

Kyrre Kjesbu

Gutten i speilet

EN KVALITATIV STUDIE

AV HVORFOR ET UTVALG UNGE MENN BRUKER ANABOLE STEROIDER

Masteroppgave i idrettsvitenskap

Seksjon for coaching og psykologi

Norges idrettshøgskole, 2014

GUTTEN I SPEILET

EN KVALITATIV STUDIE

AV HVORFOR ET UTVALG UNGE MENN BRUKER ANABOLE STEROIDER



"Vi ser alt sammen i et speil, i en gåte. Noen ganger kan vi gløtte igjennom speilet og se litt av det som er på den andre siden. Hvis vi pusset speilet helt rent, ville vi se mye mer. Men da ville vi ikke lenger se oss selv..."

(Gaarder, 1993, s. 155).

1

¹ Illustrasjon av Torger Kjersem (se vedlegg 6)

Sammendrag

Denne studien ser nærmere på dopingbruk utenfor den organiserte konkurranseidretten og ønsker å forstå og fortolke dette fenomenet. Studiet har en kvalitativ innfallsvinkel og bygger på en narrativ struktur. Begrunnelsen for både tilnærming og struktur bygger på en tanke om at forståelse, det å gripe mening gjøres på en god måte gjennom å lytte til individets egen historie og gjennom denne få ta del i en menneskelig livsverden. En viktig erkjennelse og forutsetning for prosjektet er at den faktiske virkeligheten er den som oppleves av individet. Denne innsikten plasserer prosjektet i den fenomenologiske tradisjonen og denne oppfatningen danner også utgangspunktet for de vitenskapelige undersøkelsene og datainnsamlingen.

Studiets teorigrunnlag er forankret i selvbestemmelsesteorien og innfallsvinkelen er dermed fra et idretts-/helsepsykologisk perspektiv. Studiets sentrale siktemål er en kartlegging av *hvordan* vi kan forstå steroidebrukeres kroppsbilde og gjennom denne erkjennelsen få innsikt i dopingbrukeres livsverden. Via denne tolkningen vil også dopingmidlenes rolle belyses.

En konkluderende innsikt er steroidebrukeres forestilling om hvordan en kroppslig forandring også kan forandre livet. Denne erkjennelsen presenteres også av Barland og kolleger (2009). Dopingbrukets rolle blir i så måte et middel til en slik forandring, en mulighet til å realisere en forestilt virkelighet. Den kroppslige modelleringen en steroidebruker gjennomgår fremstår som en tilnærming til sosial aksept gjennom kroppen.

Steroidebrukeres kroppsfremvisning var likevel preget av utilfredshet og ambivalens, fordi den ekstremt muskuløse kroppen representerte et kontekstuell kroppsideal. Utenfor treningssenterets vegger forbindes kroppsbyggeren av mange med negativ karakteristika. Svulmende massive muskler representerer et kroppslig uttrykk som av mange knyttes til kriminalitet og vold. Derfor blir steroidebrukeres kroppspresentasjon preget av usikkerhet.

Forord

Dette prosjektet har vært krevende å gjennomføre. Det har vært en omfattende prosess og listen over bidragsytere er lang. Spesielt vil jeg nevne førsteamanuensis ved seksjon for coaching og psykologi, Frank Eirik Abrahamsen, min hovedveileder ved Norges Idrettshøgskole. Takk for måten du har rettet meg på og velvillig delt av din kunnskap. Veiledningene er noe jeg alltid vil se tilbake på som berikende opplevelser.

Jorunn Sundgot-Borgen, professor og fagperson fra seksjon for idrettsmedisin ved NIH, takk for ditt bidrag som biveileder og støttespiller.

Gøran Paulsen, førsteamanuensis og fagperson fra seksjon for fysisk prestasjonsevne ved NIH, takk for ditt bidrag som biveileder.

Astrid Bjørnebekk, prosjektleder for forskningsprogrammet: *Anabole steroider hjerne og adferd*, ved Oslo universitetssykehus, takk for ditt bidrag i rekrutteringen av intervjupersoner.

Einar Koren, tidligere leder i folkehelseavdelingen Antidoping Norge, takk for ditt bidrag i rekrutteringen av intervjupersoner.

Torger Kjersem, takk for ditt bidrag som illustratør og kreatør av grafikk.

Kristina Håseth, min livsledsager, kjæreste og sjelevenn. Takk for din tålmodighet, din støtte og ditt bidrag til språkvask, korrekturlesing og faglige innspill.

Ytterligere vil jeg rette en stor takk til alle intervjupersoner for innholdsrike samtaler og berikende bekjentskaper. Uten deres bidrag ville studiet aldri funnet sted.

Norges Idrettshøgskole, seksjon for idrettspsykologi og coaching.

Oktober 2014.

Kyrre Kjesbu.

Gutten i speilet

Prosjektets tittel er ment som en metaforisk henvisning til speilets refleksjon av virkeligheten. Et speilbilde kan danne en avstøpning av virkeligheten, et avtrykk av det mennesket som speiler seg. Imidlertid kan ingen speil reflektere den erfarte virkeligheten eller individets opplevelsesverden. Denne studiens formål er ikke bare å illustrere en slik avstøpning, men å danne et bilde av en virkelighet gjennom å fortelle historien til den som speiler seg - å fortelle historien til gutten i speilet.

Tittelen er tidligere anvendt av barnebokforfatter Eldrid Johansen (Johansen, 2011) nevnte forfatter har personlig godkjent bruk av tittelen i dette prosjektet². Tittelen er også anvendt i dokumentarprogrammet; Brennpunkt (NRK, 2010). Programredaksjonen er informert per e-post om studiet og tittelbruket.

² Se vedlegg 5.

SAMMENDRAG	2
FORORD.....	3
1.0 INNLEDNING	8
1.1 Disposisjon	9
1.2 Avgrensning.....	9
2.0 TEORETISKE BETRAKTNINGER.....	10
2.1 Hva er dopingmidler?	10
2.1.1 Hva er anabole androgene steroider?	11
2.1.2 Historisk perspektiv	11
2.1.3 Dopingbruk innenfor den organiserte idretten	12
2.1.4 Dopingbruk utenfor den organiserte idretten	14
2.1.5 Treningssenteret – en verden i seg selv	15
2.1.6 Forbindelsen mellom bruk av dopingmidler og rusmidler	16
2.1.8 Omfang	19
2.2 Teoriforankring.....	22
2.2.1 Selvbestemmelsesteori	22
2.2.2 Internalisering.....	25
2.3 Teorikritikk	28
2.4 Psykologiske perspektiver på kroppsbygging	28
2.4.1 Humanistisk psykologi.....	28
2.4.2 Narcissime.....	29
2.4.3 Megareksi	30
2.5 Kulturell symbolikk	31
2.5.1 Hypermaskulinitet	31
2.5.2 Kroppsmodifisering	32
2.6 Problemstilling	32
2.6.1 Brytningen mellom teori og praksis.....	33
3.0 METODOLOGISKE BETRAKTNINGER.....	34
3.1 Selvbiografisk situering.....	34
3.1.1 Min historie	35
3.2 Metodologisk forankring	37
3.2.1 Fenomenologi	37
3.2.2 Reduksjon av kompleksitet	39
3.2.3 Eksistensielle tema	39
3.2.4 Kvalitativt design	40
3.2.5 Operasjonalisering av metode	41
3.2.6 Det semistrukturerte livsverdenintervjuet.....	41
3.2.7 Intervjusituasjonen.....	42
3.3 Vitenskapsetikk	42
3.3.1 Informert samtykke	43

3.3.2 Konfidensialitet	43
3.4 Vitenskapelige premisser	43
3.4.1 Validitet	44
3.4.2 Reliabilitet.....	45
3.5 Datainnsamling.....	46
3.5.1 Rekrutteringsprosessen.....	46
3.5.2 Utvalg	47
4.0 ANALYSE	48
4.1 Interpretative Phenomenological Analysis.....	48
4.1.1 Gjennomlesing og gjenntatt gjennomlesing	49
4.1.2 Innledende bemerkninger	49
4.1.3 Utvikling av fremtredende tematikk.....	50
4.1.4 Fremtredende tematiske forbindelser.....	50
4.1.5 Overgangen til neste subjekt	50
4.1.6 Forbindelser mellom de ulike subjektene	51
4.2 Kvalitativ fleksibilitet	51
4.3 Narrativ innføring	51
4.4 Mulige feilkilder.....	52
5.0 RESULTAT OG DISKUSJON	53
5.1 Oppbygging og fremstilling av empiri.....	54
5.1.1 Empirisk råmateriale	54
5.1.2 Beskrivelse av intervjupersonene	54
5.1.3 Innholdskategorier	57
5.1.4 Narrativ innføring	57
5.1.5 Oppsummerende inntrykk	58
5.1.6 Oppsummerende erkjennelser	59
5.2 Barndom og oppvekst.....	60
5.2.1 Kriminalitet	60
5.2.2 Å bli en av gutta	62
5.2.3 Spenningssøk	64
5.2.4 Å bli fryktet - å bli respektert	66
5.2.5 Rusmidler	68
5.3 Hverdag	71
5.3.1 Kosthold	71
5.3.2 Trening	72
5.3.3 Narsissisme	75
5.3.4 Kroppsbildeforstyrrelser	78
5.3.5 Disiplin	81
5.3.6 Isolering og distansering - et liv i forsakelse	83
5.3.7 Utbrenthet	85
5.3.8 Kontrollerende miljø	86
5.3.9 Rasjonaliseringsprosesser	88
5.3.10 Tilvenning og aksept	89
5.7 Selvrealisering	91
5.7.1 Steroider som modellering av eget liv	91

6.0 SÅ, HVORFOR DRIKKER JEPPE, OG HVORFOR DOPER DE SEG?	95
6.1 Kroppspresentasjon.....	95
6.1.1 Sosiale konsekvenser.....	96
6.1.2 Dopingmidlenes rolle	96
6.2 Kan bruk av dopingmidler også tolkes som et konstruktivt veivalg av intervjupersonene?.....	97
6.3 Hvorfor gjør vi som vi gjør?.....	98
6.3.1 Dopingmiljøet	98
6.4 Fremtidig forskning.....	99
6.5 Oppsummerende ord og personlige refleksjoner	100
LITTERATURLISTE	101
VEDLEGG	107
I. Prosjektgodkjenning NSD	107
II. Bekreftelse på godkjenning av utvidet prosjektvarighet.....	108
III. Samtykkeerklæring.....	109
IV. Intervjuguide	110
V. Godkjenning av tittelbruk	113
VI. Godkjenning av illustrasjonsbruk	114

1.0 Innledning

...Det er ingen hjerneforsker som har sett snurten av en tanke heller. Og det finnes ingen drømmeforsker som har sett et annet menneskes drøm. Det betyr ikke at det ikke finnes tanker og drømmer inni hodene til folk (Gaarder, 1993, s. 131).

Denne studiens idégrunnlag tar utgangspunkt i selvpoplevde erfaringer og undring over hvorfor vi mennesker gjør som vi gjør. Studien forsøker å binde sammen undring og vitenskap og å forstå dopingbruk sett fra et idretts-/helsepsykologisk perspektiv.

Stortingsmelding 30 med tittelen – “*Se meg! En helhetlig rusmiddelpolitikk*” gav dopingdebatten nytt politisk fokus (Stortingsmelding-30, 2012). Gjennom nevnte stortingsmelding kriminaliserte legemiddeloven fra 1. Juli 2013 erverv, besittelse og bruk av dopingmidler (Lovdata, 2013).

Denne lovendringen var med på å understreke viktigheten av en ny evaluering av situasjonen og gav en revurdering av samfunnets håndtering av dopingproblematikk. Denne samfunnspolitiske omdefineringen av dopingbruk løftet frem nye prioriteringer og kriminaliserte steroidebrukere. I dette samfunnsmessige brytningspunktet ble steroidebrukere tvunget til et juridisk sidebytte. Av denne grunn blir forskning spennende og relevant i denne fasen. Menneskelig meningsdannelse er ingen konstant men påvirkelig og foranderlig.

Majoriteten av den tilgjengelige dopingforskningen bygger i dag på kvantifiserte problemstillinger innenfor medisin eller samfunnsvitenskap (Bilgrei, 2013). Dette prosjektet danner derfor et viktig tilskudd til den tidligere forskningen gjennom å komplementere tallene. Denne studien bygger på problemstillinger som kan være med på å gi det kvantifiserte forskningsmaterialet et ansikt utad. Studiens formål er å bidra med forståelse og innsikt i steroidebrukerens livsverden. Praktisk fremstår studien som et formålstjenelig utgangspunkt for preventivt arbeid. Imidlertid vil praktiske implikasjoner for det forebyggende arbeidet ikke være denne studiens siktemål.

Som helhet er studiens hensikt å danne et bilde av enkeltindividets opplevelsesverden, hvordan den ser ut og hvordan vi kan forstå den. Prosjektets vitenskapelige data baserer seg på fem kvalitative intervjuer av steroidebrukere som alle har gjennomført flere steroidekurer.

Majoriteten av intervjupersonene hadde lang dopingerfaring og erfaring med bruk av flere ulike dopingmidler på samme tid. Sammensetningen av intervjupersoner var variert både i forhold til alder, livssituasjon, geografisk tilknytning og sivilstatus. Et fellestrekk var likevel deres tilknytning til et dopingnettverk og et liv som omhandlet og omkranset kroppsbygging, trening og et pågående kroppsprosjekt.

1.1 Disposisjon

I kommende kapittel gjøres det rede for dopingmidler. Innledningsvis som begrep, deretter farmakologisk, det vil si en kort innføring i medikamentelle og kjemiske egenskaper. Deretter gjøres det rede for dopingmidlenes historikk og utbredelse. I påfølgende kapittel gjøres det rede for studiens metodologiske vinkling, her belyses rekruttering av intervjupersoner, intervjuarbeid og operasjonalisering av empiriske undersøkelser. I kapittel fire fremlegges studiets analysearbeid. I kapittel fem fremlegges resultatene og de vitenskapelige betraktningene. Avslutningsvis fremlegges en konklusjon og et sammendrag av studiets innhold.

1.2 Avgrensning

Sosiologiske, filosofiske eller biomedisinske forklaringsmodeller er ikke denne studiens siktemål. Sentralt står den menneskelige livsverden og en skildring av denne. Studiet vil av denne grunn ikke gjøre rede for kausaliteter, men forsøke å fortelle en historie og gjennom denne gjøre teoretiske betraktninger og analyser.

Menneskeskildringer står sentralt, og formidling av både integritet og egenart i disse historiene har vært en rettesnor. Tanken er at formidling og fortolkning av det menneskelige gjøres formålstjenelig gjennom å illustrere dette usminket og ekte. Kvale og Brinkmann (2009) sier det på en treffende og spissfindig måte. Nevnte forfatter sier følgende:

"Det kvalitative forskningsintervjuet søker å forstå verden sett fra intervjupersonenes side. Å få frem betydningen av folks erfaringer og å avdekke deres opplevelse av verden, forut for vitenskapelige forklaringer, er et mål" (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 21).

2.0 Teoretiske betraktninger

"Jeg har stått foran speilet og sett meg selv inn i øynene. Så tenker jeg at jeg er en brønn som er så dyp at den ikke klarer å stirre ned i sin dypeste grunn" (Gaarder, 1993, s. 47).

Hovedfokuset i denne studien er hvordan et utvalg steroidebrukere presenterer seg gjennom kroppen, imidlertid er en grunnleggende forståelse for dopingmidler og deres farmakologi relevant. Derfor blir dette gjennomgått i korte trekk. En grunnleggende hermenautisk erkjennelse omhandler hvordan tolkning og forståelse gjøres gjennom å bryte ned en helhet i mindre meningsbærende enheter og at disse tilsammen kan forklare en helhet. Denne innsikten reflekteres også her, for å forstå den menneskelige tilværelsen som steroidebruker bør også forholdene rundt være kartlagt.

2.1 Hva er dopingmidler?

Doping som begrep benyttes i dagligtalen som en betegnelse på prestasjonsfremmende midler og medikamenter. Innenfor den organiserte idretten administreres det til enhver tid hvilke stoffer og metoder som er lovlig å benytte både i treningsarbeid og konkurransesammenheng av World Anti-Doping Agency (WADA). Nevnte organisasjon har en internasjonal struktur og består av et nettverk som koordineres på tvers av landegrensene for å fremme og overvåke antidopingarbeid. Antidoping Norge, er den norske WADA forgreningen. I tråd med WADAs føringer benytter Antidoping Norge en detaljert liste over stoffer som er forbudt i den organiserte konkurranseidretten (Antidoping-Norge, 2014). Prestasjonsfremmende midler og metoder kan kategoriseres på flere ulike måter. Med utgangspunkt i preparatenes bruksområde og funksjon er det hensiktsmessig å operere med en tredeling. De tre gruppene omfatter følgende: Vevsoppbyggende stoffer, herunder anabole androgene steroider, veksthormoner og peptidhormoner, sentralstimulerende stoffer som amfetamin og efedrin, og til slutt hemoglobinstimulerende midler og bloddoping.

På grunn av studiets rammer, men også datatilgang, vil denne redegjørelsen begrenses til kun å omhandle anabole androgene steroider. Anabole androgene steroider er også en fellesnevner for alle intervjupersonene som deltok i prosjektet, disse preparatene hadde samtlige deltagere dyperegående brukererfaringer med.

2.1.1 Hva er anabole androgene steroider?

Anabole androgene steroider er en samlebetegnelse for syntetisk fremstilte preparater som har til hensikt å etterligne effektene av det mannlige kjønnshormonet testosteron. Alle steroider med unntak av retinoinisyre er derivater av kolesterol (Barceloux & Palmer, 2013). Et derivat er et stoff med tilsvarende molekylstruktur som opphavsstoffet. De naturlige steroidehormonene deles i fire hovedkategorier: Androgener, kortikoider, østrogener og progesteroner (Barceloux & Palmer, 2013).

De anabole steroidene er syntetisk fremstilte androgener som har til hensikt å imitere det mannlige kjønnshormonet testosteron både i sin kjemiske struktur og i sin virkning. I dagligtalen benyttes ofte betegnelsen anabole steroider, eller bare steroider, men på grunn av stoffenes bilaterale egenskaper som både androgene og anabole benyttes betegnelsen anabole androgene steroider i faglitteraturen, dette forkortes ofte til; AAS. De androgene egenskapene omfatter katalyse av mannlige kjønnskaraktistika som økt kroppsbeholdning og senket stemmeleie (Hartgens & Kuipers, 2004). De anabole egenskapene stimulerer til økt proteinsyntese i muskulaturen (Hartgens & Kuipers, 2004). Vitenskapen har lenge forfulgt tanken om et preparat med utelukkende anabole eller androgene egenskaper, men dette har til nå ikke lyktes (Hartgens & Kuipers, 2004).

Det mannlige kjønnshormonet testosteron, som produseres i testiklene hos menn og i eggstokkene hos kvinner, er utgangspunkt for alle anabole androgene steroider (Barceloux & Palmer, 2013).

2.1.2 Historisk perspektiv

Anabole steroider ble opprinnelig utviklet som legemidler for å behandle tilstanden *Hypogonadisme* medisinsk (Barceloux & Palmer, 2013). Hypogonadisme er en tilstand hvor kroppen ikke selv er i stand til å produsere tilstrekkelig med testosteron for å opprettholde normal vekst og utvikling (Barceloux & Palmer, 2013). Det ble derfor utviklet og senere tilført syntetisk kjønnshormon som behandling av denne tilstanden. Tidligere har syntetiske steroider også blitt benyttet i behandling av human immundeficiency virus (HIV), anemi, metastatisk brystkreft, muskelatrofi og ulike depresjoner og psykoser (Barceloux & Palmer, 2013).

Å bruke stimulanter for å øke den fysiske prestasjonsevnen er likevel ikke noe nytt fenomen. I litteraturen finnes det spor som går helt tilbake til innføringen av den moderne tidsregning (Prokop, 1970). I det antikke Hellas benyttet grekerne ulike varianter av sopp og sesamfrø i håp

om å øke sin fysiske yteevne. Gladiatorene i det gamle Romerriket brukte urtedrikker som skulle øke deres utholdenhet og fokus i kamp, og urinnvånerne fra Sør-Amerika drakk te fremstilt av Coca-blader for å fortrenge sultfølelse på jakt eller under religiøse seremonier (Barland & Tangen, 2009; Prokop, 1970).

2.1.3 Dopingbruk innenfor den organiserte idretten

I den moderne idretten har det blitt dokumentert bruk av prestasjonsfremmende midler siden tidlig på 1900-tallet (Bowers, 2002). Parallellt med fremveksten av den moderne idretten vokste det også frem en systematisk utprøving av stimulanter som kokain, amfetaminer, stryknin, alkohol, etere og nitroglyserol i søket etter økt prestasjonsevne (Bowers, 2002). I dag er anabole steroider, den mest brukte prestasjonsfremmende stimulanten i de olympiske leker (WADA, 2012; Prendergast, Bannen, Erickson, & Honore, 2003) testosteron og nandrolon er preparatene som er mest brukt viser tall fra WADA (WADA, 2012; Saudan, Baume, Robinson, Avois, Mangin, & Saugy, 2006).

Bruken av anabole steroider fikk sitt gjennombrudd på 1950-tallet i forbindelse med innføringen av methandrostenolone (Dianabol), et legemiddel brukt i behandlingen av hypogonadisme (Barceloux & Palmer, 2013). World Games i Moskva 1956 regnes av mange som dopingmidlenes store inntog i den organiserte idretten (Ellender & Linder, 2005). Historisk var dette en tid hvor konflikten mellom øst og vest var en pågående stillingskrig og som en konsekvens av denne polariseringen ble idretten en viktig arena for å vise styrke. I den forbindelse eksperimenterte både sovjetiske og amerikanske utøvere med bruk av hormoner (Ellender & Linder, 2005). Med et slikt historisk bakteppe kan det virke ironisk at det amerikansk utviklede preparatet Dianabol i dag innen kroppsbyggemiljøet ofte omtales som: *Russere*. Dette er på grunn av stor produksjon og omsetning verden over av piller produsert illegalt i Russland og disse er dermed merket med kyrillisk skrift.

De anabole steroidenes inntog fortsatte gjennom 60-,70- og 80-tallet spesielt innen friidrett og andre eksplosive styrkekrevede idretter (Barceloux & Palmer, 2013). Avsløringer etter Sovjetunionens fall viser hvordan østtyske utøvere systematisk ble dopet med aksept fra staten (Franke & Berendonk, 1997).

Oppgjøret kom først i 1964 da den internasjonale olympiske komité (IOC) enstemmig vedtok et forbud mot dopingbruk i den organiserte idretten (Bowers, 2002). I 1974 vedtok IOC å forby bruk av anabole androgene steroider og i den forbindelse ble raffinerte testmetoder tatt i bruk i jakten på bedrageri (Brooks, Firth, & Summer, 1975).



2.1.3.1 Dopingstatistikker

I følge Antidoping Norges årsrapport (2013) ble det totalt gjennomført 2822 dopingprøver i det nasjonale kontrollprogrammet, 2008 urinprøver og 814 blodprøver. Idrettene ski, fotball, friidrett og sykkel er de grenene med flest positive prøver i 2013 på nasjonalt nivå (Antidoping-Norge, 2013).

Internasjonalt ble det gjennomført 267,645 prøver av World Anti-Doping Agency i 2012, av disse var 4,723 positive henholdsvis 1.76% (WADA, 2012). Av de positive prøvene utgjør anabole androgene steroider den suverene majoritet med over 50 prosent. Henholdsvis plassert som nummer to og tre ligger; stimulanter med 15,5 prosent og cannabinoider med 9 prosent (WADA, 2012).

Den største andelen av de anabole steroidene som benyttes i idretten er syntetiske derivater av testosteron, 55,5%. Muskelbyggende medikamenter som stanozolol eller winstrol, plasseres henholdsvis som nummer to med 11,1% og nandrolon eller deca durabolin som nummer tre med 9,4% (WADA, 2012).

³ Illustrasjon av Torger Kjersem (se vedlegg 6)

Citius - altius - fortius

Historisk fremheves ofte Ben Johnsons olympiske gullmedalje som selve manifesteringen av de enorme kreftene som potensielt sett ligger i bruk av dopingmidler. TV-bildene av Johnsons muskuløse kropp som entrer startblokken før startskuddet i bane seks på 100-meter finalen i Seoul 1988 har gått verden rundt. Ben Johnson løp den gangen på den historiske tiden 9.79 sekunder, men ble senere avslørt som juksemer. Imidlertid hadde han vist for verden at han var større, sterkere og raskere.

Verdens øyne er rettet mot idrettsheltene, først og fremst mot den største og sterkeste. Loland (2002) diskuterer påvirkningen mellom samfunnet og idretten. Nevnte forfatter drøfter hvordan samfunnet påvirkes gjennom idrettens vinnerdyrking. Tännsjö (1998) hevder at vinnerdyrkelsen også gjenspeiles i samfunnet gjennom forakt for de svakerestilte. Poenget her er ikke å drøfte sosiologi, men å understreke at idretten er et utstillingsvindu for prestasjon og en arena for heltedyrkelse og at anabole steroider også har sin plass i dette utstillingsvinduet.

2.1.4 Dopingbruk utenfor den organiserte idretten

I stortingsmelding 30 omtales dopingbruk som et samfunnsproblem (Stortingsmelding-30, 2012). Stortingsmeldingen uttrykte et mobiliseringsbehov i kampen mot doping i samfunnet, og det fremgår en slags indirekte advarsel om at dopingbruk er et tiltagende fenomen. Det nøyaktige utbredelsen vil bli presentert i kapitlet som omhandler omfang. Poenget er imidlertid at et slikt politisk engasjement kan tyde på at doping er en virksomhet med stor utbredelse.⁴



⁴ Illustrasjon av Torger Kjersem (se vedlegg 6)

Bruk av doping er spesielt utbredt i kroppsbygger-og fitnessmiljøer, og man kan ved et enkelt internettsøk oppsøke forumer hvor dopingmidler og dopingbruk diskuteres åpent (Bilgrei, 2013). Ifølge Kripos (2011) og Bilgrei (2013) organiseres omsetning av dopingmidler utenfor den organiserte idretten via tre kanaler, kjøp og salg på internettforum med norsk administrasjon, distribusjon internt i private undergrunnsnettverk og bestillinger fra internasjonale nettbaserte butikker (Bilgrei, 2013). Dopingmidler representerer av denne grunn med stor sannsynlighet omfattende summer og markedskrefter i det skjulte (Bilgrei, 2013; Kripos, 2011). Dette vil også belyses under overskriften omfang.

2.1.5 Treningssenteret – en verden i seg selv

En viktig dimensjon i forståelsen av både omsetningen og sosialiseringen inn i et dopingmiljø er forståelsen av kroppsbyggerkulturen og *treningssenter- eller gymkulturen*. Gymmet eller treningssenteret er selve knutepunktet hvor kroppsbyggerene møtes for å trene og for å møte likesinnede. Gymmet blir derfor et viktig referansepunkt for en kroppsbygger. Andrews a mfl. (2005) omtaler treningssenteret som en læringsarena, både i forhold til trening, men også i forhold til kroppsbyggerlivet. I kroppsbyggermiljøene er det en kultur for å utveksle kunnskap og erfaringer og på denne måten lærer unge gutter å bli kroppsbyggere gjennom tilstedeværelsen på treningssenteret (Andrews, Sudwellb, & Sparkesb, 2005).

Treningssenteret som kroppsbyggerens knutepunkt omtales også av Sassatelli (1999; 2010). Forfatteren omtaler det som en boble og en slags verden i seg selv med egne sosiale koder og normer (Sassatelli, 1999; 2010). Barland og medforfattere understreker hvordan den harde treningen, diettene og dopingbruken skaper en sosial struktur i miljøene, og at denne strukturen også i stor grad binder miljøene sammen (Barland, Tangen, & Johannesen, 2010). Klein (1993) omtaler denne subkulturen og den altopplukkende livsstilen på en spissfindig og treffende måte. Forfatteren sier følgende:

So the huge man coming to train four times a week who has a family and a job as a fireman will be perceived as marginal to the core community. It's when you take just any job that supports your training that bodybuilding becomes the most important thing in your life; this qualifies you for membership in the core community (Klein, 1993, s. 30).

Meland og Hoff (2013) gjennomførte en undersøkelse for uteseksjonen i Stavanger basert på samtaler med utvalgte målgruppeinformanter og ansatte på treningssentre. I denne undersøkelsen oppgir forfatterne at henholdsvis mellom 30 og 50 prosent av de som trener på mindre treningssentre bruker dopingmidler. Fra et slikt perspektiv blir internsosialiseringen

synliggjort gjennom tallene, dopingmidlene er med på å skape en slags konformitet og identitet som kroppsbygger og subkulturen synliggjøres i denne statistikken.

2.1.6 Forbindelsen mellom bruk av dopingmidler og rusmidler

Bruksmønsteret hos steroidebrukere omtales i litteraturen som svært varierende (Barceloux & Palmer, 2013). Alt fra doser, sykluser og hvilke preparater som benyttes representerer store sprik og stor variasjon. En fellesnevner er imidlertid polyfarmasi; å benytte flere preparater på samme tid for å oppnå en cocktaileffekt. Dette gjøres av to grunner, enten for å skape en medikamentell synergieffekt, eller for å forsøke å benytte et preparat som en moderator for å hemme bivirkninger av et annet (Evans, 2004).

Evans (2004) fremlegger i sitt studie at opp mot 90% av steroidebrukere også benytter andre typer medikamenter for å komplementere effekten av steroidene, her nevnes spesielt insulin, tyroksin og diuretika (Evans, 2004). Denne multifarmakologien er i seg selv et sjansespill når det kommer til de såkalte prestasjonsfremmende dopingmidlene, men det viser seg også at bruk av muskelbyggende dopingmidler korreleres med bruk av rusmidler (Barland & Tangen, 2009). Til tross for en sannsynlig sammenheng mellom bruk av muskelbyggende dopingmidler og rusmidler, er det vanskelig å peke på hvilken av de to som leder til den andre. Barland og Tangen (2009) understreker at dopingbrukere også er større forbrukere av tobakk, alkohol og narkotika enn den øvrige befolkning (Barland & Tangen, 2009). Litteraturen poengterer dermed en forbindelse mellom bruk av muskelbyggende dopingmidler og rusmidler, imidlertid, er denne forbindelsen likevel uklar.

2.1.7 Virkning

Hormonsystemet eller det *endokrine system*, fungerer ved at signalstoffer, *hormoner*, transporteres via blodbanen til alle deler av kroppen. Et hormon påvirker likevel ikke alle celler i kroppen, kun de som har mottakere (*reseptorer*) for hormonet, kan ta imot informasjon fra dette (Haug, Sand, & Sjaastad, 1992).

De syntetiske hormonene har på samme måte som de naturlige hormonene med seg informasjon som søker en bestemt målcelle. Dette kan sammenliknes med et brev som sendes til en bestemt mottaker. I denne målcellen endres cellens funksjon på bakgrunn av informasjon fra signalstoffet. Ved bruk av anabole androgene steroider stimuleres proteinsyntesen til økt aktivitet, samtidig som det er indikasjoner som kan tyde på at den økte proteinsyntesen også skaper en bedre nitrogenbalanse i muskulaturen, som igjen er en viktig del av oppbygning- nedbrytningssyklusen i muskulaturen (Reilly & Orme, 1997).

AAS har også trolig en antikatabol effekt ved sin evne til å inngå i en antagonistisk forbindelse med glukokortikoide reseptorer, og slik hemme reseptorens evne til opptak av kortisol. Dermed hemmes muskelnedbrytning og steroidene får en slags indirekte anabol effekt, høyst sannsynlig vil dette gi brukeren mulighet til å trene oftere på en høyere intensitet enn det man ellers ville være i stand til. Totalsummen av disse effektene utgjør en massiv anabol effekt som manifesteres i form av styrkeøkning, muskelvekst og raskere restitusjon (Reilly & Orme, 1997).

Konsekvenser av dopingbruk

Ved kartlegging av konsekvenser av steroidebruk er det spesielt viktig å merke seg to momenter. På den ene siden at mengdene muskelbyggende medikamenter som benyttes for prestasjonsøkning er langt høyere enn når det benyttes i medisinsk sammenheng (Barceloux & Palmer, 2013). Nevnte forfatter dokumenterer brukerdoser på over hundre ganger terapeutisk mengde. På den andre siden det faktum at det finnes et relativt begrenset datamateriale med oversikt over langtidseffekter ved steroidebruk. Av denne grunn har empirien sine begrensninger når det kommer til det å ha en fullstendig oversikt over både virkninger og bivirkninger av preparatmisbruk.

2.1.7.1 Fysiologiske bivirkninger

Ved bruk av anabole androgene steroider påvirkes kroppen på en måte som kan medføre både fysiske og psykiske problemer (Haug, 2013). I den forbindelse er det viktig å understreke at ikke alle bivirkninger er like målbare eller lette å fange opp gjennom forskning. Spesielt de sosiale konsekvensene steroidebruk kan medføre er utfordrende å dokumentere. Flere studier understreker påvirkning av hjerte- og karsystem og økt risiko for koronarsykdom (Vanberg & Atar, 2010; Halvorsen, Thorsby, & Haug, 2004; Barceloux & Palmer, 2013 mfl.). Andre viser til skader på lever og nyrer, samt redusert egenproduksjon av mannlig kjønnshormon og i noen tilfeller sterilitet (Haug, 2013). Fet hud, kviser, hårtap og strekkmerker er også svært vanlige fysiske bivirkninger (Haug, 2013).

2.1.7.2 Psykologiske bivirkninger

Ethvert preparatmisbruk vil også innebære en form for psykologisk påvirkning. Denne påvirkningen er svært sammensatt, og faktorer som predisposisjoner og mental tilstand er utslagsgivende (Barceloux & Palmer, 2013). Nevnte forfattere fremhever at ingen storskala epidemiologiske studier har bekreftet et årsaksforhold mellom misbruk av anabole androgene steroider og alvorlige psykiatriske komplikasjoner, men forfatteren fremhever likevel en sannsynlig sammenheng mellom hormonbruk og manier, aggresjonsproblemer og irritabilitet.

