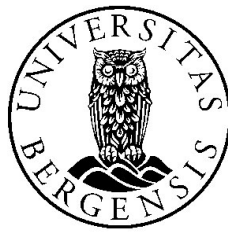


# Ikke bare maten – veganisme som idefelleskap og hverdagspraksis

Ingrid-Marie Angvik Holm



Masteroppgave

Våren 2023

Sosiologisk institutt, Universitetet i Bergen



## Sammendrag

Veganisme er en voksende sosial bevegelse, kjennetegnet av at veganere avstår fra å utnytte dyr som mat og råvare. Veganere spiser ikke animalsk mat, og unngår i stor grad å bruke dyreprodukter som ull og skinn, samt sminke eller andre produkter som er testet i dyreeksperimenter. Denne masteroppgaven utforsker veganisme i lys av sosiologiske teorier om sosiale bevegelser, fellesskap og internalisering, og religionssosiologisk typologi om tilhørighet med preg av sekt eller kirke. Problemstillingen for avhandlingen er: "Hvorfor velger veganere å leve vegansk, og hvordan påvirker dette valget deres sosiale liv?" Gjennom et kvalitativt forskningsdesign og intervjuer med veganere belyser teksten følgende forskningsspørsmål: 1) Hvordan begrunner veganere sitt valg om å leve vegansk? 2) Hvilke kjennetegn definerer veganismen som et livspolitisk fellesskap? 3) Hvordan opplever veganere de sosiale ulemper og omkostningene ved å velge veganisme?

Studien viser at veganere begrunner sitt valg om å leve vegansk ved å vise til sentrale livspolitiske tematikker i det refleksive samfunnet. Omsorg for klima og miljø, kropp og helse, samt dyrevelferd fremstår som de primære drivkreftene bak deres veganske livsstil, og de ser på sine valg som en nødvendig moralsk konsekvens av den kunnskapen de har tilegnet seg, ofte gjennom sosiale medier og andre alternative informasjonskanaler. Veganerne i denne undersøkelsen tar individuelle vurderinger, ikke alle har jevnlig kontakt med andre veganere. Kunnskap som deles i miljøet og en felles mistillit til tradisjonelle kostholdsekspert og autoriteter i samfunnet spiller en betydelig rolle i deres valg om å leve vegansk. Studien viser at den veganske livsstilen har konsekvenser for deres sosiale liv, ved å vanskeliggjøre deltakelse i tradisjonsbundne familiesammenkomster og andre sosiale sammenhenger hvor det tradisjonelt spises animalsk mat. Veganisme kan i slike sammenhenger ikke skjules, og informantene opplever at de derved tvinges til å begrunne og argumentere for sine meninger, noe som kan føles utfordrende og føre til at de unngår visse sosiale sammenhenger. Samtidig innebærer disse sosiale spenningene at veganere blir svært bevisste på sine valg og de moralske begrunnelsene for dem. Dette gjør at veganisme skaper sterk identitet, en opplevelse av samhörighet, utenforskap og kompromissløshet som også kjennetegner religiøse fellesskap av sekttipe.

Antall ord i hovedteksten: 29084

## **Abstract**

Veganism is a growing social movement characterized by abstention from use of animals, as nutrients or raw materials. Vegans do not eat any animal products, and largely avoid using animal products such as wool or leather, or products tested in animal experiments. This master's thesis explores veganism in light of sociologic theories about social movements, community and internalization, and characteristics of religious communities. The research problem for the thesis is: "Why do vegans choose to live vegan, and how does this choice impact their social lives?" Through a qualitative research design and interviews with vegans, the text sheds light on the following research questions: 1) How do vegans justify their choice to live vegan? 2) What characteristics define veganism as a life-political community? 3) How do vegans experience the social disadvantages and costs of choosing veganism?

The study reveals that vegans justify their choice by referring to central life-political themes in the reflexive society. Care for climate and environment, body and health, as well as for animal welfare, are primary motivators for a vegan lifestyle, and the informants view their choice as a necessary moral consequence of knowledge gained through social media and other sources of information. The vegans in this study are motivated by individual considerations, and not all of them are in regular contact with other vegans. Knowledge shared in this extended community, and a shared distrust of traditional nutrition experts and social authorities impact on their decision to live vegan. The study demonstrates that the vegan lifestyle has consequences for their social life, by making it difficult to participate in traditional family gatherings and other social events where animal food is consumed. Veganism is difficult to conceal, which may lead vegans to avoid certain social settings. These tensions also entail that vegans become very conscious of their choices and the moral underpinnings of these. Thus veganism leads to the development of a strong social identity, a sense of community with other vegans, and an experience of communion, outsidership, and an uncompromising attitude that also characterizes religious communities of the sect type.



# Innholdsfortegnelse

Sammendrag .....	3
Abstract .....	4
Innholdsfortegnelse .....	6
Forord .....	10
KAPITTEL 1. Innledning .....	12
1.1 Problemstilling og forskningsspørsmål .....	13
1.2 Sosiologisk relevans .....	13
1.3 Veganisme og veganere .....	13
1.4 Kjernebegreper og definisjoner .....	14
1.5 Tidligere forskning .....	16
1.6 Oppgavens gang .....	18
KAPITTEL 2. Teori .....	19
2.1 Sosiale bevegelser .....	19
2.1.1 Tradisjonelle sosiale bevegelser .....	21
2.1.2 Nyere sosiale bevegelser .....	22
Livspolitik .....	24
2.2 Fellesskap og internalisering .....	27
2.2.1 Fellesskap .....	27
2.2.2 Internalisering .....	28
2.3 Kirke-sekt typologi .....	29
2.3.1 Opphav til typologien .....	29
2.3.2 Kirketypen .....	30
2.3.3 Sekttypen .....	30
2.4 Oppsummering av det teoretiske rammeverket .....	32
KAPITTEL 3. Kvalitativ metode og metodologisk tilnærming .....	32
3.1 Det kvalitative intervjuet .....	33
3.1.1 Utvalg og rekruttering .....	34

3.1.2 Intervjuprosessen .....	34
Intervjusituasjonen .....	35
Lydopptak .....	36
Transkribering .....	36
3.2 Hvordan er den virkeligheten vi studerer og hvordan kan vi få kunnskap om denne virkeligheten .....	36
3.2.1 Et fenomenologisk og hermeneutisk perspektiv .....	37
3.3 Induktiv tilnærming .....	39
3.4 Tematisk analyse .....	39
3.4.1 Stegene i tematisk analyse .....	39
3.5 Vurdering av den kvalitative forskningen .....	41
3.5.1 Forskningsetikk .....	41
3.5.2 Relabilitet og validitet .....	42
KAPITTEL 4. Presentasjon og analyse av funn fra intervjuene .....	45
4.1 Innledning .....	45
4.2 Fremtredende temaer .....	45
4.3 Veganisme som aktivt valgt avvik .....	46
4.3.1 Begrunnelser for å velge veganisme .....	46
4.3.2 Hvem er veganerne veganere for? .....	48
4.3.3 Kunnskap om industrien – enda en begrunnelse for aktivt valgt avvik .....	50
4.3.4 Oppsummering av ‘Veganisme som aktivt valgt avvik’ .....	52
4.4 Veganisme som livspolitikkk .....	52
4.4.1 Å velge bort animalske produkter .....	53
4.4.2 Aktivisme på dyrenes vegne .....	55
4.4.3 «Hippier som går rundt barfot» - sosialt stigma .....	57
4.4.4 Avvik og stammefellesskap .....	59
4.4.5 Aversjon .....	59
4.4.6 Livsstil og kosthold .....	61
4.4.7 Oppsummering av ‘Veganisme som livspolitikkk’ .....	62
4.5 Veganismens sosiale omkostninger .....	62
4.5.1 «Nå skal du prøve å få meg til å bli veganer» - Et frivillig medlemskap .....	63
4.5.2 Dedikasjon til veganismen .....	65

4.5.3	Veganernes møte med hverdagen .....	67
4.5.4	Pragmatisk eller absolutt – normer og verdier i tradisjonelle sammenhenger .....	68
4.5.5	Veganismens betydning for identiteten .....	69
4.5.6	Forbli veganer? – det alternative valget .....	71
4.5.7	Oppsummering av ‘Veganismens sosiale omkostninger’ .....	72
KAPITTEL 5. Diskusjon.....		75
5.1	Innledning.....	75
5.2	Hvilke begrunnelser har veganere for å leve vegansk? .....	75
5.3	Hvilket fellesskap har veganere?.....	78
5.4	Hva er veganismens sosiale omkostninger?.....	82
5.5	Oppsummering av funn .....	85
5.5.1	Begrunnelser .....	85
5.5.2	Livspolitisk fellesskap .....	86
5.5.3	Sosiale omkostninger.....	86
KAPITTEL 6. Avsluttende refleksjoner og perspektiver på videre forskning .....		87
6.1	Avsluttende bemerkninger.....	87
6.2	Veien videre.....	88
KAPITTEL 7. Referanseliste .....		90
KAPITTEL 8. Vedlegg .....		94
Vedlegg 1. – Informasjonsskriv og samtykkeerklæring .....		94
Vedlegg 2. - Intervjuguide.....		97
Vedlegg 3. - Vurdering Sikt .....		99



**Nøkkelord:** Veganersamfunnet, veganisme, veganer, diett, livsstil, sosial bevegelse, nyere sosial bevegelse, livspolitik, kirke-sekt typologi, medlemskap, inkluderende, ekskluderende, nettverk, praksis, fellesskap, struktur, samfunn, individ, refleksiv, fundamentalistisk, tilknytning, handlinger, internalisering, fellesskap, grenser

## Forord

Denne masteroppgaven ble gjennomført som en del av mastergraden i sosiologi ved UiB. Å skrive dette forskningsprosjektet har vært krevende og interessant, og jeg har lært mye om veganere, sosiologi og meg selv. Jeg sitter igjen med en følelse av stolthet og mestring over gjennomføringen av prosjektet som jeg har lagt mye energi, utholdenhet og arbeidsvilje i.

Jeg vil først og fremst takke Atle Møen for veiledning gjennom forskningsprosjektet. Han har vært en god veileder som har hjulpet og pekt meg i riktig retning gjennom året som har gått. Jeg setter stor pris på ditt engasjement. Videre vil jeg takke alle informantene som har tatt seg tid til å stille opp til intervju. Det har vært svært lærerikt å få et større innblikk i deres verden som dere har vært åpne og ærlige om. Jeg vil rette en spesiell takk til Edvin Schei, som har vært en god støttespiller. Jeg er glad for at du har sølt rødt i store deler av teksten. Takk for språkvask og hjelp til utforming av sentrale deler av oppgaven. Jeg vil også takke Tiri Schei for råd og støtte.

