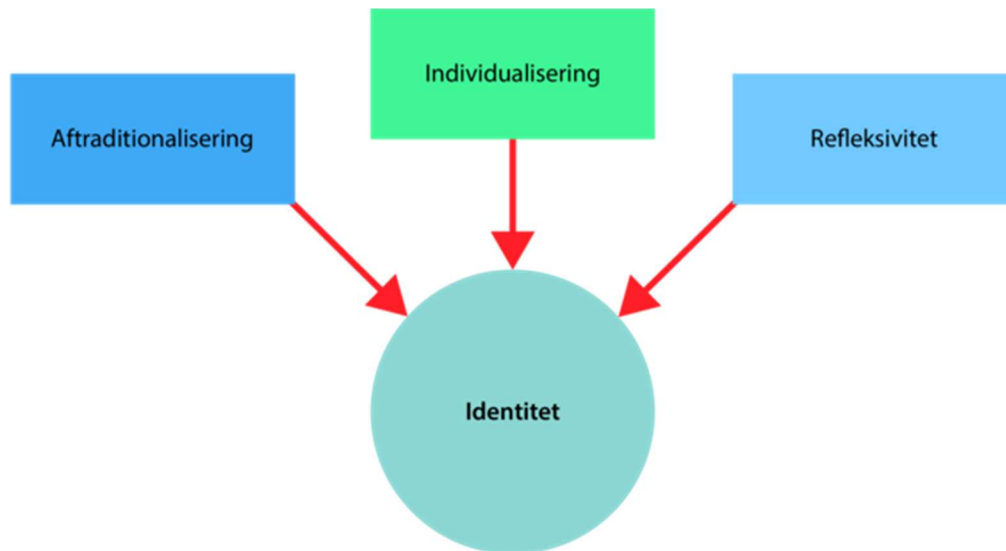


4.2 Samfund, krop og identitet

Det senmoderne samfund

Danskernes idræts- og motionsaktiviteter har ændret sig. Fra, at nogle få procent af befolkningen i 1960'erne var aktive i idrætsforeninger til, at et flertal i dag tilkendegiver, at de er aktive på den ene eller anden måde. Denne udvikling skal ses i forhold til den samtidige overgang til det senmoderne samfund. Det indebærer, at der er nogle ændrede værdier og normer, som sætter nye rammer for vores liv.



Der er bred enighed blandt sociologer om, at de vestlige samfund over de seneste 50 år er præget af en tiltagende aftraditionalisering. Det betyder, at de traditionelle normsættende fællesskaber svækkes og afløses af nogle andre og mere midlertidige. De traditionelle fællesskaber er bl.a. klassen (fx arbejderklasse), landsbyen, kirken, kernefamilien, de traditionelle kønsroller og (idræts)foreningerne. De traditionelle fællesskaber gav på den ene side tryghed, man kendte sin plads og vidste, hvad der blev forventet. På den anden side blev individet fastholdt i dets rolle med begrænset mulighed for at sætte sit personlige præg på det konkrete liv. Denne udvikling med opløsning af de traditionelle fællesskaber kalder Thomas Ziehe for "den kulturelle frisætning", Anthony Giddens for "aftraditionalisering" og Zygmunt Bauman for "flydende modernitet".

Den kulturelle frisætning har som konsekvens, at individet bliver "instruktør i sit eget liv". Man har ikke længere en plads i fællesskabets faste rammer og er på samme tid både fri til, men også tvunget til, at udfylde sin rolle. Det er nu op til den enkelte at forme sin identitet og hele tiden genopfinde sig selv. Individualiseringen slår igennem på alle områder: forbrug, familie, arbejde, parrelationer, fritid og dermed også idræt.

Mennesket er et socialt væsen, og trangen til at indgå i fællesskaber med andre forsvinder ikke med aftraditionaliseringen. Fællesskaberne har skiftet karakter og antager nu mere uforpligtende former, fx midlertidige træningsfællesskaber i fitnesscenteret i stedet for idrætsforeningernes mere formelle og stabile medlemskaber. Bauman kalder det for fællesskaber, der formår at trylle glæden frem ved at høre sammen uden ubehaget ved at være bundet og Michel Maffesoli for "neo-tribale stammer", hvor fællesskabet er baseret på instinkter, følelser og det emotionelle. De neo-tribale stammer udgøres af individer, som indgår i relationer med hinanden. Gennem disse relationer skaber man et flygtigt og empatisk fællesskab. Derfor er det en forsimpning blot at beskrive idrættens udvikling som en udvikling fra organiseret holdsport til individuel, selvorganiseret og kommerciel fitness.