Haug (2013) omtaler påvirkning av hjernen ved bruk av anabole androgene steroider, og benytter dette som utgangspunkt for forklaring av de psykologiske bivirkningene. Ved bruk av anabole steroider stimuleres hjernens belønningssystem og brukeren opplever derfor en rusliknende følelse av velvære (Haug, 2013).

2.1.7.3 Sosiale konsekvenser

Det kan være lett å glemme de sosiale konsekvensene av dopingbruk, da fokuset ofte rettes mot fysiologisk eller mental påvirkning. I denne sammenheng er det viktig å være klar over at steroidebrukerens kroppsprosjekt i mange tilfeller blir en altoppslukende livsstil som dominerer tilværelsen fullstendig (Andrewsa, Sudwellb, & Sparkesb 2005). En av intervjupersonene i studiet administrert av Andrewsa og medforfattere (2005) sa følgende:

You've got to be selfish to be a bodybuilder. Even when you've got a family, you have to put yourself before your family. I'm never satisfied. She (his wife) actually left me on the grounds of bodybuilding. When I was competing last, I became so obsessed, so selfish you know that I don't blame her I did take things that I wouldn't normally take. Very androgenic steroids that make you aggressive, plus dieting makes you aggressive, very uptight, moody you know. At the time I couldn't give a shit about my wife. Even though it hurts me to say it, at the time I couldn't give a shit about my little boy, all that I cared about was my next shot, my food, I mean, one time she cooked my food wrong, my fish, so I picked it up and threw it across the room at her (Andrewsa, Sudwellb, & Sparkesb , 2005, s. 886).

Intervjupersonen sa videre:

You can't build a career, if it's a serious career, and be a bodybuilder at the same time. It just takes too much out of you. I only train three times a week but on the days off I'm preparing for the next day, stuffing my face. On days off I don't think about work, its 'OK legs tomorrow night and chest on Wednesday'. All weekend you're thinking, 'I don't want to do this because I'm training on Monday'. I mean, I consider during the day to be my resting period. I go to work and earn a wage but it's a resting period for the build up to the serious stuff that night. I just could not have a serious effort towards a serious career and all the thinking that has to go into it, and then expect to walk into the gym and be totally motivated to building muscles. Bodybuilding has really overflowed into other aspects of my life more then anything else I've ever done (Andrewsa, Sudwellb, & Sparkesb , 2005, s. 886-887).

Livet blir for den dedikerte kroppsbyggeren med andre ord et kappløp med tiden for å rekke alle gjøremål som omhandler kropp, trening og kosthold. Hos mange vil denne tilværelsen innebære en nedprioritering av relasjoner som ikke er tilknyttet treningsnettverket. Kostnadene er også store og dopingmidlene omsettes illegalt. Derfor vil enhver form for dopingbruk kreve en form for deltagelse i den kriminelle økonomi. Omsetning eller andre kriminelle handlinger er også en måte å finansiere videre bruk for mange dopingbrukere (Haug, 2013).

Kombinasjonen av å stadig prioritere treningsnettverk og samtidig nedprioritere andre relasjoner, omtales av Haug (2013) som en mulig katalysator for sosial isolasjon og over tid sosiofobiske lidelser. På denne måten blir også Sassatellis (1999) betegnelse treningscenteret – *en verden i seg selv*, en god beskrivelse av dynamikken som bevirker i et kroppsbyggermiljø.

2.1.8 Omfang

Ifølge hovedorganisasjonen Virke (2012) var det ved utgangen av 2012, 725 treningscentre i Norge med til sammen nesten 800 000 medlemmer. Dette utgjør en andel på 22,5 prosent av den norske befolkningen som er registrert medlem ved et kommersielt treningscenter (Virke, 2012). Ifølge Kulturdepartementet (1999) innrømmer 2% av disse dopingbruk. Likevel er det gjort flere undersøkelser (Barland & Tangen, 2009; Kulturdepartementet, 1999) som kan tyde på et sannsynlig misforhold mellom prevalensstudier av dopingbruk og signaler fra politi, toll og helsevesen (Sandøy, 2013). Kvantitative undersøkelser (Barland & Tangen, 2009; Kulturdepartementet, 1999, mfl.) omtaler doping utenfor den organiserte idretten som et lavfrekvent fenomen, likevel kan tall fra de ovenfornevnte organer indikere noe annet (Sandøy, 2013).

Det er flere grunner til at et slikt misforhold oppstår. På den ene siden at de fleste rapportene er basert på selvrapporing (Kulturdepartementet, 1999). På den andre siden at lavfrekvente fenomen som dopingbruk kan være vanskelig å favne i store undersøkelser (Barland & Tangen, 2009; Kulturdepartementet, 1999, mfl.). For det andre er det ikke nødvendigvis slik at større beslagstall hos politet og tollvesenet i seg selv er en prediktor for økende virksomhet. De økte beslagstallene kan også indikere bedre treffsikkerhet hos politi og tollvesen eller opptrappert ressursbruk i nevnte organer. Tallene er ikke ensbetydende med eskalering av omsetning (Sandøy, 2013). For det tredje er det faktum at doping representerer en del av en illegal industri og virksomhet i seg selv en faktor som gjør det vanskelig å tallfeste konkret (Kulturdepartementet, 1999).

2.1.8.1 Beslaglagte dopingmidler

Fra et kvantitativt ståsted har antall beslaglagte dopingmidler forholdt seg relativt stabilt de siste ti årene (Sandøy, 2013). Imidlertid er det ikke bare totalsummen av beslaglagte midler som er av interesse, men også bestanddelene i beslaget. I statistikkene kan vi spore en tydelig nedgang i anholdte piller, på samme tid indikerer tallene en klar økning i inndratt anabolt virkestoff eller *renstoff* (Sandøy, 2013; Stortingsmelding-30, 2012).

Renstoff benyttes for å fremstille dopingmidler, og det er derfor en sannsynlig antagelse basert på tallene, at produksjon og omsetning av dopingmidler er en tiltagende industri med stort økonomisk potensiale i Norge per i dag (Sandøy, 2013).

2.1.8.2 Utbredelse i Norge

Ifølge Statens institutt for rusmiddelforskning og deres siste litteraturstudie (Sandøy 2013) ligger langtidsprevalensen for bruk av anabole androgene steroider på omtrent 2% i Norge. Tallene Sandøy (2013) fremlegger innenfor kategorien ungdom i alderen 15-20 år, har 0,9 prosent av guttene og 0,3 prosent av jentene brukt AAS. Blant unge voksne i alderen 21-30 år, har 3,0 prosent av guttene og 0,1 prosent av jentene brukt AAS.

Disse tallene samsvarer med resultatene fra undersøkelsen som Barland og Tangen gjennomførte i 2008 (Barland & Tangen 2009). Her oppgir 2,9 % av guttene og 1,0% av jentene enten å bruke eller å ha brukt dopingmidler tidligere. Til tross for at tallene varierer noe, er det en klar tendens at frekvensen er betydelig høyere hos menn enn hos kvinner (Sandøy, 2013; Barland & Tangen 2009).

Selv om dopingforekomsten ifølge litteraturen er relativt lav for normalbefolkningen, er det sannsynlig å anta at den reelle forekomsten er høyere, satt i sammenheng med det ovenfornevnte (Sandøy, 2013; Kulturdepartementet, 1999).

2.1.9 Tidligere forskning i Norge

Barland og kolleger (2009) gjorde i 2008 en omfangsundersøkelse med utgangspunkt i sesjonsregisteret i Norge. Her var hensikten å kartlegge dopingbrukets prevalens hos unge menn og kvinner og samtidig se på omkringliggende forhold som bruk av rusmidler, trenings- og kostholdsvaner. Undersøkelsen hadde et utvalgt bestående av 4 464 menn og 838 kvinner. I denne undersøkelsen oppgir 2,9% av de mannlige deltagerne å ha brukt dopingmidler tidligere og henholdsvis 1% av de kvinnelige deltagerene.

Barland og kolleger (2010) danner det kvalitative motstykket til omfangsundersøkelsen. Dette prosjektet bygger på 27 dybdeintervjuer av menn i alderen 18-29 år. Rapporten baseres i større grad på opplevelser og erfaringer fra dopingbrukere og dopingbrukets meningsdannelse. Nevnte studie er også fenomenologisk vinklet, men er i mindre grad narrativt strukturert og det bygger i større grad på dopings meningsdannelse og rasjonalisering.

Sandøy (2013) publiserte i 2013 et metastudie basert på fire nasjonale undersøkelser med utgangspunkt i bruk av anabole androgene steroider i befolkningen. Sandøy (2013) fremlegger tall mellom 1 og 2 % i undersøkelsene som presenteres. Rapporten samsvarer med tidligere undersøkelser når det kommer til fordeling på kjønn og dokumenterer størst forbruk i den mannlige delen av befolkningen.

Meland og Hoff (2013) gjennomførte for uteseksjonen i Stavanger en undersøkelse med sentralt siktemål å kartlegge omfang og bruk av muskelbyggende medikamenter hos gutter og menn fra 16 til 20 år. Undersøkelsen baserer seg på samtaler med utvalgte nøkkelpersoner fremfor tradisjonell kvantitativ tilnærming. Basert på samtaler med utvalgte målgruppeinformanter og ansatte på treningssentre, hevder forfatterene at mellom 5 og 10 prosent av de som trener på kommersielle treningssentre bruker dopingmidler. Forfatterene sier videre at tallene er henholdsvis mellom 30 og 50 prosent for de som trener på mindre sentre.

Bilgrei (2013) gjorde et kvalitativt studie av 15 mannlige steroidebrukere. Denne studien ser ikke på forekomst, men kvalitative problemstillinger som omhandler menneskene bak dopingmidlene. Bilgrei (2013) understreker påvirkningen fra sosialiseringkreftene i et steroidemiljø, denne dimensjonen konfirmeres også i dette forskningsprosjektet.

2.2 Teoriforankring

En menneskelig livsverden er mangedimensjonal, og kan derfor betraktes fra flere innfallsvinkler og belyses gjennom svært mange ulike teoretiske perspektiver. I denne studien er formålet å forsøke å forstå og fortolke menneskelig atferd og handlingsrom. Av denne grunn fremstår selvbestemmelsesteorien som formålstjenelig (Horn, 2008). Selvbestemmelsesteorien er forankret i den idrettspsykologiske tradisjonen og teorien danner et viktig bidrag til forskningsmassen som betrakter motivasjonelle faktorer i prestasjonssammenhenger (Horn, 2008). Imidlertid poengterer Deci & Ryan (2002) at teorien også er svært formålstjenelig for å beskrive sosial utvikling og psykologisk funksjon (Horn, 2008; Deci & Ryan, 2002).

2.2.1 Selvbestemmelsesteori

Selvbestemmelsesteoriens sentrale siktemål er en redegjørelse av de omkringliggende forhold som påvirker menneskelig væremåte (Deci & Ryan, 2002). Personlig vekst og velvære er kjerneområder i teorien, og fokus rettes mot hvordan menneskets drivkrefter kanaliseres i møte med omverdenen står sentralt (Deci & Ryan, 2002).

Denne forståelsen av menneskesinnet plasserer teorien innenfor den humanistiske psykologien. Imidlertid danner behovskonseptet også en kobling til behavioristiske perspektiver. Teorien kan derfor plasseres i et tenkt brytningspunkt mellom den humanistiske psykologien og den behavioristiske psykologien, fordi den konsentreres rundt menneskelige behov men også menneskelig bevissthet (Deci & Ryan, 2002). Selvbestemmelsesteorien omtales ofte som en motivasjonsteori, nettopp fordi den omtaler hvordan vi søker tilfredsstillelse av noen grunnleggende universelle behov. Imidlertid ser jeg dette som et forenklet og unyansert bilde av teoriens idégrunnlag. Deci og Ryan (2002) sier følgende: *"SDT begins by embracing the assumption that all individuals have natural, innate, and constructive tendencies to develop an ever more elaborated and unified sense of self"* (Deci & Ryan, 2002, s. 5).

Teorien presiserer og understreker menneskets iboende driv til å søke harmoni med de sosiale omgivelsene, og gjennom et velfungerende samspill med omgivelsene oppleve sin egen karakter som funksjonell og samstemt. Vi kan med andre ord forstå teoriens grunnsyn som et rammeverk for forståelsen av de faktorer som påvirker menneskets tilværelse i forhold til personlig vekst og utvikling, og dermed også velvære (Deci & Ryan, 2002). Teorirammeverket understreker den sosiale kontekstens fasiliterende egenskaper. Konteksten som til enhver tid omkranser individet, kan både fungere som fremmede og hemmende for den potensielle veksten og utviklingen (Deci & Ryan, 2002).

Selvbestemmelsesteorien omtales på en lettfattelig og håndfast måte av Horn (2008) som et teoretisk rammeverk som illustrerer drivkreftene i den menneskelige motivasjonen. Menneskets vekstorienterte natur aktualiserer drivkrefter, og retningen på disse kreftene bestemmes av den sosiale kontekstens evne til å realisere individets vekstpotensial.

En av grunnpilarene i selvbestemmelsesteorien er *behovskonseptet*. Behovskonseptet omhandler idéen om at alle mennesker søker tilfredsstillelse av allmenngyldige universelle behov (Deci & Ryan, 2002). Teorien omtaler et menneskelig iboende motiv for å søke tilfredsstillelse av grunnleggende mentale behov på lik linje med biologiske primærbehov som ernæring og søvn (Deci & Ryan, 2002). Dette konseptet er med på å definere menneskelig adferd og gjør det menneskelige sanseapparatet likeartet, og vi kan på denne måten anta at menneskelig adferd og oppførsel på noe plan er sammenfallende. Ifølge teorien har vi mennesker en medfødt indre drivkraft til å søke tilfredsstillelse av tre universelle behov. Behovene er uttrykt og gjennom begrepene; *kompetanse, tilhørighet og autonomi* (Deci & Ryan, 2002).

En slik teoretisering og begrepsliggjøring vil alltid innebære en slags forenkling av virkeligheten. Selvbestemmelsesteorien har blitt kritisert for nettopp dette; å være allmenngyldig og dermed universell og generaliserende. Likevel kan den være med på å skissere en retning på hvordan vi kan forstå indre motivasjon og drivkreftene bak; *hvorfor vi gjør som vi gjør* (Deci & Flaste, 1995). I det kommende vil jeg ved hjelp av teori bryte ned og se nærmere på nevnte behov.

2.2.1.1 Kompetanse

Kompetansebehovet defineres som et kontekstuellet behov som uttrykkes ved et velfungerende samspill mellom individ og miljø, i den forstand at individet søker utfordringer og på denne måten demonstrerer både kunnskap og ferdighet gjennom disse gjøremålene (Deci & Ryan, 2002). Kompetansebehovet forstås likevel ikke som en tillært ferdighet, men den selvopplevede troen på at egne ferdigheter fungerer i et effektivt samspill med omgivelsene (Deci & Ryan, 2002).

Satt i sammenheng kan en kroppsbygger eller steroidebruker demonstrere sin kompetanse gjennom den muskuløse kroppen. Den bygde kroppen gir anerkjennelse i miljøet og den manifesterer på denne måten individets ferdighet. Kompetansen forstås dermed som kontekstbundet og den knyttes til individets referansegruppe.

2.2.1.2 Tilhørighet

Tilhørighetsbehovet forstås som en den subjektive fornemmelsen av å være innlemmet i en sosial kontekst som oppleves som meningsfull og verdifull (Deci & Ryan, 2002). Forfatterene understreker også at individet ønsker å være av betydning for denne gruppen, og at det er en vesentlig del av det menneskelige tilhørighetsbehovet (Deci & Ryan, 2002).

Det er vesentlig at forbindelsene ikke skal ikke være motivert utfra en agenda om et bestemt utfall som status eller tilsvarende. Tilknytningen skal kun reflektere følelsen av å være en del av et fellesskap, en sosial enhet (Deci & Ryan, 2002).

I et kroppsbyggermiljø kan kroppsbyggeren oppelpe tilhørighet gjennom å få mulighet til å demonstrere kompetansen sin og å bli satt pris på. Tilhørigheten skal ikke baseres på kompetansedemonstrasjonen, men det faktum at han eller hun får mulighet til å demonstrere kompetanse, og på denne måten opplever tilknytning og det å være av betydning for referansegruppen, uttrykker tilhørighetsaspektet.

2.2.1.3 Autonomi

Autonomibehovet springer ut fra selve kjernen i teoriens behovskonsept og gjør den teoretisk forenelig med den humanistiske psykologien (Deci & Ryan, 2002). Menneskets bevissthet er viljestyrt, og ethvert individ ønsker å bestemme veivalg i eget liv⁵. Vi ønsker som mennesker selv å definere vår tilværelse, og dermed hvilke beslutninger som skal gjøres. Derfor er et grunnleggende mentalt behov å være styrmann i eget liv, å være selvbestemt (Deci & Ryan, 2002). Forståelsen av mennesket som meningssøkende og genuint selvbestemt gjør selvbestemmelsesteorien teoretisk forenelig med den humanistiske psykologien (Lynch, La Guardia, & Ryan, 2009; Passer & Smith, 2004).

Deci og Ryan (2002) understreker at autonomibegrepet ikke må forveksles med uavhengighetsbegrepet i den forstand at autonomi ikke nødvendigvis innebærer en markert avstand fra eksterne kilder eller ytre påvirkning. Forholdet mellom selvbestemthet og uavhengighet defineres derfor ikke som antagonistisk, men som komplementært. Autonomi kan derfor innebære elementer av både avhengighet og løsrivelse. Autonomibegrepet tilnærmes dermed som et motiv som manifesteres gjennom våre valg og beslutninger, ikke som en opplevet tilstand (Deci & Ryan, 2002).

⁵ I tilknytning til definisjonen av autonomiperspektivet ser jeg det som relevant å presisere begrepet selvbestemt. Selvbestemthet omhandler i denne forbindelse en dyperegående forståelse av det selvdrevne, det å være en igangsetter for valg og retning innebærer også en ansvarliggjøring av valgene som gjøres.

Den autonome kroppsbyggeren er selv opphavet til beslutningene som gjør ham til en kroppsbygger. Steroidebruket og treningsdisiplinen blir for den autonome kroppsbygger knyttet til det vekstoriente menneske, og det kan knyttes til det vekstoriente mennesket som ønsker å realisere potensialet sitt.

Behovtilfredsstillelse et mål for psykisk velvære

Deci og Ryan (2002) poengterer at det er essensielt å skille de ovenfornevnte behovene fra drifter eller ønsker. Forfatterene fremhever at drifter eller ønsker kan bidra redusert psykisk velvære. Drifter eller ønsker kan distrahere individet og på denne måten kan det oppstå kompensatoriske motiv eller behovssubstitutter. Disse etterligningene kan overskygge tilfredsstillelse av mentale basisbehov og dermed undergrave velvære (Deci & Ryan, 2002). Forfatterene sier følgende: *"some motives may distract people from activities that could provide basic need fulfillment and thus detract from their well-being"* (Deci & Ryan 2002, s. 8).

Behovskonseptet innebærer kort sagt universelle behov som er gyldige for alle mennesker, og danner dermed en viktig bærebjelke for ethvert individs personlige vekst og utvikling. Teorien lokaliserer på denne måten forbindelsen mellom sosial funksjon og psykologisk velvære. Guardia og Ryan (2007) sier følgende:

As we understand more and more about the dynamic factors that move people to act either in accord with, or in contrast to, their abiding tendencies, we suggest the critical role played by psychological needs. It seems ever more clear that contexts that support autonomy and thus allow one to be oneself are those that allow people to exhibit their trait selves, and it is in such circumstances that people are able to function and experience well-being most optimally (Guardia & Ryan 2007, s. 1224).

2.2.2 Internalisering

Selvbestemmelsesteorien benytter begrepet *internalisering* om hvordan summen av de omkringliggende miljøets drivkrefter er med på å forme individet (Deci & Ryan, 2002). Denne adaptasjonsprosessen er teoretisk forenelig med begrepet *sosialisering*, og omhandler en begrepsfesting av impulser som påvirker individet i samspill med miljøet rundt.

Deci og Ryan (2002) omtaler internaliseringsprosessen gjennom tre stadier eller nivåer. Innledningsvis omtales innovervendt regulering (introjected regulation). Dette stadiet omtales som en delvis internalisering, der individet regulerer adferden for å oppnå sosial aksept og med dette unngå en nedvurdering av eget selv. Gjennom påfølgende stadie følger en selvregulering

av internaliseringsprosessen. Selvreguleringsprosessen avgjør om de erfarne verdieneoppfatningene samsvarer med selvets normer. Dette nivået omtales som identifisert regulering (identified regulation). Avslutningsvis omtales prosessens viktigste nivå, nemlig integrert regulering (integrated regulation). På dette stadiet utvikles persepsjonen av de nye holdningene, verdiene og adferdene og de forenes med selvet og skaper med dette et nytt kongruent selv (Deci & Ryan, 2002).

Satt i sammenheng kan en forklaringsmodell som illustrerer et individs vei inn i et kroppsbyggermiljø konkretisere nivåene. I møte med et nytt miljø vil ethvert individ forsøke å identifisere seg med normene og verdiene som aktualiseres. Sammenlikning av egen verdioppfatning og det nye miljøets verdier vil representere individets første møte. Dette begrepsliggjøres gjennom identifies regulation. Deretter katalyseres internaliseringsprosessen gjennom integrert regulering, den nye persepsjonen forenes i denne prosessen med eget selv.

Hogg og Vaughan (2005) omtaler George Herbert Meads teorier om sosial interaksjonisme. Nevnte forfatter sier følgende: *"Mead believed that society influences individuals through self-conception, and that self-conception arises and is continually modified through interaction between people"* (Hogg & Vaughan, 2005, s. 117).

Hvordan vi uttrykker oss og hvordan vi oppfatter oss selv forstås dermed som et produkt av sosialiseringkrefter. Vi ser og forstår oss selv gjennom andre (Hogg & Vaughan, 2005). Dette mellommenneskelige samspillet blir analogisk betegnet som *The looking-glass self* eller speilingsselvet (Hogg & Vaughan, 2005). Vi speiler oss i våre omgivelser og tilpasser oss disse, på denne måten blir de også endel av oss. Ekeland og medforfattere (2010) sier følgende: *"Det er umulig for meg å se meg selv uavhengig av hvordan andre ser meg. Miljøet påvirker min oppfatning. Omvendt vil andres oppfatning av meg være preget av hvordan jeg selv oppfatter meg"* (Ekeland, Iversen, Nordhelle, & Ohnstad, 2010, s. 125).

Av denne grunn bør selvbilde og internalisering sees i sammenheng. Gjennom omgivelsenes sosialiseringkrefter overføres gruppens normer og verdier til individet, og individets oppfatning av seg selv vil dermed påvirkes (Hogg & Vaughan, 2005; Passer & Smith, 2004). Østerberg (2003) omtaler det på denne måten:

Internaliseringen betegner de måter hvorpå den enkelte vokser inn i sitt samfunn og blir i stand til å vise den forventede atferd, skjemaer og rytmer for å tenke, føle og handle på. Gjennom internaliseringen blir ikke det sosiokulturelle noe utvendig for et menneske, ikke noe det kan betrakte som en nyttig foranstaltning eller som et nødvendig onde. Samfunnet er en del av en selv, og en selv en del av samfunnet (Østerberg, 2003, s. 92).

2.2.2.1 Konformitet og sosialt press

I teoretisk nær forbindelse til individets internaliseringsprosesser ligger også gruppeadaptasjonsprosessen som av psykologien betegnes som *konformitet* (Hogg & Vaughan, 2005). I det ovenfornevnte ble forbindelsen mellom sosial påvirkning og selvbilde poengtert. Mennesket er et sosialt vesen og mellommenneskelig samspill aktualiserer sosialdynamiske krefter. Sosial påvirkning er uungåelig. Ihlen og Ihlen (2003) sier følgende: "*Den følelsen man har for det man selv gjør, bestemmes av omgivelsenes reaksjon på handlingen*" (Ihlen & Ihlen, 2003, s. 11).

Dermed vil det i enhver gruppe aktualiseres krefter som er retningsbestemt i forhold til en felles og sosialt akseptert norm (Hogg & Vaughan, 2005). Sagt på en annen måte er menneskets adferd og væremåte en konsekvens av vårt iboende behov for sosial omgang. I et ønske om å bli akseptert og anerkjent modifierer vi våre handlingsmønstre slik at vi kan være en del av en større sosial enhet (Hogg & Vaughan, 2005). Epley og Gilovich (1999) beskriver fenomenet på en god måte, og omtaler menneskets konflikt om å innfri eller avvise sosiale forventninger som et dilemma og et crux hvor det alltid vil være lettest å følge strømmen, på tross av den indre konflikten som kan oppstå (Epley & Gilovich, 1999).

Det vil alltid være lettere å innfri enn å avvise sosiale forventninger (Epley & Gilovich, 1999). På denne måten må vi også forstå individets situasjon i et kroppsbyggermiljø. Avgjørelsen om å benytte dopingmidler blir fra et slikt perspektiv satt i et annet lys, og kan like gjerne tolkes som en konsekvens av et gruppepress som en individuell avgjørelse. Tidligere proffsyklist Steffen Kjærgaard omtaler i sitt foredrag i etterkant av dopingavsløringene, at holdninger er ferskvare og at miljøpåvirkningen ikke må undervurderes (Ramm, 2013). Kjærgaard omtaler hvordan et miljø i stor grad kan aktualisere, rasjonalisere og legalisere dopingbruk gjennom sosiale krefter. På denne måten blir det ukjente og fremmede omgjort til internaliserte standarder som katalyseres av gruppens påvirkningskrefter. Individets ønske om anerkjennelse og aksept danner premisset for katalysen, og verdier og normer blir på denne måten modifisert i retning av en felles forståelse.

I fysikkens verden benyttes bevegelseslover for å beskrive et forventet utfall av et legemes dynamikk som et resultat av allmenngyldige naturlover. Newtons vugge kan fungere som en billedliggjøring av den tredje bevegelseslov, men også sosialdynamikken i en gruppe. Enten vi velger å innfri eller avvise sosiale forventninger, venter en tilbakeslående kraft i form av aksept eller utestengelse. Av denne grunn bindes miljøene sammen av sosiale konstruksjoner.

2.3 Teorikritikk

Selvbestemmelsesteorien har blitt kritisert for å være generaliserende og lite målbar (Roberts & Treasure, 2012). Av denne grunn er det vesentlig å understreke at studiets teoretiske fundament ikke benyttes som et parameter for verdimålinger, men som et utgangspunkt for å kunne analysere og forklare menneskelige valg.

Roberts og Treasure (2012) fremhever hvordan ingen studier til nå har illustrert behovenes individuelle karakter isolert sett, eller hvordan vi kan forstå deres rolle hver for seg enten de tilfredsstilles eller undergraves (Roberts & Treasure, 2012). Sheldon og Niemiec (2006) argumenterer for at behovene står i relasjon til hverandre, og at balanse mellom opplevelse av autonomi, kompetanse og tilhørighet er det optimale for psykisk velvære. Dette vil også danne grunnlaget for være denne studiens teoretiske utgangspunkt.

2.4 Psykologiske perspektiver på kroppsbygging

2.4.1 Humanistisk psykologi

Et bærende prinsipp i menneskevitenskapen er tanken om at mennesket har en fri vilje og er et meningssøkende vesen (Passer & Smith, 2004). Menneskets adferd og væremåte er mer enn hva som treffer øyet. Ethvert individ representerer en unik historie, en sum av valg, erkjennelser, opplevelser og erfaringer. Innenfor den humanistiske psykologien forstås mennesket som aktivt handlende og aktivt skapende, og bærebjelken i den humanistiske psykologien er menneskets indre driv til selvrealisering gjennom å finne en dyperegående mening i eget liv (Passer & Smith, 2004).

Selvbestemmelsesteorien setter menneskets driv etter behovstilfredsstillelse i sentrum. Menneskets frie vilje og behovstilfredsstillelse kan fremstå som motstridende konsepter, imidlertid plasseres teorien innenfor den humanistiske tradisjonen. Deci og Ryan (2002) sier følgende:

The primary agenda of self-determination theory (...) has been to provide an account of the seemingly discrepant viewpoints characterized, on the one hand, by the humanistic, psychoanalytic, and developmental theories that employ an organismic metatheory and, on the other hand, by the behavioral, cognitive, and post-modern theories that do not. In other words, recognizing that there is compelling evidence in favor of human tendencies toward active engagement and development and that there is, as well, manifold indication of fragmentation and conditioned responses, SDT provides a framework that integrates the phenomena illuminated by these discrepant viewpoints (Deci & Ryan, 2002 s. 5).

På denne måten blir de tilsynelatende antagonistiske og motstridende erkjennelsene av det meningssøkende mennesket på den ene siden, og det behovsorienterte mennesket på den andre siden koblet sammen i en dialektisk forbindelse. Deci og Ryan (2002) sier følgende: *"the foundations of SDT reside in a dialectical view which concerns the interaction between an active, integrating human nature and social contexts that either nurture or impede the organism's active nature"* (Deci & Ryan, 2002, s. 6).

Dermed kan vi plassere teorien et tenkt brytningspunkt mellom det behovsorienterte og det viljestyrte, autonome og vekstorienterte. Horn (2008) poengterer at menneskelig utvikling og psykologisk funksjon alltid vil være resultatet av et samspill mellom menneskets natur og den sosiale konteksten. Nevnte forfatter understreker at denne forbindelsen mellom det biologiske og sosiale er av dialektisk karakter, dermed blir menneskelig adferd til i dette skjæringspunktet hvor selvrealiseringen og behovstilfredsstillelsen møtes. Kroppsbygging blir i den sammenheng en tilnærming til det realiserende og på samme tid sosialt forbindende. Horn (2008) omtaler selvbestemmelsesteoriens menneskesyn som en betraktning av individet som aktivt og vekstorientert gjennom en medfødt tilbøyelighet til å søke utfordring gjennom å lære og mestre nye ferdigheter som kan uttrykke talentet og det iboende potensialet (Horn, 2008).

2.4.2 Narcissisme

Den greske mytologiens fortelling om Narkissos skildrer en ung mann som forelsker seg i sitt eget speilbilde. Kroppsbyggerens liv foran speilet, konstante kroppsfokus og avhengigheten av tilbakemeldinger på egen kropps kompetanse er karakteristika som på et teoretisk plan er forenelig med det psykologien omtaler som narsisiske personlighetstrekk. Begrepet narsissisme er et klinisk begrep og kan defineres på følgende måte:

Narcissism is the clinical term used to describe those who have a grandiose sense of self-importance, are interpersonally exploitative, and are preoccupied with fantasies of success, power, and beauty. Most theorists agree, however, that these characteristics are a mask which hides deep feelings of inferiority and vulnerability, and that the narcissist is highly dependent on others for approval and admiration to sustain the false image of superiority (Davis & Scott-Robertson 2000, s. 40).

Sett fra et SDT-perspektiv, kan man argumentere for at narsissismen er en manifestering av behovet for å demonstrere sin kompetanse. Watson med fler (1996) argumenterer for at selvhevdelsen er et forsøk på å skjule skam. Davis og Scott-Robertson (2000) argumenterer for at narsissisme er et uttrykk for et avhengighetsforhold knyttet til andres erkjennelse på egen overlegenhet. Forfatterene enes i at narsissimen kjennetegnes som en sårbar fasade, som avhenger av den sosiale kontekstens aksept. Dermed kan vi forstå kroppsbyggerens sosiale vellykkethet som forankret i hans eller hennes evne til å demonstrere sin kropps kompetanse. Utfra en slik forståelse kan man argumentere for at tilhørigheten forankres i kompetansen.

Dermed vil også selvfølelse og selvtillit være knyttet til hvorvidt individet lykkes eller mislykkes i aktiviteten som danner omdreiningspunktet i tilværelsen, nemlig kroppsbygging. Davis og Scott-Robertson (2000) dokumenterer høy grad av narsissisme hos kroppsbyggere og antar at denne tilsynelatende positive selvpersepsjonen er en form for selvhevdelse hos individer med sårbar eller lav selvtillitt (Davis & Scott-Robertson, 2000). Dermed kan kroppsbyggingen bli et uttrykk for å proklamere en maskulin identitet og selvtillitten vil være avhengig av måloppnåelse innen sporten (Davis & Scott-Robertson 2000).

Underforstått kan vi også skissere en undergraving av selvbestemmelse og autonomi, da tilhørighet og kompetanse danner et negativt avhengighetsforhold gjennom at tilhørigheten knyttes etter at kompetansen er demonstrert. I følge selvbestemmelsesteorien skal tilhørigheten ikke være basert på ønske om sosial status eller liknende, kun reflektere individets tilknytning til den sosiale enhet (Deci & Ryan, 2002). Man kan derfor argumentere for at kroppsbyggeren blir avhengig av å kunne fremvise sin svulmende muskularitet for å kunne opprettholde sin status som kompetent, og med det sin identitet som kroppsbygger. Teoretisk er dette også forenelig med hvordan steoridebrukere opplever en rusfølelse knyttet til steroidebruk, og at dette igjen gir en form for avhengighetsfølelse (Haug, 2013). Avhengigheten blir dermed både i form av steroidenes fysiologiske påvirkning og følelsen av kroppens utvikling, men også hvordan dette kan være et grunnlag for andres bekreftelse på denne utviklingen.

2.4.3 Megareksi

I teorinær forbindelse med narsitiske personlighetstrekk og en overkonformitet knyttet til kroppsbyggeridealet ligger patologiske kroppsbildeforstyrrelser (Davies, Smith, & Collier, 2011; Marzano-Parisoli, 2001; Davis & Scott-Robertson 2000; Mosley, 2008). Kroppsbyggerens opplevelse av egen kropps utilstrekkelighet knyttet til grad av muskularitet omtales i litteraturen som en muskeldysmorfi eller et megarektisk kroppsbylde (Davies, Smith, & Collier, 2011). Tilstanden beskrives ofte som en motsats til spiseforstyrrelsen anorexia nervosa, og fremfor vektreduksjon søker individet vektøkning og økt kroppsmasse (Davies, Smith, & Collier, 2011).