Videre vil jeg takke gode og støttende venner. Takk til familien – spesielt mine foreldre, søstre, og farfar som har hatt troen på meg fra dag én. En hjertelig takk til Odin som har laget kaffe på morgenkvistene, korrekturlest, idémyldret, oppmuntret og støttet meg gjennom året. Jeg vil også takke mine medstudenter. Jeg er takknemlig for den flotte gjengen på det lille rommet på lesesalen, og tiden vi har hatt sammen på loftet. Dere har bidratt til å gjøre skrivehverdagene til en fest.

Tusen takk!

Bergen, 09. juni 2023

Ingrid-Marie Angvik Holm



## KAPITTEL 1. Innledning

I en tid med økt søkelys på bærekraftighet og etiske problemstillinger, har veganisme som livsstil blitt stadig mer populær. Veganere velger avholdenhet fra å alle former for animalske produkter, et valg som fører til endringer i livsstil og sosiale liv. Tidligere i menneskets historie har det vært mindre aktuelt å velge vekk store grupper matprodukter. Man spiste det som kom på bordet, og spørsmål rundt miljø og klima, kropp og helse og dyrs rettigheter, var ikke aktuelle tematikker (Møen, 2009). I dagens samfunn har vi mennesker innsett at produksjon av kjøtt krever mye mer vann, landbruksareal og energi enn å produsere tilsvarende mengde korn eller belgvekster. Veganisme er en måte å leve på som søker å ekskludere, så langt som det praktisk er mulig, alle former for utnyttelse av og urett mot dyr for mat, klær eller andre formål (NVS, 2020).

Vi lever i en form for samfunn som fører til fremvekst av sosiale bevegelser hvor mennesker er opptatt av tro, familieliv, natur, helse, kropp og diett på måter vi ikke har sett før. Å velge å leve vegansk krever store endringer i matvaner og livsstil, noe som kan påvirke sosiale relasjoner og deltakelse i viktige sosiale sammenhenger (Furseth & Repstad, 2016). Som en sosial bevegelse representerer veganismen et forsøk på å utfordre og endre samfunnets normer og verdier knyttet til forbruk og produksjon av animalske produkter. Denne masteroppgaven har som formål å undersøke hvordan veganere begrunner valget om å leve vegansk, hva som kjennetegner veganisme som livspolitisk fellesskap, og hvilke sosiale ulemper og omkostninger som oppleves av de som velger veganisme. Veganere har ulike begrunnelser for å velge denne livsstilen, fra miljømessige til helsemessige og dyrevelferdshensyn. Ved å ta i bruk en sosiologisk tilnærming vil denne oppgaven kunne bidra til dypere forståelse av veganismen som en sosial bevegelse og hvordan den innvirker på livene til de som velger å leve vegansk.

## 1.1 Problemstilling og forskningsspørsmål

Masterprosjektets overordnede problemstilling er følgende: *Hvorfor velger veganere å leve vegansk, og hvordan påvirker dette valget deres sosiale liv?*

Forskningsspørsmålene er:

1. Hvilke begrunnelser har veganere for å velge å leve vegansk?
2. Hva kjennetegner veganisme som livspolitisk fellesskap?
3. Hva oppleves som sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme?

## 1.2 Sosiologisk relevans

Hvorfor er forskning på veganersamfunnet sosiologisk relevant? Sosiologi kan beskrives som studier av menneskers sosiale liv i grupper og samfunn. Sosiologi kan beskrives som en disiplin som ønsker å utforske *forklaringen og forståelsen* av menneskets handling — hvorfor vi gjør som vi gjør — som dens grunnleggende interesse (Furseth og Repstad, 2016). Dette forskningsprosjektet er sosiologisk relevant fordi veganere er en gruppe mennesker som velger å bryte med den etablerte normen og kulturen i samfunnet. Samfunnet er utformet på en bestemt måte, hvor gjeldende lover, regler og normer legger føringer for hvordan det forventes at vi som individer oppfører oss (Becker, 1963). Å leve vegansk er drastisk annerledes fra samfunnets normer ved at valget påvirker diett, sosiale praksiser, identitet, og livsstil, og kan bli sett på som avvikende fra, og implisitt kritisk til, den allment aksepterte normen i det norske samfunn. Veganisme kan betraktes både som en sosial bevegelse og en minoritetslivsstil siden det kun er en liten del av befolkningen som lever vegansk.

Veganismen kan også forstås i lys av religionssosiologi, fordi det er en livsstil og en sosial praksis som gir deltakerne betydningsfulle opplevelser av mening og fellesskap, knyttet opp mot «hellige» verdier, meninger og mål (Furseth og Repstad, 2016).

## 1.3 Veganisme og veganere

Veganisme er en voksende sosial bevegelse i det norske samfunn. I Den nasjonale folkehelseundersøkelsen fra 2020 oppga at ti prosent at de hadde et mer plantebasert kosthold, og en prosent hadde et kosthold som var helt vegansk (Abel & Totland, 2021). I den neste delen gjør jeg rede for forståelser av hva veganisme og hva veganere er, etter en kort redegjørelse av veganismens historie.

På 1830-tallet startet man å bruke begrepet *vegetarianer* på personer som ikke spiste animalsk mat i det hele tatt. I vegetarianersamfunnet fantes det en subgruppe, 'non-dairy-vegetarians' som ikke spiste kjøtt og melkeprodukter (Watson, 2004). Denne gruppen ble skilt fra vegetarianersamfunnet, og det første veganske samfunnet ble etablert 5. november 1944. Begrepet 'vegan' var dannet av Donald Watson og hans kone Dorothy, med følgende begrunnelse: «veganism starts with vegetarianism and carries it through to its logical conclusion». Det norske veganersamfunn (2023b) skriver at veganisme handler om å anerkjenne at dyr har interesser og rettigheter til å leve og utfolde seg. Animal Ethics (2023) beskriver veganismens kjerne som respekt for *alle* levende vesener, og at man ikke ser på levende vesener som objekter vi mennesker kan bruke.

Det som er mest fremtredende med en veganer er at personens diett er rent plantebasert (Veganersamfunn, 2023a). Dietten inneholder ikke animalske produkter som kjøtt, fisk, skalldyr, insekter, melk, ost, egg eller honning (Veganersamfunn, 2023a). Veganisme påvirker også individenes livsstil og forbruksmønster ved at veganere tar avstand fra bruk av dyreprodukter som pels, skinn, dun og silke. Varetesting på dyr, dyreforsøk i forskning og kosmetikk, og bruk av dyr som underholdning, for eksempel i dyrehager, er også blant fenomenene som veganere tar avstand fra (The Vegan Society). For mange veganere er hensyn til miljø og helse viktige faktorer. I en undersøkelse gjort blant 100 veganere i USA var det 47 % som var motivert for å ikke spise animalske produkter av hensyn til egen helse (Dyett et al., 2013). Dyrevelferd var en viktig begrunnelse for omtrent 40 %, mens klimahensyn ble nevnt av kun 2 %. Dette er en interessant indikator på hvordan motivasjon kan variere blant veganere i Norge også.

## **1.4 Kjernebegreper og definisjoner**

### **[veganer]diett**

I det moderne velstandssamfunn har man mulighet til å gå vekk fra det tradisjonelle kostholdet og tematisere hva som er en god diett, sett i forhold til det som anses som fornuftige helsemål og miljøhensyn. I dagens refleksive samfunn blir dietten valgt med utgangspunkt i sosialt tilgjengelig informasjon, medieoppslag og ulike former for vitenskapelig kunnskap om kosthold, matvarer, bærekraft, dyrevelferd m.m. I vestlige samfunn er mat og dietter noe som har et bredt fokus, og som innebærer alt fra slanking og

muskelbygging til forebygging av diabetes og hjertesykdom. Veganisme er en rent plantebasert diett uten matvarer fra dyreriket (Helsedirektoratet, 2021) (Richter et al., 2016).

### **Refleksivt samfunn**

Begrepet 'refleksivt samfunn' beskriver et samfunn hvor individers valg og avgjørelser er stadig mer preget av tilgang til informasjon, ulike typer ekspertkunnskap og vitenskapelig kunnskap, og mot denne bakgrunnen tar menneskene moralsk forsvarlige valg. Det innebærer at individer må ta aktive valg om hva, hvordan, og hvorfor man skal velge og handle, også om valgene innebærer brudd med tradisjonen. Valg står sentralt i mange menneskers forhold til livsstil og diett.

### **Veganersamfunn**

Handler veganisme kun om et valg av diett og å unngå dyreprodukter, eller er det rimelig å også snakke om et «veganersamfunn». Et samfunn kan defineres som en «avgrenset sosial enhet hvor medlemmene opplever at de har noe til felles med hverandre, noe som skiller medlemmene fra ikke-medlemmene. Hva dette er, vil avhenge av hvilket samfunn det er snakk om» (Larsen, 2012, s. 1). Veganisme er altså et samfunn i den grad at veganere ikke kun har liknende diett, men også kjenner seg som del av et fellesskap med hverandre, hvor livsstil og livssyn forener dem og skiller dem fra ikke-veganere. Det som er viktig å nevne er at «veganersamfunn» eller «vegansk fellesskap» i denne teksten refererer til *informantenes* relasjoner til *andre* veganere, og ikke deres relasjon til Det Norske Veganersamfunn (NVS).

Norsk veganersamfunn har en livssynserklæring der deres grunnverdier baserer seg på ikkevold og anerkjennelse av alle dyr, inkludert mennesker: «... veganisme er en levemåte som søker å ekskludere, så langt som praktisk mulig, alle former for utnyttelse av og urett mot dyr for mat, klær eller andre formål» (NVS, 2020). Husdyrproduksjon står for en stor andel av utslippene som fører til klimaendringer, jordødeleggelse, vann- og luftforurensning og tap av biodiversitet (NVS, 2023b). Klima og miljø trekkes frem som en begrunnelse for å leve vegansk.

### **Veganisme**

I begrepet veganisme inkluderer jeg nokså bredt en hverdagspraksis basert på plantebasert diett og avstandstaken fra bruk av animalske produkter som klær og sko, samt produkter som er testet på dyr. Jeg inkluderer også motstand mot andre dyreforsøk, dyrehager eller andre

steder hvor dyr er underholdning for mennesker. Jeg velger også å inkludere individers sosiale identitet og begrunnelser for veganske praksiser i begrepet veganisme.

