning på jobbet liksom eller med kompisar heller [...] – Intervjuperson 5

Som jag tolkade samtalet med intervjuperson 5 och citatet ovan så blev Instagram ett medel för att leva ut sin identitet som träningsperson, något hon inte riktigt kunde eller ville göra i sin övriga vardag. På Instagram tolkar jag det som att hon kunde gå in i denna roll vilket stämmer med vad Engdahl (2009, 41-42) skriver då hon menar att vi kan ha flera roller som vi spelar och att de kan variera utifrån vilka olika situationer vi befinner oss i. Vi behöver dessa roller för att presentera oss för andra i olika sammanhang och därigenom uppvisa en identitet. Som vi sett när vi tittade på Caldeiras (2016, 143) forskning så menar hon att individen har en aktiv del i sitt identitetsskapande vilket sågs som särskilt tydligt i självrepresentationen online då individen blir sin egna författare. Det står alltså intervjuperson 5 fritt att välja vilken roll hon framställer sig ur på Instagram och behöver alltså inte återge en total bild av sitt liv. Hon är på intet sätt ensam om detta, jag ska ge ytterligare ett exempel:

[...] det får gärna vara något speciellt jag är inte så mycket för att lägga ut vardagsbilder i största allmänhet där jag äter korv och makaroner, jag tänker såhär att det skiter nog folk i om jag äter korv och makaroner [...] – Intervjuperson 7

Detta sades av intervjuperson 7 när vårt samtal var inne på hur stor andel av hans inlägg på Instagram som han ansåg var relaterade till träning. Med andra ord utövas detta författarskap som Caldeira talat om i ett medvetande och som jag tolkar det någorlunda övervägt att det inte är intressant att delge detta till sina följare. Men det är ju uppenbarligen en del av hans vardag att äta korv och makaroner ibland. I detta sammanhang kan även studien av Zhao, Grasmuck och Martin (2008, 1830) nämnas där man såg att Facebook-användare presenterade en bild av sig själva online som de inte alltid kunde nå upp till offline. I detta fall kanske inte strävan alls är att nå upp till en bild som inte innehåller korv och makaroner. Men det är relevant att fundera över om inte detta ändå kan vara fallet även om det må vara oreflekterat. Stöder vi oss på Bourdieus termer igen så kan man misstänka att en bild på korv och makaroner inte hade givit ett symboliskt kapital på träningens fält på Instagram.

I en annan intervju blev det tydligt hur viktig del cyklingen var för intervjuperson 4 som del i hennes identitet:

Det är ju mitt liv, cykling är som sagt min passion i livet, skulle jag inte vara cyklist skulle jag inte veta riktigt vad gör jag liksom, det är verkligen min grej.
– Intervjuperson 4

Hon beskriver här hur hon utan cyklingen inte vet vad hon skulle göra istället. Jag återkommer här till Bourdieus habitus och menar att cyklingen är en så stor del av hennes

habitus att om cykling inte längre fanns skulle hon inte känna sig hemma i det sociala rummet längre. Det är flera av intervjupersonerna som gett uttryck för just detta, att de antagligen skulle hamna i någon form av identitetskris om de inte längre kunde ägna sig åt sin träningsform eller för vissa träning rent generellt.

Slutsatser

Jag tänkte att vi nu ska titta på vilka slutsatser vi kan dra av allt ovan och till hjälp har vi återigen frågeställningarna som formulerats.

- *Vilka skäl finns till att en del personer vill dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram?*
- *Hur kan beteendet förstås med hjälp av begreppen habitus, kapital och fält?*

Skälen till att dela sina träningsrelaterade inlägg på Instagram har varit av varierande slag: önskan om att få bekräftelse; att inspirera andra; sociala utbyten, att hålla kontakten med bekanta eller stifta nya bekantskaper; samt att man delar med sig av den man är, där träningen är en mycket central del.