Ikke ulikt kroppsbildeforstyrrelsen til en anorektiker omhandler også det megarektiske kroppsbylde om å uttrykke en form for kontroll for utenforstående, og kroppen blir i denne sammenheng utstillingsvinduet for denne kontrollen (Marzano-Parisoli, 2001).

Fenomenet omfatter en altopplukende livsstil, hvor bærebjelken og omdreiningspunktet i tilværelsen er videreutvikling av kroppens muskularitet og størrelse. Davies med fler (2011)

omtaler en bevisst distansering fra alle gjøremål som ikke er direkte knyttet til kosthold og trening som en konsekvens av dette fanatiske kroppsbildet.

Med dette skapes også en forbindelse mellom selvtillit og grad av tilfredshet med egen kropps fremtoning (Davies, Smith, & Collier, 2011). Disse vil også danne et avhengighetsforhold slik at kroppsform og selvtillit hele tiden gjensidig påvirker hverandre (Davies, Smith, & Collier, 2011). Denne forbindelsen mellom grad av muskularitet og selvtillit skaper dermed også et avhengighetsforhold mellom selvtillit og trening. Denne forbindelsen støttes også av Haug (2013) som omtaler kroppsbyggerens bevisste distansering fra ikke-treningsrelatert aktivitet for å hele tiden kunne prioritere eget kroppsprosjekt. På denne måten blir individet på mange måter fanget i en ond sirkel i et ønske om sosial status basert på urealistiske premisser og forventninger.

2.5 Kulturell symbolikk

Å skape en sosial kropp står sentralt i et kroppsformingsprosjekt (Engelsrud, 2006). Kroppens symbolverdi gjør at individet ikke bare konstruerer en kropp, men også forsøker å iscenesette en personlighet (Engelsrud, 2006). Nevnte orfatter omtaler kroppen som et utstillingsvindu for samfunnets sosiale forhold, på denne måten blir ulike kroppsformer forbundet med ulike personlighetstrekk. Magerhet kan forbindes med viljestyrke og disiplin, og overvekt kan som en motsetning assosieres med latskap og dovenhet (Engelsrud, 2006).

2.5.1 Hypermaskulinitet

Kroppsbyggerens enormt muskuløse kropp omtales av Klein (1993) som en måte å uttrykke fysisk suverenitet og mannlighet på. Forfatteren skildrer kroppsbyggermiljøets normativitet på denne måten:

It is much more acceptable, for instance, for a 235-pound male to grunt than it is for one who weighs only 135 pounds. And, although sweat is accepted, it is more in keeping with the atmosphere of this gym to sweat with heavy weights than with light ones. Nosebleeds and training injured are testimony to commitment, as when one young man pumped iron until he popped twenty or so stitches that held a good part of his forearm together on the night after he was thrown through a plate-glass window. This is, after all, not a health spa where people come to tone up, slim down, or find mates; but rather a human hothouse where men and women grow thicker, meatier, and more sculpted. Thirty-inch thighs are good; 20-inch biceps a prerequisite for respect, but so are the more limiting dimensions of a 31-inch waist and 8 percent body fat. It is this concern with size as well as symmetry, shape, and muscular striation that differentiates bodybuilding from its brother sport of power lifting (Klein, 1993, s. 31).

Ovenfornevnte sitat understreker hvordan subkulturelle kodekser skaper et maskulinitetsideal basert på styrke og størrelse, det beskriver også hvordan rolle og status fordeles utfra disse kriteriene. Craig (1992) omtaler maskulinitet som et kulturbetinget produkt som konkretiseres

gjennom forventningene i den omkringliggende kulturen. Nevnte forfatter poengterer på denne måten hvordan sosiale forventninger på denne måten konkretiserer maskulinitet (Craig, 1992). I et kroppsbyggermiljø kultiveres disse forventningene gjennom ekstreme forventninger til kroppsprestasjon og det hypermaskuline fremstår dermed som et ideal.

2.5.2 Kroppsmodifisering

En kroppsbyggers praksis kan også tolkes som en form for kroppsmodifiserende handling. Featherstone (2000) omtaler de ulike tilnærminger til endring av kroppens utseende, form eller uttrykk som tilhørende en kroppsmodifiserende kultur. Forfatteren sier videre at modifiseringspraksisen innebærer et element av det å demonstrere herredømme over egen kropp (Featherstone, 2000). Teoretisk forenelig med selvbestemmelsesteoriens autonomibegrep, en selvdreven praksis som uttrykkes gjennom kroppslige oppsyn.

Den retoriske praksisen baseres på tanken om at uansett forutsetninger kan likevel samfunnets skjønnhetsidealer realiseres hvis kroppen modifiseres på riktig måte (Featherstone, 2000). Denne tanken er også teoretisk forenelig med det megarektiske eller anorektiske kroppsbilde, hvor den disiplinerte kroppen uttrykker en ekstremtilnærming til et skjønnhetsideal innen en gitt kontekst (Davis & Scott-Robertson, 2000).

2.6 Problemstilling

Problemstillingen er forskningsprosjektets utgangspunkt og omdreiningspunkt. Dette forskningsspørsmålet definerer og forankrer hele forskningsprosessen. Spørsmålet må derfor formuleres både presist og konsist. Johannessen og medforfattere (2010) sier følgende om fenomenologiske problemstillinger: *Problemstillingen må formuleres slik at forskeren forsøker å forstå meningen med den erfaringen eller det fenomenet han studerer, og han ber informantene om å beskrive sine erfaringer*" (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010, s. 83).

Dette forskningsprosjektet er menneskevitenskapelig og forsøker å kultivere erfaringer og opplevelser, og å fortolke retningsvalg gjennom disse. Prosjektet stiller følgende spørsmål:

Hvordan presenterer et utvalg steroidebrukere seg gjennom kroppen og hvilken rolle spiller dopingbruket i denne kroppspresentasjonen?

Dette prosjektet forankres i den fenomenologiske forskningstradisjonen. Det narrative, virkelighetsnære og subjektive danner dermed et viktig bidrag til forståelsen av disse elementene. Struktur og oppbygning av denne fortolkningen blir presentert i studiets analysedel.

2.6.1 Brytningen mellom teori og praksis

I forbindelse med det teoretiske forarbeidet og datainnsamlingen til dette prosjektet ble jeg bevisst på brytningen mellom tilgjengelig teori og min opplevelse av realiteten. Skildringene som ble presentert av denne studiens intervjupersoner og beskrivelsene som gjengis i den tilgjengelige forskningsmassen fremstår som lite samsvarende. Steroidebrukerens faktiske virkelighet fremstår som mer brutal enn det som skildres i empirien. Steroidebrukerens undergrunnsfarmakologi og tilknytning til det kriminelle miljø kommer bare delvis frem i nåværende tilgjengelig litteratur. Denne studien forsøker derfor å presenteres et usminket, men likevel nyansert bilde av denne tilværelsen.

3.0 Metodologiske betraktninger

Jeg skal i alle fall ikke ta opp kampen med sånne alvorlige vitenskapsmenn. De tror at alle naturens hemmeligheter kan avsløres i mikroskoper og teleskoper. Og så tror de bare på sånt som kan veies og måles. Men de forstår bare stykkevis. De skjønner ikke at de ser alt sammen i et speil, i en gåte. Det går jo ikke an å granske et speil i et mikroskop. Resultatet blir bare at man ser sitt eget speilbilde enda tydeligere (Gaarder, 1993, s. 136).

3.1 Selvbiografisk situering

I forbindelse med all vitenskapelig forskning er det en absolutt forutsetning at den som utfører forskningsarbeidet har gjort noen håndfaste betraktninger på egen posisjon, det som i litteraturen omtales som selvbiografisk situering (Neumann & Neumann, 2012). Innenfor den kvalitative forskningstradisjonen er forskeren selv et viktig forskningsinstrument, fordi han eller hun aktivt tar del i forskningsprosessen (Kvale & Brinkmann, 2009; Neumann & Neumann, 2012). Av denne grunn bør det redegjøres for forskerens posisjon og plassering i forkant av forskningsarbeidet. Kvale og Brinkmann (2009) siterer Merleau-Ponty som på en spissfindig måte omtaler vår erfaringsverden. Merleau-Ponty sier følgende:

Alt jeg vet om verden, selv gjennom vitenskapen, vet jeg ut fra mitt eget synspunkt eller ståsted. Vitenskapens symboler ville ikke bety noe uten dette. Hele vitenskapens univers er skapt på basis av den opplevede verden, og hvis vi betrakter vitenskapen stringent, vurderer dens mening og rekkevidde nøyaktig, må vi først gjenopplive denne opplevelsen av verden, som vitenskapen er et sekundært uttrykk for (Merleau-Ponty, sitert av Kvale & Brinkmann, 2012, s. 48).

Som forsker må man spørre seg selv: Hvilken erfaringsbakgrunn har jeg og på hvilken måte kan den påvirke min forståelse og motivasjon for å bedrive forskning? Innenfor den kvalitative forskningstradisjonen er selvbiografisk åpenhet og bevissthet ufravikelige empiriske prinsipper. Fordommer, forforståelse og holdninger er helt essensielle å kartlegge, fordi de er vevet inn i forskningsinteressen (Neumann & Neumann, 2012).

3.1.1 Min historie

Ethvert vitenskapelig forskningsprosjekt tar utgangspunkt i forundringen og ønsket om å forstå og forklare verden. Min undring omhandler min egen historie. Mitt liv og min erfaring med kroppsbyggermiljøet i Oslo. I det kommende vil jeg forsøke å skildre disse erfaringene.

Jeg har selv vokst opp på østkanten i Oslo, og jeg har hatt en svært idrettsaktiv barndom. Alt fra den lekpregede løkkefotballen til den organiserte konkurranseidretten har utgjort en betydelig del av min barndom, oppvekst og sosialisering. Idretten var hele oppveksten min viktigste prioritering og rettesnoen jeg styrte etter. Men, den organiserte idretten ble etter hvert faset over i egentrening. Fra løpetrening og kroppsvekttrening, fattet jeg etter hvert interesse for trening med vekter. På leting etter et treningssenter havnet jeg litt ved en tilfeldighet på et treningssenter jeg fikk anbefalt av en kamerat. Senteret var lokalisert i Oslo sentrum, og det var helt tydelig at dette var en del av Oslos kroppsbyggermiljø.

På treningssenteret kunne jeg observere hvordan unge gutter kunne klatre på rangstigen etter hvert som kroppen ble større og kraftigere. Det var en tydelig hierarkisk rangordning på sentret, og idealet var en stor og svulmende muskelmasse med lite underhudsfett.

Det varte ikke lenge før jeg fikk overvære formsjekk. En formsjekk er en syklisk rutine hvor en av kroppsbyggerne viser frem noen utvalgte poseringer under påsyn fra de andre. Det var til å begynne med vanskelig å forstå både begrepsbruken og stemningen i denne seansen. Men ettersom tiden gikk og etter stadig flere slike seanser ble det til slutt så hverdagslig at jeg ble nysgjerrig og interessert. Jeg forstod etterhvert betydningen av de ulike begrepene og forstod også etterhvert hva man så etter og hva som hadde høy anseelse. Dette gjorde det spennende å se på utviklingen til de som var på diett og skulle konkurrere, og min forståelse for kropp var nå i mye større grad i harmoni med dette miljøet. Dette merket jeg veldig godt på min egen tilværelse. Jeg fikk en helt annen bevissthet i forhold til kropp, og analyserte hele tiden menneskene rundt meg med blikket. Jeg hadde fått et kroppsideal som utelukkende handlet om et driv etter lite kroppsfett og stor muskelmasse. Jeg ble gradvis mer og mer opptatt av egen kropp og eget speilbilde. Måltider og treningsrutiner styrte tilværelsen min.

Jeg tok innover meg en helt fremmed kroppskultur og gjorde den til min egen. Jeg ble fasinert og imponert av styrke og muskulatur på et altoppslukende nivå. I treningsmiljøet var dopingmidler utbredt og tilgjengelig. På denne måten ble medikamentene på et vis både ufarliggjort og legalisert.

Jeg observerte både omsetning og bruk av dopingmidler og tanken på trening med anabole steroider var alltid der. Dilemmaet jeg sto overfor løste seg selv. Kroppen satte et punktum. Ryggen ble skadet i et tungt løft. Vekttreningen ble forvandlet til rehabiliteringstrening. Skadeavbrekket forandret tilværelsen. Paradokset var at problemet ble til en slags lettelse, det gav meg et pusterom fra rutineforpliktelsene som kroppsprosjektet forutsatte. Det nye perspektivet som skaden hadde konstruert skapte en refleksjonsprosess hvor jeg innså at mitt kroppsprosjekt hadde fanget meg.

Jeg så tilbake på en tilværelse hvor jeg trente meg gjennom skader og sykdom og nedprioriterte både venner og familie til fordel for treningsarbeidet. Fettprosent og grad av muskularitet ble selve omdreiningspunktet i tilværelsen, og det eneste som var av betydning for meg. Sammenlikning med andre og jevnførelse av styrke og muskularitet ble en besettelse. Spørsmålet er hvorfor var det slik, og hvordan ble det slik? Det korte svaret er at jeg søkte etter en perfekt kropp. Det lange svaret er mer sammensatt. Poenget er imidlertid; at jeg kom meg ut i tide, det gjør ikke alle. Derfor gjennomfører jeg dette prosjektet. Derfor ønsker jeg å undersøke andres reise og andre kroppsbyggers speiltitting. Derfor forteller jeg historien om gutten i speilet.

3.2 Metodologisk forankring

"Har du tenkt på at hver eneste stein er et lite bruddstykke av jordkloden?"
(Gaarder, 1993, s. 39).

Kvalitativ forskning understrekes av Flick (2009) som formålstjenelig ved tilnærming til dagsaktuelle problemstillinger fordi den nærmer seg mennesker og forklarer det menneskelige. Begreper som mening, livsverden og forståelse står sentralt og tilnærmingen gjøres derfor gjennom et mindre utvalgt hvor forskeren dypdykker i skildringer og historier.

Den vitenskapelige metodelære er todelt. På den ene siden det kvantitative forskningsdesignet som forsøker å måle eller tallfeste et fenomen. På den andre siden finner vi den kvalitative tilnærmingen som søker en dyperegående forståelse for menneskelige kasus.

Dette prosjektet dypdykker i en menneskelig livsverden og forsøker både å beskrive og å forstå denne. Den metodologiske forankringen er dermed kvalitativ, og erkjennelsen av individet som aktivt skapende og meningssøkende plasserer prosjektet i den fenomenologiske tradisjonen (Thagaard, 1998). Imidlertid er den metodologiske tilnærmingen også teoretisk forenelig med hermeneutikken. Hermeneutikk er også kjent som fortolkningslære, her understrekes fortolkning av den bakenforliggende meningen, den *egentlige* meningen (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Kjeldsen (2006) omtaler hermeneutikken som læren om menneskelig fortolkning og erkjennelse, og at et ufravikelig prinsipp er tilnærming til helheten gjennom bruddstykker eller deler av det hele (Kjeldsen, 2006).

Prosjektets Innfallsvinkel er både undrende og fortolkende, derfor danner også hermeneutikken et viktig bidrag til denne studien. Imidlertid vil dette prosjektet betraktes fra et fenomenologisk ståsted.

3.2.1 Fenomenologi

Fenomenologisk psykologi og filosofi er en tilnærming til menneskevitenskapen som utforsker betydningen av opplevelsen, her står erkjennelse av mening og det humanistiske i sentrum (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Tranøy (1993) tar for seg vitenskapshistorien og omtaler den opprinnelige vitenskapen som betraktninger og beskrivelser av virkeligheten. Dette positivistiske paradigmet begrenset vitenskapen til å omhandle det ytre observerbare og objektive (Tranøy, 1993). Forskerens rolle var innenfor nevnte paradigme å frembringe nøytral etterprøvable kunnskap uten innblanding fra forskeren (Tranøy, 1993).

Fenomenologiens kjerne er erkjennelse av den subjektive livsverden og forskerens aktive deltagelse gjennom enten observasjon eller intervjugjennomføring er en absolutt forutsetning. Fenomenologien representerte på denne måten en motsetning til denne etablerte vitenskapstradisjonen. Johannessen med fler (2010) omtaler den fenomenologiske erkjennelsen på følgende måte: "*Det er mennesket som konstituerer virkeligheten, ikke omvendt*" (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010, s. 83).

Fenomenologien er den retning innenfor humaniora som beskriver oppførsel og atferd som en konsekvens av hvordan virkeligheten oppleves fra et subjektivt ståsted, ikke nødvendigvis hvordan den fremstår objektivt sett (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010). I praksis vil handling dermed være en konsekvens av hvordan individet forstår og opplever miljøet rundt. Handlingen må dermed alltid forstås kontekstuellt og som et produkt av individets persepsjon. Lik situasjon kan gi ulik persepsjon hos ulike mennesker (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010).

Fenomenologien knytter opplevelser og erfaringer til et fenomen og er opptatt av å beskrive og analysere meningen som illegges denne opplevelsen. Johannessen med fler (2010) omtaler fenomenologiens kjerne som; *læren om det som viser seg*. Sagt på en annen måte; tolkning av en handling i lys av sammenhengen den utspiller seg i. Thagaard (1998) omtaler fenomenologiens kjerne som gjengivelsen av individets fenomenverden. Kvale og Brinkmann (2009) fremhever viktigheten av den menneskelige erkjennelsen i en situasjon, og fenomenologien som en beskrivelse fra aktørens perspektiv og en gjengivelse av deltagerens egen opplevelse (Kvale & Brinkmann, 2009).

I dette prosjektet var formålet å se nærmere på hvordan et utvalg unge menn uttrykker og tilskriver mening til de praksiser som omhandler dopingbruk, av denne grunn benyttes en fenomenologisk innfallsvinkel. Grunnen til at samtlige deltagere er menn er rett og slett tilgjengelighet. Kroppsbyggermiljøene er lukket og tilgang er en stor utfordring. Denne tilgangen fremstår som enda mer lukket på kvinnesiden.

3.2.2 Reduksjon av kompleksitet

Vitenskapens idégrunnlag er basert på undring og et ønske om å kunne forstå eller forklare (Tranøy, 1993). Historien om Isaak Newton som får et eple i hodet, og derfor undres over universets mekanismer og naturlover, er et kjent bilde og historien forteller om hvordan dette gav ham inspirasjon til å kartlegge fysikkens bevegelseslover. Det fallende eplet ble for Newton et skritt på veien til forståelsen av gravitasjonskreftene. I denne studien var min egen opplevelse av å trene i et kroppsbyggermiljø det fallende eplet, eller forskningsinteressen.

På samme måte som en matematisk ligning løses ved å kartlegge det ukjente, kartlegger forskning virkeligheten slik at den blir strukturerbar og håndgripelig ved å bryte den ned. Fjelland (1995) sier følgende:

To personer spiller sjakk. Vi følger spillet trekk for trekk, og vi forstår hver enkelt handling på bakgrunn av sjakkspillets regler og det at hver av de to deltakerene spiller for å vinne. Men plutselig gjør den ene av spillerne et uforståelig trekk. I utgangspunktet forutsetter vi da at trekket er rasjonelt, vi har bare ikke gjennomskuet strategien. Hvis det nå viser seg at trekket ikke var lurt, men tvert i mot fullstendig irrasjonelt, vil vi lete etter en årsaksforklaring. En mulig forklaring kan være at spilleren er blitt forgiftet. En annen kan være at han har fått mentalt sammenbrudd (Fjelland, 1995, s. 224).

Kombinatorikken i et sjakkspill er så sammensatt at etter bare få trekk vil potensen over antall mulige kombinasjoner og flytt være nærmest uendelig. På samme måte kan vi forstå et menneskeliv og individets uttallige handlingsalternativer. Ethvert handlingsalternativ vil innebære flere mulige løsninger. Disse nyansene er viktige å få frem i forskningen. Kvale og Brinkmann (2009) benytter metaforen om forskeren som en gruvearbeider, en som tålmodig graver frem gullkorn. Dialogen i forskningsintervjuet kan tolkes som et søk eller en leteprosess, gullkornene symboliserer intervjupersonens genuinitet.

3.2.3 Eksistensielle tema

En grunnleggende menneskevitenskapelig problemstilling handler om tilnærmingen til den subjektive fenomenverdenen. Sagt på en annen måte; hvordan kan vitenskapen fortolke kroppsliggjorte erfaringer fra en menneskelig livsverden og illustrere disse? Enhver forsker bærer med seg sin egen opplevelshistorie og erfaringsbakgrunn, disse kroppsliggjorte erkjennelsene vil alltid danne utgangspunkt for forskningen som utføres. Forskningsinteressen, forkunnskapene og tilnærmingen henspiller forskerens erfaringsbakgrunn. Et viktig spørsmål blir derfor: På hvilken måte kan et forskningsprosjekt illustrere et annet menneskes opplevde livsverden uten å bedrive vold på denne?

Manen (1990) omtaler denne prosessen og understreker hvordan menneskets fenomenverden kan beskrives gjennom kategorisering. Forfatteren sier følgende: "...we identify four such fundamental existential themes which probably pervade the lifeworlds of all human beings, regardless of their historical, cultural or social situatedness (...) we shall refer to these fundamental lifeworld themes as "existentials" (Manen, 1990, s. 101).

Hensikten er altså å kunne beskrive en menneskelig livsverden gjennom en tilnærming til grunnleggende eksistensielle tema i det menneskets livsverden. Nevnte forfatter fremlegger fire slike kategorier: *Det levde rom, den levde kropp, den levde tid og de levde relasjoner.*

Grovt forklart representerer disse eksistensialene dimensjoner av den menneskelige livsverden. Disse bruddstykkene eller eksistensialene er en tilnærming til reduksjon av kompleksitet for å forenkle virkeligheten og å gjøre den håndgripelig.

Den menneskelige tilværelsen kan slik sett fortolkes gjennom en beskrivelse av menneskets opplevelser av seg selv og andre. Gjennom å beskrive individets orienteringer og de mellommenneskelige forholdene kan livsverdenen også betraktes (Manen, 1990).

3.2.4 Kvalitativt design

Det er i hovedsak to viktige argumenter for å gjøre en kvalitativ tilnærming til dopingforskning. På den ene siden, som nevnt innledningsvis at majoriteten av den tilgjengelige forskningslitteraturen er kvantitativ. På den andre siden gir det kvalitative en innsikt i menneskelivet som ikke kan gjøres gjennom tall.

Livsverdenskildringer, opplevelser og erfaringer er av stor verdi når det kommer til forståelse og tolkning av menneskelige fenomener. Et kvalitativt prosjekt kan være en tilnæringsmåte for både å utvinne og videreforedle kunnskap hentet fra den norske kroppsbyggerkulturen på en god måte. Denne innsikten kan danne et viktig bidrag til utformingen av praktiske implikasjoner knyttet til preventivt arbeid. En slik forståelse er også formålstjenelig fra et sosiologisk perspektiv, forståelse av menneskesamfunnet er et grunnleggende premiss for optimalt samspill.

3.2.5 Operasjonalisering av metode

Innenfor den kvalitative samfunnsforskningen benyttes i hovedsak observasjon, intervju og analyser av ulike menneskelige uttrykksformer som lyd og bilde (Thagaard, 1998). Den tilnærmingen som benyttes for å samle inn, illustrere og analysere et datamateriale må på en god måte kunne belyse og tydeliggjøre et tema og en problemstilling. Kvale og Brinkmann (2009) omtaler samtalen som en naturlig tilnærming til et sosialt samspill med et annet menneske og dermed et godt utgangspunkt for å forstå subjektets posisjon. Thagaard (1998) fremhever samtalen som et naturlig utgangspunkt for refleksjon og bevisstgjøring.

Intervjuet og dialogen danner derfor en naturlig empirisk innfallsvinkel for denne studien.

3.2.6 Det semistrukturerte livsverdenintervjuet

Gjennom samtaler har jeg forsøkt å bli kjent med et utvalg steroidebrukere. Et mål for meg var å gjennomføre intervjuer som ikke ble oppfattet som manusstyrte eller konstruerte. Det jeg søkte var et likeverdig samspill med intervjupersonen og en dialog med naturlig samtaledynamikk.

Det semistrukturerte livsverdenintervjuet ble derfor et naturlig valg. Ved hjelp av denne metoden kan forskeren få frem og avdekke opplevelser og erfaringer gjennom dialog. Intervjuet beskrives best som et samspill hvor kunnskapen oppstår gjennom samtalsinteraksjon (Kvale & Brinkmann, 2009). Dialogen følger et semistrukturert oppsett og overordnede tema danner samtalsens omdreiningspunkt.

Kvale og Brinkmann (2009) understreker hvordan forskeren gjør intervjuet levende gjennom samspillet med intervjupersonen. Intervjuguiden blir i så måte kun et hjelpemiddel, det viktigste forskningsinstrumentet er forskeren selv. Tilnærmingen er dermed fleksibel, foranderlig og preget av en personlig tone (Kvale & Brinkmann, 2009).

Den gode lytter kan være en god beskrivelse av forskerens rolle i intervjusituasjonen. Å aktivt vise interesse for å ta del i den andre personens opplevde virkelighet er et bærende prinsipp og en absolutt forutsetning for intervjuets pålitelighet (Kvale & Brinkmann, 2009). Forskeren bør derfor i stor grad tillate dialogens naturlige fluktusjon og heller benytte etterarbeidet til den presise ekstraheringen (Kvale & Brinkmann, 2009). Av denne grunn er en god intervjuer både lydhør og tålmodig og bevisst på at det mellommenneskelige samspillet er intervjuets kjerne (Kvale & Brinkmann, 2009).

3.2.7 Intervjusituasjonen

Intervjuene ble gjennomført etter avtale med hver enkelt intervjuperson. For meg som forsker var det et ønske at intervjusubjektene skulle føles seg komfortable og at det ikke skulle oppleves som et bryderi å delta i prosjektet. Derfor lot jeg deltageren avgjøre både sted og tidspunkt for intervjugjennomføringen. Eneste unntaket var et av intervjuene som ble gjennomført mens intervjupersonen avtjente fengselsstraff, dette intervjuet ble dermed gjennomført internt på soningsområdet. De øvrige intervjuene ble gjennomført på beliggenheter som den enkelte intervjuperson valgte ut.

3.3 Vitenskapsetikk

Et av vitenskapens store dilemma er balansegangen mellom det vitenskapelige og det etiske ansvar. På den ene siden søker forskeren dyperegående informasjon med vitenskapelig tyngde, på den andre siden skal intervjupersonens integritet respekteres og ivaretas. Spesielt i møte med en livsverden som omhandler personlige tema bør tilnærmingen skje med varsomhet. En annen viktig dimensjon i denne forbindelse er kriminaliseringen av dopingbruk (Lovdata, 2013). En slik lovendring definerer virksomheten som straffbar og illegitim, deltagelse i et forskningsprosjekt kan på denne måten fremstå som en ubehagelig eksponering av virksomheten og intervjupersonen kan føle usikkerhet i forhold til avsløring av identitet eller liknende. Dette må forskeren være bevisst på. Intervjupersonens integritet skal alltid stå i fokus og ivaretas.

Intervjueren skal i intervjusituasjonen hjelpe intervjupersonen å fortelle sin historie på en god måte, hvilket i praksis innebærer en løpende vurdering fra forskeren på hvilke svar som skal følges opp og hvordan disse skal følges opp (Kvale & Brinkmann, 2009). Nevnte forfatter omtaler ekspertise på menneskelig interaksjon som en absolutt forutsetning hos enhver intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2009). Balansegangen mellom vitenskapelig kunnskap og etisk ansvar innebærer en kontinuerlig overveielse av dialogens retning, den skal ikke berøre subjektets integritet eller verdighet (Kvale & Brinkmann, 2009).

Dersom de personlige grensene krysses, kan dialogen fremprovosere både forsvarsmekanismer og angst hos intervjusubjektet (Kvale & Brinkmann, 2009). Nevnte forfatter omtaler forskningsintervjuet som en moralsk undersøkelse. Intervjupersonenes liv blottlegges, derfor er det viktig å hele tiden gjøre en samlet vurdering av informasjonen som fremkommer og deltagerens tilstand (Kvale & Brinkmann, 2009).

3.3.1 Informert samtykke

Alle intervjupersoner har signert en samtykkeerklæring⁶. Erklæringen bestod av en kort sammenfatning av prosjektet og informasjon om hvilke rettigheter en intervjuperson har som frivillig deltager i et forskningsprosjekt. Det ble også gjort oppmerksom på at studiet på et senere tidspunkt vil kunne publiseres og at alle henvendelser i etterkant av intervjuet skulle rettes til studiestedet.

3.3.2 Konfidensialitet

I denne studien er alle intervjupersoner anonymisert og gitt fiktive navn. På denne måten skal det ikke være mulig å kunne gjenkjenne enkeltpersoner, og studiet tar dermed til følge personvernsreglementet til samfunnsvitenskapelig datatjeneste⁷.

3.3.1.1 Organisering av datamaterialet

Av logistikkmessige hensyn har intervjupersonene fått navn etter intervjugjennomføringens rekkefølge og tidsorden. Intervju nummer én fikk derfor intervjuperson med fornavn på bokstaven a. Intervju nummer to fikk tilsvarende intervjuperson med fornavn på bokstaven b. På denne måten er også intervju tre, fire og fem loggført. På denne måten var det lett å holde både tidspunkt og personer adskilt, og det er en oversiktlig måte å behandle datamaterialet på.

3.4 Vitenskapelige premisser

All vitenskapelig forskning utgår fra to ufravikelig premisser; *validitet* og *reliabilitet*. Empirisk forskning benytter ulike parametere for å gjøre målinger av den omkringliggende verden. Validitet og reliabilitet er begreper som betegner nøyaktigheten i målingene. I det kommende vil jeg belyse denne studiens empiriske presisjon.

⁶ Se vedlegg 3

⁷ Se vedlegg 1

3.4.1 Validitet

I dette prosjektet benyttes intervjuet som forskningsverktøy. Validiteten tuftes i hovedsak på prosjektets innfallsvinkel. For å kunne beskrive en fenomenologisk livsverden er subjektets skildring helt essensielt. I sammenlikning vil et spørreskjema i mindre grad kunne favne en slik personlig tone som en dialog og et intervju potensielt sett kan. Imidlertid må intervjuet være gjennomarbeidet og oppbygd på en slik måte at informasjonen som fremkommer kan belyse problemstillingen og omsettes i det videre arbeidet.

Validitet som begrep knyttes til gyldigheten av de vitenskapelige målinger (Kvale & Brinkmann, 2009; Johannessen, Tuftes & Christoffersen, 2010). Johannessen og medforfattere (2010) omtaler validitetsprinsippet som datamaterialets relevans, hvorvidt det er en god representasjon av virkeligheten. For at datamaterialet skal kunne representere virkeligheten på en god måte er det en absolutt forutsetning at målingene er presise og utformet på en slik måte at korrekt informasjon fremkommer.

Kvale og Brinkmann (2009) understreker hvordan den kvalitative forsker i seg selv er et forskningsinstrument. Av denne grunn er forskerens rolle og en bevissthet rundt denne en forutsetning for intervjuets validitet. Forskerens bevissthet på egen forforståelse, åpenhet og ønske om å skape et godt intervjuklime er helt essensielt for å kunne legitimere datamaterialet som gyldig (Kvale & Brinkmann, 2009).

Kvale og Brinkmann (2009) omtaler intervjuerens rolle som *lytteorientert* og *bevisst naiv*. I praksis innebærer en slik rolle en fordomsfri tilnærming til subjektet, slik at skildringen ikke farges av forskerens påvirkning. På grunn av min egen erfaringsbakgrunn fra et kroppsbyggermiljø, var jeg veldig bevisst på at mine fornemmelser ikke skulle farge intervjupersonens skildringer, men at disse skulle presenteres mest mulig upåvirket. Til min fordel kunne disse erfaringene presenteres for intervjupersonene og med det skape et fellesskap gjennom sammenfallende erfaringsbakgrunner.

Den retoriske tilnærmingen er dermed bevisst ikke-styrende, men likevel erkjennende og menneskelig. Intervjuene fortonet seg svært ulikt, men min rolle var i stor grad den samme. Kvale og Brinkmann (2009) omtaler rollen som lytte-orientert og undrende. Forskeren skal være en god lytter og forsøke å skape en god atmosfære i intervjusituasjonen. Hensikten er at intervjupersonen skal føle seg komfortabel og ivaretatt. Kvale og Brinkmann (2009) omtaler

hvordan et av intervjuenes formål skal være at deltageren opplever det som en positiv og berikende opplevelse.

Alle intervjuer ble innledet ved at forskeren fortalte om seg selv og prosjektet, med en personlig tone redegjorde forskeren for prosjektets oppbygning og selvbiografisk situering. Forskerens åpenhet var også ment som en invitasjon til åpenhet hos intervjupersonen.

3.4.1.1 Pilotintervju

I forkant av datainnsamlingen ble det gjennomført pilotintervjuer i flere omganger, dette ble gjort i et ønske om å forbedre samtaledynamikken og gjøre dialogen så autentisk og sømløs som mulig. Pilotintervjuene ble gjennomført både med steroidebrukere, men også subjekter som aldri ikke hadde dopingerfaring. Dette gav god trening til intervjurollen og det å kunne skape en god samtale med et menneske uten å være avhengig av et manuskript. Denne tilnærmingen muliggjorde justeringer og forbedringer av intervjumanuskriptet og det gav en trygghet i forskerrollen i møte med intervjusituasjonen.

3.4.2 Reliabilitet

Et viktig premis i all empirisk forskning er at forskningsresultatene kan gjenskapes og reproduseres på et senere tidspunkt med et tilnærmet likt resultat. Reliabilitet som begrep knyttes til forskningsprosjektets presisjon og nøyaktighet i datainnsamling og målinger (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2010).

Dersom en test skal kunne betegnes som pålitelig, er det en absolutt forutsetning at testen kan gjenskapes og utføres på nytt, og for hver gang måle samme egenskap med tilsvarende presisjon for hver gjennomføring. For at et forskningsintervju skal kunne ansees som pålitelig er det en absolutt forutsetning at informasjonen som fremkommer gjengis korrekt i ettertid og på samme måte for hvert gjennomførte intervju.