Individualiseringen og aftraditionaliseringen placerer identitetsarbejdet tungt på individets skuldre. Man må konstant og uophørligt, uanset alder, reflektere over spørgsmål som "hvem er jeg?", "hvordan opfatter andre mig?" og "hvordan vil jeg gerne opfattes af andre?". I denne fortløbende refleksion er kroppen blevet stadig mere central som middel til at positionere sig i forhold til andre; dels er den "lige ved hånden" og dels er den autentisk, naturlig og synlig.

Kroppen bliver i dag udsat for mange former for indgreb, der alle har til formål at gøre individet socialt acceptabel samtidig med, at man skiller sig positivt ud. Det kan være i form af fedtsugning af mave, baller og lår eller indsprøjtning af fedt i baller, en såkaldt "Brazilian Butt Lift". Botox kan både sprøjtes ind i læber og gøre dem større og ind i panden for at fjerne rynker. Kirurger kan forme bryster, næse, øjenlåg efter ønske, og tatovører kan tatovere personlige budskaber på synlige og mindre synlige legemsdele.



Figur 4.2.2 Fitness.

iStockphoto.com/microgen

Med træning kan man forme kroppen og dermed tabe sig, øge muskelmassen eller ændre på fordelingen af fedt og muskelmasse. Udover de synlige tegn på kroppen kan træning også bruges som en social markør: "Se mig, jeg har kontrol over min krop - jeg har kontrol over mit liv". Træning af kroppen og kroppens udseende kan anvendes til at distancere sig fra andre,

der ikke træner eller ikke lever op til kropsidealerne. Her foregår en stigmatisering af de "forkerte" kroppe og dem, der ikke kan tage vare på sig selv.

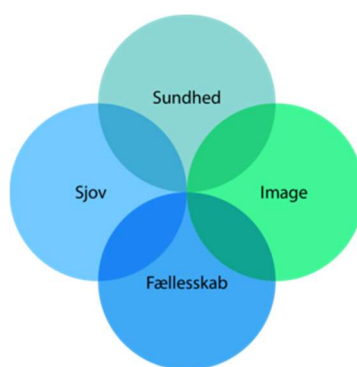
Fritids- og idrætsaktiviteter er således blevet til en selvrefleksiv aktivitet, hvor selvviscenesættelse og identitetsdannelse er kernebegreber.

Motiver til at dyrke idræt

Der kan være forskellige motiver til at dyrke idræt. Her vil vi se på fire motiver:

- sundhed
- image
- for sjov
- fællesskab.

Sundhed og image har det tilfælles, at motivet er instrumentelt. Fitnessstræning kan være midlet til at nå målet om sundhed eller et ønsket image. I modsætning til sundhed og image dyrker man idræt for sjov og i fællesskab, fordi idrætten har nogle iboende kvaliteter som netop sjov og fællesskab. De fire motiver kan blandes i mange variationer, så man både dyrker idræt, fordi det er sjovt, sundt og giver fællesskab, eller fordi det styrker ens image og sundhed. Motiverne har med andre ord deres særkende, men også fællesmængder. For at få et analytisk overblik kan denne model opstilles:



Figur 4.2.3

Motiver til at dyrke idræt. Figuren peger på fire motiver for at dyrke idræt, og at de enkelte motiver lapper over hinanden i et ikke nærmere bestemt omfang. Mange vil angive mere end et motiv for at dyrke den enkelte aktivitet.

Sundhed og image som motiv for at dyrke idræt

30 % af danskerne, eller mere end 1 mio. mennesker, angiver at have dyrket styrketræning inden for det seneste år. Styrketræning er dermed den mest populære disciplin blandt voksne. Spørgsmålet er, hvorfor fitness er så populært.

Den italienske sociolog Antonio Camorrin svarer, at fitness eller sundhed er den verdslige erstatning for den religiøse frelse. Hvor smerte og sygdom i en kristen sammenhæng tidligere var udtryk for en religiøs udvælgelse, er selvsamme sygdom nu blevet en begrænsning på den effektive præstationskrop. Smerte og sygdom skal bekæmpes med alle medicinske midler og med en sund livsstil. Camorrin taler om, at sundhed er blevet en pligt for det enkelte individ, og at en usund livsstil er den nye synd. Denne pligt er et livslangt projekt. Zygmunt Bauman skriver:

”Fitness-kampen er en tvangsbetonet beskæftigelse, der hurtigt blive afhængighedsskabende og dermed *aldrig hører op*. Hver dosis skal følges op med en større dosis. Hvert mål er kun et midlertidigt skridt, et enkelt skridt i en lang kæde af skridt, der allerede er taget eller snart skal tages.”

Zygmunt Bauman: Fagre flydende verden, Hans Reitzels Forlag, 2015. s. 101.