Jag ser också att Bourdieus (1995) begrepp habitus, kapital och fält har varit till mycket stor hjälp för att försöka förstå detta beteende bättre och komma *under ytan*. För lika sanna som de skäl som presenterats här ovan är så är jag övertygad om att det finns än mer att förstå. Med hjälp av Bourdieus begrepp ser jag därför att vi har att göra med ett tränings fält på Instagram med konkurrerande positioner som bestäms utifrån habitus och de olika kapitalformerna. Vi kan därmed förstå att bekräftelse eller att erkännas som inspirationskälla för andra handlar om att tillerkännas ett symboliskt kapital. Vi har också sett exempel på hur socialt kapital kan utvidgas, underhållas men också komma till användning på detta fält. Men vi har även fått hjälp av Engdahl (2009) att förstå idealisering av sig själv och de roller som kan intas för att bygga sin identitet. Att ett tränings fält på Instagram identifierats kan jämföras med studien av Levina och Arriaga (2014) som identifierat att man kan diskutera fält online i termer av konkurrens kring att uppnå social status vilket jag tar som bekräftelse på att slutsatserna jag drar ovan är rimliga.

Med ovan i åtanke ser jag att frågeställningarna åtminstone delvis har blivit besvarade. Eller annorlunda uttryckt, jag ser att jag med denna studie påbörjat ett svar på frågeställningarna. Utifrån de 8 intervjuer som genomförts känner jag mig tillfreds med det empiriska material

jag haft att arbeta med i analysen. Med mer tid och andra förutsättningar kan man självklart argumentera för att ytterligare intervjuer med fler personer hade kunnat tillföra ännu mer kunskap. Jag ser att jag fått svar på varför man vill dela med sig av sina träningsrelaterade inlägg på Instagram och jag ser därtill att Bourdieus begrepp har varit starkt bidragande till att ge en djupare förståelse kring detta.

Jag vill avsluta detta analysavsnitt med att beröra det faktum att mina egna erfarenheter på området förstås varit grunden till mitt intresse för, och det som lett fram till, att denna studie blivit gjord. Jag vill dock med dessa ord visa på att jag är medveten om att just detta faktum också kan ha påverkat objektiviteten i analysen. Att jag varit medveten om detta redan innan studien inleddes och sedan under arbetets gång har dock gjort att jag aktivt kunnat försöka förhålla mig objektivt, d.v.s. åsidosätta mina egna erfarenheter och tankar kring fenomenet för att istället fokusera på empiri och teori, vilket jag hoppas att jag har lyckats med.

Reflektioner

Jag har funnit det mycket intressant att med hjälp av bl.a. Bourdieus (1995) begrepp habitus, kapital och fält få möjlighet att analysera och försöka förstå vad som ligger bakom ett beteende som idag kan tyckas banalt. Men att publicera träningsrelaterade inlägg på Instagram måste ses som en relativt ny företeelse som jag ansåg som intressant ur ett sociologiskt perspektiv att undersöka närmare. Varför ägnar vi oss åt att lägga upp dessa inlägg och händelser undrade jag? Att konstatera att det handlar om bekräftelse är kanske att slå in öppna dörrar eller åtminstone om man nöjer sig där då jag anser att det vore att stanna uppe vid ytan. Genom att sätta beteendet i relation till Bourdieus olika begrepp så har jag funnit en djupare förståelse för de komplexa processer som ligger bakom.

Till detta har Engdahl (2009) givit en extra dimension för att förstå det sociala samspelet, byggandet av identiteten genom de olika roller vi intar i olika sammanhang och idealiseringen av oss själva. Detta har även kunnat kopplas ihop med bl.a. Caldeiras (2016) forskning vilket jag ser ger extra tyngd till de tolkningar jag kommit fram till utifrån det empiriska materialet. Vidare har Soerjoatmodjo (2016) preliminära studie både givit inspiration och kunnat ge en fingervisning och stöd för att teorier kopplat till Bourdieu haft bäring på delar av det analyserade materialet. Detsamma gäller för Zhao, Grasmuck och Martin (2008) som var tidigt ute med att undersöka identitetsskapande på Facebook och har hjälpt mig främst i minna

förberedelser inför studien men också med att brygga över från ytan till Bourdieus begrepp som går på djupet.