Intervjusubjektets tillit er en viktig faktor for intervjuets reliabilitet. For at deltageren skal vise tiltro til å kunne fortelle en åpenhjertig skildring av et personlig tema, garanteres anonymitet i en gjensidig avtale ved signering av en sammtykkeerklæring. Her fremkommer det også at datamaterialet oppbevares på en forsvarlig måte⁸.

⁸ Se vedlegg 3

Transkripsjonsprosessen er også en viktig faktor for intervjuets reliabilitet. Reliabel transkripsjon omhandler presis omdanning fra muntlig samtale til skreven tekst uten innblanding fra forskeren (Kvale & Brinkmann, 2009). Et viktig poeng er i denne sammenheng at transkripsjonen representerer en transformert utgave av et sosialt samspill. Kroppsspråk, mimikk, gester og annet ikke-verbalt samspill, fanges ikke opp av denne dekonstruksjonen. Av denne grunn noterte jeg underveis og etter gjennomførte intervjuer ned tanker og refleksjoner som var beskrivende og berikende i forhold til gjengivelsen av disse opplevelsene. Disse observasjonene fulgte også analyseprosessen.

3.5 Datainnsamling

3.5.1 Rekrutteringsprosessen

Studiets tema er et emne som i stor grad er preget av sosial stigmatisering og stereotypiske forestillinger, dette gjorde rekrutteringsprosessen utfordrende. Det ble derfor gjennomført et omfattende forarbeid i form av kreativ ressursbruk, mye tid ble benyttet på internett og ulike treningsforum og kommunikasjonsplattformer for å finne frem til brukere og deres informasjonskanaler. I denne kartleggingsprosessen kom det frem at nettbaserte diskusjonsforum benyttes hyppig av steroidebrukere som en kanal for å utveksle informasjon om dopingmidler. Gjennom forumene ble enkelte forumbrukere kontaktet direkte og informert om prosjektet og det ble da formidlet kontaktinformasjon til forskeren.

Det ble opprettet oppslag på nettsiden; dopingtelefonen.no og noen utvalgte nettbaserte diskusjonsforum som informerte om prosjektet med kontaktinformasjon til eventuelle deltagere. Det ble også sendt henvendelser via sosiale medier, til nåværende eller forhenværende kompetitive kroppsbyggere eller strongmandeltagere med informasjon om studiet.

Den tredje rekrutteringsmetoden var gjennom personlige bekjentskaper. Veileder Jorunn Sundgot-Borgen, tidligere leder for folkehelseavdelingen i Antidoping Norge, Einar Koren og Astrid Bjørnebekk, forsker ved Oslo universitetssykehus, har alle bidratt til rekruttering på denne måten.

3.5.2 Utvalg

Det var mange som viste interesse og tok kontakt, tilbakemeldingene bestod av en sammensetning av interesse og usikkerhet. Spesielt i forhold til personvern uttrykte flere en usikkerhet og skepsis og valgte derfor å takke nei til deltagelse, andre fryktet at steroidebrukere ville få en negativ omtale i prosjektet og vegret av denne grunn å delta.

Imidlertid var flere positive og uttrykte nytteverdien av å delta i et forskningsprosjekt. Enkelte poengterte viktigheten av å få frem et nyansert bilde av steroidebrukere, og ønsket av denne grunn å være ambassadører for dette bildet og bidragsytere for en slik folkeopplysning. På en side kan man argumentere for at en slik rekruttering medfører et ikke-representativt utvalg. Imidlertid er rekruttering og tilgang til intervjupersoner en stor utfordring i tilknytning til prosjekter som dette, av denne grunn er utvalget å betrakte som et tilgjengelighetsutvalg⁹.

Etter gjennomført prosjektrekruttering sto det igjen fem personer som ville bidra. Det endelige utvalget besto dermed av fem norske menn i alderen 31-43 år. Samtlige hadde erfaring fra minimum en steroidekur og fire av disse benyttet steroider da intervjuene fant sted.

Det var ønskelig å ha begge kjønn representert, men som et resultat av tilgjengelighetsutvalget (Thagaard, 1998) ble kjønnsfordelingen ensidig. Dette vil jeg komme nærmere inn på under mulige feilkilder.

⁹ Tilgjengelighetsutvalg er en betegnelse som benyttes i forbindelse med kvalitativ forskning som omhandler nærgående og personlig tematikk (Thagaard, 1998). Tematikken skaper utfordringer i forhold til rekruttering av deltagere og av denne grunn blir forskningsprosjektet avhengig av å benytte det utvalget som er disponibelt. På engelsk benyttes betegnelsen *convenience sample* (Thagaard, 1998).

4.0 Analyse

"Tror du at steinene på en rullesteinsstrand vil huske nøyaktig hvordan det så ut på den samme stranden for bare to minutter siden?" (Gaarder, 1993, s. 106)

Denne studiens datamateriale er basert på fem dybdeintervjuer. Samtlige intervjuer ble spilt inn digitalt og transkribert i ettertid. De transkriberte intervjusamtalene danner også grunnlaget for studiets analysearbeid.

I analysearbeidet er intensjonen å binde sammen datamaterialet og resultatene (Malterud, 2011). Malterud (2011) benytter brobygging som en metafor for denne sammenflettingen. Forbindelsen kan struktureres på mange ulike måter. Innenfor den kvalitative fenomenologiske forskningen er analysemodellen IPA en mye brukt tilnærming til systematisk meningsfortolkning.

4.1 Interpretative Phenomenological Analysis

"Hele skaperverket er et speil, Cecilie. Hele verden er en gåte"
(Gaarder, 1993, s. 119).

Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) er en analysemodell som i økende grad benyttes i forskningsprosjekter med et kvalitativt design og en psykologisk innfallsvinkel (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Forfatterene omtaler IPA-modellen som en systematisk tilnærming til hvordan mennesker tilegner mening til livets hendelser. Smith og kolleger (2009) sier følgende: *"... IPA researchers are especially interested in what happens when the everyday flow of lived experiences takes on particular significance for people"* (Smith, Flowers, & Michael, 2009, s. 1).

Modellen er forankret i den fenomenologiske tradisjonen og er en systematisk tilnærming til meningsanalyse av menneskelige forhold. Modellen består av en sekstrinns prosess og bygger på en tanke om å ekstrahere mening (Smith, Flowers, & Michael, 2009).

På et metaforisk plan kan arbeidet sammenliknes med laborantens presisjonsarbeid og systematikken i kjemiens verden. Kjemikerens arbeid utgår fra forhåndsdefinerte fremgangsmetoder som muliggjør systematiske tilnærminger til påvirkning av stoffer. Skritt for skritt endres løsningens kjemiske egenskaper, og på denne måten fremstilles ønsket støpning. Kjemilaboratoriet kan tolkes som en analogi som illustrerer forskerens analysearbeid. Mening utvinnes av en større helhet gjennom en systematisk tilnærming til datamaterialet. I det kommende vil jeg ved hjelp av Smith og medforfattere (2009) presentere IPA-modellens struktur, og belyse hvordan den har blitt benyttet i denne studien. I denne sammenfatningen vil jeg oversette de engelske betegnelser av modellens seks trinn.

4.1.1 Gjennomlesing og gjenntatt gjennomlesing

Modellens innledende fase er en tilnærming til datamaterialets helhet. Forfatterene fremhever viktigheten av gjennomlesing av hele manuskriptet fra transkripsjonen, og anbefaler samtidig å lytte til opptakene. Hensikten er å kunne gå tilbake til situasjonen mentalt og aktivt jobbe med å visualisere og gjenkalle intervjusituasjonen. Intervjupersonen skal være i fokus i denne fasen av analysen og poenget er å bearbeide inntrykkene. Forfatterene understreker at det kan oppleves overveldende å ta inn så mange inntrykk på en gang, det fremheves derfor å benytte en båndopptaker for å kunne lese inn noen av de umiddelbare inntrykkene slik at fokus hele tiden kan være rettet mot manuskriptet (Smith, Flowers, & Michael, 2009).

4.1.2 Innledende bemerkninger

Modellens andre trinn er en utforskende tekstanalyse som vektlegger semantisk innhold og språklige formuleringer. Forfatterene omtaler denne delen av analysen som den mest tidkrevende (Smith, Flowers, & Michael, 2009). I denne fasen av analysearbeidet videreføres tankene og overblikket fra gjennomlesningen, og disse videreføres på detaljnivå gjennom det skrevne ord. Smith og kollegene (2009) fremhever at denne fasen ikke er regelstyrt og det er derfor opp til forskeren hva som kommenteres og fremheves. Imidlertid er det et mål å utarbeide et detaljert manus med kommentarer (Smith, Flowers, & Michael, 2009).

I denne studien ble datamaterialet plassert i tabeller. Her ble de transkriberte data samlet i en vertikaldelt kolonne hvor manuskriptet ble plassert på høyre side, venstre side sto som en åpen tabell med rom for notater. Dermed ble radene nedover notatfelt, og jeg kunne systematisk jobbe meg gjennom intervjuene i kronologisk rekkefølge og hele tiden koble egne notater til det transkriberte datamaterialet. Dette gav en fin oversikt over helheten og dannet et godt utgangspunkt for det videre tekstarbeidet.

Smith og medforfattere (2009) deler denne delen av analysen i tre deler. De tre delene omfatter beskrivende kommentarer, lingvistiske kommentarer og konseptuelle kommentarer. Beskrivende kommentarer er nøkkelord eller beskrivelser av samtalen som oppsummerer det essensielle. Lingvistiske kommentarer fremhever fluktuasjonen i samtaledynamikken. Her nevnes tonefall, pauser, latter og andre språklige virkemidler som påvirker eller gjennomsyrrer samtalen. Konseptuelle kommentarer tar analysen opp et nivå og gir analysen en mer fortolkende form. Her skiftes fokus mellom intervjupersonen, samtalen og tema som diskuteres. Smith og kolleger (2009) understreker at denne prosessen kan lede til en form for selvransakelse, fordi man søker å forstå intervjupersonen gjennom sin egen forforståelse. Fokuset må likvel ikke rettes innover

på forskeren, denne selvransakelsen danner kun et bakteppe (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Hvis selvransakelsen skaper et fokusskifte, fremhever forfatteren at man må skritte tilbake, ta en pause og begynne på nytt.

Denne delen av analysearbeidet er på mange måter teoretisk forenelig med det kvalitative begrepet; *meningskodning* (Kvale & Brinkmann, 2009). Datamaterialet kodes gjennom små nøkkelord som konsentrerer meningsinnholdet i et avsnitt.

4.1.3 Utvikling av fremtredende tematikk

Modellens tredje fase omhandler en prosess som er teoretisk forenelig med den kvalitative metodes prinsipp om meningsfortetning (Kvale & Brinkmann, 2009). Fokuset skiftes i dette stadiet av analysen delvis over fra de transkriberte data og over på forskerens notatblokk. Hensikten i denne delen av analysen er å komprimere detaljvolumet i notatene ved å gjennomføre en slags fenomenologisk meningsfortetning. Tidligere nevnte metafor om forskeren som en gruvearbeider på jakt etter den egentlige meningen, er beskrivende (Kvale & Brinkmann, 2009). I likhet med gruvearbeideren som graver etter edle metaller i store steinbrudd, må også forskeren foredle eget datamaterialet og egne notater slik at gullkornene kan komme til syne. Smith og kolleger (2009) omtaler at det i denne delen av analysen etableres en ny helhet på forskerens notatblokk.

I denne fasen kommer de fremtredende tema, studiets fokusområder til syne. Gjennomføringen av dette stadiet innebærer et fokusskifte mellom helheten og de delene som blir definert i denne prosessen. Formålet er å danne en klassifisering eller kategorisering av datamaterialet fra et større perspektiv.

4.1.4 Fremtredende tematiske forbindelser

Modellens fjerde trinn består av en kartlegging av hvordan intervjuets ulike fremtredende tema henger sammen og forbindelsen mellom disse. Smith og medforfattere (2009) understreker her viktigheten av forskerens skjønn fremfor den regelstyrte metoden. Imidlertid omhandler prosessen en systematisk tilnærming til de fremtredende tema, slik at forbindelsene mellom disse kan synliggjøres på en god måte (Smith, Flowers, & Michael, 2009).

4.1.5 Overgangen til neste subjekt

Femte stadiet er overgangen til et nytt subjekt. Ved denne overgangen er det helt essensielt at det nye subjektet studeres uavhengig av foregående subjekt. Det er ifølge Smith og kollegene

(2009) uunngåelig å ikke ta med seg noe forforståelse fra foregående subjekt, derfor understreker forfatteren at dette er et element det er svært viktig å være bevisst på.

4.1.6 Forbindelser mellom de ulike subjektene

Det sjettede og avsluttende stadiet av analysen er kartlegging av mønstre og forbindelser på tvers av subjektene. Eksempelvis kan et tema hos et av subjektene belyse en av de andre subjektene historie på en god måte. Denne prosessen omtales av forfatterene som en kreativ prosess og den kan medføre endringer i analysenotatene oppsett. Imidlertid omtales dette som positivt, da notatene får nytt liv gjennom denne nettverksbyggingen.

4.2 Kvalitativ fleksibilitet

Den kvalitative metodes analysedynamikk handler like mye om fleksibilitet i forhold til analyseprosessen som en regelstyrt metode (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Denne formbarheten gjør at store deler av forskningen skapes underveis, og åpenhet i forhold til datamaterialet har i dette prosjektet vært en viktigere rettesnor enn forhåndsdefinerte analysekriterier. Prosjektets formål var å fortelle historien til fem ulike steroidebrukere, og å kunne benytte disse som en forklaringsmodell for en menneskelig livsverden. Derfor har kategoriene blitt definert underveis i prosessen, ikke forut for analysearbeidet. Fenomenologene omtaler den fortolkende tilnærmingen som en fremhevelse av det som viser seg, denne erkjennelsen modelleres i analysen.

4.3 Narrativ innføring

Et forskningsprosjekt omhandler en lang prosess med interaksjoner og hendelser som ikke nødvendigvis dokumenteres eller presenteres for leseren. Likevel er en grunnleggende narrativ innføring i opplevelser og hendelser relevant for forståelsen av sluttproduktet (Smith, Flowers, & Michael, 2009). Denne studien er av en svært personlig karakter og subjektene historier står i sentrum for forskningen. I denne studien ønsker jeg derfor å ta leseren med på denne reisen inn i intervjupersonenes opplevde livsverden. Viktigheten av denne innføringen understrekes av Smith og kolleger (2009).

Et annet viktig argument for å benytte en narrativ innføring er vår menneskelige evne til å kunne sette oss inn i en annens situasjon og forstå denne, nettopp fordi vi selv er mennesker og derfor deler både opplevelser og erfaringer med andre mennesker (Neumann & Neumann, 2012).

Neumann og Neumann (2012) benytter betegnelsen sanseapparat og poengterer hvordan likheter i vårt menneskelige sanseapparat bidrar til en felles forståelse av det menneskelige. Nevnte forfatter understreker også hvordan denne likheten også er en dimensjon i menneskets

sosiale liv. Det at vi er like og ved at vi er like, skaper et fellesskap (Neumann & Neumann, 2012). Forfatteren sier følgende: "*Å være menneske er ikke noe man kan være helt alene. Man trenger andre mennesker for å kunne leve*" (Neumann & Neumann, 2012, s. 104).

En slik forståelse av mennesket og sosial konstruksjon ser jeg som en formålstjenelig plattform for å få frem intervjupersonenes menneskelige karakter og fenomenologiske livsverden.

4.4 Mulige feilkilder

Rekruttering, tidsperspektiv og tilnærming er momenter som er utfordrende i alle prosjekter. Dette er elementer som gir føringer og begrensninger også i dette prosjektet. Denne studien omhandler et nærgående og personlig tema, av denne grunn er både den oppsøkende- og rekrutterende virksomheten utfordrende. Det endelige utvalget representerer på denne måten de tilgjengelige ressursene, det håndplukkede og forhåndsdefinerte utvalget fremstår som urealistisk i møte med tilsvarende tematikk og problemstillinger. I praksis betyr dette at man som forsker på disse emnene er avhengig å ta det som er dukker opp, det man får. Et slikt utvalgt omtales som et tilgjengelighetsutvalg (Thagaard, 1998).

5.0 Resultat og diskusjon

*“Folk siger vel i Herredet at Jeppe drikker, men de siger ikke, hvorfor Jeppe drikker”
(Holberg, 1911, s. 23).*

En ung gutts vei inn i et dopingmiljø vil alltid være en sum av det som med empirisk terminologi omtales som; multifaktorielle årsaksforhold. Sagt enkelt, en sammensetning av variabler og omkringliggende faktorer. Imidlertid er vitenskapens idégrunnlag å forenkle virkeligheten slik at nye oppdagelser skal kunne berike den menneskelige tilværelsen (Tranøy, 1986). Derfor er det ønskelig å trekke ut og fremheve noen relevante forhold.

Det berømte Ibsen-stykket; *Vildanden*, retter søkelyset mot menneskers sosiale konstruksjon av drømmer og løgner. Helene Uri skriver etterordene i Gyldendals lommeversjon. Forfatteren sier følgende:

*Trenger ikke mennesker å kunne gjemme seg bak en livsløgn eller to? Å kunne kripe i skjul for realitetene, å tviholde på en drøm, en forestilling, en fantasi? En vakker dag, om ikke så alt for lenge, så vinner jeg i tipping. Eller kanskje jeg får platekontrakt. Jeg kommer iallfall til å bli slank og pen. Rik og berømt (Helene Uri sitert i *Vildandens etterord*, Ibsen, 2005 s. 113).*

Denne studiens skildringer er fortellinger om det levde liv og ingen fullstendig sannhet, men det er et forsøk på meningsekstrahering og fremleggelse av denne. Det er med ydmykhet jeg presenterer intervjupersonenes livsberetninger. Ovenfornevnte sitat er beskrivende for min opplevelse av deltagerens livsverden og dopingbrukets rolle innenfor denne virkeligheten. Veien inn i dopingmiljøet fremstår som en forestilling på ulike plan om å kunne konstruere en retusjert virkelighet. En iscenesatt virkelighet. Det berømte Ibsen-stykket får aktualitet gjennom sine skildringer av dobbeltlivet. Steroidebrukerens tosidige liv bygger på en selvrealisering gjennom kroppskompetanse, men den kroppslige selvrealiseringen tuftes på et preparatbruk som hemmeligholdes. Ibsen (2005) skriver om mørkeloftet som en analogi for hemmeligheter som gjemmes bort. Deci og Ryan (2002) omtaler hvordan menneskets iboende drivkrefter kanaliseres i møte med omverdenen. Dopingbruk kan satt i sammenheng tolkes som et middel til å realisere forestillingene om et bestemt liv. Denne forestillingen blir et mentalt mørkeloft, og steroidebrukerens tilværelse tuftes dermed på en uærlig fasadekonstruksjon. Imidlertid kan man spørre seg om det alltid er rett at sannheten skal fram, om det er det beste for alle alltid, eller om velvære også finner sted bak fasaden.

5.1 Oppbygging og fremstilling av empiri

I dette kapitlet blir studiets empiriske dokumentasjoner fremlagt. Iakttagelser, erkjennelser og refleksjoner blir her flettet sammen med teoretiske betraktninger av menneskelige uttrykk.

5.1.1 Empirisk råmateriale

Denne studiens empiriske råmateriale er basert på fem dybdeintervjuer. Samtlige intervjuer ble spilt inn digitalt og transkribert i ettetid. Disse transkriberte dialogene danner grunnlaget for studiets analysearbeid og resultater.

5.1.2 Beskrivelse av intervjupersonene

Dette prosjektets metodologiske ståsted og analysearbeid forutsetter en dyperegående forståelse av hvordan intervjupersonene både ser og opplever sin egen virkelighet. Av denne grunn ønsker jeg å presentere disse. Et annet perspektiv er den sosiale stigmatiseringen og de stereotypiske forestillingene som ofte knyttes til dopingbrukere. Steroidebrukere portretteres ofte i massemedia som voldelige, kriminelle og aggressive (Andersen, 2001; Tungesvik, 2013; Dyvik, 2014). Derfor beskrives intervjupersonene¹⁰.

¹⁰ Innenfor den kvalitative forskningstradisjonen er begrepet informant er både innarbeidet og anerkjent (Thagaard, 1998). Imidlertid var en av denne studiens intervjupersoner svært ukomfortabel med betegnelsen informant, nevnte intervjuperson hadde forbindelser til det kriminelle miljø og assosierte begrepet med tystervirksomhet. Han begjærte av denne grunn at betegnelsen intervjuperson ble benyttet. Dette er blitt tatt til følge og menneskene som studeres omtales derfor som intervjupersoner.

André

André var den første som ble intervjuet. Han var i begynnelsen av førtiårene og oppvokst på østkanten av Oslo. André var da intervjuet fant sted engasjert i antidopingarbeid og brukte sin egen historie om steroidemisbruk i denne virksomheten. André hadde tidligere jobbet som dørvakt, og han hadde også vært involvert i torpedovirksomhet i et kriminelt undergrunnsmiljø. Han fortalte historier om en utfordrende oppvekst, og at lærevansker gjorde ham til en kasteball i skolesystemet. Idretten fremstod som et holdepunkt i tilværelsen hans, og han fortalte om spill på elitenivå i både ishockey og fotball. Beskrivelsene av idretten fremstår forenelige med selvbestemmelsesteoriens behovselementer, en mestringsarena som i stor grad formet både tilhørighet og identitet. Dette intervjuet fant sted på en café i Oslo¹¹.

Bjarte

Bjarte var den andre som ble intervjuet. Han var i begynnelsen av trettiårene og hadde vokst opp på flere plasser. Foreldrene til Bjarte var engasjerte i hjelpearbeid, derfor fant deler av barneårene til Bjarte sted i et afrikansk land. Denne tiden omtales av intervjupersonen som en svært berikende og innholdsrik tid. I ungdomstiden flyttet familien hjem til Norge og bosatte seg utenfor Oslo. Bjarte var da intervjuet fant sted på høyden i sin karriere som kroppsbygger og kjent for en spektakulær fysikk som han selv omtalte som et *freakshow*¹². Bjarte fremstod som en svært dedikert og målrettet kroppsbygger. Bjarte var utdannet petroleumsarbeider og hadde tidligere jobbet som borer på oljeplattform. Han fortalte også om strøjobber både som stripper og som dørvakt. Da intervjuet fant sted var han engasjert som miljøarbeider i barnevernet og jobbet med vanskeligstilt ungdom. Bjarte fortalte om en harmonisk oppvekst og en svært aktiv periode som ung gutt med fotball og snowboard som hovedinteresser. Dette intervjuet fant sted hjemme hos intervjupersonen i Oslo.

¹¹ Intervju nummer en og fem ble gjennomført på offentlig sted. Et viktig poeng var å sikre at intervjupersonen var komfortabel med å fortelle sin historie og at lydforholdene var gode slik at innspillingene ble av best mulig kvalitet. Møtestedene var derfor ikke tilfeldig valgt ut, men plukket ut på forhånd. Møteplassene var på caféer med sittegrupper som skjermet samtalen på en god måte.

¹² Bjarte benytter betegnelsen *freakshow* som en referanse til sirkusliknende underholdningsattraksjoner hvor man mot betaling kunne se *freaks* eller vanskapninger med uvanlige kroppslige karakteristikk. Han benytter denne betegnelsen som en henvisning til hans ekstreme muskularitet.

Casper

Casper var den tredje som ble intervjuet. Casper var i begynnelsen av førtiårene og hadde vokst opp utenfor Drammen. Casper vokste delvis opp i fosterhjem med støttekontakter og delvis opp med sine foreldre hver for seg. Foreldrene skilte lag da Casper var sju år gammel. Casper fortalte om en svært problematisk oppvekst og et voldelig hjem. Han skildret idretten som en god drivkraft og et fristed fra problemene hjemme. Casper forteller om et svært anstrengt forhold til sin far, men poengterer imidlertid hvordan hundekjøring ble en møteplass for de to. Samtlige intervjupersoner fortalte om idretten med et positivt fortegn, også Casper skildret en aktiv barndom og betegner den som formende. Fra et SDT-perspektiv fremstår idrettsdeltagelsen som et sted å knytte sosial tilhørighet til og et utstillingsvindu for mestring. En arena for å fremvise kompetanse og på denne måte føle på et velfungerende samspill med omgivelsene. Casper hadde før fengselsoppholdet fant sted, jobbet som dørvakt og yrkessjåfør. Da intervjuet ble gjennomført sonet intervjupersonen en ubetinget voldsdom, dette intervjuet ble derfor gjennomført i et fengsel på Østlandet.

David

David var den fjerde som ble intervjuet. David var i midten av førtiårene og hadde vokst opp i Oslo. Han hadde utdanning fra kokk- og stuerskolen og en annen utdanning innen filmproduksjon. David var helt nylig blitt frisatt fra et soningsopphold i fengsel, og hadde i den forbindelse påbegynt ingeniørstudier. David hadde også sterk idrettstilknypning og hadde tidligere vært aktiv innenfor flere kampsportretninger og konkurrert i kroppsbygging. Dette intervjuet ble gjennomført hjemme hos intervjupersonen i Tønsberg kommune.

Eddie

Eddie var den femte som ble intervjuet. Eddie var i begynnelsen av tredveårene og hadde vokst opp i Tønsberg. Han var selvstendig næringsdrivende programutvikler og hadde tidligere drevet et treningssenter. Eddie hadde også jobbet som dørvakt og som hundepdretter. Eddie fremstod som ekstremt målrettet i sitt treningsarbeid og var en ambassadør for kraftsport¹³. Eddie fortalte om en ufravikelig systematikk i eget treningsarbeid og understreket at kontinuerlig progresjon og utvikling var hans viktigste drivkraft. Interessen for styrketrening fikk han gjennom den organiserte idretten, da fotballaget igangsatte basistrening. Dette intervjuet ble gjennomført på en café i Oslo.

¹³ Begrepet kraftsport benyttes i denne sammenheng som en samlebetegnelse for kroppsbygging, styrkeløft og showporten strongman. Intervjupersonen fortalte både om treningsarbeid rettet mot de ulike grenene, men også om kompetitiv deltagelse innenfor nevnte disipliner.

5.1.3 Innholdskategorier

Her blir tematikk og mening forenet gjennom teoretiske betraktninger og refleksjoner. Den fremtredende tematikken er innordnet kategorisk. Hver enkeltstående kategori inneholder skildringer hentet fra datamaterialet, og meningsinnholdet illustreres gjennom teoretiske betraktninger. Datamaterialet er ikke tilpasset forhåndsdefinerte innholdskategorier, men kategoriene er en presentasjon av det som åpenbarte seg i analysen. På denne måten bevares datamaterialets egenart, og empirien presenteres så ufarget som mulig.

Før kategoriene presenteres ønsker jeg å understreke at overgangene mellom disse er flytende. Det vil si at de går over i hverandre ved både å bygge på hverandre og å utfylle hverandre. For oversikts skyld presenteres de imidlertid adskilt. Innholdskategoriene omfatter følgende:

Barndom og oppvekst, hverdag, og selvrealisering.

Fra et metaperspektiv kan kategoriene forstås som en skildring av et livsløp. Innledningvis belyses veien inn i et dopingmiljø, deretter dagligliv og tilværelsen til en steroidebruker, og til slutt summeres det hele opp gjennom å se på hvordan intervjupersonene opplever seg selv og hvordan de ønsker å presentere seg selv.

5.1.4 Narrativ innføring

Et forskningsprosjekt er ikke en lineær prosess fra a til b, det er summen av bevegelser frem og tilbake, og oppdagelser, erkjennelser og refleksjoner underveis. Leseren er ikke med på denne reisen og går derfor glipp av opplevelser som ikke skildres. Derfor bør leseren få muligheten til å kunne sette seg inn i en oppsummering av disse hendelsene. På denne måten blir datamaterialet blåst liv i og levendegjort for leseren. Viktigheten av denne innføringen understrekes av Smith og medforfattere (2009). I denne studien ønsker jeg derfor å ta leseren med på en slags rekonstruksjon av mine opplevelser som forsker, gjennom en narrativ innføring.

5.1.5 Oppsummerende inntrykk

Enhver som har sett en kroppsbygger i konkurranseform vet at det er oppsiktsvekkende syn. På samme tid som ansiktet er dratt og innsunket og kan bære tydelig preg av en særdeles lav fettprosent, så svulmer muskulaturen med striper fra muskelfibre og pumpende vener. Dette er et veldig spesielt skue, fordi det uttrykker et slags paradoks; det utsultede og magre, men samtidig kraftige og muskuløse. Dette var også synet som møtte meg i flere av intervjuene. Alle intervjuene var med intervjupersoner som var sterkt preget av livsstilen de levde. På samme måte som man kan omtale en skogsarbeider som furet og værbitte, opplevde jeg intervjupersonene som herdet av intensiv trening og omfattende steroidebruk. Steroidebrukeren er som tidligere nevnt utsatt for stereotypiske karakteristikk knyttet til vold og kriminalitet. Denne forhåndsdommen fremheves også av flere av intervjupersonene som problematisk og ubehagelig. Av den grunn ønsker jeg å fremheve at min opplevelse av intervjupersonene var av positiv valør. Menneskene jeg møtte fremstod som imøtekommende, ærlige og vennligsinnede, noen mer enn andre, men samtlige virket interesserte i å fortelle historien sin. Dialogene var harmoniske og beveget seg på naturlig vis innom de ulike tema, eneste unntaket var intervjuet som ble gjennomført i fengselet. I denne samtalen opplevde jeg intervjupersonen innledningsvis som tilbakeholden og mindre åpen, imidlertid åpnet han seg opp og fortalte tilsynelatende åpent og ærlig om livet.

Historiene som ble fortalt hadde ulike utgangspunkt og ulike retninger, men menneskene bak fremstod som i overensstemmelse med hverandre på mange plan. Neumann og Neumann (2012) omtaler denne menneskelige likheten som fellesnevner i vårt sanseapparat. Nevnte forfattere poengterer også at denne likheten skaper en mellommenneskelig sosial avhengighet og på samme tid en forståelse av den andre. Vi ser oss selv gjennom andre, derfor evner vi også å forstå motparten i et samspill. Sagt på en annen måte fremstod deltagerene på mange måter samstemte i sine beretninger, spesielt i hvordan de skildret sosialdynamikken i et steroidemiljø. Klærne de brukte, begrepene de brukte og holdningene de formidlet vitnet om en samsvarende påvirkning, det var klare likhetstrekk i disse karakteristikkene.

5.1.6 Oppsummerende erkjennelser

Deci og Ryan (2002) omtaler hvordan mennesker søker tilfredsstillelse av allmenngyldige mentale basisbehov. Gjennom sosialdynamiske påvirkningskrefter og ytre krav er det utfordrende å skille mellom begrepene *behov* og *ønske*. Vi har et behov for å kjenne tilhørighet, og vi kan ha et ønske om en penere kropp. I denne rapporten fremstår intervjupersonenes beskrivelser på mange måter som en invertering av det foregående. De uttrykker seg som at behovet er en finere kropp og at ønsket er tilhørighet. Denne forvirringen skaper behovssubstitutter og usikkerhet¹⁴. Tilhørigheten fremstår som skjør og sårbar og som tuftet på ugunstige og ukorrekte premisser. Den genuine opplevelsen av å være innlemmet i en sosial enhet overskygges av et ønske om økt sosial status i gruppen. Behovstilfredsstillelsen skjer i stor grad gjennom en altopplukende kompetansedemonstrasjon som drives frem av et kontrollerende miljø. Å uttrykke fysisk suverenitet blir et siktemål som overskygger velvære og motivet blir fremprovosert av de sosiale kreftene. Motivet, den muskuløse kroppen, fremstår derfor som katalysert gjennom eksterne drivkrefter, ikke som genuint selvbestemt og vekstorientert.

¹⁴ Behovssubstitutter og kompensatoriske motiv er begreper som settes i sammenheng med fravær av mental velvære. Fraværet kan skyldes undergravelse eller deprivering av de mentale basisbehovene: Autonomi, tilhørighet og kompetanse. En konsekvens av dette kan være utvikling av utenforstående behovssubstitutter eller kompensatoriske motiv. En grudigere redegjørelse av disse begrepene fremgår på s. 68 i kapittelet om rusmidler som alkoholsubstitutter.

5.2 Barndom og oppvekst

Alle planter og dyr begynner sine liv som små frø eller celler. Først er de så like at det ikke går an å se forskjell på dem. Men så folder de små frøene seg langsomt ut og blir til ripsbusker og plommetrær til mennesker og giraffer (Gaarder, 1993, s. 41).

Intervjupersonenes skildringer av barndom og oppvekst synliggjorde flere innganger til dopingbruk. De ulike historiene inneholder alle sammen elementer fra flere årsaksforhold. På grunn av studiens rammer har jeg måttet foreta en utvelgelse av hvilke elementer som vil bli belyst. I kommende kapittel vil jeg presentere skildringer hentet fra André og Casper sine historier. Beretningene til nevnte intervjupersoner favner og synliggjør innganger til dopingbruk som går igjen i hele datamaterialet. Disse historiene omhandler kriminalitet, spenningssøk, hevnjerrighet og rusmiddelbruk.

5.2.1 Kriminalitet

André var den første intervjupersonen jeg ble kjent med. André var i begynnelsen av førtiårene og hadde brukt steroider i over tjue år. På daværende tidspunkt hadde han satt et foreløpig punktum for steroidebruken, og han fortalte at steroider ikke lenger var en del av livet hans slik som det hadde vært tidligere. André understreket at kroppens størrelse ikke var like viktig for ham lenger, at treningen i dag i større grad handlet om vedlikehold og opprettholdelse, fremfor forbedringer og utvikling. André var svært åpen i sine skildringer av livet, han hadde godt humør og latteren satt løst. Likevel satt jeg med en følelse av at han hadde med seg noen dyrkjøpte erfaringer i bagasjen, for det var kort vei fra smilehull, til stramme sammenbitte kjever og avvikende blikk. Intervjupersonen gav ikke inntrykket av at han forsøkte å skjule noe, men han formidlet gjennom skildringer og kroppsspråk en livserfaring som hadde formet ham. André fortalte om konsentrasjonsvansker på skolen og en iboende indre uro. Han måtte flere ganger i løpet av intervjugjennomføringen be om å få spørsmålet repetert på grunn av disse vanskene. Dette fortalte han var problematisk i oppveksten. André fortalte om en barndom og en oppvekst som var preget av et tøft ungdomsmiljø. André sa følgende:

Jeg skal ikke legge skylden på oppveksten, men det er klart at jeg kommer jo fra et sted og med en generasjon over meg som var den såkalte Tveitagjengen, så det er klart og jeg var jo som sagt ikke den skarpeste kniven i klassen...