## 1.5 Tidligere forskning

I dette delkapittelet skriver jeg om tidligere forskning på feltet. Det finnes flere ulike studier av veganere og deres spisevaner, oftest i en kontekst hvor veganere blir sammenlignet med vegetarianere angående dietter hvor ulike animalske produkter kuttes ut. Det finnes imidlertid også artikler som ser på veganisme som en sosial bevegelse, hvordan veganere bryter den etablerte normen, også veganernes identitet, individuelle handlinger og fellesskap. Cherry (2006) skriver i sin artikkel at veganisme kan ses på som en posttradisjonell bevegelse – altså en sosial bevegelse hvor en form for kollektiv handling er basert på solidaritet, innebærer en konflikt og går utenfor grensene i et sosialt system. Hun hevder at uorganiserte, ikke-tilknyttede veganere er avhengige av støttende sosiale nettverk som kan gjøre det mulig å praktisere og opprettholde en vegansk livsstil, som igjen er med på å opprettholde veganerbevegelsen (s. 167). Hun skriver også at det ikke er individuell viljestyrke eller passivt å følge normer og regler som gjør det mulig å praktisere veganisme – det er eksistensen av et sosialt nettverk som støtter opp om den veganske livsstilen som gjør det mulig å praktisere veganisme (s. 157).

Haenfler, Johnson og Jones (2012) har studert hvorvidt veganisme kan være et uttrykk for sosiale bevegelser eller livsstilbevegelser. Veganismen er ifølge forfatterne en alternativ livsstil som spesielt utfordrer de etablerte kulturelle normene i samfunnet. I motsetning til Cherry (2006) peker Haenfler et al. (2012) på at de fleste bevegelser oppstår gjennom individuell handling, dette gjelder også for veganismen. De mener livsstilbevegelser springer ut av individuelle handlinger og delaktighet, hvor individet har en subjektiv forståelse av at andre handler likt, og at det enkelte individ kollektivt er med på en sosial forandring (s. 5). Det er altså individuelle handlinger som skaper sosial forandring. Haenfler et al. (2012) mener at noen livsstilbevegelser deltar i et 'forestilt fellesskap', som oppstår ved at den enkelte både ser og hører om andre som handler på lignende vis. Det kan resultere i et betydelig kollektivt resultat, som for eksempel å endre matpraksiser i samfunnet (s. 8). De kobler altså opp deres individuelle handlinger til noe som er større enn dem selv og deres individuelle behov.



Sosiologen Jessica Greenebaum (2012) skriver at veganisme er mer enn bare en diett, det er også en filosofi og en etikk. Hun utforsker identitet og autentisitet hos veganere, og forsøker å forklare hvordan de forhandler om utfordringene de møter i en konsumverden basert på animalske produkter. Videre beskriver hun at ikke alle veganere følger de samme normene og verdiene, fordi motivene bak valget er med på å bestemme hvor grensene går for den enkelte. Hun skiller mellom to typer veganere: de som gjør det av helsemessige årsaker, og de som gjør det av etiske grunner.

Flere masteroppgaver har tatt opp tematikken om veganisme som sosial bevegelse, og studert veganeres identitet, livsstil, normer og verdier. Christensen (2017) har i sin masteravhandling «Gresspisende hippier?» sett på både vegetarianere og veganere, og hvordan de konstruerer sin identitet i tilknytning til matvaner. Informantene hennes oppgir tre begrunnelser for å avstå fra kjøtt; dyrevern, miljøvern og helsehensyn. Samtidig fant hun at det ikke er motivasjonene som er den egentlige pådriveren til informantenes praktisering av kostholdet, men hvem de spiser sammen med. Christensen (2017) ser også på «inn-gruppe» og «ut-gruppe» hvor kjøttspisere er en «ut-gruppe» for alle informantene. For veganerinformantene er også vegetarianerinformantene en «ut-gruppe», i motsetning til hva vegetarianerne mener.

En annen masteravhandling jeg vil trekke frem er Bruaset (2022) 'Brudd med kulturelt legitimerede matvaner, en kvalitativ studie av motivasjoner til å velge veganismen'. Bruaset (2022) undersøker hva som motiverer mennesker for å velge å leve som veganere i det norske samfunn. Hun finner ut at informantene mener nordmenns generelle kunnskaper om behovet for animalske matvarer er mangelfulle, som begrunnes i kulturelle og hverdagspragmatisme og organer for styring representerer økonomisk motiverte «usannheter». Krutå (2020) har skrevet en masteravhandling om «spis gresset deres og hold kjeft» - en kvalitativ studie av veganere og deres hverdags erfaringer. Hun finner at veganere i hennes utvalg har tatt valget i etterkant av en hendelse, samtale eller informasjon fra internettet, altså identifiserbare vendepunkter. Krutå (2020) har også undersøkt informantenes utfordringer i samvær med ikke-veganere. Hun bruker en på front- og backstagemodell, og finner at de i front ofte velger å ikke nevne sin livsstil som veganer for å unngå å tape ansikt og havne i konfrontasjoner. I 'bakområdet' forteller informantene at de kan slappe mer av i lag med andre veganere uten bekymring for å måtte forsvare sitt valg. Et tema i oppgaven er informantenes følelse av å se verden på en annen måte enn «de andre», ikke-veganerne.

Det er også tidligere forskning på veganisme i religionssosiologien. Det er masteravhandlinger som baserer seg på det Norske Veganersamfunnet. Larssen (2022) ser på dannelsen av et nytt livssynsamfunn i lys av den norske livssynskonteksten. Hennes oppgave ser på hvordan et nytt livssynsamfunn orienterer seg i forhold til norsk livssynsmangfold, livssynsloven og kulturelle normer.

## **1.6 Oppgavens gang**

Jeg vil nå gi en oversikt over strukturen i denne masteravhandlingen.

I kapittel 2 gjennomgår jeg ulike teoretiske fremstillinger av sosiale bevegelser, deriblant livspolitik som tema, for å se hvilken type sosial bevegelse veganismen er. Videre i kapitlet skriver jeg om kirke-sekt typologien, hvor jeg ser på forskjeller i hvordan ulike typer religiøse samfunn rekrutterer medlemmer, hvor åpne eller lukkede de er, og hva som kjennetegner medlemmenes dedikasjon til veganismen, og hvordan denne dietten kan tilpasses deltakelse i arbeids – og familiefellesskap. Den religionssosiologiske linsen bruker jeg for å tydeliggjøre hvilken tilknytning informantene har til veganismen.

Kapittel 3 beskriver metoden jeg har brukt i masterprosjektet, her er det altså studiets kvalitative forskningsdesign som blir presentert. Jeg gjør rede for metode og metodologisk tilnærming, og hvordan jeg har valgt å presentere empirien ved å greie ut om tematisk analyse. Et formål med kapitlet er å danne åpenhet og transparens for leseren, og slik øke relabiliteten til oppgaven.

I kapittel 4, analysekapitlet, er en deskriptiv analyse hvor presenterer jeg fremtredende tematikker fra min empiriske undersøkelse blant norske veganere. Veganisme som aktivt valg avvik, veganisme som livspolitik og veganismens sosiale omkostninger er temaene. Temaene består av flere underkapitler. Hvert tema er med å belyse de tre forskningsspørsmålene.

I kapittel 5 er en teoretisk analyse hvor jeg diskuterer funnene fra kapittel 4. Her trekker jeg linjer ved å referere til empiriske utsagn og tematikker, og knytter det sammen med teori fra kapittel 2. Jeg har valgt å dele opp empiri og diskusjon da jeg mener det blir mer oversiktlig måte å strukturere oppgaven på.

Kapittel 6 oppsummerer jeg oppgaven og skriver hva som bør inngå i videre forskning på fenomenet veganisme. Etter referanselisten følger et Appendix med samtykkeskjema og intervjuguide.

## **KAPITTEL 2. Teori**

I dette kapitlet beskrives teoretiske forutsetninger for forskningsarbeidet. Kapitlet er delt opp i tre hovedtematikker som handler om 1) sosiale bevegelser, 2) kirke-sekt-typologi og 3) fellesskap og internalisering. I 2.1 gjør jeg rede for sosiale bevegelser, med et blikk rettet mot tradisjonelle og nyere sosiale bevegelser for å skape forståelse av hvordan sosiale bevegelser endrer seg i takt med resten av samfunnet, og hvilken av tidsepokene den sosiale bevegelsen veganisme hører til. I 2.2 fremstilles kirke-sekt-typologi, med utdypninger om hva opphavet for denne typologien er, hva kirke-typen er, og hva sekt-typen er. Denne typologien trekkes frem for å kunne analysere hvilke typer tilknytninger den enkelte har til den sosiale bevegelsen veganisme. Perspektivet kan kaste lys på en side ved veganersamfunnet som har blitt lite utforsket. I 2.3 legger jeg frem teori og forskning på fellesskap og internalisering for å kunne belyse veganeres opplevelse av fellesskap i veganersamfunnet, og hvordan internaliseringsprosessen er forankret i individenes verdensanskuelse. Jeg starter med å fremstille veganisme som en sosial bevegelse.

### **2.1 Sosiale bevegelser**

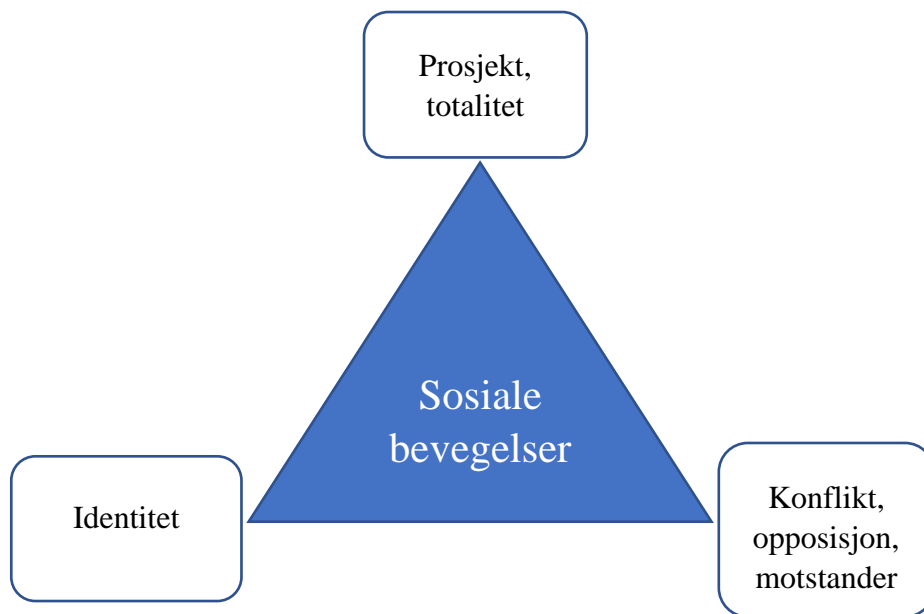
Sosiale bevegelser utgjøres av mennesker som ønsker en sosial forandring. Fenomenet er mangefasettert og vanskelig å definere, ettersom mål, organisering, bakgrunn og medlemskap i den sosiale bevegelsen varierer. Ørnulf Sieppel (2003) peker på at det er forskjellige måter å definere sosiale bevegelser på, og binder sammen «hovedpoengene» fra ulike varianter ved å definere fenomenet på følgende måte:

En sosiale bevegelse er sosial interaksjon over tid bestående av en blanding av løse og mer organiserte sosial nettverk, som utfordrer noens makt, som bygger på en form for identitet eller felles forståelse og som benytter seg av aksjoner i det offentlige, gjerne en form for protest, for å nå sine mål (Seippel, 2003, s. 184).