Framtida forskning på området

Till kommande forskning på området ser jag framför mig att man skulle kunna välja att undersöka fenomenet genom deltagande observation som metod. Jag är mycket nöjd med valet av semistrukturerade intervjuer och det empiriska material som inhämtats genom dessa men det skulle vara intressant att se om deltagande observation skulle fånga något annat, mer eller mindre. Jag funderar t.ex. över om det genom deltagande observation skulle gå att få en större förståelse för i vilken utsträckning det undersökta beteendet är medvetet eller ej.

Litteraturlista

- Bourdieu, Pierre. 1995. *Praktiskt förnuft: bidrag till en handlingsteori*. Göteborg: Daidalos.
- Broady, Donald. 1991. *Sociologi och epistemologi: om Pierre Bourdieus författarskap och den historiska epistemologin*. 2. uppl. Stockholm: HLS Förlag.
- Bryman, Alan. 2011. *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. uppl. Malmö: Liber.
- Caldeira, Sofia P. 2016. Identities in Flux: An Analysis to Photographic Self-Representation on Instagram. *Observatorio (OBS*) Journal* 10 (3): 135-158.
<https://doi.org/10.15847/obsOBS10320161031>
- Engdahl, Emma. 2009. *Konsten att vara sig själv*. Malmö: Liber.
- Engdahl, Oskar och Larsson, Bengt. 2011. *Sociologiska perspektiv – grundläggande begrepp och teorier*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur.
- Facebook. 2020. *Company info*. <https://about.fb.com/company-info/> (Hämtad: 2020-04-04).
- Instagram. 2020. *About us*. <https://www.instagram.com/about/us/> (Hämtad: 2020-04-04).
- Internetstiftelsen. 2019. *Svenskarna och internet 2019*.
<https://svenskarnaochinternet.se/rapporter/svenskarna-och-internet-2019/> (Hämtad: 2020-04-05).
- Larsen, Ann Kristin. 2009. *Metod helt enkelt. En introduktion till samhällsvetenskaplig metod*. Malmö: Gleerups.
- Levina, Natalia och Arriaga, Manuel. 2014. Distinction and Status Production on User-Generated Content Platforms: Using Bourdieu's Theory of Cultural Production to Understand Social Dynamics in Online Fields. *Information Systems Research*. 25 (3): 468-488.
<https://doi.org/10.1287/isre.2014.0535>
- Ryen, Anne. 2004. *Kvalitativ intervju – från vetenskapsteori till fältstudier*. Malmö: Liber.
- Soerjoatmodjo, Gita Widya Laksmi. 2016. I Selfie Therefore I Exist: A Preliminary Qualitative Research on Selfie as Part of Identity Formation in Adolescents. *HUMANIORA* 7 (2): 139-148. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v7i2.3497>

Zhao, Shanyang. Grasmuck, Sherri och Martin, Jason. 2008. Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior* 24 (5): 1816–1836. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.012>

Bilaga 1 – Missivbrev

Förfrågan (*kort förfrågan anpassad för Instagrams meddelandefunktion*)

Hej!

Jag söker just nu personer som vill delta i intervjuer som görs som en del av min kandidatuppsats inom sociologi vid Lunds Universitet. Intervjuerna kommer handla om relationen mellan träning och delning av träningsrelaterade inlägg här på Instagram. Jag skulle gärna vilja delge dig mer information om detta för att se om du är intresserad av att ställa upp på en intervju. Jag undrar därför om jag kunde få kontakta dig antingen på mejl eller telefon för att ge dig vidare information? Du förbinder dig inte på något vis till att delta i studien om du väljer att ta del av informationen. Deltagande är helt frivilligt.

Tack på förhand!

Med vänlig hälsning,
Carl Wyckman

Förfrågan om deltagande i intervjustudie (*som skickats via mejl*)

Hej!