Det er en sosiologisk undertone i fortellingene til André, med dette mener jeg at han er svært bevisst på hvordan samfunnsstrukturene også i stor grad gjenspeiles i hans eget handlingsrom. På grunn av oppgavens rammer vil det ikke bli gjort rede for de sosiologiske perspektivene knyttet til dopingbruk, likevel ønsker jeg å bringe på bane habitusbegrepet for å illustrere mitt

poeng. Jarvie (2006) beskriver dette på en god måte, han sier følgende: *"Habitus as a specific notion refers to the acquired patterns of thought, behavior and taste which are said to constitute the link between social structures and social practices. It locates the middle ground between structures and actions"* (Jarvie, 2006, s. 223).

Det er interessant hvordan André skildrer en oppvekst i et miljø som åpenbart har formet ham og at han også er bevisst på dette selv. Måten han ordlegger seg på, klesstil og holdning fremstår også som materialiseringer av sosialiseringkrefter fra et miljø. Han er veldig tydelig på at han er *"Vålenga'gutt"* og at han er fra østkanten av byen. Disse materialiseringene fremstår som fellesnevner hos intervjupersonene, med dette mener jeg likevel noe dyperegående enn de ytre observerbare trekkene. Den mellommenneskelige likheten fremstår i større grad som kroppsliggjorte smaksmønstre og opplevelser som samsvarer. Jarvie (2006) sier det på denne måten: *"The knowledge of what it means to be a boxer, for example, involves the development of a particular body habitus"* (Jarvie, 2006, s. 223).

Denne kroppsliggjøringen er teoretisk forenelig med internaliseringsbegrepet som omhandler sosialiseringkreftenes påvirkning av individet (Deci & Ryan, 2002). Disse kroppsliggjorte felles forholdene kan også forstås som en materialisering eller et uttrykk for tilhørighet. Kroppen og klesstilen definerer og forsterker miljøtilhørigheten, fordi det viser for omverdenen hvem man er. En viktig dimensjon er også hvordan det markerer avstand, det understreker på samme tid hvem man ikke er eller hvor man ikke tilhører. André sa følgende i samtalen fortsettelse:

"Jeg gikk på helsestudio, en annen hadde kanskje gått til mc-miljøet, en annen hadde kanskje gått til nazimiljøet..."

Sett fra et SDT-perspektiv fremstår nevnte sitat som et ønske om å være en del av noe større enn seg selv, en sosial enhet. Beslutningen fremstår imidlertid i større grad som styrt enn selvvalgt. André er veldig tydelig når han poengterer at han vokste opp i et miljø som var marginalisert. Søket etter fellesskap fremstår like mye som en læringsprosess og tilpasning, som et reelt søk. Imidlertid kommer to årsaksforklaringer til syne. Å søke spenning og å dyrke frem en kriminell karriere. Disse punktene vil jeg ta nærmere i øyensyn.

5.2.2 Å bli en av gutta

André understreket i sine fortellinger at barndommen og oppveksten var en vanskelig tid for ham. Han fortalte om et intenst driv og en iboende trang til å utforske og å søke spenning og risiko. Intervjupersonen beskrev hvordan han søkte kontakt med de eldre og at dette også var en viktig dimensjon i jakten på spenning. André fortalte at han i voksen alder hadde fått påvist ADHD og at dette kunne være en mulig årsaksforklaring på den indre uroen han beskrev.

André fortalte om en ung gutts beundring av de eldre og et ønske om å bli som de. Forbildene André fortalte om var gjengmedlemmer fra Tveitagjengen. Intervjupersonen beskrev en forestilling om et liv som sine forbilder fra den kriminelle gjengen. Et liv uten jobb, likvel med penger og damer. Han fortalte om en fellesnevner hos de han beundret - den muskuløse kroppen. Gjengmedlemmene han så opp til var store og muskuløse og brukte kroppen som et middel i torpedovirksomhet og annen voldskriminalitet. André beundret denne gjengtilværelsen og han uttrykte at han den gangen var overbevist om at en muskuløs kropp også kunne være en inngangsbillett til et slikt miljø og et liv som ovenfornevnt. André sa følgende:

Jeg så jo gutta hadde fete biler, dem hadde masse penger, dem hadde damer... Folk gjorde som dem sa... Ikke sant, dem jobba ikke.. Dem hadde kule liv liksom, var på byen hele tiden (...) du bruker kroppen din som et redskap!

Intervjupersonen sa videre:

...jeg var ung og ville ha mer kutt¹⁵, jeg ville ha mer styrke, jeg ville bli mer konge. Jeg så jo hvordan disse andre gutta herja på byen ikke sant. Banka folk, blei respektert, frykta i gåsetegn da, ikke sant. Jeg ville ha det samme som dem hadde. Jeg ville ha penger ikke sant, jeg ville være med ut å knekke sjapper og gjøre torpedojobber.

Bilgrei (2013) omtaler flere løpebaner og innganger til dopingbruk, blant annet som en byggestein i utviklingen av en kriminell karriere eller som sosialisering i et kroppsbyggermiljø (Bilgrei, 2013). Denne studien konfirmerer nevnte observasjoner. André uttrykker spesifikt at det handlet om et ønske om å bli som de andre kriminelle, å være en del av et miljø og å kunne hevde seg innad i miljøet.

¹⁵ *Kutt* er et begrep som i kroppsbyggersammenheng viser til grad av definisjon i muskulaturen. Betegnelsen er av metaforisk karakter og gjenspeiler et bilde av en kropp med svært lav fettprosent, slik at muskulaturen får dype linjer og tydelige detaljer. Disse linjene kan minne om en skulpturs utskårne linjer og de omtales av intervjupersonen som kutt.

Sett fra et SDT-perspektiv kan man argumentere for at denne navigasjonen i eget liv forankres i det vekstorienterte mennesket og ønsket om å realisere eget potensiale (Deci & Ryan, 2002). Dette iboende menneskelige drivet til å søke utfordring kan uttrykkes gjennom selvbestemmelsesteoriens kompetansebehov og den selvopplevde erfaringen av å være i et velfungerende samspill med omgivelsene (Deci & Ryan, 2002). Navigasjonen André gjør i eget liv kan dermed forstås som resultatet av en kartleggingsprosess, en aktiv retningsforandring med sikte på vekstfremmende omgivelser (Deci & Ryan, 2002). Disse fant han i det kriminelle miljø. Imidlertid er det viktig å poengtere at han uttrykker et ønske om økt status. I ovenfornevnte sitat poengterer André at han ønsker å bli respektert og frykta. Deci og Ryan (2002) uttrykker det på denne måten:

The need to feel oneself as being in relation to others is thus not concerned with the attainment of certain outcome (e.g. sex) or a formal status (e.g. becoming a spouse, or a group member), but instead concerns the psychological sense of being with others in secure communion or unity (Deci & Ryan 2002, s. 7).

Utfra en slik forståelse fremstår ønsket veldig mekanisk og dermed ikke i tråd med selvbestemmelsesteoriens idégrunnlag for psykisk velvære. Imidlertid kan man argumentere for at intervjupersonen likevel opplever tilværelsen som tilfredsstillende på grunn av de positive opplevelsene han skildrer. Omgivelsene bidrar med ytre motivasjon gjennom forherligelse av den muskuløse kroppsprestasjonen. Imidlertid blir det konstante fokuset på kroppslig prestasjon og suverenitet et påtvunget normsett formet av det ytre miljøet og det kan derfor oppleves som kontrollerende. Opplevelsene kan likevel tolkes som en form for integrert regulering, fordi den muskuløse kroppen gir en form for avkastning, den gir status. André sa følgende:

"...jeg fikk jo det lederskapet jeg søkte etter hvert da, og hva skal jeg si, de komplimentene jeg søkte (...) det er jo klart det gir deg en sinnsyk selvfølelse..."

Intervjupersonen forteller at han etterhvert fikk den anerkjennelsen han var ute etter, altså bekreftelser på kroppscompetansen i form av skryt og tilbakemeldinger. André understreker imidlertid en ambivalens knyttet til tilværelsen i et steroidmiljø. Dette fremstår som i tilknytning til det foregående, og miljøets kontrollerende og instrumentelle ytre påvirkning. På samme tid som intervjupersonen uttrykker gode opplevelser i form av skryt fra miljøet, uttrykker han en motstridende følelse, han uttrykker en form for savn.

...det var kun byggerprat, og egentlig så har jeg i alle år selv om jeg har drevet med bygging, så har jeg aldri hatt den store interessen for å sitte å prate om bygging, fireogtjuesyv, hvis du skjønner hva jeg mener, det er så mye annet i livet, jeg er en ganske sånn filosofisk gutt da, jeg tenker mye og sånne ting, glad i historie for eksempel, jævlig glad i historie, krigshistorie og sånt, men det og sitte å prate om bygging og sånt har jeg aldri hatt sånn interesse for som en generell bygger har egentlig...

André sa videre:

"...egentlig så var jeg vel litt sånn egentlig, en del av meg var i miljøet og en del av meg var ikke i miljøet..."

Det hele fremstår som en utilfredshet med situasjonens tilstand. Sett fra et SDT-perspektiv fremstår tilværelsen som mangelfull. Miljøet fremstod som kontrollerende og dermed ble de gode tilbakemeldingene betinget i noe som var drevet frem av miljøet rundt. Konsekvensene av dette kontrollerende miljøet er todelt for André sin del, på den ene side uttrykker han hvordan det oppstod en avsmak på miljøet, på den andre siden hvordan han hadde et iboende driv etter risiko og spenningssøk. Slik som jeg ser det, kan disse settes i sammenheng.

5.2.3 Spenningssøk

Av hensyn til studiens rammer vil jeg ikke gjøre rede for alle de teoretiske perspektivene knyttet til spenningssøk som fenomen, men kun grovt forklare hvilke teoretiske forbindelser som kan knyttes. Kort fortalt omhandler den psykologiske teorien spenningssøking (sensation seeking) om personlighetstrekk som gjør individet tilbøyelig til å søke risiko på ulike plan i eget liv (Zuckerman, 1984). Nevnte forfatter understreker den aktive villigheten til å søke ny og variert stimuleringen med høy grad av risikoaksept i denne leteprosessen (Zuckerman, 1984). Disse trekkene fremstår som forenelige med historiene André forteller når han beskriver en iboende uro og spenningstrang.

I denne sammenheng kan det være relevant å spørre seg *hvorfor* André er ute etter spenning. Slik som som André forklarte, kan det se ut som om det i stor grad omhandler utilfredshet med situasjonens helhet og at dette bunner i en undergravelse eller deprivering av mentale behov.

Deci og Ryan (2000) omtaler hvordan velvære i like stor grad defineres av undergravelse som tilfredsstillelse av mentale behov. Nevnte forfattere understreker at kompensatoriske motiv eller behovsubstitutter kan være en konsekvens av miljøets undergravelse av de mentale behovene (Deci & Ryan, 2000). Fra et slikt perspektiv kan spenningssøket tolkes som et kompensatorisk motiv eller et behovsubstitutt. Spenningssøket kan også tolkes på andre måter, som en rastløshet og eller et behov for å problematisere og utfordre tradisjonelle normative oppfatninger. Imidlertid omhandler denne studiens tolkning av spenningssøk som en konsekvens av et

overstyrt autonomibehov. Intervjupersonen fremstår som ute etter en retningsforandring på grunn av miljøets kontrollerende klima.

Deci og Ryan (1987) beskriver hvordan asymetriske maktforhold påvirker individets opplevelse av selvbestemthet. Relasjoner med forhåndsdefinerte maktforhold slik som utøver- trener- relasjoner beskrives som asymetriske, og dermed som utsatt for kontrollerende adferd gjennom rolleforventninger (Deci & Ryan, 1987). Kroppspresset i et kroppsbyggermiljø kan være teoretisk forenelig med dette maktforholdet som beskrives av Deci og Ryan (1987). Miljøet som beskrives an intervjupersonene fremstår som styrende i forhold til både væremåte og oppførsel. Sett fra et slikt perspektiv kan dette presset også tolkes som et konformitetspress, som en sosial tilpasning til en større helhet (Epley & Gilovich, 1999).

Behovstilfredsstillelse og psykologisk velvære oppstår i brytningspunktet mellom sosial tilpasning og valgfrihet. Mental velvære fasciliteres gjennom autonomistøtte (Deci & Ryan, 2002).

Ntoumanis (2012) sier følgende: "*...optimal motivation necessitates a synergistic interaction between structure and autonomy support*" (Ntoumanis, 2012, s. 103). André omtalte hvorfor han tok de valgene han gjorde på følgende måte:

...du ser jo noen blir med i, ser opp til mc-miljøet, andre syns det er kult å legge sjela si i å trene, andre syns det er kult å legge sjela si i være nazist, det har noe med å finne seg selv, og du er jo i en sårbar alder, når du er i hva skal jeg si, i tenåra, når du er tretten, fjorten, femten, seksten...

Barland og Tangen (2009) belyser denne tematikken i sin metodologiske begrunnelse av utvalget de benyttet i sin omfangsundersøkelse. I denne studien benyttes sesjonspliktige gutter og jenter som representativt utvalgt. I begrunnelsen for utvalget understrekes det hvordan samfunnets forventninger til individet endres i overgangen fra ungdom til voksen. Den formaliserte overgangen fra ungdomsliv til voksenalder markeres gjennom slutføring av lovpålagt skolegang, og gjennom denne overgangen tvinges det frem en avgjørelse knyttet til individets fremtidsorientering. Summen av disse sosiale forandringene og den pågående vekstfasen gjør perioden sårbar. En utviklingsperiode kan også betegnes gjennom nysgjerrighet og utforskning. Læring og erfaringer får vi som mennesker gjennom å gjøre (Aasen, 2008). Satt i sammenheng kan vi forstå den menneskelige utviklingen som en tilpasning til de foranderlige omgivelsene. Det er nettopp dette André beskriver når han forteller at han forsøkte å finne seg selv i en sårbar alder, steroidene ble i denne sammenheng en måte å tilpasse seg miljøet på, et middel til sosial kongruens.

Oppveksten som en sårbar periode skildres også av Casper. Casper var tydelig bitter på det som han selv beskrev som et trøblete oppvekt, preget av voldelige forhold hjemme. Casper fortalte historier om en barndom hvor han fikk et rykte som en volds mann og han tilskriver steroidebruket delvis som en konsekvens av oppveksten og et ønske om å hevne seg, å bevise seg.

5.2.4 Å bli fryktet - å bli respektert

Da jeg gjennomførte intervju nummer tre ble jeg kjent med Casper. Casper avtjente songingsstraff for en voldsdom da intervjuet fant sted, av denne grunn ble intervjuet derfor gjennomført på et besøksrom i fengselet. Fengselet lå i en kommune omtrent en times reisevei fra Oslo. Jeg ble skrevet inn som besøkende og deretter plassert på et rom som egentlig ble benyttet for medisinske undersøkelser av innsatte. Rommet hadde store vinduer og jeg satt plassert med utsikt over store deler av fengselets uteområde. Gjennom vinduet fikk jeg øye på en stor mann med en sigarett i munnviken. Han hadde følge av en fengselsbetjent og de gikk i min retning. Det var Casper og en betjent. Mannen ble stående i døråpningen for å ta et siste magedrag av sigaretten. Han smalnet kinnene og la hodet bakover mens han dro sigarett røyken ned i luftrøret. Mannen knipset sigaretten med pekefingeren og blåste den siste røykskyen ut av munnviken mens han lente hodet på skakke for å unngå å blåse røyk inn i rommet. Deretter strakk han frem en stor neve for å håndhilse. Jeg tok ham i hånden og tilbød ham en kopp kaffe. Casper rullet seg en snus, smakte på kaffen og justerte snusprisen med tungen. Han fortalte at han hadde ligget våken hele natta og tenkt på hva han skulle si i møte med meg. Jeg formidlet at dette ikke var ment som en utspørring og at det heller ikke skulle være noe å frykte. Casper satt tilbaketrukket med armene i kryss og nikket anerkjennende. Han virket ikke avvisende, men han brukte litt tid på å bli komfortabel med situasjonen. Ansiktet hans var arret, merket fra slagsmål, både av nevekamper og knivslossing. Casper fortalte følgende:

"Men så ble jeg kjent for å være en slåsskjempe, jeg havna mye i slåsskamper, jeg hadde vel mye... Jeg bærte med meg mye rart fra barndommen"

Casper fortalte historier om gjentatte blodige slagsmål. Intervjupersonen sa følgende:

...jeg banka han skikkelig - og da mener jeg skikkelig, han fikk skikkelig juling, jeg tror ikke han... han var helt hoven i hele ansiktet dagen etterpå og øya var grodd igjen og... Ja, jeg gav ham skikkelig god gammeldags juling...

På samme måte som i fortellingene til André uttrykker Casper et ønske om å bli respektert og fryktet. Casper forteller historier om hvordan han fikk skryt når han vant slåsskamper eller delte ut juling. Sett fra et SDT-perspektiv kan man argumentere for at bråkmakeradferden er en måte å uttrykke fysisk suverenitet over en motstander på og slik sett demonstrere kompetanse. På den andre siden kan det være en iboende frustrasjon over manglende behovstilfredsstillelse og omgivelser som undergraver eller overskygger velvære og optimal funksjon. Sinne og frustrasjon er sammensatte reaksjonsmønstre og kan derfor forklares på mange måter, aggresjon kan også settes i sammenheng med svingende hormonverdier ved bruk av anabole steroider. Imidlertid fremstår skildringene til Casper som beskrivelser av et ønske om å bevise noe. Å fremvise ferdighet og kompetanse gjennom å vinne over en motstander i en slåsskamp.

I situasjonen til André presenteres skildringer av et spenningssøk og et ønske om ny og variert stimuli. På samme måte som spenningssøket for André kunne tolkes som et kompensatorisk motiv eller et behovssubstitutt, fremstår bitterheten og hevngjerrigheten til Casper som det samme. Begge tilfeller representerer en kanalisering av drivkrefter i retning av et kompensatorisk motiv, i Casper sitt tilfelle gjennom å bli fryktet og på denne måten vinne respekt og anerkjennelse. Fra et SDT-perspektiv kan dette tolkes som en tilnærming til kompetansebehovet, Casper uttrykker at han var en beryktet slåsskjempe og fortellingene hans uttrykker hvordan slåssingen var en måte å bevise dugelighet på.

Imidlertid kan man også argumentere for en fortolkning basert at han selv uttaler at han fikk et rykte som en slåsskjempe, dermed blir slåssingen ikke bare en demonstrasjon av kompetanse, men også en slags identitet eller en sosial tilhørighet. En identitet som bråkmaker og en tilhørighet til de som slåss, underforstått de fysisk suverene. Det kan fremstå som et rasjonelt valg gjennom betingelsene at han slåss fordi han er flink til det og det på samme tid gir ham et utløp for trauma fra barndommen. Slåssingen blir dermed et selvbestemt handlingsalternativ som gir utløp for følelser. Dopingbruket fremstår i denne forbindelse som en forsterkende tilnærming til bråkmakerrollen, som en slags tilnærming til et oppgjør med omgivelsene, en slags hevn på samfunnet eller omgivelsene. Et oppgjør hvor det kroppslige hamskiftet representerer en forandring til en mer respektert og fryktet versjon av selvet. Intervjupersonen fortalte følgende:

Jeg hadde ikke noe sånt, vettdugt mål, men jeg ville jo være stor! (...) Mye av det var jo for at jeg, jeg ville at folk skulle holde seg unna, ikke sloss, ikke begynne å krangle, jeg ville skremme folk, det husker jeg, litt sånn hold dere unna meg lissom...

I Casper sitt tilfelle fremstår steroidebruket i stor grad motivert utfra et ønske om å spre frykt, han forteller at dette også var formålstjenelig i jobben han hadde den gangen som dørvakt for nattklubber.

5.2.5 Rusmidler

Et samlende forhold i datamaterialet er intervjupersonenes tilknytning til bruk av rusmidler. I tilknytning til bruk av rusmidler er det spesielt to forhold som utmerker seg. På den ene siden fremstår rusmiddelbruk som et spenningssøk eller et utløp for utforskning og eventyrlyst. På den andre siden virker det som en tilnærming til festing og sosialisering, som samtidig forsøker å unngå skadevirkninger fra alkohol. De nevnte forholdene fremstår også som forenelige, men jeg velger imidlertid å presentere disse hver for seg for å kunne skille og synliggjøre motivasjonelle drivkrefter. Likevel forteller flere av intervjupersonene om hvordan den innledende eksperimentelle rusmiddelutforskningen etterhvert leder til mer systematisk bruk og da ofte i et ønske om å kunne feste uten å være avhengig av å drikke alkohol. Sistnevnte forhold fremstår i stor grad som et handlingsmønster som internaliseres gjennom kroppsbyggermiljøet. Bruk av dopingmidler og rusmidler forbindes gjennom flere studier Barland og kolleger (2009, 2010). For å forklare rustilnærmingen ser jeg tre forhold som fremtredende. For det første er kroppsbyggertilværelsen preget av monotoni gjennom forpliktelser til treningsregimet og kostholdsdisiplin til enhver tid. Bruk av rusmidler kan tolkes som et avbrekk fra den altoppslukende tilværelsen og en pause fra monotonien. For det andre er kroppsbyggermiljøet lukket og isolert, festing kan dermed tolkes som en mulighet til å møte andre og på denne måten vise frem den muskuløse kroppen utenfor treningssenteret. For det tredje innebærer steroidebruk en tilnærming til preparatbruk som kan bidra til å senke en terskelverdi, preparater blir gjennom regelmessig bruk ufarliggjort. Dette kan være med på å aktualisere annen type preparatbruk. Gjennom nevnte forhold forbindes bruk av prestasjonsfremmende stoffer og rusmidler. Videre vil jeg se på rusmiddelbruk gjennom eventyrlyst og eksperimentering og som et alkoholsubstitutt.

5.2.5.1 Eksperimentering

Casper fortalte en historie om hvordan interessen for rusmidler ble introdusert gjennom treningsmiljøet. Han fortalte om hvordan han observerte treningskamerater som brukte rusmidler på fest og at disse tilsynelatende opplevde stor begeistring over bruken av dette. Rusmidlene fremstod av denne grunn som tiltrekkende og som et naturlig handlingsalternativ ifølge Casper. Casper sa følgende:

"Jeg var litt nysgjerrig.... Jeg så de andre gjorde det og at det gikk bra, så jeg prøvde meg litt frem...."

Casper sa videre:

Jeg hadde en kamerat som var veldig sånn nysgjerrig, skulle prøve ting... (...) det kom jo mer og mer inn på det treningsmiljøet vi var på og (...), de så jo ut som de hadde det så veldig gøy så det var jo en naturlig ting at vi prøvde dette her vi og...

Rusmiddeltilnærmingen som Casper beskriver fremstår som en konsekvens av sosial tilpasning, men på samme tid en eventyrlyst og et ønske om å finne seg selv. Imidlertid fremstår festingen like mye som et ønske om å finne andre. I en tilværelse som ikke oppleves som tilfredsstillende vil mennesket som meningssøkende vesen lete. Lete etter svar og tilfredsstillelse. Et viktig poeng som understrekes av Deci og Ryan (2002) er hvordan adferd som reguleres av ego-involverte (ego-involved) målsetninger som belønning eller status vil adferden oppleves som mer styrt og mindre indre motivert, dermed undergravende i forhold til mental velvære. På den andre siden vil et oppgaveinvolvert (task-involved) menneske kunne oppleve behovstilfredsstillelse og omgivelsene som vekstfremmende, fordi adferden er indre motivert og verdifull gjennom sin egenart.

Kroppsbyggerens drivkrefter fremstår som ego-orienterte og rettet mot et forhåndsdefinert ytre betinget utfall. Av denne grunn fremstår omgivelsene som veksthemmende og rusutforskningen som intervjupersonene beskriver kan settes i forbindelse med behovsundergravelse eller deprivering.

5.2.5.2 Rusmidler som alkoholsubstitutter

I denne studien forteller samtlige intervjupersoner om ruserfaring. Et poeng som understrekes er imidlertid festingens negative påvirkning på treningsarbeidet. På den annen side presenteres sosialisering gjennom festing som en mulighet til kunne vise frem kroppen og på denne måten innkassere anerkjennelse for treningsarbeidet. Mange steroidebrukere lever et liv som bygger på en tilværelse og et dagligliv med treningssenteret som sosialiseringsarena og møteplass (Sassatelli, 1999; Sassatelli, 2010). Dermed representerer festing en mulighet til å møte andre, utenforstående og på denne måten vise frem den muskuløse kroppen til et nytt publikum. I denne forbindelse nevnes spesielt muligheten til å vise seg frem for det motsatte kjønn. André sa følgende:

"Jeg fikk jo ikke noe mindre anerkjennelse hos damene på byen etter hvert...."

Casper sa det på denne måten:

*...også var det dette å se bra ut, man skulle pynte seg og se bra ut for damene (...)
jeg var jo ikke den som holdt meg hjemme i helgene, eller jeg hadde jo unger, men en gang i måneden
så var jeg jo ute på byen sammen med gutta...*

En viktig dimensjon i festtilnærmingen var imidlertid tanken eller ønsket om å ikke ødelegge progresjonen i treningsarbeidet, kroppsprosjektet var det viktigste siktemålet. Festingen representerte bare en mulighet for å vise kroppen frem, festingen i seg selv fremstod i skildringene som mindre interessant. Bjarte¹⁶ sa følgende:

...det var også litt i forbindelse med treningen, at det liksom ble så mye negativt fokus i forhold til å drikke alkohol, alkohol og trening, du merker det jo så mye på kroppen, utseendemessig, ja, det reduserer deg så veldig, og ja, også kommer andre rusmidler som tilsynelatende var bedre...

Intervjupersonen sa videre:

..det begynte litt med eksperimentering i forhold til at kanskje ting var bedre for treninga enn alkoholen, fordi det, liksom det var masse myter og man lærte underveis i treninga at alkohol det var såpass mye kalorier at du ødela en uke med trening, nå husker jeg ikke helt hva vi hørte den gangen, men man fikk forståelsen av at alkohol var liksom det verste, man merker vel mindre kanskje av andre rusmidler, de går fortere ut av kroppen, hvertfall tilsynelatende, du blir ikke fyllsjuk på samme måte...

Rusmiddelbruk kan betraktes på mange måter. I denne studien fremstår rusmidlenes rolle og behovet for å ruse seg som et behovssubstitutt, et kompensatorisk motiv og et søk etter velvære. Tilværelsen på treningssenteret blir for kroppsbyggeren en vei til kroppslig realisering, imidlertid er det en dualistisk tilværelse som i stor grad undergraver mental velvære gjennom ego-orientert adferd. Deci og Ryan (2002) sier følgende:

It seems most likely that when individuals see that the inherent desires for growth, expression, autonomy, and relatedness are unlikely to be satisfied in the present situation, they turn towards extrinsic values as a compensatory strategy to attain at least some satisfaction and some feelings of worth and security (Deci & Ryan, 2002, s. 134).

I ovenfornevnte sitat poengterer Deci og Ryan (2002) at når menneskets iboende vekstbehov undergraves er en naturlig konsekvens å vende seg til de holdninger og verdier som modelleres utenfor selvet, altså et fokusskifte fra indre verdier til ytre verdier. Nevnte forfattere omtaler denne konsekvensen som undergravelseeffekten eller *the undermining effect*. Som en respons på denne effekten kan individet vende seg mot et kompensatorisk motiv, en gjenstand eller en komponent som kan gi en form for tilfredsstillelse og en opplevelse av verdighet og trygghet.

¹⁶ En utfyllende beskrivelse av intervjupersonen Bjarte presenteres under hovedoverskriften kosthold på side 71.

Rusmidlenes rolle fremstår som forenelige med det ovenfornevnte, et behovssubstitutt som likevel favner en form for tilfredsstillelse.

5.3 Hverdag

"Menneskenes tanker og følelser spiller og spiller på dette fine stjernestøvet der alle nervetrådene kan kobles sammen på stadig nye måter..." (Gaarder, 1993, s. 108).

I kommende kapittel vil steroidebrukerens tilværelse stå i fokus. Bildet som modelleres er basert på intervjupersonenes fortellinger og omhandler ulike perspektiver på kroppsprosjektets dagligliv. Prosjektet fremstår som altopplukkende, og historiene som blir fortalt er skildringer av levesett som i stor grad fundamenteres på treningsarbeid og kostholdsrutiner.

Som nevnt innledningsvis er kategoriene sammenfallende, av denne grunn kan det argumenteres for å presentere tematikk under flere kategorier. Dette har vært en stor utfordring i analysearbeidet. Kategorien trening omhandler også sosialisering, likevel presenteres den her fordi den også favner en hverdagsrutine. I dette kapittelet presenteres historier fra samtlige intervjupersoner.

5.3.1 Kosthold

I intervju nummer to ble jeg kjent med Bjarte. Bjarte kom jeg i kontakt med via sosiale medier, han responderte raskt på en generell henvendelse som ble sendt ut til flere kroppsbyggere, og dette introduserte vår første samtale. Vi avtalte i denne innledende dialogen å møtes hjemme hos ham etter endt arbeidstid på kvelden senere samme uke. Da jeg ankom var Bjarte var i gang med matforberedelser til påfølgende dag, kjøkkenbenken var derfor dekket av plastbokser med tilhørende lokk og komfyren sto på full fres med alle kokeplater i bruk. Inne på kjøkkenet stod Bjartes samboer og rørte i grytene. Hun fortalte at også hun var kompetitiv fitnessutøver og at de to derfor fulgte samme høyproteindiett. Jeg ble plassert ved kjøkkenbordet og fikk tilbud om både mat og drikke, jeg takket ja til et glass vann. Bjarte drakk proteinpulver av et enormt glass med påskriften: *"Size does matter!"*. Vi pratet om mat mens Bjarte med kirurgisk presisjon doserte måltidene i plastbegrene som var satt frem. All maten var på forhånd målt og veid for å sikre korrekt kaloriinntak. Bjarte fortalte at kostholdet tidvis hadde vært veldig manisk, en besettelse som alltid fulgte ham. Kroppen hans og skildringene hans vitnet om en dybtgående dedikasjon til kroppsbygging. Intervjupersonen fortalte at han sjelden eller aldri overstiger seks

prosent kroppsfett¹⁷, og at tanken på å fullt og helt legge vekk rutiner knyttet til mat og trening var en anstrengende tanke. Bjarte fortalte følgende om sine matrutiner:

Nei, i perioder så blir jeg dritt lei... og da tar jeg avbrekk hvor jeg enten drar på ferie eller lar være å trene... ja, men samtidig så, så blir det sånn at hvis du skal komme på et høyt nivå så må du ofre visse ting, ehh... det er et dilemma, jeg har fått et mer avslappa forhold til det nå, ikke bli for manisk med maten, ikke bli for manisk med at hvis du dropper en trening så, ja, som du sier det blir et negativt fokus, det blir en forstyrrelse, det blir jo, hva skal jeg si, det blir jo som en spiseforstyrrelse bare omvendt liksom, ja, rett og slett et for stort fokus på deg sjøl og dine rutiner og mat og, det er derfor jeg prøver å få et mer avslappa forhold til det, det er derfor jeg ønsker at kjæresten min skal trene men ikke at hun skal være like, hva skal jeg si? Drastisk som meg da? Jeg vil at hun skal være et ytterpunkt, noe som drar meg litt fra det, så vi kan gjøre andre ting ja, dra på sydentur uten at vi nødvendigvis må gjøre de daglige rutinene, men helt klart, man blir fanget av det... Det gjør man...

Intervjupersonen fremstår som veldig tydelig på at maten er en stor utfordring i hverdagen. Jeg stilte ham følgende oppfølgingsspørsmål: Klarer du å dra på ferie og å legge vekk kost og trening hundre prosent? Bjarte svarte raskt:

"Ikke hundre prosent! Nei, ikke nå lenger!"

Bjarte sa videre:

...når du spiser så mye så kan du jo bli manisk, du dytter maten ned, det er ikke alltid du nyter måltidene det, når du spiser stort sett fra boks, ni av ti ganger så er det jo ikke alltid like spennende, så sånn blir det jo, (...) ting blir ekstremt, du må pushe grensene hvis du skal komme videre...

Beskrivelsene til Bjarte av både trening og kostholdsrutiner fremstår som mekaniske og ytre motiverte plikter. Manisk spising hvor maten dyttes ned i et ønske om at kroppens muskelvolum skal øke, er en kostholdsdisiplin som sansynligvis forbindes negativt med mental velvære. Nevnte spiseregime fremstår som teoretisk forenelig med ego-orientert adferd, den gjennomføres på bakgrunn av et faktisk eller opplevet ytre press og en tanke om status eller belønning.

Aktivitetens egenart er i seg selv meningsløs, men resultatene av den gjør den meningsfylt. Deci og Ryan (2002) omtaler adferd som drives frem av resultatorientering som eksternt regulert, og motivasjonen betegnes som hemmende i forhold til autonomibehovet.