Fenomenet kan være snevert og målrettet mot et spesifikt sosialt problem, eller bredt og ha mål om å endre mot grunnleggende problemstillinger i samfunnet. Et aktuelt eksempel i dagens samfunn er klimakrisen. Denne problemstillingen har ført til en sosial bevegelse med mål om å redde jordkloden, altså et grunnleggende problem i samfunnet. Sosiale bevegelser

kan være normfokuserte eller verdifokuserte – eller begge deler (Wienclaw & Howson, 2011, s. 40-41). Det vil si at man vil forandre folks holdninger og/eller iverksette lover for å få en endring. En sosial bevegelse kan ha stor innflytelse i samfunnet, og på individene som er med i bevegelsen. Ved å være medlem i en sosial gruppe med et felles mål, kan man utvikle kollektiv identitet, felles forståelse av en situasjon og kollektiv handling (Christiansen, 2011, s. 6).

Touraine (1985) studerer sosiale bevegelser ved hjelp av modellen i Figur 1. Den sosiale bevegelsen blir definert ut fra et prosjekt, et mål for sosial forandring som medlemmene samarbeider om å nå. En sosial bevegelse utvikler over tid felles identitet, gjerne ved å være i konflikt og opposisjon til «en motstander» (s. 750-751).



**Figur 1.** *Sosiale bevegelser*

Modellen i figur 1 kan brukes for å bedre forstå fenomenet veganisme som en sosial bevegelse. En kollektiv identitet utvikles over tid ved at man har felles mål om å redusere produksjon og konsum av animalske produkter i samfunnet. I den grad veganere velger veganisme fordi de mener det representerer et bedre samfunn og høyere moralske verdier, kan de sies å ha et prosjekt om omfattende samfunnsendringer, og være i opposisjon til dagens matvareproduksjon, landbruk og næringsmiddelindustri. Modellen peker på identitet, mål/prosjekt og opposisjon/ konflikt som viktig for å forstå enhver sosial bevegelse. I

analysedelen av teksten bruker jeg disse punktene for å bedre forstå hva veganeres prosjekt for sosial forandring er.

Sosiale bevegelser er ikke et nytt fenomen i samfunnet, og kan derfor deles inn i ulike tidsrom og epoker. I neste delkapittel fremstiller jeg tradisjonelle og nyere sosiale bevegelser for å vise utviklingen av sosiale bevegelser i samfunnet, i tillegg til å bedre forstå hvordan veganismen har utviklet seg til å bli en sosial bevegelse som stadig tiltrekker seg flere medlemmer.

### **2.1.1 Tradisjonelle sosiale bevegelser**

Tradisjonelle sosiale bevegelser (heretter forkortet TsB) har hatt sine røtter i spørsmål om ytringsfrihet, demokrati, arbeidsliv, ulikhet og nasjon i det industrielle samfunn.

Arbeiderbevegelsen var den viktigste av disse sosiale bevegelsene, hvor medlemmene prøvde å forbedre lønn, arbeidsforhold og lignende (Flynn, 2011, s. 31). TsB har altså hatt en tendens til å engasjere seg i klassekonflikter, og er spesielt opptatt av faktorer som økonomisk ulikhet. På den annen side kan man si at TsB har vært preget av en *frigjøringspolitikk* hvor livssjanser, rettferdig fordeling og likhet stod sentralt. TsB har som oftest en lokal ledelse med frivillige medarbeidere. I tillegg har TsB kollektive aksjoner med stort medlemskap, blant annet i fagforeninger, interesseorganisasjoner og politiske partier. I modellen under fremstiller jeg fire hovedkomponenter i tradisjonelle sosiale bevegelser, sett i perspektiv av Flynn (2011). *Kollektiv identitet* står sterkt i den tradisjonelle sosiale bevegelsen, og bestod i at medlemmer hadde ideologi og liknende forståelse av individuelle sosiale normer. *Konflikten* handlet som oftest om økonomisk ulikhet, og medlemmene *handlet* og virkeliggjorde den sosiale bevegelsen i fellesskap. *Målet* eller *prosjektet* med TsB kunne være å oppnå rettferdig

fordeling og et helhetlig prosjekt for en alternativ samfunnsorganisering.



**Figur 2.** *Tradisjonelle sosiale bevegelser*

Tradisjonelle sosiale bevegelser har i høy grad handlet om frigjøringspolitikk. I det følgende vil jeg gjøre rede for nyere sosiale bevegelser, som bygger på noen av de samme ideene som TsB, men med andre formål og motivasjonsstrukturer.

### **2.1.2 Nyere sosiale bevegelser**

De nyere sosiale bevegelsene (NsB) tok form rundt 1960-tallet. Disse bevegelsene ble sett på som en motkultur til de tradisjonelle sosiale bevegelsene og var kjennetegnet av en søken etter alternative levemåter. NsB utfordret oppfattelsen av hvordan sosiale bevegelser opererte, blant annet ved at bevegelsene ble karakterisert som løst organiserte nettverk (Flynn, 2011, s. 31). Eksempler på NsB nyere sosiale bevegelser er kvinnebevegelsen, ungdomsbevegelsen, og borgerrettighetsbevegelsen. Man kan si at kvinnebevegelsen var preget av å oppstå i en overgangsfase fra TsB og frigjøringspolitikk, på vei inn i NsB og livspolitik. Kvinnene ville altså frigjøre seg fra patriarkatet (frigjøringspolitikk), bestemme over egne valg og skape nye liv og muligheter for identitetsskaping for kvinner (livspolitik). I NsB er strukturene mer profesjonaliserte enn i TsB (Flynn, 2011, s. 32), ved at NsB oftest har et profesjonelt lederskap med betalt personale. Aktørens medlemskap i NsB er gjerne usynlig, og deltakerne er ofte personer fra den nye middelklassen. Ressurser blir ofte tilført fra kilder utenfor bevegelsen, og eventuelle aksjoner som representerer bevegelsen krever ikke medlemsdeltakelse (s. 32). Flynn (2011) skriver at en annen faktor ved NsB er at de

oppmuntrer medlemmene til å engasjere seg i livsstilsendringer (s. 33). I tillegg er nyere sosiale bevegelser ofte globale i sin karakter, noe som medfører at aktørene er internasjonale og arbeider på tvers av landegrenser (Seippel, 2003, s. 196). Miljøbevegelsen er et eksempel på en nyere profesjonell sosial bevegelse med en livspolitisk tilnærming som tematiserer nye måter å forholde seg til forbruk, natur, forsøpling, utslipp osv., med et overordnet formål om å unngå miljø- og klimakriser (Flynn, 2011, s. 32, Jenkins, 1983).

Nyere sosiale bevegelser kan altså oppstå i ulike deler av samfunnet, og ofte kanalisere de deler av sivilsamfunnets ønske om strukturelle endringer – enten det er sosialt, politisk eller økonomisk. NSB kan også springe ut fra den økende, nesten endeløse informasjonsflyten de fleste individer har tilgang til i det kunnskapsbaserte samfunnet vi lever i dag (Flynn, 2011, s. 32). Vår tids samfunn er mer individualistisk enn tidligere. Individene kan i stor grad ta frie valg, blant annet med hensyn til diett og livsstil, utdanning, jobb, hobbyer, meninger, interesser, bekjentskap og hvor mye tid man tilbringer med familien. Aakvaag (2010) beskriver et individualisert samfunn er kjennetegnet ved at flere områder er gjenstand for valg for individet, men at disse kanskje ikke er så frie som man tror:

I et individualisert samfunn hvor verken natur eller tradisjon setter klare grenser for menneskers liv, oppstår en rekke nye politiske problemer knyttet til *hvordan man skal leve*: utfordringer som har å gjøre med miljøet, bioteknologi, religion, ny informasjons- og kommunikasjonsteknologi osv. (s. 17-18).

Aakvaag (2008) knytter an til Ulrich Becks syn på moderniteten og skriver at man på bakgrunn av globalisering, klasse og en ny form for familieliv kan se at individet er mer overlatt til seg selv (s. 270). Den postfamiliale familien er et eksempel på modernisering av roller i samfunnet, hvor for eksempel kjønnsbasert oppgavedeling og tradisjonelle kjønnsroller ikke lenger er selvfølgelige. Dette gjør at vi er tvunget til å være mer reflektsive. Vi er nødt til å stadig ta valg om hva, hvordan og hvorfor vi skal tenke, velge og handle, og individene blitt tvunget til å bli mer reflektsive, altså selvobserverende, kritiske og evaluerende (Ritzer og Stepnisky, 2014 s. 549). Også Jürgen Habermas (1987) mener at vi i moderniteten er blitt tvunget til å skape vår egen normativitet, ved at vi må ta avgjørelser ut ifra vårt eget moralkompass. Dette fordi vi ikke lenger blindt respekterer autoriteten som institusjoner har, og tattforgitte regler for hvordan vi *bør* handle (Clarke & Miller, 2002, s. 210). Dette bringer oss til temaet *livspolitikk* som handler om individuelle valg og avgjørelser den enkelte må ta i det kunnskapsbaserte, reflektsive samfunn.

## Livspolitik

Anthony Giddens (1998) mener at globaliseringen av verdenssamfunnet har bidratt til at nyere sosiale bevegelser kan ta opp problemer som har havnet utenfor den tradisjonelle sosialdemokratiske politikken. Dette er tematikker som klima og miljø, dyrerettigheter og konsumentrettigheter o. l. Politiske tematikker som påvirker individets liv, kan forstås gjennom begrepet *livspolitik* (s. 48). Livspolitiske spørsmål handler ifølge Møen (2009) om «fundamentale livsval, eller ein form for politisk eksistensialisme» (s. 149). Livspolitik består av to aspekter, nemlig avgjørelser og valg («decisions and choices»). Det første aspektet, avgjørelser (*decisions*), går ut på at vi har skapt en natur som er gjennomsyret av teknologiske inngrep og menneskelig påvirkning (s. 149). Klima- og miljøkriser kommer som et resultat av at vårt forbruk, og at vi har grepet inn i naturen ved hjelp av vitenskapelig kunnskap og industriell teknologi. Den teknologiske utviklingen de siste hundre årene har ført til velstand og nye gevinster for mennesker som har ledet samfunnet inn i det moderne kunnskapssamfunnet i vi har i dag, men denne menneskeskapt naturen innebærer også nye risikoer. Kunnskapssamfunnet åpner opp for flere valg, men er samtidig preget av ustabilitet og risikoer (Møen, 2009, s. 149). Dette er risikoer og utfordringer som klimaendringer.