Mitt namn är Carl Wyckman och jag studerar sociologi vid Lunds Universitet. Just nu söker jag personer som vill delta i intervjuer som görs som en del av min kandidatuppsats. Jag är en träningsintresserad person och har iakttagit hos mig själv såväl som andra ett beteende där man på sociala medier delar med sig av sin träning. Jag har blivit alltmer nyfiken på detta beteende och syftet med den här undersökningen är att försöka skapa en förståelse för vad det är som gör att vissa personer gärna delar sina träningsrelaterade inlägg i sociala medier, eller mer specifikt på Instagram i denna studie. Personer som är aktuella för intervju är därmed användare av Instagram och delar regelbundet med sig av sin träning där.

Ditt deltagande i studien är helt frivilligt och kan avbrytas när som helst utan vidare motivering från din sida. Om det under intervjun ställs frågor som du inte kan eller vill besvara så är det helt okej. Jag kommer vilja spela in intervjun för att underlätta det fortsatta arbetet samt förbättra möjligheterna till en god dialog under intervjun. Inspelningen kommer

raderas efter det att arbetet med min uppsats är slutfört. Citat från intervjuerna kommer att användas som en del av uppsatsen men du som deltagare kommer vara anonym, dina svar kommer behandlas konfidentiellt och eventuella citat kommer inte kunna härledas till dig.

Intervjun beräknas ta upp till en timme att genomföra och planeras in utifrån en tid och plats som passar för dig.

Kontakta mig gärna om du har några frågor om deltagandet eller undersökningen i stort. Om du kan tänka dig att delta i studien är jag tacksam för ditt svar senast xxxx-xx-xx. Min handledare är Birgitta Ericsson, docent och universitetslektor i sociologi vid Lunds Universitet, och kan kontaktas på mejladressen birgitta.ericson@soc.lu.se.

Tack på förhand!

Med vänlig hälsning,

Carl Wyckman

ca0678wy-s@student.lu.se

Bilaga 2 – Intervjuguide

Intervjuguide (som använts vid samtliga intervjuer)

Teman och intervjufrågor

Bakgrund

- Be intervjupersonen att inledningsvis berätta lite om sig själv.
 - Ålder, familjesituation, sysselsättning, fritidsintressen, utbildning, bostadsort, uppväxtort.

Träning

- Hur ser intervjupersonens träningsvanor ut?
 - Hur ofta äger träningen rum och vilken typ av träning ägnar hen sig åt?
 - Tränar hen ensam eller tillsammans med andra och i så fall vilka?
 - Har träningsvanorna förändrats över tid och i så fall hur?
- Vilket är personens syfte med träningen? Finns det flera?
- Identifierar intervjupersonen sig med sin träning och/eller träningsform?
 - Exempelvis som ”löpare” eller liknande.
- Hur tror intervjupersonen att andra identifierar hen?
- Hur bedöms intervjupersonen av andra?
 - Positiva och negativa omdömen.

Familj och bekantskapskrets

- Prata om hur intervjupersonen ser på sin familjs och bekantskapskrets relation till träning.
 - Hur tror intervjupersonen att familj och bekantskapskrets ser på hens träning?
 - Har personen många, eller betydelsefulla, relationer till personer som är aktiva inom träning?

Instagram

- Prata kort om intervjupersonens vanor kopplade till Instagram.
 - T.ex. hur ofta det används till att följa andra respektive publicera egna inlägg och/eller s.k. Instastories.
 - Ungefär hur stor andel av den egna aktiviteten på Instagram är relaterad till träning?
- Vilka personer/konton är intressanta att följa och varför?
- Varför vill man dela med sig av sin träning till sina följare?
 - Hur känns det när inlägget har publicerats?
- Vilket mottagande brukar inläggen få?
 - Likes och kommentarer? Uppmärksamhet utanför Instagram? Vilka känslor kan kopplas till olika ”positiva” kontra ”negativa” utfall av interaktionen?

Avslutning

- Fråga om intervjupersonen har något som hen vill tillägga eller undrar över innan ni avslutar.
- Tacka för deltagandet.