5.3.2 Trening

Historiene til både Casper og André var historier om store utfordringer i barndommen. Begge to forteller om skolesystemets teoretiske vurderinger som til stadighet ble en bekreftelse på

¹⁷ Prosent kroppsfett er den prosentvise betegnelsen på hvor stor andel av kroppsmassen som utgjøres av fett. For kroppsbyggere i sesong er måling av fettprosent et parameter som benyttes i forbindelse med diettprogresjoner for å kunne måle framgang eller tilbakegang. Det finnes få retningslinjer og anbefalinger for fettprosentintervaller (Turocy og medforfattere, 2011). Imidlertid representerer en fettprosent på seks eller lavere en svært lav fettprosent (Turocy og medforfattere). Denne tematikken belyses nærmere i kapittelet om kroppsbildeforstyrrelser på side 78.

mislykkethet, men uavhengig av akademisk disposisjon beskriver samtlige intervjupersoner idretten som noe positivt. André sa følgende:

"Jeg hevda meg ikke på skolen i det hele tatt! (...) skolen skjønte jeg ikke noe av rett og slett (...) på skolen så er jeg jo null... (...) Det eneste jeg hevda meg i var jo i gymtimen og heimkunnskapen og musikktime"

André sa videre:

"...når det kom til det intellektuelle på skolen så følte jeg meg dum, men på gymmen og i idretten, så var jeg jo en helt... (...)Jeg hadde status der så det skreik etter... i idrettsmiljøet og sånt..."

André fortalte at styrketrening ble introdusert gjennom ressursperiodene i idretten. Han fortalte at også at denne introduksjonen ble en døråpner for en ny mestringsarena men på samme tid en ny bevissthet på egen kropp. André fortalte at han fikk et forandret kroppsbilde og så seg selv på en ny måte. Gjennom den nyinnførte basistreningen ble fokusskiftet for André skiftet fra det tekniske og taktiske prestasjonsfokuset på isen eller gressmatten. Og flyttet over på egen kropps styrke og muskularitet. André fortalte at han var et stort idrettstalent, men han fortalte også at kroppsbygging var noe han raskt fikk sansen for. André sa følgende:

"Jeg har nok en fordel når jeg går inn på et gym for å si det sånn. Jeg har nok hatt det. Jeg så jo det i motsetning til andre gutter på alderen min..."

André forteller at dette vekket en interesse hos ham. En tanke om å kunne bevise seg også utenfor idretten. André var en begavet idrettsutøver, men utenfor ishallen var han anonym. For André hadde idretten vært en mestringsarena, men i andre sammenhenger var han ikke vant til å bli lagt merke til. Gjennom styrketreningen ble disse forholdene endret, kroppen ble bemerket også utenfor treningssenteret. Denne anerkjennelsen ble en etterhvert en avhengighet for André og noe han ønsket mer av. André fortalte at det var dette som ledet ham til å kontakte treningssenterets kroppsbyggere, de *store gutta*. Intervjupersonen fortalte:

*Jeg så jo det at jeg var velutvikla og hadde en bra kropp, men jeg ville vel kanskje bli enda rære da.(...)
Ja, du kan jo si... jeg hang jo, når vi var å trente, for eksempel med hockeyen og fotballen lissom, vi begynte å trene på Kåres Gym¹⁸ vettu.. der var det jo en del fossiler ikke sant. (...) Så... skjønnte jeg vel etter hvert at det var mer enn bare trening og havregrøt dem gikk på. Så begynte jeg å spørre litt da vettu. Fikk jeg lissom beskjed om å skaffe meg en... eller dem sa dem kunne skaffe meg en boks med russere lissom da.*

André fortalte at han i denne dialogen med kroppsbyggerne raskt ble bevisstgjort på at de brukte prestasjonsfremmende midler og at han gjennom disse samtalene ble tilbudt steroider.

Barland og Tangen (2009) beskriver en klassisk psykologisk problemstilling om hvordan individet påvirkes av sine omgivelser, og at denne påvirkningen skaper en bevisstgjøringsprosess i forhold til posisjonen individet innehar. Individet tvinges dermed til å ta stilling til enten å innfri eller avvise de sosiale forventningene som skapes av dette samspillet. I et kroppsbyggermiljø er kroppen et samlingspunkt, dermed blir den også et naturlig utgangspunkt for sosiale forventninger. Problemstillinger som; hvem man er og hvordan man ønsker å presentere seg selv er spørsmål man må ta stilling til. I denne prosessen blir kroppen et viktig element. Kroppen er erkjennelsesmediet og det som representerer oss, nettopp derfor er kroppen nærliggende å gjøre noe med. Featherstone (2000) omtaler kroppsbygging som en retorisk praksis og en tilnærming til kroppsmodifisering, altså et ønske om å forandre og tilpasse til det bedre (Featherstone, 2000).

Begrepet retorisk praksis er treffende fordi det viser til noe dyperegående. Retorikken betegnes ofte som talekunsten, altså kunsten å kunne påvirke lytteren på en formålstjenelig måte. På samme måte blir en kroppslig retorisk praksis en påvirkning av de rundt gjennom å proklamere fysisk suverenitet og tilhørighet til en gruppe gjennom kroppen. Denne fasadekonstruksjonen er teoretisk forenelig både med det megarektiske kroppsbildet og det narsissistiske kroppsbildet og det fremstår som en farlig spiral når selvbildet avhenger av denne ytre bekreftelsen (Davis & Scott-Robertson , 2000; Davies, Smith, & Collier, 2011; Marzano-Parisoli, 2001). Den kroppslige anerkjennelsen fremstår som en svært viktig dimensjon i kroppsbyggertilværelsen. Den fremstår som belønningen som gjør rettfærdiggjør alle forsakelsene. André fortalte følgende om betydningen av de gode tilbakemeldingene:

Etter hvert som jeg grodde opp, så fikk jeg jo mer og mer anerkjennelse fra miljøet (...) Det kom til og med folk fra andre gym og sånt, for å se på attenåringen hos Kåre¹⁹ lissom... Så det er jo klart det er kult! (...) det er jo klart det gir deg en sinnsyk selvfølelse... (...)...det var jo en arena hvor jeg var kongen – på gymmet...

¹⁸ Treningssenteret som omtales er blitt tildelt et fiktivt navn av hensyn til konfidensialitet og anonymisering av intervjupersonene.

¹⁹ Treningssenteret som omtales er blitt tildelt et fiktivt navn av hensyn til konfidensialitet og anonymisering av intervjupersonene.

5.3.3 Narsissisme

Kroppsbyggerens sosiale vellykkethet fremstår i stor grad som forankret i en kroppsliggjort og sosialt konstruert sannhet. Denne konstruksjonen forener kroppslig suverenitet og sosial vellykkethet. Forfatterene Davis og Scott-Robertson (2000) omtaler narsissisme som en personlighetsforstyrrelse knyttet til avhengigheten av bekreftelse på egen overlegenhet. Nevnte forfattere poengterer at narsissisme kjennetegnes ved en sårbar fasade som tuftes på sosial aksept (Davis & Scott-Robertson, 2000). Fra et slik teoretisk perspektiv kan vi forstå kroppsbyggerens sosiale vellykkethet som forankret i hans eller hennes evne til å demonstrere sin kroppskompetanse. Watson og medforfattere (1996) argumenterer for at narsissmen også er et uttrykk for å skjule skam, og at denne skammen kan være en konsekvens av fraværende bekreftelse eller sosial aksept (Watson, Hickman, & Morris, 1996)²⁰. Casper forteller en historie om hvordan de kroppslige forandringene som steroidene genererte også påvirket ham mentalt. Han fortalte følgende om hvordan kroppen forandret seg:

Det er jo når du ser deg selv i speilet da, så ser du bra ut, du ser at du har... Hva skal jeg si for noe da, du er stein hard i kroppen (...) så kom jo rutene frem uten å trenge noen diett, eller, du så fremskritt nesten hver gang du trente og du fikk veldig stor kondisjon i musklene, du kunne bare fortsette og fortsette vettu, og du blei ikke sliten i musklene vettu, også fikk du utrolig pump i kroppen, jeg syns det var så moro, det var, det var bare, ja, blodårer i lysken og blodårer som kom nedover her (under armen) og blodårer nedover biceps som du aldri hadde sett sånn før da...(...) Så fikk du sånn fin farge i huden, sånn bronse, du så yngre ut, rynker blei liksom litt mer sånn (glatter ut huden i pannen med den ene hånden)...

Den mentale påvirkningen beskrev intervjupersonen på følgende måte:

...merka litt i knotten da, eller i huet da (...) Jeg merka jo at jeg blei veldig sjøl... jeg blei veldig sånn egen tripp, sånn sjølsentrert da, for sånn er jeg jo ikke, for jeg er jo alltid en som tenker på alle andre også meg sjøl til slutt (...) det gav meg et slags en liten rus, fra jeg våkna om morgenen til jeg la meg om kvelden så, ja, men jeg ble veldig, jeg likte ikke at jeg ble veldig sånn, nå skal det dreie seg om meg...

André beskrev steroidenes påvirkning på denne måten:

"...det er jo klart det gir deg en sinnsyk selvfølelse (...) det var jo en arena hvor jeg var kongen – på gymmet..."

Fra et SDT-perspektiv fremstår en slik selvhevdelse som en måte å uttrykke kompetanse på.

Kroppen blir et utgangspunkt for bekreftelse og sosial aksept, og premissene den er basert på er et kroppsideal som forutsetter steroidebruk. Dette gir individet tydelige føringer for vellykkethet og det blir et kontrollerende klima som undergraver den menneskelige selvbestemtheten (Deci &

²⁰ Avhengighetsforholdet som knyttes til den ytre bekreftelsen fremstår som en undergravelse av det autonome mennesket gjennom forventningenes representasjon av et kontrollerende miljø. Forventningene til en sosial status fremstår også som hemmende for tilhørigheten, da denne kun skal reflektere en fellesskapsfølelse (Deci & Ryan, 2002).

Ryan, 2002). Det forhåndsdefinerte hierarkiet for sosial vellykkethet fortærer den frie viljen, og kroppsidealet fremstår som et behovssubstitutt. I det ovenfornevnte beskrives den narsissistiske tilværelsen som en fasadekonstruksjon (Davis & Scott-Robertson, 2000), et iscenesatt ytre som næres av omgivelsenes bekræftelser. I denne tilstanden ser jeg to elementer som beskrivende; det hypermaskuline ytre og det megarektiske kroppsbildet.

5.6.4 Hypermaskulinitet

Det hypermaskuline dogmet er i stor grad et kontekstbundet kroppsideal som kan misoppfattes utenfor den sammenhengen hvor det opphøyes. Engelsrud (2006) omtaler hvordan kroppsbyggerens hypermaskulinitet går fra å være et samlende konsept på treningssenteret til å bli utfordret på en annen måte utenfor treningssenterets vegger, hvor kroppsidealet er et annet.

I interjvu nummer fem ble jeg kjent med intervjupersonen Eddie. Intervjuet fant sted på en café i Oslo sentrum en regntung formiddag. Jeg var ute i god tid for å være sikker på å rekke å gjennomføre intervjuforberedelsene på en god måte. Jeg ønsket å finne en skjermet sittekrok for å verne om samtalen, slik at intervjupersonen skulle føle seg komfortabel med å fortelle historien sin. Jeg kjøpte to kopper kaffe og ventet på at han skulle ankomme. Caféen jeg befant meg på hadde utsyn til en av Oslos travle bygater. Mens jeg tittet ut på de forbigående menneskene, gikk jeg gjennom intervjuguiden i hodet. Hvordan jeg skulle introdusere intervjuet og hvordan jeg skulle definere intervjusituasjonen på en god måte for intervjupersonen. Mens jeg satt der fikk jeg øye på en mann med hette på og en treningsbukse som fanget oppmerksomheten min, den var av et merke som jeg forbinder med kroppsbyggere. Mannen gikk målrettet i min retning, og jeg antok at det var Eddie jeg hadde fått øye på. Mannen skrittet opp de få trappetrinnene opp til caféinngangen og dro av seg hetten, han så seg rundt akkurat som om han så etter noen. Da han vendte seg i min retning gav jeg ham et forsiktig nikk og et subtilt håndsignal, mannen trakk på smilebåndet og beveget seg i min retning. Eddie, sa han og strakk ut hånden. Vi håndhilste og jeg overrakte kaffekoppen jeg hadde kjøpt før han ankom. Samtalen gikk av seg selv, og mannen jeg ble kjent med understreket det vi allerede hadde konversert om på e-post, nemlig et tydelig ønske om å være en representant og et ansikt utad for steroidebrukere. Han pratet ivrig om treningsarbeidet sitt og uttrykte en ekstrem dedikasjon til kraftsport. Treningen fremstod som altopplukende og som selve omdreiningspunktet i tilværelsen. Eddie sa følgende:

Jeg er glad i å trene lissom, det er derfor jeg står opp om morran! Det er veldig koselig å være sammen med hundene mine og familien også, men hvis jeg måtte valgt da, å sitte hjemme sammen med familien og hygge meg eller å stikke å trene så er jeg stygt redd for at jeg går heller å trener altså...

Denne uttalelsen står i klar forbindelse med tankene Eddie har om treningens hensikt, nemlig å bevise styrke.

"Jeg gjør ingenting fordi jeg bare gjør det, det er jo et mål med det jeg gjør! (...) Den viktigste bekreftelsen kommer når det ligger fire hundre kilo på knebøystanga! Da kommer bekreftelsen!"

Eddie sa videre:

"Jeg veit ikke helt hva som er rettferdig å sammenlikne med, men i alle fall folk med lik vekt så tror jeg ikke jeg finner en kjeft som løfter mer enn meg selv"

En annen dimensjon som også favnes av tilhørighetsaspektet er hvordan tilhørigheten skapes gjennom å konstruere en identitet. Det visuelle førsteinntrykket av intervjupersonene danner på mange måter et bilde av en gruppe som hører sammen, disse fellesnevnerene kan også spores i måten de prater på og deres perspektiver på kropp og trening.

Barland og Tangen (2009) omtaler ungdommers rasjonaliseringsprosesser og at dette tankesettet også kan belyse dopingbruk. Barland og Tangen (2009) siterer Aagre (2003) og sier følgende:

Ungdomskultur handler om å transformere og konvertere de globale impulsene til noe som blir kontekstuell og lokalt meningsfylt for de som inngår i fellesskapet. Doping kan i en slik sammenheng forstås som et uttrykk for en ungdomskultur hvor meningsfulle prosesser og en identitetsbygging nedfeller seg i ulike "kroppsformingsprosjekt (Barland & Tangen, 2009, s. 22).

Ut fra en slik forståelse kan man kjenne igjen hvordan denne internsosialiseringen skaper en kultur som også manifesteres gjennom klesstil og væremåte. Denne ytre presentasjonen fremstår som en viktig dimensjon i identitetsbyggingen, og den gjøres meningsfylt av konteksten og de sosiale kreftene som aktualiseres her. Intervjupersonen Casper sa følgende:

"...jeg så på disse gutta som var store og sterke og hadde lyst til å bli sånn!"

I denne tilpasningsprosessen vil også smaksmønstre og preferanser etter hvert tilpasses den sosiale enheten som vi søker tilhørighet i (Carron & Eys, 2012). Denne sosialdynamikken er med på å definere gruppen ved å skape orden, den fungerer som et bindemiddel og den markerer hvem som er medlem og ikke.

5.3.4 Kroppsbildeforstyrrelser²¹

Et sitat hentet fra intervju nummer fem illustrerer på en god måte hvordan kroppsbyggerens opplevde kropp kan bryte med hvordan den oppfattes utad. Da intervjupersonen Eddie ble bedt om å beskrive sin egen kropp, sa han som følger:

"Altså nå er jeg jo smellfeit...!"

Videre ble intervjupersonen bedt om å estimere egen fettprosent for å gi denne uttalelsen et sammenlikningsgrunnlag. Fettprosenten ble da anslått til å være mellom åtte og ti prosent, med andre ord en lav fettprosent (Turocy og medforfattere 2011). Turocy og medforfattere (2011) poengterer at kroppsfett på 7% er laveste referansepunkt for menn hvor normal endokrin funksjon ivaretas, tilsvarende referanseverdi for kvinner er 14 %. Nevnte forfatter understreker store individuelle variasjoner når det kommer til hormonpåvirkning både i forhold til høye og lave referanseverdier på kroppsfett, imidlertid er det grunn til å tro at fra et helseperspektiv bør både menn og kvinner forholde seg til ovenfornevnte referanseverdier for optimal funksjon (Turocy og medforfattere, 2011).

Eddie understreket at det kun var i konkurranseform han følte seg skikkelig vel. Han uttalte at han ideelt sett skulle ha en fettprosent på mellom fire og seks hele året. Han beskrev også hvordan han kunne gjennomgå en hel diettperiode og forsøke å "gjemme" seg bort i store klær. Han sa selv at grunnen til dette var fordi han ikke følte at kroppen var bra nok. Kroppen skulle være steinhard og perfekt. Eddie sa også at kroppsfett på mellom åtte og ni var for høyt til å kunne vise seg i badetøy. Intervjupersonen poengterte at hans verste mareritt var at skade, sykdom eller bivirkninger skulle komme i veien for preparatbruket, slik at han ville fått en *vanlig* kropp. Måten intervjupersonen omtalte bivirkninger på illustrerer hvordan kroppslige reaksjoner overstyres av det pågående kroppsprosjektet. Eddie siterte en dialog han nylig hadde hatt med fastlegen sin og sa følgende:

²¹ Kroppsbildeforstyrrelser er ment som en samlebetegnelse på de forhold som angår brytninger mellom individets faktiske og opplevde kroppsbilde, slik som det narsissistiske eller megarektiske kroppsbildet.

Åssen går det med "gyno'n"²² din for eksempel sier han (legen). Får ikke gyno jeg sier jeg. Jeg har ikke sjans! På fire gram i uka²³ i over et år, ikke i det hele tatt! Tar jeg ett glass med deca, så bare renner det prolaktin ut av puppene lissom. Så det tåler ikke jeg... Østrogennivået i kroppen er veldig lavt hele tiden! Det vokser ikke i takt med testosteronen, så det er et eller annet som er gærent!

Eddie sa videre:

Jeg bruker ikke Nolvadex og Arimidex²⁴, ingenting! Aldri gjort! Og aldri fått kuler, ingenting! Men av Trenbolon og Deca så går jo prolaktinnivået i kroppen opp og det er jo det som lager melk sant, og da kommer det med en gang! Det bare renner ut liksom...

Kroppslige faresignaler overstyres konsekvent av intervjupersonen og dette underbygger disharmonien i hvordan intervjupersonen selv opplever kroppen sin og hvordan jeg som utenforstående opplevde kroppen hans. Et interessant skue i den forbindelse var intervjupersonens oppbrettede genserermer, de bare underarmene avdekket en annen historie enn den intervjupersonen fortalte. Den bare huden blottla nemlig et nettverk av blodårer og en muskularitet og magerhet som ikke ville vært synlig på samme måte hvis underhuds fett hadde vært av en betydelig karakter.

Formuleringen å; *"bli blind på seg selv"*, benyttes av flere intervjupersoner og den fremstår som veldig beskrivende for det megarektiske kroppsbildet. Misforholdet mellom kroppsbyggerens opplevde kropp og oppfattede kropp fremstår som et selvbedrag. Det omgivelsene utenfor treningssenteret oppfatter som massivt og svulmende, oppleves likevel av kroppsbyggeren som utilstrekkelig. David sa følgende:

Nei, det er vel en ting som jeg har oppdaga, og det er at man blir blind, man blir blind, og det er vel noe av den "fella" som man kan gå i, at du aldri blir stor nok, ikke sant, du blir større og større og større også sier folk at: Fader så svær du er nå! Nei, jeg er jo ikke det! Og du mener det seriøst, i hodet ditt så er ikke du svær, ikke sant, han der ser jo mye større ut ikke sant, nei, du er jo mye større enn han, ikke sant, neineinei, se da, så du, det er en ting som skjer veldig ofte tror jeg, det er det at man blir blind på seg sjøl, og det er noe man bør være klar over...

²² Gyno er et begrep som betegner en vanlig bivirkning som kommer som en konsekvens av misbruk av testosteronpreparater. Testosteronbruk i suprafysiologiske doser forstyrrer den naturlige hormonbalansen i kroppen, denne ubalansen skaper en reaksjon som påvirker kroppens likevekt, derfor igangsettes østrogenproduksjon. En konsekvens av denne økte hormonproduksjonen er vekststimulering i brystkjertlene. Den faglige betegnelsen for fenomenet er: Gynekomasti. I kroppsbyggermiljøer omtales bivirkningen ofte som testokuler, "bitch-tits" eller gyno (Haug, 2013).

²³ Intervjupersonen omtaler brukerdoser på over fire gram testosteron ukentlig. Som sammenlikningsgrunnlag utgjør normal endokrin funksjon hos en fullvoksen mann en testosteronproduksjon på omtrent 7mg daglig, altså omkring 50mg ukentlig (Evans, 2004).

²⁴ Nolvadex og Arimidex er legemidler som benyttes i behandling av kvinner med brystkreft. Preparatene hemmer østrogenproduksjon og benyttes derfor også av steroidebrukere som ønsker å unngå bivirkninger som gynekomasti (se også fotnote 23) (Felleskatalogen, 2013; Felleskatalogen, 2014).

Veale (2004) omtaler kroppsbildeforstyrrelser (Body dysmorphic disorders) som en bekymring og overdreven opptatthet av eget utseende. Nevnte forfatter understreker en besettelse i forhold til mangler eller feil på kroppens utseende, og at dette forbindes med både tidkrevende ritualer eller rutiner og en konstant sammenlikning med andre. Utfra en slik forståelse bør også Davids skildringer tolkes som en kroppsbildeforstyrrelse som medfører selvbedrag.

Veale (2004) omtaler den kroppsbildeforstyrredes rutineslaveri. Rutinejaget går igjen i kroppsbyggertilværelsen og fremstår som bilateralt; på den ene siden som en trygghet og en stabilitet i tilværelsen, på den andre siden som et jag der resten av tilværelsen kompromitteres. Bjarte sier følgende om egen kostholdsrutine:

...spisinga blir jo litt manisk, det er jo liksom vanskeligste delen av å bygge kropp for å si det sånn (...) hva skal jeg si, det blir jo som en spiseforstyrrelse bare omvendt liksom (...) gjennom en lang periode spiste jeg en kilo med rødt kjøtt, med biff og en kilo med kylling hver dag, i tillegg til shaker og annen mat...

Denne rapportens formål er ikke å kvantifisere kroppsbyggerlivet. Imidlertid kan en refleksjon rundt et slikt kostholdsregime være med på å danne et bilde av et relativt ekstremt kostholdsregime. Engrosstatistikker hentet fra forbruksundersøkelser kan danne et sammenlikningsgrunnlag for dette kostholdet. Datamateriale fra 2011 dokumenterer et snittforbruk på omtrent 70 kg kjøttprodukter per person per år (Helsedirektoratet, 2011). Intervjupersonen Bjarte vil i jamføring innta 730 kg kjøtt årlig.

Det er i hovedsak to perspektiver som utmerker seg i møte med et slikt kostholdsregime. For det første er både innkjøp og tilberedning av store kvanta mat svært tidkrevende. For det andre er kostnadene på så store mengder rene råvarer som kjøtt og kylling av betydelig karakter. Disse prioriteringene forteller i seg selv om en livsstil som krever store forsakelser, matrutinene er svært omfattende og kan oppleves som en påkjennelse. Bjarte bruker selv betegnelsen manisk og kostholds fokuset fremstår som teoretisk forenelig med kroppsbildeforstyrrelsen omtalt av Veale (2004).

En gjenganger i datamaterialet som er betegnende for kroppsbyggerlivsstilen er hvordan hele tilværelsen til slutt blir et kroppsprosjekt hvor alt handler om å legge til rette for kroppens videre utvikling. Dette er et trekk som også bekreftes av Barland og medforfattere (2010).

Et viktig stikkord i denne sammenheng er; kontroll. I teorinær forbindelse til det megarektiske kroppsbildet er det anorektiske kroppsbildet (Marzano-Parisoli, 2001). En viktig dimensjon er fremvisning av kontroll, å demonstrere herredømme over egen kropp for de utenforstående. André fortalte at han virkelig opplevde en avsky overfor utrenthet og overvekt. Denne markeringen fremstår fra et SDT-perspektiv som en måte å knytte tilhørighet på. Kroppen hans

demonstrerer en tilhørighet til de veltrente og muskuløse, og tar på samme tid avstand fra de sedate. På denne måten konstrueres en sosial tilhørighet gjennom kroppslig symbolikk. André sa følgende:

...jeg så ned på folk som ikke trente og hadde bra kropper lissom (...) da var det nesten så jeg gikk bort og slang dritt... (...) Jeg hata å se overvektige mennesker spise godteri og, da bare stod jeg å rista på hodet og, det var helt hoderystende at et sånt menneske kunne gjøre sånt mot seg selv...

5.3.5 Disiplin

Kroppsbyggerens levesett er på mange måter et liv i askese med selvpålagte forsakelser av de gjøremål som frarøver kroppsprosjektet fokus. Den muskuløse kroppen vitner på mange måter om et disiplinert liv. I metaforisk likhet med en ballettdanser som utfører krevende og smertefulle spagat- eller tåspissbevegelser med en smilende fasade, fremstår den tilsynelatende staute kroppsbyggerkroppen som et omslag for store fysiske og mentale påkjenninger som også innebærer disharmoni og smerte.

Det ligger en undertone av negative opplevelser knyttet til den forhåndsprogrammerte disiplineringen av kroppen som intervjupersonene opplever. Sett fra et SDT-perspektiv fremstår miljøets forventninger som kontrollerende og undergravende i forhold til individets vekstvilkår. Deci og Ryan (2002) understreker at forfølgelse av enkelte målsetninger eller motiv kan bidra til redusert opplevelse av velvære. Kroppsbyggermiljøets tydelige føringer for kroppsdisiplinering fremstår som et motiv som undergraver det selvbestemte individet og behovet for autonomi. Sheldon og kolleger (2004) sier følgende: *"it defines control as feeling pressured to think, feel, or behave in specific ways. Past studies have shown that autonomy and control fall on opposite sides of a motivational continuum"* (Sheldon, Ryan, Deci, & Kasser 2004, s. 475). På den andre siden så sier, Lynch og kolleger (2009) følgende:

A relationship that is experienced as supportive of the need for autonomy (in contrast to a relationship experienced as controlling or pressuring) should provide a likely context in which to feel free to pursue the self one would ideally like to be (Lyncha, G. La Guardiab & Ryan 2009, s. 291).

Et menneskes behov for selvbestemthet kan metaforisk sammenliknes med en organismes behov for næring. I planteriket danner jord, vann og lys viktige vekstvilkår for en spire. Individets personlige utvikling og velvære er på samme måte som planten er avhengig av føde avhengig av psykisk næringstilførsel. På samme måte som tilveksten til en spire hemmes ved å kvele lystilførselen eller vanntilgangen, påvirkes individets tilværelse i negativ grad hvis den personlige utviklingen undergraves.

Put simply, autonomy concerns the expression of self, and people are more apt to be more volitional and express themselves fully when their autonomy is being supported. By contrast, in settings where one feels controlled by others, people may be more likely to react by departing from more ideal trait expressions. Thus, when controlled, people may indeed feel less outgoing, open, and agreeable, and certainly less secure (Guardia & Ryan 2007, s. 1218).

Flere av intervjupersonene uttrykte hvordan tilværelsen i et miljø med et overhengende kroppspress var svært krevende: André uttalte følgende:

"...jeg ble kvalm av gymmet, så jeg gikk å kjøpte meg langrennsski for noen år siden..."

Bjarte sa det på denne måten:

"...jeg har mye skader... (...) det er en dum trening (...) jeg har røket begge skuldrene eller labrum, som holder skulderen på plass, den har røket så jeg har, cyster i begge skuldrene som er vonde..."

Bjarte gjorde rede for massive skader til tross for en bevissthet i forhold til skadenes opprinnelse, knyttet til ensidig trening og overtrening. Likevel sier han selv at han ikke klarer å legge treningen bort eller omstrukturere på grunn av satsningen han gjør på kroppsbygging og forventningene han har til seg selv og forventningene som uttrykkes av de rundt. Fortellingene om hvordan Bjarte kom i kontakt med steroider illustrerer på en god måte hvordan miljøets forventninger materialiseres. Bjarte sa følgende:

...veldig mye push fra det gymmet jeg begynte å trene på, ehh... jeg hadde helt klart, eller var et stort talent i forhold til å bygge muskler, og jeg ble pusha veldig mye i mot å prøve å konkurrere, fordi jeg var såpass godt utviklet, jeg var ung og sånne ting, men så selvfølgelig, var det store spørsmålet, man kommer jo aldri godt nok plassert hvis man ikke bruker steroider, ja, ble nok pusha på litt av feil mennesker, ikke de som sto meg nærmest, men folk som bare ønsket å se meg, ja se hva det kunne bli ut av meg, og folk som selvfølgelig kunne tjene på det også, så selvsagt ja, men, i en ung alder ja, påvirket av andre ja absolutt...

Intervjupersonenes skildringer kan fortelle en historie om en stor mental påkjenning. André sier følgende:

Så jeg var vel ganske syk, sykelig opphengt i trening og kroppen min (...) du mister all empati! Du mister følelser for medmennesker, du blir så egosentrisk og du blir en egotripp uten like, det er kun meg – meg – meg...

Ingen av intervjupersonene var opptatt av verken karriere eller familieliv på samme måte som de var opptatt av egen kropp. Kroppsprosjektene var altoppslukende, og disiplineringen fremstod som en undergravelse av selvbestemtheten og som en negativ påvirkning av mental helse og velvære. En interessant observasjon er intervjupersonenes ambivalens knyttet til kroppens utseende. På den ene siden fremstår den muskuløse kroppen som noe positivt en materialisering av det maskuline, formede og disiplinerte. På den andre siden beskrives den nesten som en forbannelse, fordi den store og muskuløse kroppen for mange forbindes med vold og kriminalitet. Bjarte sa følgende:

"...Noen ganger så føler man seg bare utilpass (...), i arbeidssammenheng må jeg alltid bevise meg dobbelt så mye som alle andre og vise at jeg er oppegående, fordi de ser kroppen og ikke lytter til deg..."

Intervjupersonen sier videre:

"...politi... sånne ting, forbinder store muskler med noe kriminelt"

Kroppsbyggerens ambivalens oppstår når livsprosjektet ikke lenger er konstant, men en foranderlig konstruksjon. Steroidekroppen kan av utenforstående, de utenfor treningsmiljøet like gjerne bli oppfattet som et bedrageri og en snarvei gjennom "juks" som et resultat av hard jobbing og selvdisciplin. Disse oppfatningene fremstår som katalyserende i forhold til internsosialiseringen i kroppsbyggermiljøene og det skapes et skille mellom kroppsforståelsen innenfor og utenfor treningssenterets vegger. Bjarte sa følgende:

"... folk ser ikke hva du har gjort, eller de ser ikke arbeidet som ligger bak, de ser kun om det har vært juks eller ikke..."

5.3.6 Isolering og distansering - et liv i forsakelse

I tilknytning til foregående kapittel ser jeg hvordan denne opplevelsen av fellesskap på treningssenteret gjennom felles kroppsforståelse kan skape en distanse til det utenforstående, og at det potensielt sett kan oppstå en konflikt mellom rivaliserende interesser og gjøremål. Denne konflikten er definitivt representert blant intervjupersonene i denne studien. Bjarte sa følgende:

"...jeg prøver jo å kombinere det med et normalt liv (...) men det er jo også en del av kallet det "toppidrett" da, i gåsetegn, at ting blir ekstremt, du må pushe grensene hvis du skal komme videre..."

Kroppsbyggerlivets beslagleggelse av tid gjør det inkongruent og vanskelig å kombinere med et vanlig familieliv. Det forutsetter en forpliktelse til treningsarbeid og kostholdsrutiner, og denne beslagleggelsen av tid skaper en konflikt med andre hverdagslige plikter. Imidlertid ble denne rivaliseringen mellom interesser tolket som investeringer av flere av intervjupersonene. Denne rasjonaliseringen av hverdagen fremstår som en konsekvens av internsosialisering i miljøet og et mekanisk syn på tilværelsen.

Eddie omtalte hvordan treningen gir avkastning i form av økt kroppskompetanse og en anerkjennelse og bekreftelse hos de "likesinnede" på treningssenteret. Derfor ble det et naturlig valg for ham å prioritere trening. Eddie fortalte at han rett i forkant av intervjuet måtte ta en avgjørelse på om hvorvidt han og hans samboer skulle delta på en premiefest eller ikke.

Intervjupersonen sa følgende:

"... det kommer ikke til å skje... At jeg dumper den treninga for å være med på det, det skjer ikke lissom!"

Davies (2011) omtaler denne distanseringsprosessen fra andre gjøremål enn de treningsrelaterte som et bevisst valg basert på et avhengighetsforhold mellom muskularitet og selvtillit. For at selvtillitten skal opprettholdes må også treningsregimet opprettholdes fordi de forbindes i et gjensidig avhengighetsforhold.

Deci og Ryan (2002) benytter betegnelsen *integrert regulering* om hvordan internaliseringsprosessen kan danne grunnlaget for en personlig tilegnelse av interne verdioppfatninger, kunnskaper og persepsjonsmønstre også ved ytre motivert aktivitet. Gjennom denne personliggjøringen av omgivelsene vil også ytre motivert aktivitet kunne oppfattes som selvbestemt, og derfor også oppleves som harmonisk (Deci & Ryan, 2002). På denne måten gir kroppsbyggerens rasjonaliseringsprosesser mening. Kroppsbyggerlivets rutiner blir internalisert gjennom miljøet og fremstår til slutt som en trygghet gjennom en forutsigbar tilværelse med kosthold og treningsrutiner som bærebjelke. Eddie sa følgende:

*"Jeg er aldri på ferie! Jeg har ikke hatt en uke ferie sammenhengende på tre år...(...) ...jeg har ikke lyst til å ha ferie, for da bryter jo alt sammen, ikke sant!?"*²⁵

Sassatelli (1999, 2010) omtaler treningssenteret som selve navet i kroppsbyggerkulturen. Nevnte forfatter omtaler senteret som en samlingsplass for meningsdannelse og internsosialisering. Imidlertid er meningsdannelsen ikke en erkjennelse av ny viten, men snarere en reproduksjon eller befestning av kroppsidealene (Sassatelli, 2010). Et slikt syn støttes også av Barland og medforfattere (2010). Denne studien kan også bekrefte en slik sosialdynamikk og påvirkning av individet. SDT-rammeverket benytter begrepet internalisering om den læringsprosessen individet gjennomgår når det tilpasser seg en sosial kontekst. I forståelsen av begrepet ligger også en dyperegående erkjennelse av at individet gjennomgår en personlig tilegnelse av interne verdioppfatninger, kunnskaper og persepsjonsmønstre (Deci & Ryan, 2002).