Det andre aspektet ved livspolitikken er valg (*choices*). Mennesket i det moderne samfunn er i dag påvirket av vitenskapelige avgjørelser og økt refleksjon omkring natur og tradisjon. Dette fører til at samfunnet er sterkt preget av «everyday experiment[s]» (Møen, 2009, s. 150), altså at man ikke har noe annet valg enn å nettopp velge. Det å velge i det refleksive samfunn er ikke like lett som det var i det tradisjonelle samfunnet, da man baserte seg på flere fastsatte normer, i et samfunn preget av tradisjonsbaserte fellesskap og livsvisdom fra de eldre. Nå, i det refleksive, må medborgere aktivt forme et tillitsforhold til det som er «ekspertkunnskapen under eksistensielle vilkår av radikal tvil» (Møen, 2009, s. 150). I et stadig forandrende samfunn og nye teknologisk landskap må man nå nøye seg med kunnskap som 'varer inntil videre'. Siden vi stoler på forskning, og forskning stadig viser nye måter å forstå verden på, er individet i stadig søken etter hvordan man kan og bør leve livet. Dette gjelder blant annet i dagliglivet, ved at man må velge hva man vil spise (Giddens, 1990, s. 148). Å velge hva man vil spise, for eksempel å leve vegansk, er et karakteristisk valg i det refleksive samfunn. Å velge veganerdiett krever mye av individet, påvirker viktige fellesskap med andre, og baserer seg på mange moralske og kunnskapsmessige faktorer. Individet må reflektere og ta beslutninger om hva som er sant, sunt, og moralsk. Valgmulighetene kan for individer i samfunnet føles som en frihet, men kan også føre til en fundamentalisme. Den aktive



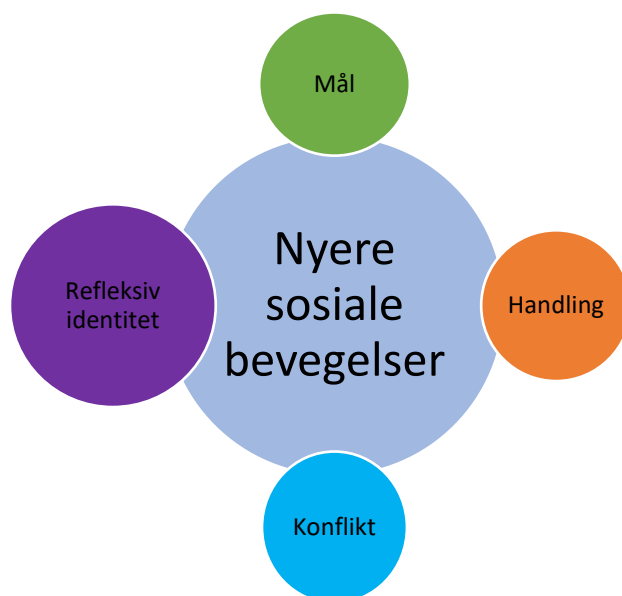
tillitsforhandlingen som individet går gjennom, hvor man må velge aktivt mottak av skiftende former for ekspertkunnskap, kan føre til at individet får en ny form for autonomi (Beck et al., 1994, s. 187). Det kan også føre til nye former for tvang og fundamentalisme.

Fundamentalisme kan beskrives som tro på at man har tilgang til en absolutt sannhet, ofte forbundet med en ideologi. Her kan man trekke linjer til veganere. Atle Møen (2009) forklarer autonomi og frigjøring med følgende eksempel:

... auka kunnskap om helse og kropp både fører til fornuftig autonomi og frigjering frå autoritetar, samstundes som nokre menneskje bruker den same kunnskapen i ein tvangsprega eigenadministrasjon av eigne liv, slik som dei mange som har utvikla ein eller annan form for spiseforstyrning. Det finst eit utbod med gode helseråd, men det er ein hårfin balanse mellom at dette aukar autonomien til den enkelte og at det fører til tvangsprega fokus på å oppnå ein eller annan helsetilstand (s. 151).

Et refleksivt samfunn gir individer flere valgmuligheter og mer autonomi, men valg er ikke alltid enkle å ta når man stadig eksponeres for kryssende normer og motstridende forbilder. Individer i dagens samfunn må hele tiden må ta beslutninger om hvem de er, hva skal gjøre med tiden sin og hvordan de skal leve livene sine. Gjennom sosiale medier får man inntrykk av hvilke valg andre synes å ta, og råd om hvordan man kan, skal eller bør oppføre seg, for eksempel når det kommer til kropp og helse. Dette kan, som Møen (2009) påpeker, føre til et økt press på individet, og føre til et tvangspregget forhold til livsvalg.

I NsB står aktørens *refleksive identitet* sterkt. Som nevnt er individet i det moderne samfunn omgitt av kunnskapsflyt, ny teknologi og vitenskapelige tilnærminger, og den enkelte står fritt til å stille seg kritisk til tematikker som ikke kun handler om tradisjonell politikk og arbeiderrettigheter, men hvordan man skal leve sitt eget liv, og med hvilke formål og livsoppgaver. NsB setter søkelys på diett, helse, ernæring, klima og miljø, dyrevelferd ol. Denne type sosial bevegelse krever ikke store folkemengder i gatene for å kunne oppnå målene, men valgene taas i hver enkelts hjem eller sfære, i stor grad ved hjelp av teknologi som smarttelefoner og internett (El Jassar et al., 2019). *Målet* kan være en livspolitisk endring i samfunnet. Modellen i figur 2 viser viktige fenomener i NsB.



**Figur 3.** *Nyere sosiale bevegelser*

	<b>Identitet</b>	<b>Handling</b>	<b>Konflikt</b>	<b>Prosjekt/mål</b>
<b>Tradisjonelle sosiale bevegelser</b>	Kollektiv identitet	Kollektive aksjoner med medlemsdeltakelse	Arbeidsforhold og lønn	Ønske om likhet og rettferdig fordeling. Frigjøringspolitikk
<b>Nyere sosiale bevegelser</b>	Refleksiv identitet	Aksjoner uten krav om medlemsdeltakelse	Helse, kropp, klima, miljø og dyrevelferd	Ønske om moralske måter å leve på. Livspolitik

**Figur 3.** *Tradisjonelle vs. nyere sosiale bevegelser*

I figur 3 fremstilles kjennetegn ved tradisjonelle og nyere sosiale bevegelser. Man ser tydelig hvordan sosiale bevegelser har utviklet en individorientering ved at tematikker om hvordan man skal leve som individ (klima og miljø, kropp og helse, dyrs rettigheter) nå står sentralt.

I neste delkapittel skriver jeg om fellesskap og internalisering for å kunne analysere hvilken form for fellesskap individene i den sosiale bevegelsen har, og hvordan de internaliserer nye normer, verdier og moral gjennom sekundærsosialiseringen i veganismen.

## **2.2 Fellesskap og internalisering**

I det følgende vil jeg utdype forståelsen av hvordan fellesskap fungerer i sosiale bevegelser, og hvordan internaliseringsprosesser kan hjelpe med å forstå hvordan individer knytter seg til veganismen.

### **2.2.1 Fellesskap**

Den norske sosiologen Aksel Tjora (2018) skriver at fellesskap oppstår gjennom at det skapes og opprettholdes grenser mot «andre», de utenforstående. Grenser gjør det mulig å se på hvem som er inkludert eller ekskludert av fellesskapet (s. 8). Grensene påvirkes av vaner, normer, tid og sted. Lillehagen (2019) skriver at følelsen av fellesskap og utenforskap er grunnleggende og universelle menneskelige opplevelser. Men formen på menneskelige fellesskap, og hvordan de regulerer enkeltindividenes atferd, varierer sterkt og har utallige nyanser. Et ytterpunkt på skalaen er det nasjonale fellesskapet som er et forestilt fellesskap hvor opplevelsen av samtidighet oppstår gjennom felles tradisjoner, hvor høytidsfeiring står sentralt (Lillehagen, 2019, s. 322). I den andre enden av skalaen finner vi en type fellesskap som Michel Maffesoli (1995) betegner som et nystamme-fellesskap. Fellesskapet i disse «stammene» baserer seg på gjenkjennelse, mellom individer med liknende forbruk og livsstil. Grensene er ubestandige, identifikasjonene flytende, fellesskapet flyktig, skapt gjennom likhet i væremåter, kosthold og aktiviteter (Lillehagen, 2019, s. 355). I nystamme-fellesskap må man ikke kjenne hverandre eller hverandres livssituasjon, men hvor de gjenkjenner hverandres identifikasjoner (Tjora, 2018, s. 80). Nystamme-fellesskapet kommer til uttrykk i massekulturen, som vil kunne preges av midlertidige, men også av refleksivitet, kreativitet og en form for åpenhet samt av bevissthet om hver enkelt stammes grenser (s. 80). Tilhørigheten er ofte sterk og vedvarende selv om den i liten grad uttrykkes eksplisitt i offentlige sammenhenger. Et annet kjennetegn på et nystamme-fellesskap er at medlemmene har en stilmessig tilhørighet (Tjora, 2018). Begrepet synes å passe godt for det veganske fellesskapet – mellom individer som avstår fra animalske produkter som skinn og har samme merkelapp på diett og livsstil – «veganer». Man kan si at grensene deres er like, uten at de må møtes fysisk for å oppleve dette.

Jeg vil nå greie ut om sosial konstruksjon og internaliseringsprosesser for å kunne trekke linjer til empirien og problemstillingen.

### 2.2.2 Internalisering

Begrepet 'sosial konstruksjon ble utviklet av Berger og Luckmann (1967). At noe er sosial konstruert vil si at det er *skapt* av menneskelig fortolkningsaktivitet: «hverdagslivet fremstår som en virkelighet som tolkes av mennesker» (s. 40). Det er en verden som har sin opprinnelse i individers tanker og handlinger, og som anerkjennes av individene som virkelig.