Bourdieu om kapital, habitus og felt

I denne forstand kan man hævde, at det senmoderne samfundsprojekt er optimering af såvel produktion som kropskapital. Her er Pierre Bourdieus begreber anvendelige som analyseredskaber. Bourdieu arbejder med fire kapitalbegreber:

- økonomisk kapital
- social kapital
- kulturel kapital
- symbolsk kapital.

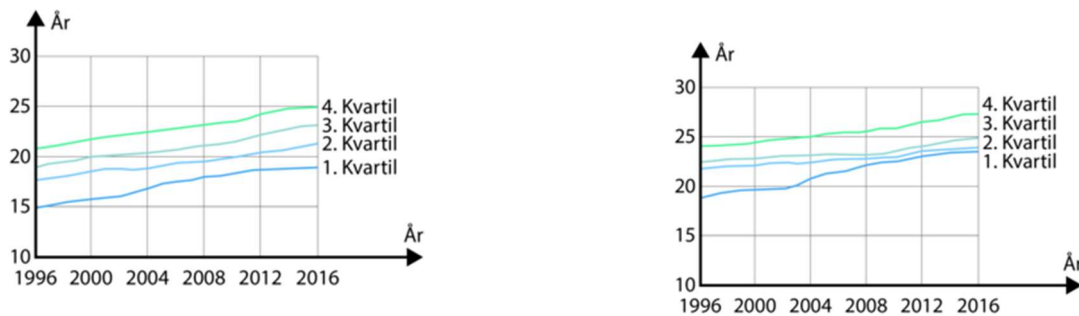
Økonomisk kapital er formue og indtægter, social kapital er antallet og karakteren af sociale relationer, kulturel kapital er uddannelse og viden om kultur og sprog. Afhængigt af, hvilken betydning og indflydelse andre tillægger disse kapitaler, kan man også have symbolsk kapital. Hvis man for eksempel er højtuddannet og ens argumenter derfor tillægges særlig værdi, har man også symbolsk kapital. Man kan se krops- eller sundhedskapitalen som en ny type af den kulturelle kapital. Hvilken værdi har den fitte krop i forhold til den fede krop? Tillægges fede mennesker negative karaktertræk blot på baggrund af deres udseende? - og omvendt; tillægges fitte mennesker positive karaktertræk blot på baggrund af deres udseende?

Kapitalerne former individet gennem opvæksten. Det kalder Bourdieu habitus. Habitus er den indre GPS, eller sociale arv, som forældrenes kapitaler har grundlagt fra den ene generation til den næste. Habitus afgør ubevidst vores reaktion på alle valg, herunder også livsstilsvalg: kost, rygning, alkohol og motion.

Mønstret inden for KRAM-faktorerne (Kost, Rygning, Alkohol, Motion) er tydeligt: kortuddannede spiser mindre sundt, ryger mere, dyrker mindre og ikke så hård motion og drikker lige så meget alkohol som de højtuddannede. Det kaldes den sociale gradient, at

udsathed for sundhedsrisici og sygdom i befolkningen stiger gradvis i takt med, at den sociale position falder. De vigtigste faktorer for den sociale gradient er uddannelseslængde, indkomst, beskæftigelsesforhold, boligforhold og etnicitet. Det har bl.a. som konsekvens, at de fattigste 25 % af mænd lever ca. 7 år kortere end de rigeste 25 % mænd. Forskellen er lidt mindre for kvinder.

Statistisk restlevetid for henholdsvis mænd og kvinder



Figur 4.2.4

Restlevetid for 60-årige mænd (højre) og kvinder (venstre). 1. kvartil betyder de 25 % med den mindste indkomst, 2. kvartil de 25 % med den næstmindste indkomst etc.

Bourdieu definerer et felt som et socialt rum. Det betyder, at alle handlinger skal ses i forhold til andre mennesker. Et "felt" er kendetegnet ved, at en gruppe deler nogle grundlæggende værdier om et område. Det kunne være kunstfeltet, landbrugsfeltet, klimafeltet, men også sundhedsfeltet. Inden for feltet er der et netværk af sociale relationer, hvor der hele tiden foregår en positionering mellem aktørerne og en kamp om at bestemme, hvilke værdier der skal dominere. De regler, der dominerer, eller de regler, der anses for rigtige, kaldes "doxa".

Sundhedsfeltet udgøres af mange aktører. Her er en ikke-udtømmende liste:

- Vidensproducenter som WTO, universiteter og Sundhedsstyrelsen
- Behandlingssystemet: hospitaler, praktiserende læger, alternative behandlere, trænere og coaches
- Kommercielle interesser: producenter af cigaretter, sodavand, fødevarer og fitnesscentre
- Brugere: patienter, forbrugere og idrætsudøvere.

I det følgende vil der blive fokuseret på den doxa, der gælder for sundhed og træning. Tre vinkler skal omtales:

- Træning og især fitness
- Træningsafhængighed
- Selvmåling.