²⁵ I følge ferieloven er alle arbeidstagere pliktige til å ta ut og 25 virkedager ferie årlig. Det vil si 75 virkedager på tidsrommet Eddie understreker at han ikke har hatt en uke ferie (Lovdata, 2009).

5.3.7 Utbrenthet

Livet som kroppsbygger er altoppslukende, kroppsprosjektet til den dedikerte kroppsbyggeren gjennomsyrrer alle dagliglivets gjøremål og prioriteringer (Andrews, Sudwell, & Sparkes, 2005). Summen av diettregimer, kostholdsrutiner, treningsarbeid, steroidesykluser og konkurranseforberedelser gjør kroppsbygging like mye til en livsstil som en idrett, og det krever tilstedeværelse gjennom alle døgnets tider. Denne erkjennelsen konfirmeres også i denne studien. Bjarte hadde følgende refleksjon:

...jeg har drevet med mye forskjellig idrett, aktivt sånn sett, jeg har vært innom basket, friidrett, fotball, snowboard, la meg se, det er i hverfall, de aktive, også litt håndball, og kroppsbygging er desidert det tøffeste! Det krever mye psyke, det krever, det er en livsstil, det er noe som krever noe av deg 24 timer i døgnet, det er fokus på mat, det er fokus på alt mulig ass, bygge opp din egen fysikk forandre deg det er estetisk som sagt, men det er ja, det er litt mer sånn allround, det er så mange elementer som spiller inn da, du ser jo fotballspillere i dag, trener fotball og er på fylla og ja, det krever ikke like mye, det her krever noe av det stort sett, hele året rundt! Som sagt, det er vanskelig å dra på sydentur i fjorten dager, for å si det sånn hvis du drar til Ibiza på full fest så funker ikke den livsstilen hvis du skal holde på aktivt med bygging...

Over tid vil en livsstil som denne medføre påkjenninger og oppofrelser. Hvorvidt disse forsakelsene og gjøremålene oppleves som stressende eller ikke er betinget i individets fortolkning av situasjonen (Ursin & Eriksen, 2003). Likevel ser jeg det som relevant å presentere perspektiver knyttet til det idrettspsykologiske feltet *utbrenthet*²⁶.

Raedeke og Smith (2001) omtaler utbrenthet hos idrettsutøvere hvor konteksten fremstår som hemmende eller problematisk i forhold til behovstilfredsstillelse. I miljøet André beskriver fremstår behovstilfredsstillelsen veldig asymmetrisk. Kompetansebehovet fremstår som selve bærebjelken og dette skaper et kontrollerende og resultatorientert miljø. Disse faktorene korreleres med utbrenthet hos idrettsutøvere (Raedeke & Smith, 2001) teoretisk forenelig er Andrés sosiale kontekst som også er prestasjonsorientert. André sa følgende:

"Jeg måtte bare få det på avstand... det med gym og sånt, jeg ble kvalm av gymmet, så jeg gikk å kjøpte meg langrennsski for noen år siden, så jeg har gått en del på langrenn da..."

Intervjupersonen sa videre:

"Jeg trente jo to ganger om dagen ikke sant, seks ganger i uka ikke sant..."

Intervjupersonen fortalte om en pressende eller stressende tilværelse med store krav til kroppskompetanse. Fothergill og medforfattere (2004) omtaler hvordan en pressende tilværelse over tid kan være en prediktor for utbrenthet. Beretningene André presenterte fremsto sett

²⁶ I faglitteraturen benyttes begrepet burnout om fenomenet utbrenthet (Raedeke og Smith, 2001).

utenfra som fortellinger om en gradvis utmattelse på grunn av omgivelsenes massive kroppsfokus.

Av denne grunn ser jeg spenningsøket som et forsøk på å tilfredsstille behovene som blir forårsaket av omgivelsene, det er en slags leteprosess etter mer vekstfremmende omgivelser.

Denne studiens hensikt er ikke å gjøre rede for idrettspsykologiske problemstillinger som stress, konsentrasjon eller fokusskifte. Imidlertid er tilværelsen som skildres forenelig med det som i litteraturen omtales som pressende eller stressende omgivelser (Masters & Maxwell, 2008; Eysenck & Derakshan, 2010).

Følelsen André uttrykte om å virkelig måtte komme seg vekk kan tyde på en svært negativ miljøpåvirkning. Press eller stress settes i sammenheng med både utbrenthet og angstfølelser (Pargman, 1986; Cooper & Payne, 1978; Eysenck & Derakshan, 2010). Fra et slikt perspektiv kan skildringene til intervjupersonen knyttes til miljøets forventningspress og utbrenthet som en konsekvens av dette. Av denne grunn blir ønsket om å bryte ut forståelig.

5.3.8 Kontrollerende miljø

Foregående avsnitt beskriver behovsdeprivering²⁷ og hvordan dette kan lede til stress, utbrenthet og angstopplevelser. Et annet perspektiv som også kan settes i sammenheng er aggresjonsproblemer og humørsvingninger. Fra et psykologisk perspektiv kan man også forstå frustrasjon og aggresjon som en konsekvens av et autonomideprivierende klima. Guardia og Ryan (2007) beskriver hvordan et kontrollerende klima påvirker individet i negativ retning, og kan være fasiliterende i forhold til usikkerhet, mindre åpenhet og ubehag. Fra en slik innfallsvinkel kan det være forståelig at humørsvingninger kan være en konsekvens av mental påkjenning og på denne måten knyttes til miljøets kontrollerende regime. Guardia og Ryan (2007) sier følgende:

It seems ever more clear that contexts that support autonomy and thus allow one to be oneself are those that allow people to exhibit their trait selves, and it is in such circumstances that people are able to function and experience well-being most optimally (Guardia & Ryan 2007, s. 1224).

Satt i sammenheng kan frustrasjon og aggresjonsproblemer tolkes som en konsekvens av undergravelse av mentale basisbehov. André fortalte følgende:

²⁷ Deprivering som begrep forstås i denne sammenheng som en betegnelse for noe manglende og uteblivende. Miljøet tolkes på denne måten i større grad som mangelfullt fremfor motarbeidende sett fra et behovsorientert perspektiv. Behovsknebling ville blitt betegnet gjennom motarbeidelse eller det engelske begrepet *thwarting*.

...du mister all empati! Du mister følelser for medmennesker, du blir så egosentrisk og du blir en egotripp uten like, det er kun meg, meg, meg... og jeg blei sånn at til slutt så trudde jeg ikke på hva andre sa for noe, jeg trodde bare på mine ord, mine ord var jo loven også i hjemmet, hvis du skjønner hva jeg mener, så kjæresten min gikk jo på tåhev i fra 2004 til 2012...

Fortellingene til André fremstår som beretninger om en utilfredsstillende tilværelse om frustrasjon og aggresjon. Aggresjon er et fenomen som ofte knyttes til dopingbruk, imidlertid er det vanskelig å påvise en kausal forbindelse mellom aggresjonsproblemer og dopinbruk (Haug, 2013; Barland & Tangen, 2009, 2010 mfl.). Likevel er "Roidrage"²⁸, et etablert begrep i steroidemiljøene. Eddie sa følgende:

Når man snakker om "roidrage", man får ikke roidrage man får bare jævlig dårlig lunte! Man blir ikke nødvendigvis sint, men man bare irriterer seg over alt hele tiden! Og det er veldig logisk, du har så vondt i nyrene og du har så spenn i muskulaturen, altså du, det er litt som å gå rundt med en jævla strikk som sitter fast i alle musklene dine hele tiden for du har ikke pump, men en sånn ekkel sånn, du merker at hvis du bruker muskelen for mye så blir den sliten, for det låser seg fullt av blod i den hele tiden! Du får ikke beveget deg på noen naturlig måte i det hele tatt! Og til slutt så blir du jævla irritert sant?!

I denne sammenheng er det viktig å poengtere at steroidebruk fører til hormonsvingninger og at humøret av denne grunn av naturlige årsaker også vil påvirkes. Imidlertid kan den pressende tilværelsen og ubehaget forbundet med denne også være både en påvirkende og utløsende årsak for frustrasjon og aggresjon. Kroppsbyggermiljøets forventingspress er nådeløst og krever mye av individet. Ihlen og Ihlen (2003) sier følgende: "Vi har en enorm makt over hverandre. Vi kan definere hverandre og derigjennom løfte eller ødelegge hverandre" (Ihlen & Ihlen, 2003, s. 12).

Beretningene til intervjupersonene er fortellinger om et miljø som fremstår ekstremt kontrollerende og manipulerende i forhold til miljøets medlemmer. Individets adferd fremstår som summen av påvirkningskreftene fra internsosialiseringens pressende miljø og en rasjonalisering av dette. Intervjupersonene uttrykte at selv kraftige bivirkninger fra preparatbruk ikke skapte refleksjon eller fokusskifte. Eddie sa følgende:

"for meg å få unger det tror jeg kan bli en utfordring lissom, men det plager meg ikke noe!"

Bilgrei (2013) fremhever dopingbruk som miljøbetinget og fremprovosert av sosiale omgivelser. Nevnte forfatter understreker at dopingbruk bør forstås som et resultat av formede disposisjoner som legitimerer, rasjonaliserer og forherliger bruk av muskelbyggende midler. Nevnte forfatter poengterer at forklaringsmodeller basert på samfunnsmessig kroppspress fremstår som upresise og undervurderende i forhold til de sosiale kreftene som aktualiseres

²⁸ Begrepet roidrage er en sammensetning av begrepene: Steroids og Rage. Det benyttes som en henvisning til steroidenes humørpåvirkning og mulige forbindelse til aggressiv adferd.

innad i et miljø. Denne studien bekrefter observasjonene til Bilgrei (2013). Både helse og familieliv fremstod mindre viktig sammenliknet med hevdelse i miljøet og kroppsprestasjon hos samtlige intervjupersoner.

5.3.9 Rasjonaliseringsprosesser

Tidligere proffsyklist Steffen Kjærgaard presenterte i foredraget; *alt handler om holdninger*, rasjonaliseringsprosessen som foregikk i forkant av eget dopingbruk. Liknende elementer går igjen i flere av intervjupersonenes fortellinger. I avsnittet om den disiplinerte kroppen fortalte Bjarte om hvordan miljøet rundt i stor grad presset ham til å benytte steroider. Kjærgaard fortalte i sitt foredrag om hvordan dopingmidler ble ufarliggjort av miljøet rundt og at fristelsen til slutt ble for stor. Kjærgaard tilhørte en annen prestasjonskultur enn denne studiens intervjupersoner, imidlertid kan de psykologiske prosessene være sammenfallende. Kjærgaard sa følgende:

Jeg var sjanseløs i min debutsesong som proff i 1996. Selv de løpene hvor jeg forsøkte å prikke inn formen maks, ble jeg knapt en statist. Det var da jeg så smått begynte å resignere. (...) Jeg resignerte. Ikke umiddelbart. Jeg ga faen, og ble med på den reisen og tok valget og begynte med doping. Jeg begynte på min første EPO-kur i mai 1998. Alle visste at man ikke ble tatt. Det føltes helt ufarlig. Frykten for å bli tatt eller de helsemessige følgende tenkte jeg ikke på. (...) De fleste var imot doping, akkurat som meg. Men de hadde resignert for ukulturen som dominerte feltet (Ramm, 2013).

5.3.10 Tilvenning og aksept

De ovenfornevnte adaptasjonsprosessene er også med på å gjøre dopinglivet til en del av selvet. Intervjupersonen Eddie omtaler den rutinepregede tilværelsen som et levesett, og anså ikke treningsarbeid og kostholdsdisiplin som forsakelser i det hele tatt. På spørsmål om kroppsbyggerlivstilen påvirket livskvaliteten negativt, svarte Eddie følgende:

Jeg veit ikke... nå har jeg gjort det her så lenge så nå veit jeg ikke lenger på en måte hva man går glipp av heller, altså hvis man skal være helt pragmatisk så savner man jo ikke noe man ikke har hatt på en stund...

Eddie understreket at det man praktiserer ofte vil man også utvikle ferdighet innenfor. På grunn av livsstilen han lever som selvstendig næringsdrivende og konkurrerende kroppsbygger er sosiale arrangementer og hendelser noe han konsekvent nedprioriterer. Eddie reflekterte over hvordan dette gav ham et lavere ferdighetsnivå i en sosial kontekst og at det derfor ble naturlig for ham å prioritere treningsarbeidet og å sosialisere der. Intervjupersonen sa følgende:

...da er det mye lettere å bare dra på trening og prate med de jeg pleier der! (...) jeg har jo ikke noen klar gevinst med å gå å møte masse nye mennesker, jeg har en mye bedre gevinst med å gå på trening og gjøre det jeg skal...

Dette perspektivet står også i klar forbindelse med foregående avsnitt. Den stadige prioriteringen av det rutinepregede kroppsbyggerlivet skaper en bevisst distansering til alle gjøremål som ikke er direkte tilknyttet kroppsprosjektet (Davies, Smith, & Collier, 2011). Sett fra et SDT-perspektiv kan internaliseringsbegrepet benyttes om hvordan både levesett og tankesett blir formet for å tilpasse seg kroppsbyggerlivet. David fortolket også disse prioriteringene som naturlige handlingsvalg og benyttet begrepet investeringer om tiden han ila kosthold og treningsrutiner. David sa følgende ²⁹:

²⁹ Intervjupersonen David presenteres mer utfyllende i kommende kapittlet om selvrealisering på side 90.

...jeg har sett på trening på en måte som en livsstil, det er bare en del av hverdagen, det er liksom ikke, eller selvfølgelig man kan jo selvfølgelig oppleve monotonien med liksom mat og trening og liksom at man har et opplegg som man må følge også man må skifte programmer og så videre og sånne ting, men men, men jeg har vel heller sett på det som en livsstil, som en investering i på en måte i meg sjøl da, for, for det første så trives jeg med å være aktiv, det i seg sjøl gjør meg glad, selvfølgelig alle treningsdager er jo ikke like, det er jo perioder hvor man tenker at; ahhh... nå har jeg ikke lyst til å gå på trening eller i dag har jeg bare lyst til å gjøre noe annet for å si det sånn (...) man kan jo selv bestemme hvor man vil legge seg hen, men det er jo ikke noen tvil om det at hvis man har et bilde i hodet sitt, de fleste har et bilde i hodet sitt av hvordan de vil se ut eller hvordan de vil være eller hvilken prestasjon de skal kunne oppnå da, så kommer ikke det gratis ikke sant, det er noe du må ofre for å få hvis du skjønner hva jeg mener, og det gjelder jo ikke bare trening det kan være skole, arbeid eller om det er forhold eller hva det nå måtte være, hvis du, hvis du søker det ypperste liksom, så koster det, det er noe du må ofre for, det er ikke noe som du får gratis liksom, så da kommer det jo ann på hvor du legger deg hen da, altså på hvilket nivå av utseende eller nivå av på en måte økonomi eller på en måte livsstil som man ønsker å ha da også tilpasser man seg det på en måte, men som sagt jeg har sett på trening som en livsstil og som en investering på en måte i meg selv, du kommer aldri til å eie noe som er så fantastisk som kroppen din, som du har hundre prosent kontroll over, det er din for å si det sånn, ikke sant? Ingen andres og menneskekroppen er en fantastisk ting, men vi tar den for gitt, vi glemmer å evaluere menneskekroppen og mange andre ting ikke sant, men det er ingenting som kommer i nærheten av den engang, og jo mer du klarer å optimalisere den jo mer du klarer, jo mer kunnskap du klarer å putte inn, jo mer, jeg holdt på å si perfektjonisme ikke sant både i utseende og funksjon og jo bedre er det liksom, jo mer kan du få ut av andre ting igjen da, det er jo tross alt der det begynner, med din egen kropp, med ditt eget sinn, med din egen kunnskap, med din egen evne til å utføre ting, det merker man når man brekker armen eller brekker beinet eller er syk eller et eller annet ikke sant, hvor lite alt annet betyr ikke sant, ahhh... jeg skulle bare ønske jeg ble frisk, eller faen jeg kan ikke danse på grunn av det beinet her eller jeg kan ikke bade eller jeg kan ikke gå på jobb eller du får ikke tjent penger, altså alt begynner og slutter med kroppen...

Davids skildring kan være en innsikt i hvorfor kroppsbyggeren orker eller holder ut med monotonien og den rutinepregede hverdagen, det må forstås som en disiplinering av livet for å optimalisere egen kropp. Det er et innlært levesett som formes av et miljø. Imidlertid kan det også tolkes som en tilnærming til selvrealisering, en meningsøkende prosess med kroppen som utgangspunkt.

5.7 Selvrealisering

Dere husker Maslow, han med behovspyramiden. Den høyeste menneskelige lengsel, sier Maslow, heter selvrealisering, å virkeliggjøre seg selv. For å oppnå en anelse trygghet, verdighet og lykke må mennesket stjele seg mot til å være seg selv, leve i pakt med sitt eget grunnstoff (Fugelli, 2013).

Da jeg gjennomførte det fjerde intervjuet ble jeg kjent med David. David hadde dagen før intervjuet fant sted blitt løslatt fra fengsel. Intervjuet fant derfor sted på hybelen til David. Den samme fengselsbetjenten som hentet meg for intervjuet med Casper gav meg også skyss til Davids hybelleilighet. Kontakten var blitt formidlet via fengselet, og David hadde på denne måten sagt seg villig til å delta på et forskningsintervju. Da vi ankom det avtalte møtestedet fikk jeg øye på det som måtte være David, han stod oppstilt som en gardist på den andre siden av veien. Regnet øset ned så jeg tok beina fatt og løp over veien. "Deilig vær", ropte mannen. Jeg lo og vi håndhilste. David, sa han, og gav et fast håndtrykk. Vi småpratet litt på veien bort til leiligheten og David fortalte at han hadde flyttet inn på hybelen dagen før intervjuet fant sted. Han fortalte at det ikke var noen overflod, men at det var et tak over hodet. Vi hadde fått en god tone på veien bort, og da vi kom inn i leiligheten fikk jeg servert en kopp te for å få varmen tilbake i kroppen. David fortalte lange skildringer, han var reflektert og flink til å sette ord på tankene sine. Han fortalte om en harmonisk oppvekst og en sterk idrettstilknøyning. Kampsporten var noe som hadde fulgt ham hele livet og betydde mye for ham. I voksen alder hadde også kroppsbygging blitt et viktig del av livet hans.

5.7.1 Steroider som modellering av eget liv

En viktig erkjennelse i tilknytning til forståelsen av steroidenes rolle er også forståelsen av konteksten de benyttes i. I treningsmiljøene med utstrakt steroidebruk kan man på mange måter tolke steroidenes rolle som en nøkkel til økt aksept og anseelse. Steroidene muliggjør en treningsprogresjon som ikke er mulig uten preparatbruk, denne framgangen manifesteres gjennom økt status i miljøet og forandrer på denne måten hele tilværelsen til brukeren. Innledningsvis fremlegges hvordan André ikke bare utviklet en identitet og en tilhørighet, men han poengterer hvordan kroppen også gav ham et lederskap i gruppen. David fortalte følgende om hvordan han opplevde sitt steroidebruk:

Det var jo gøy da, det er jo utvilsomt gøy, du får jo mer motivasjon, du får jo lyst til å trene hardere og, det er jo belønnende, på en helt annen måte enn når du trener reint, når du trener reint eller når du sammenlikna med når du trener med steroider så er jo det å trene reint et slit i forhold, når du trener på anabole steroider er det en helt annen kategori, det skjer ting, du ser det skjer ting, du kjenner det skjer ting, det er helt klart belønnende, utvilsomt!

Denne erkjennelsen er veldig kontekstuellet betinget, fordi belønningen som omtales kommer fra de likesinnede. Utenfor treningssenteret kan oppfatningen være en annen. David sa følgende:

"jeg har fått slengt sånn boletryne og sånn...."

Et viktig poeng i tilknytning til det ovenfornevnte er at den aksepten steroidebrukeren søker er anerkjennelse fra de likesinnede. David fortalte følgende om hvordan han opplevde denslags tilbakemeldinger:

Jeg har vel egentlig ikke brydd meg så veldig mye, men jeg tror nok kanskje det hadde vært kanskje litt annerledes hvis det hadde vært noen nære deg som sa det eller som påpekte det, for det er annerledes med folk man ikke kjenner...

Disse uttalelsene er med på å gjøre steroideenes rolle svært kontekstuell og knytter dem til aksept innenfor et begrenset miljø, og bruken fremstår som en tilnærming til vekstorientering og realisering innad i et miljø. Barland og medforfattere (2010) omtaler beslutningen om å bruke doping som en rasjonell handling. Beslutningen tolkes som rasjonell fordi den ikke finner sted i et vakuum, men i en kontekst hvor individets handlingsrom påvirkes av miljøet rundt.

Samtlige av intervjupersonene i denne studien omtalte steroidebruket i stor grad som utløst av miljøet rundt, og på denne måten som en døråpner til selvtilit og status i ungdomstiden. Casper sa følgende:

"...det var egentlig en ny verden som åpna seg – jeg likte det!"

Casper fortalte en historie om hvordan livet og kroppen forandret seg parallellt. Likevel skapte den formede kroppen en ny bevissthet for intervjupersonen, og som en konsekvens av denne bevisstgjøringen forandret kroppsbyggingen premisser. Fra å være en treningsform og en hobby, ble det omgjort til en identitet. Casper fortalte at anerkjennelsen og selvfølelsen han fikk, ettersom kroppen vokste og ble mer muskuløs, var så overveldende at det gav assosiasjoner til euforien han hadde opplevd i forbindelse med bruk av rusmidler. Casper sa følgende:

"...det gav meg et slags en liten rus, fra jeg våkna om morgenen til jeg la meg om kvelden".

Intervjupersonen beskriver hvordan steroidene gav en vedvarende velværefølelse som han sammenliknet med opplevelsen man kan ha etter en god treningsøkt. Intervjupersonen bruker begrepet *pump*³⁰ for å beskrive den gode følelsen steroidene gav ham.

Det er jo når du ser deg selv i speilet da, så ser du bra ut, du ser at du har... Hva skal jeg si for noe da, du er stein hard i kroppen, du har problemer med å ta av deg t-skjorta da...

Disse opplevelsene av eufori og statusøkning fremstår som drivkrefter for opprettholdelse av steroidebruket. Gjennom kroppsforming skapes også et liv, tilsynelatende fremstår det som en tilnærming til selvrealisering. Imidlertid fremstår miljøet som kontrollerende og dermed virker steroidebruket i like stor grad fremprovosert av forventninger som et selvbestemt handlingsalternativ.

Deci og Ryan (2002) understreker hvordan vi regulerer våre handlingsalternativer i forhold til den sosiale konteksten vi knytter tilhørighet til. Sosialdynamikken blir i denne sammenhengen en katalysator for kroppspress, og kravene og forventningene som stilles til gruppen blir etter hvert også kravene som stilles individet. Denne sosialdynamikken fremstår som veldig tydelig, og den manifesterer av forholdet mellom tilhørighet og kompetanse ved at tilhørigheten også skapes gjennom kompetanseutøvelse. Bjarte var veldig tydelig på at kroppsbyggerlivet er alttoppslukende. Intervjupersonen sa følgende:

"...man blir fanget av det... Det gjør man..."

Denne erkjennelsen står i sterk kontrast til karakteristikken av det selvbestemte og vekstorienterte mennesket (Deci & Ryan, 2002). Bjarte beskrev tilværelsen som et fangenskap, det fremstod som en treffende beskrivelse fordi handlingsrommet til en kroppsbygger blir i stor grad utformet i brytningspunktet mellom det selvbestemte og det kontrollerte. Status i et kroppsbyggermiljø er betinget i kroppsprestasjon. Slik sett kan steroidebruk tolkes som en vekstorientering. Imidlertid fremstår ønskene som drevet frem av miljøet. David omtalte målet sitt på følgende måte:

Å bli markert og stor (...) å se photoshoppa ut..."

Imidlertid sa David også følgende:

Man må ikke vinne i lotto eller ha verdens beste kropp eller ha, ja, for å smile eller for å, ja man må se etter de små tinga, det er det som betyr noe til syvende og sist, spesielt forholdene mellom mennesker, forholdene mellom mennesker er vel alfa og omega...

³⁰ Begrepet *pump* er en betegnelse som benyttes i kroppsbyggermiljøer for å beskrive opplevelsen av at muskulaturen fylles med blod i forbindelse med trening. Treningens fysiologiske påvirkning gjennom metabolsk stress skaper et økt oksygenbehov, og blodgjennomstrømningen i muskulaturen tiltar av denne grunn. Opplevelsen av denne prosessen beskrives av intervjupersonene som en følelse av at kroppen føles hard og stram.

Summen av beretningene i de ulike kategoriene danner en uløselig ligning. Bjarte presenterte et ønske om å leve som en kroppsbygger, men på samme tid et ønske om å kunne legge vekk kostholdsrutiner og ha en vanlig kropp. André fortalte om steroider som en vei til anerkjennelse og utvikling av en kriminell karriere. Samtidig fortalte han om en opplevelse av treningsmiljøet som et fangenskap i forventningspress. Casper fortalte om steroider som en mulighet til å vinne tilbake respekt gjennom å hevde seg fysisk og uttrykke suverenitet. På samme tid uttrykte han at de kroppslige forandringene skapte et behov for å vise seg gjennom slåssing. Dette førte også til at han ble fengslet og mistet familien. David presenterte steroidene som et middel til forandringer han satte stor pris på, men også hvordan steroidebruket representerte en forandret kroppsopplevelse. Hvordan treningen mistet gleden de periodene hvor han hadde pauser fra steroidene, og at sammenlikning av kroppsprestasjon ble en besettelse. At han aldri ble stor og muskuløs nok, og at livet omkranset kroppen. Skildringene Eddie presenterte var tydelig forenelige med beskrivelsene til Klein (1993) og Andrews og kolleger (2005). Her beskrives den dedikerte kroppsbyggeren, som en som prioriterte bort karriere og familieliv til fordel for treningsregimet. Livet til Eddie var bygget opp rundt kroppsprosjektet. Alle gjøremål var tilknyttet kosthold og trening. Imidlertid var det altopplukkende prosjektet hos samtlige også preget av usikkerhet, tidvis en opplevelse av fangenskap og tanker om en annen tilværelse.

6.0 Så, hvorfor drikker Jeppe, og hvorfor doper de seg?

"...en ting som kan sies om anabole steroider som egentlig er ganske sann er jo at – de gjør deg til mer av hva du er!" Eddie.

Dette prosjektets problemstilling er todelt. På den ene siden *hvordan* et utvalg steroidebrukere presenterer seg gjennom kroppen, på den andre siden *hvilken* rolle dopingbruket spiller i denne kroppsrepresentasjonen. I det kommende vil jeg forsøke å besvare disse spørsmålene.

6.1 Kroppsrepresentasjon

Steroidbrukerens tilværelse fremstår som en modellering av eget liv gjennom dopingbruk. Kroppen blir en konstruert fasade som manifesterer illusjonen om at kroppslig vellykkethet også speiles i livets andre aspekter. Dopingmidlene blir i denne sammenheng en katalysator for livsforandring og en forestilt virkelighet. Steroidene blir et middel til forandring. Et hamskifte. En viktig erkjennelse som bekreftes i denne studien er intensiteten i sosialiseringskreftene som bevirker i et dopingmiljø. Konsekvensen av disse kreftene er en rasjonaliseringsprosess som på mange måter visker ut skillet mellom forestilling og virkelighet. Resultatet av disse sosiale konstruksjonene er en ufarliggjøring av dopingmidler. Bjarte poengterer hvordan han bokstavelig talt følte seg fanget av miljøet og bekreftelsen på egen kropp, når denne bekreftelsen baseres på kroppslig prestasjon som forutsetter dopingbruk er dette en skummel korrelasjon. Intervjupersonenes egne tanker om bivirkninger kan fungere som en bekreftelse på intensiteten i kroppspresset. For til tross for massive bivirkninger er det ingen av intervjupersonene som har tanker om å begrense eller slutte med dopingbruk. Kroppsprosjektet er viktigere enn helsetilstand.

En stor utfordring knyttet til dopingbrukerens tilværelse er kroppsidealets relativisme eller foranderlighet. Den ekstremt muskuløse kroppen er et ideal i kroppsbyggermiljøet, men utenfor blir den i stor grad forbundet med negative karakteristikk. Engelsrud (2006) siterer Monaghan og sier følgende:

Etter å ha brukt tid og krefter på å bygge seg møysommelig opp, opplevde informantene at kvinner lo av dem når de var på stranda. En av informantene sier at de hadde kalkulert feil når de valgte å bygge en froskelignende kroppsform, en tigerlignende ville passet bedre. Det kommer også frem at det å bruke klær på stranda heller ikke er lett, fordi sammenliknet med vanlige folk vil muskuløse menn med klær virke tjukke. Det som på treningsstudio fungerte sammlende og trygt, blir utfordret når konteksten endres (Engelsrud, 2006, s. 82).

Engelsrud (2006) understreker at estetikken som etterstrebes i et kroppsbyggermiljø er kontekstuell og innvevet i et internt smaksmønster. Derfor blir kroppsframvisningen ulik innenfor og utenfor miljøet. Bjarte var veldig tydelig på at i enkelte situasjoner skulle han ønske at han hadde en helt vanlig kropp, han sa selv at i jobbsammenheng må han bevise skikkethet fordi han oppfattes som kriminell eller mindre intelligent. Derfor blir kroppsprosjektet ambivalent og av en dualistisk karakter.

6.1.1 Sosiale konsekvenser

For å lykkes som kroppsbygger må trening og kosthold prioriteres. Kroppsbyggertilværelsen krever tilstedeværelse hele tiden, derfor forsakes andre sosiale forhold. Denne studiens intervjupersoner forteller om en bevisst prioritering av sosialisering på treningssenteret, og en nedprioritering av sosial omgang og familieliv utenfor. Treningssenteret blir dermed den sosiale referanserammen og fundamentet for den sosiale tilknytningen. På treningssenteret er kroppsbyggeren blant likesinnede, de som forstår og applauderer den muskuløse kroppen. Dette skaper en polarisering mellom de sosiale forholdene innenfor og utenfor treningssenterets vegger. Man kan derfor argumentere for at kroppsbyggeren på et vis blir *"fanget"* i en tilværelse det er vanskelig å bryte ut av.

Intervjupersonen Eddie kunne fortelle om hvordan en stadig nedprioritering av sosiale hendelser gjorde ham mindre velfungerende i sosiale situasjoner utenfor treningssenteret. Han fortalte også at det ikke ville gi ham noen gevinst å sosialisere utenfor treningssenteret, mens treningen på den andre siden vil kunne gi avkastning i form av økt kropps kompetanse og sosialisering med likesinnede. Denne selvforsterkende syklusen bekreftes også av Sassatelli (1999) som omtaler treningssenteret som en verden i seg selv.

6.1.2 Dopingmidlenes rolle

Kroppsbyggerens presentasjon av en ekstremfysikk er ikke et resultat av treningsarbeid alene, dopingmidlene spiller også en viktig rolle. Dopingmidlene er et grunnleggende premis for den ekstreme muskulariteten, og katalyserer hele prosessen. Imidlertid fremstår dopingmidlenes rolle som tvetydig for intervjupersonene. På den ene representerer de et middel til ønskede forandringer og blir derfor en forutsetning for tilværelsen som kroppsbygger. Likevel ville ingen av intervjupersonene anbefalt en god venn eller et familiemedlem å benytte steroider. Denne motstridene forståelsen av dopingmidler fremstår som en erkjennelse av dopingmidler som noe grunnleggende negativt. Et annet argument som underbygger motstridigheten intervjupersonenes føler knyttet til dopingmidler er lukketheten rundt bruket. Intervjupersonene

snakker ikke åpent om dopingbruket sitt utenfor treningssenteret. Dopingmidlenes rolle blir dermed et middel til målet som rettferdiggjøres av miljøet. Dette gjør dopingbruk til en kodet praksis som er med på å binde miljøet sammen. Dette skaper likesinnethet og samhold i miljøet, men skaper på samme tid distanse til omgivelsene utenfor.

6.2 Kan bruk av dopingmidler også tolkes som et konstruktivt veivalg av intervjupersonene?

Anabole steroider har en udiskutabel positiv effekt, de er muskelbyggende. Studier av TRT eller *Testosterone Replacement Therapy*, kan dokumentere korrelasjoner mellom økte testosteronverdier og positive respons på libido, beinmineraltetthet, blodprosent, kroppssammensetning og humør (Rhoden & Morgentaler, 2004). Administrert av medisinsk personell og gjennomført på en forsvarlig måte kan TRT-behandling være en kilde til forbedret livskvalitet med minimale bivirkninger for mange (Rhoden & Morgentaler, 2004).

Innledningsvis i foregående kapittel ble følgende refleksjon presentert; man kan spørre seg om det alltid er rett at sannheten skal fram, om det er det beste for alle alltid, eller om velvære også kan finne sted bak en konstruert fasade. Ibsen (2005, førstegang utgitt 1884) sier treffende: *"Tar De livsløgnen fra et gjennomsnittsmenneske, så tar De lykken fra ham med det samme"* (Ibsen, 2005, s. 93). Fellesskapets påvirkningskraft fremprovoserer enten sosial aksept eller utestengelse. Ihlen og Ihlen (2003) omtaler det som fellesskapets evne til å løfte opp eller bryte ned. Nevnte forfatter sier følgende: *"Vi er altså så heftet på tilbakemeldinger i en eller annen form fra en eller annen at uten disse har vi problemer med vår selvopplevelse"* (Ihlen & Ihlen, 2003, s. 12).