Veganere internaliserer verdier og normer fra andre rundt dem i samfunnet, som igjen er med på å forme deres oppfatning, forståelse og vurdering av samfunnet. De etablerer sin egen verdensanskuelse (Rye, 2013, s. 174). Det er en ny tillæring (sekundærsosialisering) av normer og verdier som kommer oppå det man allerede har internalisert gjennom 'primærsosialiseringen' fra barndommen. Sekundærsosialisering er «alle etterfølgende prosesser som innsetter et allerede sosialisert individ i nye sektorer i samfunnets objektive verden» (s.136). I sekundærsosialiseringen skjer en internaliseringsprosess ved at individet identifiserer seg med sine roller og deres tilhørende normer. En person som begynner å leve som veganer vil oppleve det som at «jeg er en veganer». Normene til en veganer er å ikke spise animalske produkter og ikke utnytter dyr på noen måte. Men den veganske identiteten vil oftest innebære konflikt med individets eksisterende normer. Berger og Luckmann (1967) skriver at internaliseringsprosessene i sekundærsosialiseringen kan føre til problemer, da man som individ allerede har dannet en virkelighet gjennom primærsosialiseringen. For en veganer vil internaliseringsprosessen av nye verdier og normer tilsi at det er umoralsk å drepe dyr for menneskelige formål, samtidig som hen kan ha internalisert i primærsosialiseringen at man *kan* drepe dyr for menneskelige formål. Det oppstår en konflikt i individets verdensanskuelse. Sekundærsosialiseringen endrer individets identitet og verdier, og individet får nye oppfatninger og holdninger som søker forklaring (Berger & Luckmann, 1967, s. 144).

Sekundærsosialiseringen er normativ og følelsesmessig, en prosess som krever et legitimeringsapparat, gjerne rituelle eller materielle symboler som språk (s. 143). Språket internaliseres og er en viktig del av individets konstruerte virkelighet. Språk er et medium for å formidle eller forsterke de sosiale normene og verdiene som en del av ens egen identitet.

I neste delkapittel greier jeg ut om kirke-sekt typologien for å gi en forståelse av veganeres tilknytning til den sosiale bevegelsen veganismen.

## 2.3 Kirke-sekt typologi

Et verktøy for å forstå veganernes tilknytning til veganersamfunnet i Norge er kirke-sekt typologien fra religionssosiologien. I denne delen av teksten undersøker jeg om denne typologien kan bidra til å forklare veganeres delaktighet i andre fellesskap enn de veganske, og hvordan de tilpasser det å være veganer til øvrig hverdagsliv og til deltakelse i arbeids- og familiefellesskap. Det gir mening å ta i bruk religionssosiologi for å skildre ulike aspekter ved medlemmenes tilknytning til veganersamfunnet, og hvordan den enkelte medlem tilpasser sin livsstil og diett til de hverdagslige gjøremål. Et «sektmedlem» er svært dedikert og vil aldri spise annet enn vegansk diett, selv ikke i familiemiddager. Det er derfor utfordrende å tilpasse denne sekttilhørigheten til de andre hverdagslige gjøremål og deltakelse innenfor andre fellesskap, der det blir servert mat. Et «kirkemedlem» er derimot mer pragmatisk og kan i noen situasjoner spise den maten som blir servert til familiemiddagen eller andre tilstelninger med matservering.

Før jeg går videre inn på typene, vil jeg avklare hva Furseth og Repstad (2016) skriver om begrepene «kirke» og «sekt», og hva jeg mener med typologi. En typologi er en inndeling i typer på grunnlag av systematiske forskjeller og likheter. Typologier er derfor forenklinger, men kan likevel være nyttige for å forstå et samfunnsfenomen (Brodtkorb, 2019, s. 19). Ulike aspekter ved individenes tilknytning til veganersamfunnet kan slik ha karakter av sektmedlemskap eller kirketilknytning (Furseth & Repstad, 2016, s. 133). Typene betyr ikke det samme i en sosiologisk sammenheng som i dagligtalen. I dagligtale er 'sekt' et begrep som vekker assosiasjoner om tilhengere som lever i lukket gruppe, som handler gjennom tvang, er transsynte og hjernevaskete, og utfører irrasjonelle handlinger (Furseth & Repstad, 2016, s. 133, s. 139). I sosiologisk sammenheng, og i dette masterprosjektet, har begreper som «kirke» og «sekt» *ikke* samme betydning som i dagligtalen, men er beskrivende begreper for et samfunnsfenomens struktur og karakter.

I det følgende greier jeg kort ut om opphavet til typologien, før jeg kommer nærmere inn på selve typene kirke og sekt.

### 2.3.1 Opphav til typologien

I denne delen av religionssosiologi er Max Weber, Ernst Troeltsch, Richard Niebuhr og Milton Yinger sentrale teoretikere. Max Weber introduserte typologien om kirke og sekt, og hans student Ernst Troeltsch videreutviklet begrepene i det som nå regnes som den klassiske

inndelingen av de to idealtypene (Swatos Jr, 1976). For Weber lå den største forskjellen mellom de to typene i individuelt medlemskap, og for Troeltsch lå forskjellen i organiseringen av det religiøse samfunnet (Furseth & Repstad, 2016, s. 134). Troeltsch mente at kirke og sekt var to radikalt forskjellige strukturelle og verdiorienterende tendenser i kristendommen (Johnson, 1957, s. 88). Troeltsch har blitt kritisert på bakgrunn av at hans definisjoner av typene var basert utelukkende på granskning av historien i det kristne Europa på 1800-tallet, hvor han inkluderte den lutheranske, kalvinistiske, katolske og anglikanske kirken (Johnson, 1963, s. 540). I tillegg til at han kun inkluderte de vestlige kirkene, var det ikke alle som passet inn i en spesifikk «kirke» eller «sekt»-type, deriblant kalvinismen. Troeltsch tok heller ikke det sosiale eller personlige i betraktning når det kom til typologien (Yinger, 1970, s. 252). På bakgrunn av slike innvendinger ble det gjort flere utvidelser av typologien. I det følgende bruker jeg kirke og sekt som en inndeling for å belyse ulike måter å leve som veganer på, og jeg starter med «kirke».

### **2.3.2 Kirketypen**

Kirken som en institusjon er sett på som åpen, tradisjonell og inkluderende. Kirken er en religiøs organisering og institusjon som hevder å ha ubetinget gyldighet og sannhet, samtidig som kirken lar seg være tolerant og tilpasningsdyktig. Medlemskapsrekruttering skjer gjennom fødsel, man blir altså født inn i institusjonen, og det er lite valg. Troeltsch hevder at kirken må kunne tilpasse seg dersom den skal danne en ramme rundt livene til alle individer i et samfunn. Kirken skal fungere i den etablerte kulturen i samfunnet og den politiske sfæren, noe som fører til at kirken har moderate krav for medlemmene sine (Furseth & Repstad, 2016, s. 137). Dette kan man blant annet se ved at institusjonen søker å oppnå kompromiss med skiftninger i kulturstrømmen. Troeltsch formulerte derfor følgende paradoks: kirken ønsker å kontrollere verden, og blir derfor kontrollert av verden selv (Furseth & Repstad, 2016, s. 134). Dette fører til at det er lett for medlemmene å tilpasse sin atferd og hverdagsliv til troen. Et eksempel med relevans for veganisme er at kirken som institusjon går hånd i hånd med staten, slik at det er naturlig for kirken å også følge offisielle statlige helse- og kostholdsråd.

### **2.3.3 Sekttypen**

Sekten er ikke like inkluderende som kirken, den er et lukket samfunn. Sekten hevder i likhet med kirken å eie sannheten, men det er kun det rettroende fåtallet som har eierskap til denne sannheten. Troeltsch beskriver sekten som en frivillig forening som er sammensatt av strengt

troende. Rekrutteringen av medlemmer skjer gjennom bevisste og individuelle valg (Furseth & Repstad, 2016, p 137). Sektmedlemmer er bundet sammen ved at de har forlatt den vanlige verden og opplevd en form for gjenfødelse. Når medlemmene først har sluttet seg til denne religiøse organisasjonen, krever sekten det forfatterne beskriver som «et høyt nivå av engasjement og aktivitet». Individene i sekten lever atskilt fra resten av verden og er begrenset til små grupper. Dette fører til at sekten og storsamfunnet kan utvikle mistro til hverandre, gjerne ved at storsamfunnet blir sett på som en arena preget av farer og moralsk forfall, mens sekten av utenforstående blir sett på som sterkt avvikende og problematisk (Furseth & Repstad, 2016). Man kan si at medlemmene forplikter seg til et etisk-religiøst ideal som de selv prøver å manifestere i sin egen oppførsel (Johnson, 1957, s. 88). Medlemmene av sekten er også forventet å følge dens normer for livsstil, som kan være strenge og asketiske. Asketisk vil si at man gir avkall på verdslige gleder og nytelser, eller sanselige gleder som for eksempel visse typer mat. Troeltsch hevder at sekten enten er revolusjonær og har et ønske om å radikalt forandre den eksisterende sosiale ordenen, eller er en passiv, kritisk gruppe som trekker seg tilbake i små samfunn hvor det religiøse idealet kan praktiseres (Johnson, 1957, s. 88). Individene i sekten følger i slike tilfeller regler, for eksempel om diett, som er skapt av medlemmene selv, og forsterket gjennom alternative kunnskapskilder som sosiale medier.

	<b>Kirke</b>	<b>Sekt</b>
<b>Medlemskap</b>	Passiv, medfødt og formelt	Frivillig valgt, dedikert og engasjert
<b>Nettverk</b>	Åpne og inkluderende	Lukkete og ekskluderende
<b>Hverdagsliv og fellesskap</b>	Lett å tilpasse "troen"	Vanskelig å tilpasse "troen"
<b>Praksis</b>	Pragmatisk og fleksibel	Kompromissløs
<b>Hvordan blir diettråd begrunnet</b>	Offisielle nasjonale helseråd	Alternative kunnskapskilder godkjent av sekten

**Figur 4.** Kirke–sekttypologi anvendt på veganere i Norge

I modellen tydeliggjør jeg kirke-sekt typologien, og viser hvordan man kan anvende den på veganere i Norge. Man kan altså se om medlemskapet til veganismen som sosial bevegelse er medfødt som i 'kirken', eller et frivillig valg som i 'sekten'. Dette gjelder også for de øvrige kategoriene om nettverk, hverdagsliv og fellesskap, praksis, og diettråd begrunnelse.

## **2.4 Oppsummering av det teoretiske rammeverket**

I det teoretiske rammeverket har jeg gjort rede for sosiale bevegelser. En sosial bevegelse består av identitet, konflikt og et mål. Videre i delkapittelet gjorde jeg rede for tradisjonelle sosiale bevegelser (TsB) og frigjøringspolitikk hvor jeg utviklet en modell basert på Flynn (2011). Modellen bestod av bevegelsens kollektive identitet, hvilken konflikt som oftest var i sentrum av TsB (rettferdighet og økonomi), og medlemmenes handlinger for å oppnå målet. Videre belyste jeg den nyere sosiale bevegelsen (NsB), dette er en bevegelse som finner sted i det refleksive samfunnet, hvor livspolitik er sentralt. Det ble også laget en modell av NsB, hvor den refleksive identiteten er i fokus, og konflikten består springer ut av tematikker som handler om hvordan individer bør, og skal leve. Medlemmene i denne bevegelsen trenger ikke å handle kollektivt for å oppnå sine mål. Jeg samlet modellene i en modell for å kunne gi en bedre forståelse og et analytisk verktøy for analysekapittelet senere i teksten.