Poenget er at tilværelsen brister for kroppsbyggeren som slutter med steroider. Selve omdreiningspunktet forsvinner dersom grunnlaget for den muskuløse kroppen bortfaller. Livsløgnen bortfaller. Fra et samfunnsmessig perspektiv kan det fremstå som hensiktsmessig at steroidebrukeren legger bruket vekk. Fra et individperspektiv handler det om et liv konstruert rundt et kroppsprosjekt. Vi ønsker vel alle å fremstå som den beste utgaven av oss selv. Fra et slikt perspektiv kan man også forstå steroidebruk, som en tilnærming til å vise frem en bedre utgave av seg selv, og en sannhet som blir konstruert bak denne fasaden. Kanskje er det også det beste for individet å kunne tegne sitt eget bilde og skape en selvalgt sannhet. Uansett må steroidenes rolle tolkes som noe mer enn et middel til større muskler, de representerer også et livsverk, en fundament for livet som kroppsbygger. For hva er kroppsbyggeren uten steroider? Han er en vanlig mosjonist. En slik frarøvelse av en livsverden er ikke nødvendigvis det beste, til tross for steroidenes potensielle bivirkninger.

Erkjennelsen av steroider som noe mer enn et muskelbyggende medikament fremstår som bærende og essensiell. I individets livsverden er steroidebruket rasjonelt og basert på et ønske om sosial aksept.

Nøkkelen til forståelsen av unge gutters avgjørelse om å benytte dopingmidler, ligger i forståelse av miljøet rundt. Steroidebrukerens livsverden omkranses av treningssenterets normer og verdier. Fysisk suverenitet blir på denne måten den ultimate måloppnåelse. Det er også denne sosialdynamikken som akualiserer og rasjonaliserer dopingbruket.

6.3 Hvorfor gjør vi som vi gjør?

Studiet problemstilling er på mange måter teoretisk forenelig med det berømte sitatet fra Ludvik Holbergs teaterstykke Jeppe på Bjerget. Sitatet nevnes innledningsvis, og poengterer hvordan observasjoner av et liv bare illustrerer et bruddstykke av dette livet. Jeppe er alkoholisert og miserabel, det er et skue som alle kan bevitne, men å forklare hvorfor han drikker krever mer enn et øyekast. Deci og Ryan (1995) diskuterer menneskelig handling og stiller spørsmålet: *Hvorfor gjør vi som vi gjør?* Det kan fremstå som et simpelt spørsmål, likevel er våre veivalg basert på en løpende vurdering av alternativer. På samme måte som man kan spørre seg hvorfor deg alkoholiserer søker rus, kan man spørre seg hvorfor steroidebrukeren ønsker større muskler. Det handler om noe større. Intervjupersonenes beretninger tilsynegir to begrunnelser for dopingbruk, herunder virkelighetsflukt og selvrealisering. Dopingbruk handler om en tanke om optimalisering av selvet og slik en optimalisering av livet. Sistnevnte gjør dopingbruk til en virkelighetsflukt og til en illusjon om modellering av en hel tilværelse. Av denne grunn oppstår steroidebrukerens dilemma når denne forestilte virkeligheten ikke samsvarer med den faktiske virkelighet. Dette skaper en slags vakuumtilstand for steroidebrukeren fordi livsforandringen er såpass stor når kroppens form totalt forandres, at det fremstår som vanskelig å reversere prosessen. Sagt på en annen måte fremstår brukermotivitet som et vedvarende håp om at forventningene til livsforandringer en dag skal oppfylles. Håpet er at en dag skal anerkjennelsen finne sted også utenfor treningssenteret.

6.3.1 Dopingmiljøet

Bilgrei (2013) drøfter hvorvidt dopingbruk skyldes samfunnsmessig kroppspress eller sosialiserte og formede normsett. Nevnte forfatter understreker sistnevnte forklaringsmodell som mest treffende. Denne studien konfirmerer nevnte observasjoner. Samfunnsmessig kroppspress fremstår som en altfor generell og upresis forklaringsmodell.

Sett fra et SDT-perspektiv fremstår dopingmidlene og det ekstremt muskuløse kroppsbildet som et behovssubstitutt og et kompensatorisk motiv i mangel på behovstilfredsstillelse. Først og fremst på grunn av undergravelse eller deprivering av autonomibehovet. Denne behovsdeprivasjonen forankres primært i kroppsbyggermiljøets kronrollerende klima, og motivasjon gjennom resultatorienterte og ego-ivolverte ytre faktorer.

Deci og Ryan (2002) omtaler autonomibehovet som tilfredsstilt når individet er opphavet til egne valg og avgjørelser, og at disse på samme tid samsvarer med det integrerte selvets verdioppfatninger. I denne studien fremstår kroppsbyggerens tilværelse i større grad som en rasjonalisering av valg, enn som en selvbestemt drivkraft. Likevel fremstår sosialiseringkreftene som såpass dyptgående at verdier også tidvis fremstår som selvbestemte gjennom intern regulering av ytre verdioppfatninger.

Jeppe på Bjerget er historien om en mann som ruser seg. Jeppe drikker og faller dermed utenfor, men hvorfor drikker han? Rusen fremstår som en virkelighetsflukt, et behovssubstitutt og et forsøk på å finne mening i en tilværelse som i seg selv er mangelfull. Steroidene blir for kroppsbyggeren det samme, et behovssubstitutt og den muskuløse kroppen blir på samme tid et kompensatorisk motiv. Mennesket er meningsøkende og leter etter svar. Bjarte omtalte steroidebruk og sa følgende:

"...noen sjeler som kanskje ikke finner seg sjøl ordentlig (...), ønsker å forandre seg sjøl..."

Selvrealisering handler ikke først og fremst om å bestige fjell, gjennomføre jordomseilinger eller hoppe i fallskjerm. Selvrealisering handler først og fremst om en forening av selvet slik at adferden samsvarer med tankene og følelsene. Bjarte sier i det ovenfornevnte sitatet at steroidebruk forankres i en tanke om å finne seg selv, det tror jeg han har rett i.

6.4 Fremtidig forskning

Denne studien bekrefter at tilhørighet danner en viktig bærebjelke i dopingnettverkene, derfor bør også analyse av nettverk og relasjoner stå sentralt i utformingen av fremtidige forskningsprosjekter. Studiet konfirmerer også tidligere forskning som poengterer forbindelsen mellom bruk av rusmidler og dopingmidler (Barland & Tangen, 2009). Fremtidige studier bør også se nærmere på denne forbindelsen, slik at det forebyggende arbeidet også tar høyde for en slik kobling. Et annet perspektiv kan være bruk av muskelbyggende medikamenter og psykologiske bivirkninger. Veldig mye forskning rettes mot fysiologiske forandringer, mentale aspekter ved dopingbruk bør også vies oppmerksomhet. Fremtidig forskning bør også ta nærmere i øyensyn bruk av kosttilskudd og om bruk av legaliserte prestasjonsfremmere også kan

rasjonalisere bruk av illegale prestasjonsfremmende midler. All fremtidig dopingforskning bør ha som sentralt siktemål å se på hvordan vi treffsikkert kan utforme forebyggende og holdningsskapende antidopingarbeid og dette bør være bærebjelken i designet.

6.5 Oppsummerende ord og personlige refleksjoner

Dette forskningsprosjektet er sluttproduktet av en lang prosess hvor undring og selvransakelse ble satt i system slik at en studie så dagens lys. Studiens kjerne er av fenomenologisk og eksistensiell karakter, nemlig en erkjennelse av mennesket som et sosialt vesen med et iboende driv til å søke aksept og anerkjennelse hos andre. Vi er fra fødselen bundet sammen av sosiale navlestrenger og vi speiler hverandre og gjennom interaksjon og samhandling. Dette samspillet kan både løfte opp og bryte ned. Disse prosessene er også utgangspunktet for vår tilværelse og selvforståelse. Det sosiale miljøets evne til å definere og karakterisere blir betegnende for hvordan individet lever livet sitt og forstår seg selv. I denne sosialdynamiske tilværelsen er kroppen vårt erkjennelsesmedium og de sosiale forventningene tar bolig i oss og former oss. Engelsrud (2006) sier følgende: *"Kroppen er, og har alltid vært, et fenomen for samfunnsskapt konstruksjon"* (Engelsrud, 2006, p. 65). Det er også slik vi må forstå steroidebrukerens livsverden, som et produkt av sosiale forventninger og en tilnærming til sosial aksept gjennom kroppen. Avslutningsvis vil jeg sitere intervjupersonen David. Dialogen vi hadde fant sted i en spartansk hybelleilighet, vi satt på hver vår side av et enkelt IKEA-bord i en bolig som ellers var umøblert. Omgivelsene var triste, men samtalen var berikende. David sa:

"... det er jo tross alt der det begynner, med din egen kropp, med ditt eget sinn, med din egen kunnskap, med din egen evne...alt begynner og slutter med kroppen..." David.

Litteraturliste

- Aasen, J. (2008). *Dewey: John Deweys pedagogiske filosofi*. Vallset: Oplandske bokforlag.
- Andersen, T. (2001, august 28). *www.ta.no*. Retrieved september 28, 2014, from *www.ta.no*: <http://www.ta.no/nyheter/article519914.ece>
- Andrews, G. J., Sudwell, M., & Sparkes, A. (2005). Towards a geography of fitness: an ethnographic case study of the gym in British bodybuilding culture. *Social Science & Medicine*, 877–891.
- Antidoping-Norge. (2013). *Årsrapport*. Oslo: Antidoping Norge.
- Antidoping-Norge. (2014, Mars 24). *Dopinglisten*. Retrieved Mars 24, 2014, from Antidoping Norge: <http://www.antidoping.no/internett/medisinsk-info/dopinglisten/>
- Barceloux, D. G., & Palmer, R. (2013). Anabolic- Androgenic Steroids. *Disease-a-month*, 226-248.
- Barland, B., & Tangen, J. (2009). *Kroppsprestasjon og andre prestasjoner - en omfangsundersøkelse om bruk av doping*. Oslo: Politihøgskolen.
- Barland, B., Tangen, J., & Johannesen, C. (2010). *Doping, muskler, mestring og mening - En kvalitativ studie av unge menns bruk av muskelbyggende medikamenter*. Oslo: PHS Forskning.
- Bilgrei, O. R. (2013). *Symboliske kropper - en kvalitativ studie av studie av unge menn som bruker anabole steroider*. Oslo: Statens institutt for rusmiddelforskning.
- Bowers, L. (2002). Abuse of performance-enhancing drugs in sport. *The Drug Monit*, 178-181.
- Brooks, R., Firth, R., & Summer, N. (1975). Detection of anabolic steroids by radioimmunoassay. *British Journal of Sports medicine*, 89-92.
- Carron, A. V., & Eys, M. (2012). *Group Dynamics in Sport*. Morgantown: Fitness Information Technology - A division of the international Center for Performance Excellence.
- Cooper, G. L., & Payne, R. (1978). *Stress at Work*. New York: John Wiley & Sons.
- Craig, S. (1992). *Men, Masculinity and the Media - Research on men and masculinities*. London: SAGE Publications.
- Davies, R., Smith, D., & Collier, K. (2011). Muscle Dysmorphia Among Current and Former Steroid Users. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 77-94.
- Davis, C., & Scott-Robertson, L. (2000). A psychological comparison of females with anorexia nervosa and competitive male bodybuilders: body shape ideals in the extreme. *Eating behaviors*, 33-46.
- Deci, E. L., & Flaste, R. (1995). *Why we do what we do? Understanding self-motivation*. New York: Penguin Books.

Deci, E. L., & Ryan, R. (2002). *Handbook of Self-Determination Research*. Rochester: University of Rochester Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, s. 227–268 .

Deci, E. L., & Ryan, R. (1987). The Support of Autonomy and the Control of Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, s. 1024-1037.

Dyvik, J.-E. (2014, februar 15). *www.avisahordaland.no*. Retrieved september 28, 2014, from *www.avisahordaland.no*: <http://www.avisahordaland.no/article/20140215/ARTIKEL/302159996/1029>

Ekeland, T.-J., Iversen, O., Nordhelle, G., & Ohnstad, A. (2010). *Psykologi for sosial- og helsefag*. Oslo: Cappelen Damm AS.

Ellender, L., & Linder, M. (2005). Sports pharmacology and ergogenic aids. *Prim Care* , 277-292.

Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp?* Oslo: Universitetsforlaget AS.

Epley, N., & Gilovich, T. (1999). Just going along: Nonconscious priming and conformity to social pressure. *Journal of Experimental Social Psychology*, 578-589.

Evans, N. A. (2004). Current Concepts in Anabolic-Androgenic Steroids. *The American Journal of Sports Medicine*, 534-542.

Eysenck, M. W., & Derakshan, N. (2010). New Perspectives in attentional control theory. *Personality and Individual Differences*, s. 955-960.

Featherstone, M. (2000). *Body modification: An Introduction*. London: SAGE Publications Ltd.

Felleskatalogen. (2014, april 8). *Felleskatalogen*. Hentet oktober 29, 2014 fra *www.felleskatalogen.no*: <http://www.felleskatalogen.no/medisin/arimidex-astrazeneca-546445>

Felleskatalogen. (2013, september 11). *www.felleskatalogen*. Hentet oktober 29, 2014 fra *Nolvadex*: <http://www.felleskatalogen.no/medisin/nolvadex-astrazeneca-562040>

Fjelland, R. (1995). *Vitenskapsteori*. Oslo: Universitetsforlaget AS.

Flick, U. (2009). *An Introduction to Qualitative Research*. London: SAGE.

Fothergill, A., Edwards, D., & Burnard, P. (2004). Stress, Burnout, Coping and Stress Management in Psychiatrists: Findings from a Systematic Review. *International Journal of Social Psychiatry*, s. 53-56.

Franke, W., & Berendonk, B. (1997). Hormonal doping and androgenization of athletes: a secret program of the German Democratic Republic government. *Clinical Chemistry*, 1262-1279.

Fugelli, P. (2013, desember 20). *Dagbladet*. Retrieved oktober 16, 2014, from *Dagbladet*: <http://www.dagbladet.no/2013/12/20/kultur/kronikk/hovedkronikk/meninger/debatt/30944693/>

Gaarder, J. (1993). *I et speil, i en gåte*. Oslo: Aschehoug.

- Guardia, J. G., & Ryan, R. (2007). Why identities fluctuate: Variability in traits as a function of situational variations in autonomy support. *Journal of Personality*, s. 1205-1228.
- Halvorsen, S., Thorsby, P., & Haug, E. (2004). Akutt hjerteinnfarkt hos ung mann som brukte androgene anabole steroider. *Tidsskrift for Den norske legeforsking*, ss. 170-172.
- Hartgens, F., & Kuipers, H. (2004). Effects of Androgenic-Anabolic Steroids in Athletes. *Sports Medicine*, 513-554.
- Haug, E. (2013). *Bivirkninger ved bruk av anabole androgene steroider*. Oslo: Utposten.
- Haug, E., Sand, O., & Sjaastad, Ø. (1992). *Menneskets fysiologi*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Helsedirektoratet. (2011). *UTVIKLINGEN I NORSK KOSTHOLD. Matforsyningsstatistikk og Forbruksundersøkelser*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Hogg, M. A., & Vaughan, G. (2005). *Social Psychology*. Harlow: Pearson Education Limited.
- Holberg, L. (1911). *Jeppe paa Bjerget*. Kristiania: Gyldendalske Bokhandel Norsk Forlag.
- Horn, T. S. (2008). *Advances In Sport Psychology*. Oxford: Human Kinetics.
- Ibsen, H. (2005). *Vildanden*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Ihlen, B.-M., & Ihlen, H. (2003). *På seg selv kjenner man ingen andre - om kommunikasjon og teambygging*. Oslo: Cappelen Forlag AS.
- Jarvie, G. (2006). *Sport, culture and society - an introduction*. Oxford: Routledge.
- Johannessen, A., Tufte, P., & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Johansen, E. (2011). *Gutten i speilet*. Oslo: Cappelen Damm.
- Kjeldsen, J. E. (2006). *Retorikk i vår tid. En innføring i moderne retorisk teori*. Oslo: Spartacus.
- Klein, A. M. (1993). *Little Big Men - Bodybuilding Subculture and Gender Construction*. Albany: State University of New York Press.
- Kripos. (2011). *Narkotika- og dopingstatistikk 2011*. Oslo: Kripos.
- Kulturdepartementet. (1999). *Anti-dopingarbeid i Norge. Handlingsplan*. Oslo: Kulturdepartementet, idrettsavdelingen.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Loland, S. (2002). *Idrett og etikk - en innføring*. Oslo: Akilles.
- Lovdata. (2009, januar). *Lovdata*. Hentet oktober 26, 2014 fra Ferieloven: <http://lovdata.no/dokument/NL/lov/1988-04-29-21>.
- Lovdata. (2013, Juli 7). *Lovdata*. Retrieved August 14, 2014, from [www.lovdata.no: http://lovdata.no/dokument/LTI/lov/2013-06-14-38](http://lovdata.no/dokument/LTI/lov/2013-06-14-38).

- Lynch, M. F., La Guardia, J., & Ryan, R. (2009, Juni 15). On being yourself in different cultures: ideal and actual self-concept, autonomy support, and well-being in China, Russia, and the United States. *The Journal of Positive Psychology*, s. 290-304.
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: En innføring*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Manen, M. v. (1990). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. New York: State University of New York Press.
- Marzano-Parisoli, M. M. (2001). The Contemporary Construction of a Perfect Body Image: Bodybuilding, Exercise Addiction, and Eating Disorders. *Quest*, 216-230.
- Masters, R., & Maxwell, J. (2008). The thory of reinvestment. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, s. 160-183.
- Meland, S., & Hoff, T. (2013). *Gutter som bruker androgene anabole steroider -hvem er de og hva trenger de?* Stavanger: Uteseksjonen Stavanger.
- Mosley, P. E. (2008). *Bigorexia: Bodybuilding and Muscle Dysmorphia*. Manchester: John Wiley & Sons, Ltd and Eating Disorders Association .
- Neumann, C. B., & Neumann, I. (2012). *Forskeren i forskningsprosessen - en metodebok om situering*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk forlag.
- Norsk-rikskringkasting. (2010, oktober 19). *nrknett*. Retrieved september 26, 2014, from nrknett: <http://tv.nrk.no/serie/brennpunkt/MDUP11001610/19-10-2010>
- Ntoumanis, N. (2012). A Self-Determination Theory Perspektive on Motivation in Sport and Physical Education: Current Trends and Possible Future Research Directions. In G. C. Roberts, & D. Treasure, *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (s. 91-128). Champaign: Human Kinetics.
- Pargman, D. (1986). *Stress and Motor Performance: Understanding and Coping*. Michigan.
- Passer, M. W., & Smith, R. (2004). *Psychology - The science of mind and behavior*. Washington: McGraw-Hill.
- Prendergast, H., Bannen, T., Erickson, T., & Honore, K. (2003). The toxic torch of modern Olympic Games. *Vet Hum Toxicol*, 97-102.
- Prokop, L. (1970). The struggle against doping and its history. *Journal of Sports Medicine Physical Fitness*, 45-48.
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, s. 281-306.
- Ramm, N. A. (2013, Desember 11). *NRK sport*. Retrieved Juni 11, 2014, from NRK sport: <http://www.nrk.no/sport/kjaergaard-forklarte-dopingbruken-1.11411301>
- Reilly, T., & Orme, M. (1997). *The Clinical Pharmacology of Sport and Exercise*. Amsterdam: Elsevier Science B.V.

- Rhoden, E. L., & Morgentaler, A. (2004). Risks of Testosterone-Replacement Therapy and Recommendations for Monitoring. *The new england journal of medicine*, 482-492.
- Roberts, G. C., & Treasure, D. (2012). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Champaign: Human Kinetics.
- Sandøy, T. A. (2013). *Sirus Rapport*. Oslo: Statens institutt for rusmiddelforskning.
- Sassatelli, R. (2010). *Fitness Culture - Gyms and the Commercialisation of Discipline and Fun*. New York: Palgrave Macmillan.
- Sassatelli, R. (1999). Interaction Order and Beyond: A Field Analysis of Body Culture Within Fitness Gyms. *Body and society*, 227-248.
- Saudan, C., Baume, N., Robinson, N., Avois, L., Mangin, P., & Saugy, M. (2006). Testosterone and doping control. *British Journal of Sports Medicine*, 22-24.
- Sheldon, K. M., & Niemiec, C. (2006). It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 331-341.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Michael, L. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. London: SAGE.
- Stortingsmelding-30. (2012). *Se meg! En helhetlig rusmiddelpolitikk*. Det kongelige helse- og omsorgsdepartementet. Det kongelige helse- og omsorgsdepartementet.
- Thagaard, T. (1998). *Systematikk og innlevelse - en innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Tranøy, K. E. (1993). *Vitenskapen - samfunnsmakt og livsform*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Tungesvik, T. (2013, april 3). *www.varden.no*. Retrieved september 28, 2014, from [www.varden.no: http://touch.varden.no/nyheter/kroppssbygger-sparket-ned-ukjent-kvinne-1.844186](http://touch.varden.no/nyheter/kroppssbygger-sparket-ned-ukjent-kvinne-1.844186).
- Turocy, P. S., DePalma, B., Horswill, C., Laquale, K., Martin, T., Perry, A., et al. (2011, mai). Safe Weight Loss and Maintenance Practices in Sport and Exercise. *Journal of Athletic Training*, pp. 322-336.
- Tännsjö, T. (1998). Is Our Admiration of Sport Heroes Fascistoid?. *Journal of the Philosophy of Sport*, s. 23-34.
- Ursin, H., & Eriksen, H. (2003). The Cognitive Activation Theory of Stress. *PNEC*, s. 567-592.
- Vanberg, P., & Atar, D. (2010). Androgenic Anabolic Steroid Abuse and the Cardiovascular System. I P. H. Detlef Thieme, *Doping in Sports: Biochemical Principles, Effects and Analysis* (ss. 411-457). online resource: Springer eBooks.
- Veale, D. (2004). Body dysmorphic disorder. *Postgraduate Medical Journal*, s. 67-71.
- Virke, H. (2012). *Treningscenterbransjen 2012*. Oslo: Virke Trening ved Anne Thidemann.
- WADA. (2012). *Anti-Doping Testing Figures Report*. Montreal: World Anti-Doping Agency.

Watson, P. J., Hickman, S., & Morris, R. (1996). Self-reported narcissism and shame: Testing the defensive self-esteem and continuum hypotheses. *Elsevier Science Ltd*, 253-259.

Østerberg, D. (2003). *Sosiologiens nøkkelbegreper*. Oslo: Cappelen akademisk forlag AS.

Zuckerman, M. (1984). Sensation seeking: A comparative approach to human trait. *Behavioral and Brain Sciences*, s. 413-471.

Vedlegg

I. Prosjektgodkjenning NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Frank Eirik Abrahamsen
Seksjon for coaching og psykologi
Norges idrettshøgskole
Postboks 4014 Ullevål Stadion
0806 OSLO

Vår dato: 09.09.2013

Vår ref:35274 / 3 / LT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 29.08.2013. Meldingen gjelder prosjektet:

35274	<i>Dopingbruk utenfor organisert idrett</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Norges idrettshøgskole, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Frank Eirik Abrahamsen</i>
<i>Student</i>	<i>Kyrre Kjesbu</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 30.06.2014, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Vigdis Namtvedt Kvalheim

Lis Tenold

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77
Vedlegg: Prosjektvurdering
Kopi: Kyrre Kjesbu, Sannergata 6E, 0557 OSLO

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svt.ntnu.no
TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@svt.uio.no

II. Bekreftelse på godkjenning av utvidet prosjektvarighet NSD³¹

Emne: Prosjektnr: 35274 Dopingbruk utenfor organisert idrett

Dato: 7 Aug 2014 09:49:43 +0200

Fra: asne.halskau@nsd.uib.no

Til: kyrre86@online.no

CC: f.e.abrahamsen@nih.no

BEKREFTELSE PÅ ENDRING

Vi viser til statusmelding mottatt 17.07.2014.

Personvernombudet har nå registrert ny dato for prosjektslutt 30.10.2014.

Det legges til grunn at prosjektopplegget for øvrig er uendret.

Ved ny prosjektslutt vil vi rette en ny statushenvendelse.

Hvis det blir aktuelt med ytterligere forlengelse, gjør vi oppmerksom på at utvalget vanligvis må informeres ved forlengelse på mer enn ett år utover det de tidligere har blitt informert om.

Ta gjerne kontakt dersom du har spørsmål.

Vennlig hilsen,

Åsne Halskau - Tlf: 55 58 21 88

Epost: asne.halskau@nsd.uib.no

Personvernombudet for forskning,

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

Tlf. direkte: (+47) 55 58 81 80

³¹ Kopi av e-postutveksling

III. Samtykkeerklæring

Informert samtykke/ samtykkeerklæring

Jeg har lest, hørt og forstått informasjon, og er innforstått med at data/ informasjon brukes i følgende sammenheng:

En kvalitativ undersøkelse om dopingbruk utenfor organisert idrett i Norge.

Jeg godtar også at studiet kan publiseres i internasjonale tidsskrifter eller refereres til av andre forskningsprosjekter.

Som deltager i studien garanteres du anonymitet og du har som frivillig i et forskningsprosjekt rett til når som helst å trekke din deltagelse. Du har også rett til å velge å ikke besvare spørsmål du ikke ønsker å svare på.

Materialet vil bli spilt inn på lydbånd, men vil kun bli benyttet i forskningssammenheng og derfor taes vare på kun i en begrenset tidsperiode.

Dato _____

Underskrift prosjektansvarlig

Underskrift intervjuperson

IV. Intervjuguide

Tematikk	Intervjuspørsmål
Barndom og oppvekst	Hvor gammel er du?
	Hvor har du vokst opp?
	<p>Kan du kort fortelle om barndommen og oppveksten din? Fint om du her kan ta med din aktivitets og idrettsbakgrunn. For eksempel om du har deltatt i noen form for organisert idrett eller om du har vært aktiv på andre måter.</p> <p>Når vi snakker om oppveksten din, har du vokst opp med begge dine foreldre?</p> <p>Hadde din nærmeste familie en interesse for idrett eller en aktiv livsstil?</p> <p>Har du noen søsken?</p>
	Hvilken utdanning har du og hva gjør du til daglig?
Trening	<p>Kan du fortelle kort om din treningshverdag og hvordan du fikk interessen for styrketrening.</p> <p>Er du fysisk aktiv utover det du gjør av vekttrening?</p>
Min historie	<p>Da jeg selv trente veldig spesifikt og målrettet innenfor vekttrening og styrketrening kunne jeg tidvis føle meg fanget i min egen situasjon og min egen målsetting om å stadig ville bli sterkere og å få mer og større muskler. Jeg planla dagene mine slavisk i henhold til treningsprogram og kostholdsprogram og hadde veldig vanskelig for å løsrive meg hundre prosent fra følelsen av å ta seg fri eller spise usunt ville påvirke treningen negativt. Jeg følte meg avhengig av de andres bekræftelse på at jeg var stor og sterk og at det stadig gikk fremover med treningen. Jeg trente når jeg var syk eller skadet i frykt for å miste muskelmasse og styrke. Jeg lot være å delta på familiesammenkomster eller andre sosiale treff, bare for at det ikke skulle gå utover treningen. De gangene jeg hadde vært virkelig syk, og ikke var i stand til å trene og derfor måtte være hjemme noen dager, kunne jeg føle en angst for å gå på trening og å få beskjed om at jeg var blitt liten eller svak. Jeg følte meg fanget i en tilværelse og bak en fasade av muskler og styrke som jeg selv hadde konstruert, jeg følte til slutt liten treningsglede og følte meg virkelig fanget.</p> <p>Er dette tanker du kan kjenne deg igjen i?</p>
	<p>Røyker eller snuser du?</p> <p>Drikker du alkohol?</p> <p>Omtrent hvor mange enheter per mnd?</p> <p>Har du noengang benyttet noen form for rusmiddel (narkotika)?</p> <p>Mye forskning snakker om sammenheng mellom bruk av dopingmidler og bruk av rusmidler, hva tenker du om det?</p>
	Kan du fortelle kort om din kostholdshverdag. Fortell gjerne også hvordan du setter sammen dagsinntaket og hvor ofte du spiser.

	<p>Opplever du å ha et anstrengt eller avslappet forhold til mat?</p> <p>Vil du si at ditt forhold og dine tanker om mat og spisevaner påvirker din livskvalitet i positiv eller negativ retning?</p>
	<p>Hva tenker du om anabole steroider?</p> <p>Tenker du at det er galt å bruke anabole steroider?</p>
Kroppsbilde	<p>Hvordan vil du si den fysiske styrken din er i dag?</p> <p>Er det viktig for deg å inneha denne fysiske styrken? Kan du prøve å si noen ord om hvorfor?</p>
	<p>Hvordan vil du si at din kroppsform er i dag?</p> <p>Er det viktig for deg at du har akkurat denne kroppsformen? Kan du si noen ord om hvorfor/ hvorfor ikke?</p>
Dopingmidler	<p>Hva tenker du om bruk av dopingmidler i den organiserte idretten?</p>
	<p>Noen argumenterer for at kroppsbygging er en kunstig idrett og at alle kan få en slik kropp hvis de bare tør å dope seg nok. Hva tenker du om et sånt utsagn?</p>
	<p>Vil du si at dopingbruk kan representere et middel til forandring? Definer forandringen slik som du forstår det.</p>
	<p>Vil du betegne dopingbruk utenfor idretten som "juks"?</p>
	<p>Ville du anbefalt en god venn eller et familiemedlem å benytte anabole steroider for å få drømmekroppen eller resultater med trening?</p>
Fremtidsorientering	<p>Hvor er du om ti år?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vil du fortsatt være fysisk aktiv? 2. Vil dopingbruk være endel av hverdagen din slik du ser den for deg nå? 3. Hvis du kunne valgt helt fritt, hvor ville du vært om ti år?
Maskulinitet	<p>Kan du kort forklare hva du legger i begrepet maskulinitet?</p>
Dopingmidler	<p>Tror du at de som benytter anabole steroider for første gang gjør det av egen fri vilje?</p>
Status	<p>Føler du at når du fikk en større og sterkere kropp gjennom bruk av anabole steroider så økte også din sosiale status?</p>
Rolle	<p>Kan du forsøke å sette ord på din rolle og din status i ditt miljø blant dine venner?</p>
Kroppsbilde	<p>Hva tenker du om at folk kommenterer kroppen din?</p> <p>At du ser svær ut eller liknende?</p> <p>Tenker du noengang at du gjerne skulle gjemt bort kroppen din og bare hatt en "normal" kropp?</p> <p>Kler du deg på en bestemt måte sånn at du skal se mest mulig stor og sterk ut?</p> <p>Tror du folk rundt deg tenker at du er sunn og frisk?</p>
Gode opplevelser	<p>Hvilke opplevelser kan gi deg en god følelse?</p>
Kroppsbilde	<p>Har du noengang opplevet å bli sett rart på fordi du har den kroppen du har?</p>
Kroppsbilde	<p>Tenker du at du har en annerledes forståelse av kropp enn resten av samfunnet?</p>
Selvbilde	<p>Vil du si at din kropp er viktig for din identitet?</p>
Selvbilde	<p>Vil du si at din kropp er viktig for din selvfølelse og ditt selvbilde?</p>
Overvekt	<p>Hva tenker du om overvektige personer?</p>

Sosialisering	Tenker du at du blir formet av dine venner og at de også former deg?
Velvære	Vil du si at du har det godt med deg selv i dag? Hvorfor/ hvorfor ikke?
Forbilde	Ser du opp til noen? I så fall hvem og hvorfor?
Dopingmidler	Er du åpen om bruken av anabole steroider? Hvorfor/ hvorfor ikke?
Sosialisering	Er det flere i din omgangskrets som bruker dopingmidler?
Sosialisering	Hvordan fikk du tak i dopingmidler første gang? Viktig å understreke at jeg ikke ønsker navn på kilder her og samtidig understreke anonymitet!
Bivirkninger	Det sies at man kan oppleve bivirkninger som kviser, fét hud, svettetokter, forhøyet blodtrykk, økt hårvekst og humørsvingninger. Har du noengang opplevd bivirkninger? Kan du si noe om hva du har opplevd og hvordan du taklet dette?
Anger/ ambivalens	Har du noengang angret på at du brukte dopingmidler?
Avhengighet	Tenker du at man blir avhengig av å bruke dopingmidler? Har du noengang trent når du har vært syk eller skadet?
Kroppsbilde	Kunne du vært komfortabel med å ha en helt "vanlig" kropp?
Helserisiko	Tenker du at det er knyttet stor helserisiko til bruk av anabole steroider?
Selvbilde	Beskriv deg selv for en utenforstående. Hvem er du?

V. Godkjenning av tittelbruk ³²



Kyrre Kjesbu

28.08.2014 13:27

Hei Eldrid,

Jeg kontakter deg på bakgrunn av boken din: Gutten i speilet fra 2011. Jeg sitter i disse dager å skriver en masteroppgave på Norges Idrettshøgskole omhandlende bruk av dopingmidler utenfor organisert idrett i Norge, og ønsker å bruke tittelen: Gutten i speilet på dette prosjektet. Lurer i den forbindelse på om dette er ok for deg. På grunn av tidspress tar jeg utgangspunkt i at dette er ok dersom jeg ikke hører noe i løpet av kort tid. På forhånd takk for hjelpen!

Med vennlig hilsen

Kyrre Kjesbu



Eldrid Johansen

28.08.2014 13:51

Hei, Kyrre

Det må da være helt greit. Kjør på og lykke til Eldrid



Kyrre Kjesbu

28.08.2014 14:05

Hei igjen, kjempemessig og tusen takk for rask tilbakemelding! 😊

³² Kopi av Facebook-samtale.

VI. Godkjennelse av illustrasjonsbruk ³³

Fra: Torger.Kjersem@allkopi.com

Til: Kyrre86@online.no

Hei Kyrre

Det bekreftes herved at grafikk kan benyttes i den kvalitative studien av dopingbruk utenfor organisert idrett i Norge. Illustrasjonene er konstruert for bruk i denne sammenheng. Rettinghetene tilhører Torger Kjersem.

Med vennlig hilsen

Torger Kjersem

Produksjonsoperatør - design

Allkopi AS

Nedre Slottsgate 5

0157 Oslo

23103430

³³ Kopi av e-postutveksling.