Videre gjorde jeg rede for tematikken om fellesskap og internalisering, og presenterte ideen om «nystamme-fellesskap» og moderne fellesskap, og internalisering av nye normer og verdier gjennom sekundærsosialisering. Til slutt presenterte jeg kirke-sekt typologien, med en modell som kan anvendes på ulike type vegansk praksis. Det teoretiske rammeverket er utformet i lys av problemstillingen og forskningsspørsmålene til masterprosjektet. Videre i teksten vil jeg anvende disse teoriene til å analysere empirien som er blitt samlet inn gjennom kvalitative intervjuer. Men før det kommer vi til kapittel 3, om kvalitativ metode og metodologiske tilnærminger.

## **KAPITTEL 3. Kvalitativ metode og metodologisk tilnærming**

I samfunnsvitenskapelig forskning er kvalitativ metode noe man bruker for å finne frem til «hva» som fører til et fenomen og «hvordan» dette skjer (Silverman, 2013, s. 17). Man kan si at den kvalitative forskningen tar for seg den «myke» empirien, det vil si at man bruker forskningsmetoder som kan gi en dypere forståelse av det sosiale fenomenet man undersøker (Silverman, 2013, s. 22). Kvale og Brinkmann (2009) skriver at kvalitative metoders popularitet bør ses i sammenheng med en interesse for å studere meninger og fortolkninger



innenfor en hverdagsvirkelighet. Det innebærer at oppmerksomheten rettes mot kulturelle, dagligdagse og situerte aspekter ved menneskelig praksis. Her ser man på menneskelig tenking, læring, viten, handling og måter å forstå oss selv som personer. Grunnantakelser i den kvalitative orienteringen er at prosesser og fenomener i verden må *beskrives* før det kan utvikles teorier om dem, *forstås* før de kan forklares, og ses som *konkrete kvaliteter* før de behandles som abstrakte kvantiteter (s. 31). Merriam (2002) trekker frem at nøkkelen til å forstå kvalitativ forskning ligger i ideen om at meningen er sosial, dvs. skapt, formet og vedlikeholdt av individer i deres livsverden (s. 3).

I forskningsprosjektet har jeg har latt meg inspirere av fenomenologiske og hermeneutiske forståelser av kunnskapsutvikling. Jeg har intervjuet veganere og analysert de empiriske dataene i lys av det teoretiske rammeverket. Jeg har brukt tematisk analyse for å utvikle temaer som kan belyse den bakenforliggende meningen i data fra intervjuene. Videre redegjør jeg for tematisk analyse og egne erfaringer med analyseprosessen. Jeg starter med å skrive om det kvalitative intervjuet, og stegene i forskningsprosessen.

### **3.1 Det kvalitative intervjuet**

I dette forskningsprosjektet har jeg valgt å bruke kvalitativt forskningsintervju som metode for å samle empiriske data. Formålet med et kvalitativt forskningsintervju er å forstå sider ved informantens eget perspektiv på dagliglivet (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 43). Et kvalitativt intervju gir direkte tilgang til menneskers livsverden, og man kan se hva mennesker faktisk gjør, og hvordan de forstår sine egne handlinger (Silverman, 2013, s. 166). Strukturen til forskningsintervjuet har likhetstrekk med en dagliglivssamtale, men har samtidig en profesjonell struktur med en bestemt metode og spørreteknikk. Intervjuet har både struktur og hensikt, og forskeren definerer og kontrollerer både samtalen og tematikken for intervjuet (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 23). Jeg har valgt å ta i bruk det som ifølge Silverman (2013) er den vanligste intervjuformen i kvalitativ forskning, nemlig semistrukturerte intervjuer. Det var nærliggende å bruke semistrukturerte intervjuer da denne formen for intervju gir rom for jeg som intervjuer og forsker kan spørre informanten om en utdypelse eller stille videre spørsmål til svaret man innhenter (Silverman, 2014, s. 177). Det er sammenheng mellom semistrukturert intervju og den metodologiske tilnærmingen som jeg har tatt i bruk (det kommer jeg tilbake til senere i teksten). Denne sammenhengen er at intervjueren er åpen og fleksibel slik at man kan havne inn på nye og uforutsigbare tematikker og har mulighet til å stille utforskende spørsmål om disse, der og da (Postholm, 2005) (Glaser & Strauss, 2004).

Som intervjuer får man det Postholm (2005) beskriver som et innblikk i, eller en forståelse av hva som foregår i andres livsverden og daglige praksis, samt tilgang til aktørenes meninger og fortolkninger (s. 68). Det var viktig for meg å høre om hver enkelt informants erfaring, oppfatninger, og livsverden uten avbrytelse eller påvirkning fra andre. På bakgrunn av dette ble det ikke tatt i bruk fokusgruppe eller gruppeintervju (Silverman, 2013). Videre i teksten skriver jeg om utvalget og rekrutteringen for datainnsamlingen.

### **3.1.1 Utvalg og rekruttering**

For å kunne besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene har jeg rekruttert veganere i Norge. I utvalget har jeg tatt utgangspunkt i at informantene selv har definert seg som veganer. Jeg har ikke tatt hensyn til personenes kjønn, alder eller utdanning. Kriteriet for utvalget har vært at informantene måtte være personer som er deltakere i et spesifikt samfunn, i dette tilfellet det veganske samfunn, for at de skal kunne gi tilstrekkelig informasjon om samfunnet og kan fortelle om deres subjektive meninger, holdninger og opplevelser. I kvalitativ forskning kalles dette et strategisk utvalg, med spesifikke krav til informantene (Thagaard, 2009). Jeg har rekruttert ved bruk av 'snøballmetoden', det vil si at jeg har hatt eget og bekjentes nettverk som utgangspunkt i søken etter veganere. Etter å ha kommet i kontakt med én informant, har den igjen satt meg i kontakt med andre veganere, og så videre. Problematisk med denne rekrutteringsmetoden er at det kan lett resultere i små og noe «skjeve» utvalg (Dalen, 2011, s. 59). Rekrutteringen kan føre til at man kun inkluderer informanter som tilhører samme krets, hvor ulempen kan være at informantene kan ha relativt like tanker, holdninger og opplevelser. For å unngå slik ensartethet har jeg satt i gang «snøballen» i ulike nettverk, og rekruttert informanter som har ført meg videre i forskjellige retninger og miljøer i det veganske samfunnet. Informantene fikk i første epost tilsendt et informasjonsskriv (vedlegg 1). Om de ønsket å delta utvekslet vi mer informasjon via epost. I e-posten sendte jeg også et samtykkeskjema (vedlegg 1) som måtte bli lest og godkjent for å kunne være med i studien. Informantene signerte deretter samtykkeskjemaet digitalt ved å sende e-post tilbake med «jeg samtykker». Jeg samlet åtte informanter, gjennomførte to intervjuer fysisk og de resterende digitalt, på Teams. Videre i teksten beskriver jeg gjennomføringen av intervjuene.

### **3.1.2 Intervjuprosessen**

Første delen av intervjuprosessen var å utforme en intervjuguide. Jeg laget en liste av spørsmål som jeg tenkte ville dekke et bredt spekter av fenomenet veganisme, hvor jeg i

bakhodet hadde ideer fra teorier om sosiale bevegelser og kirke-sekt-typologien. Jeg opplevde at prosessen med utforming av spørsmålene ble noe forenklet på den måten. Neste steg var å teste intervjuguiden (vedlegg 2). Da jeg ikke hadde noe kjennskap til veganere selv, ble testen utført på en fleksitarianer – en som spiser kjøtt ‘en gang iblant’. Testen viste seg til å være stor hjelp, og jeg fikk justert og tilpasset spørsmålene. Neste steg var selve utførelsen av intervjuet.

### **Intervjusituasjonen**

Da jeg skulle intervju informantene om en intim og personlig tematikk, og i tillegg var det første gang jeg selv har vært på forskerens side av et intervju. Det viste seg at jeg fort falt til ro i forskerrollen. Selv om jeg hadde et semistrukturert intervjuformat viste det seg i etterkant av intervjuene at jeg holdt meg tettere enn tenkt til spørsmålene jeg hadde utformet. Det kan ha noe å gjøre med min bekymring for å si eller spørre på ledende måter, som kunne ført til ‘falske svar’. På starten av hvert intervju introduserte jeg meg som masterstudent i sosiologi og gikk gjennom en forskningsetisk protokoll hvor jeg forklarte og forsikret informantene om de deltok i en frivillig og anonymisert studie. Introduksjonen var viktig da det ifølge Silverman (2013) ville skape en trygg relasjon mellom meg som forsker, og dem som intervjuobjekter (s. 97). Jeg opplevde det som svært viktig å skape et trygt rom for informantene da det kunne gjøre at informantenes svar ble ærligere og mer informasjonsrike. Trygghet på meg som forsker kunne for eksempel gjøre det lettere for informantene å snakke om sine sårbare erfaringer og følelser rundt ulike tematikker fra intervjuguiden (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 141).

Det første intervjuet fant sted hjemme hos informanten selv, noe som var fint da det var en plass hvor informanten kunne føle seg komfortabel (Tjora, 2013, s. 120). Seks av intervjuene ble gjennomført digitalt på Teams. Grunnen til at brorparten ble utført digitalt var at jeg søkte etter informanter i hele Norge. Det har vært både positive og negative sider ved å ha digitale intervjuer. På den ene siden har det som nevnt vært stor fleksibilitet tidsmessig for intervjuene. På den andre siden har det vært en del utfordringer hvor blant annet en informant ikke hadde webkamera. Dette førte til usikkerhet for min del når det kom til å lese og tolke personens reaksjoner og svar på spørsmålene. En annen utfordring var dårlig internettkvalitet med forsinkelse i bilde og lyd. I et tilfelle ble det for dårlig til at vi kunne utføre intervjuet over nett, og vi gjorde det derfor over telefon.

## **Lydopptak**

Under intervjuene gjorde jeg lydopptak. Også her oppstod det et par utfordringer. En av informantene ville ikke bli tatt lydopptak av. Da fokuset mitt var på informantens fortellinger fikk jeg ikke tatt tilstrekkelig med notater, stikkord og sitater. Jeg valgte derfor å ikke ta med intervjuet i analysen (Tjora, 2013). Jeg opplevde også å ha glemt å slå på båndopptakeren under et annet intervju. Da vi kun hadde hatt introduksjonsspørsmålene fortsatte jeg intervjuet uten å stille spørsmålene på nytt, med lydopptakeren på. Jeg avsluttet alle intervjuene med å spørre om det var noe mer informantene ville tilføye, og fikk som oftest til svar at spørsmålene vi hadde gått gjennom hadde dekket det meste.

## **Transkribering**

Transkriberingen var tidkrevende, det krevde tilvenning å høre, pause, skrive og spole. Jeg skrudde ned hastigheten på opptaket slik at det var lettere å skrive uten å måtte spole tilbake. Om setningene ikke ga mening i det nedskrudde tempoet, tok jeg hastigheten tilbake til normal for å forsikre meg om at jeg transkriberte riktig. I transkripsjonen har jeg tatt med de fleste pauser («...»), falske starter, og latter ([latter]). Trykk på ord er markert med *kursiv*. Underveis i transkriberingen fikk jeg tanker og ideer til kategorier og tematikker for analysen. Dette vil jeg komme tilbake til i delkapittel hvor jeg skriver om ‘induktiv tilnærming’ og ‘tematisk analyse’. Nå fortsetter jeg med å beskrive den vitenskapelige forankringen jeg har brukt i forskningsprosjektet.

## **3.2 Hvordan er den virkeligheten vi studerer og hvordan kan vi få kunnskap om denne virkeligheten**

Masteroppgaven handler blant annet om å forstå og fortolke utsagnene som kommer frem i intervjuene. Av den grunn har jeg latt meg inspirere av fenomenologiske og hermeneutiske perspektiver. Før jeg kommer nærmere inn på perspektivene vil jeg først redegjøre for ontologi og epistemologi.

Ontologi handler om hvordan virkeligheten er, og epistemologi handler om hvordan vi kan få kunnskap om denne virkeligheten. Dette er perspektiver man kan bruke for å forstå hva som er virkelig, hvordan det henger sammen, og hvordan man kan oppfatte og utvikle ny kunnskap (Postholm, 2005, s. 21). I en kvalitativ studie blir virkeligheten skapt eller konstruert av personer som deltar i studien. I kvalitativ forskning er denne virkeligheten noe som er skapt

gjennom danning av språk, mening og erfaringer i en gitt situasjon (Guba & Lincoln, 1989). Med en ontologisk forståelse vil informantenes utsagn være «det virkelige» jeg tar stilling til. Merriam (2002) trekker frem at forskerens mål er å forstå og løfte frem meningen informantene har konstruert i sin livsverden, gjennom sine erfaringer.

Epistemologi er teori om hva kunnskap er, og hvordan den kan oppnås (Kvale og Brinkmann (2009). I kvalitativ forskning handler epistemologi om forholdet mellom meg som forsker og forskningsdeltakerne jeg intervjuer. Da dette er en kvalitativ studie, vil jeg nærme meg forskningsområdet med en konstruktivistisk tilgang. Det hermeneutiske perspektivet ser på kunnskap som noe en utvikler gjennom intervjusamtalen, en konstruksjon, altså forståelse og mening skapt i møte mellom mennesker i sosial handling. Dette står i motsetning til det positivistiske perspektivet (Postholm, 2005), et paradigme som særlig blir brukt i kvantitativ forskning, hvor kunnskap blir ansett som objektiv sannhet som kan verifiseres eller avkrefte. Kunnskapen jeg vil skape i dette forskningsprosjektet er basert på min forståelse som forsker, av veganeres subjektive opplevelser av sin virkelighet. Jeg støtter meg til en fortolkende tilnærming til vitenskapelig kunnskapsutvikling. Veganeres subjektive erfaringsverden skapes og synliggjøres i dialogen mellom meg som forsker og de som informanter, og kan ikke objektiveres.

### **3.2.1 Et fenomenologisk og hermeneutisk perspektiv**

Jeg har latt meg inspirere av fenomenologi og hermeneutikk. Fenomenologi hadde opprinnelig søkelys på bevissthet og opplevelse, og ble senere utvidet til å inkludere kunnskap om menneskets livsverden (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 45). I kvalitativ forskning forklarer forfatterne fenomenologi slik:

Fenomenologi er et begrep som peker på en interesse for å forstå sosiale fenomener ut fra aktørers egne perspektiver og beskrive verden slik den oppleves av informantene, ut fra den forståelse at den virkelige virkeligheten er den mennesker oppfatter (s. 45).

Fenomenologi handler om hvordan mennesker gir mening til opplevelser og transformerer erfaring til bevisstheten (Patton, 2014). Postholm (2005) skriver at fenomenologiske studier kan være utforskning av en prosess eller en pågående hverdagsaktivitet. Samtidig er hensikten med forskningen ifølge Moustakas (1994) å fange opp informantens perspektiv eller opplevelser av erfaringer i en naturlig setting (s. 43). Fenomenologi forsøker å forstå meningen hendelser og interaksjoner har for mennesker i spesifikke situasjoner (Bogdan & Biklen, 1997). Tilnærmingen kan altså avdekke essensielle trekk ved handlinger og få frem en

dypere forståelse av hvilken mening disse ulike handlingene har for informantene (Grønmo, 2016, s. 392).

For å kunne samle data, eller utvikle felles mening, om subjektive fenomener er intervju en god metode. Ved hjelp av intervju kan jeg som forsker lete etter en felles essens eller en sentral opplevelse som kan være en fellesnevner eller kjerne i informantenes erfaringer (Postholm, 2005, s. 43). *Fenomener* er meningsfulle, det vil si at de uttrykker en betydning. Dette gjelder også handlinger, trosoppfatninger, muntlige ytringer og tekster (Gilje & Grimen, 1993). Mening brukes om menneskelige aktiviteter og resultatene av aktivitetene, samt betingelsene for aktivitetene. Betingelsene vil si normer, regler og situasjoner som aktivitetene utføres innenfor (s. 142). For å forstås må de meningsfulle fenomenene fortolkes. Fortolkningen inngår i den hermeneutiske tilnærmingen.

Hermeneutikk er viktig i samfunnsvitenskapen siden store deler av forskningsprosessen kan oppfattes som en fortolkningsprosess. Det finnes dog utfordringer med forståelse og fortolkning. I dette forskningsprosjektet må jeg eksempelvis forholde meg til utsagn og beskrivelser som er veganernes egne fortolkninger. I hermeneutikken rettes søkelyset på forskerens fortolkning av aktørene og deres synspunkter (Grønmo, 2016). Innsikten i informantenes intensjoner er et viktig grunnlag for å forstå handlingenes mening, men også hvordan innsikten i intensjonene utvikles i et samspill mellom informantens selvforståelse og forskerens fortolkning av denne selvforståelsen (Grønmo, 2016, s. 393). I hermeneutikken er forskerens fortolkning basert på den spesifikke forståelsen som etableres under studien, men også den generelle forståelsen jeg som forsker har før studien, det som kalles *for-forståelse*. Informantene og deres handlinger fortolkes også i forskerens forståelse av konteksten individet inngår i, og ut fra forskerens betraktning av den situasjonen eller prosessen som handlingen er en del av (s. 394). Dette gir en *helhetsforståelse*. Prosessen med å fortolke forståelsen, *for-forståelsen* og *helhetsforståelsen* utgjør det som omtalen som *den hermeneutiske sirkel* (Grønmo, 2016). En utfordring med forståelse og fortolkning er dobbel hermeneutikk. Jeg som forsker må på den ene siden forholde meg til en verden som allerede er fortolket av informantene mine, samtidig som jeg på den andre siden skal drive med forskning og av den grunn må rekonstruere informantenes fortolkninger innenfor et samfunnsvitenskapelig språk ved hjelp av teoretiske begreper.

### **3.3 Induktiv tilnærming**

I tradisjonell vitenskapsteori har det vært vanlig å skjelne mellom induktiv og deduktiv metode. Den induktive tilnærmingen starter med en systematisk innsamling av data uten teoretiske antakelser om hva som er viktig eller ikke. Ved bruk av denne tilnærmingen ser man hva som er *i* de empiriske dataene - koder og tematikker oppstår mens man blir kjent med dataene og koder datamaterialet «nedenfra og opp» (Braun & Clarke, 2012) (Elster, 1979). I den deduktive tilnærmingen er koding og analyse en ovenfra og ned-tilnærming. Forskeren er preget av teorier og forforståelser, som igjen er med på å styre hva som blir satt søkelys på i koding og forståelse av dataene. Det kan føre til at en teori, antagelse eller ide hos forskeren kan vise seg å ikke passe til datamaterialet man har samlet inn, slik at man ikke kan se nye aspekter av fenomenet man studerer, gjennom datainnsamlingen (Glaser & Strauss, 2004, s. 29). Samtidig som man skiller den induktive og deduktive tilnærmingen teoretisk, mener Braun og Clarke (2012) at det i praksis er nærmest umulig å ha en helt «ren» induktiv eller deduktiv tilnærming til et datamateriale. Man kan derimot ha en forpliktelse til en av metodene. I mitt tilfelle har jeg forankret meg i en induktiv tilnærming til datamaterialet (Glaser and Strauss 2004).

### **3.4 Tematisk analyse**

Analysen av intervjumaterialet er en sentral del av masteroppgaven, det er der man skal finne svar på problemstillingen og forskningsspørsmålene. Metoden jeg har tatt i bruk for å analysere empirien er tematisk analyse (TA). TA anbefales som en førstegangsmetode for nye forskere innenfor kvalitativ forskning da den er regnet som tilgjengelig og fleksibel (Braun & Clarke, 2012). På bakgrunn av dette, og at metoden viser hvordan koding og analyse av empiriske data systematisk kan kobles til bredere teoretiske eller konseptuelle problemstillinger, falt valget på TA. Braun og Clarke (2012) skriver at tematisk analyse er en metode som systematisk identifiserer, organiserer og kan finne mønstre av tematikker i datasettet. TA identifiserer også hva som er felles for måten et tema er snakket eller skrevet om, og tydeliggjør fellestrekkene (s. 57). At det finnes fellestrekk betyr imidlertid ikke at alt er like viktig og relevant, forskeren må selv ta stilling til det. I det følgende går jeg gjennom de seks stegene i TA.

#### **3.4.1 Stegene i tematisk analyse**

Det første steget i tematisk analyse er å gjøre seg kjent med datamaterialet. Dette innebærer å lese gjennom transkriberingen av intervjuene—helst sammen med lydopptaket, og ta notater

underveis. Når man tar notater mener forfatterne at man starter å lese data som data, da man leser ord aktiv, kritisk og med mening (s. 60-61).

Det neste steget er å systematisere analysen av dataene gjennom koding. «Codes identify and provide a label for a feature of the data that is potentially relevant to the research question» (Braun & Clarke, 2012, s. 61). Grønmo (2016) beskriver dette steget som «åpen koding». Dette er en koding som tar utgangspunkt i rådataen, hvor man karakteriserer og klassifiserer de viktigste dataelementene. I dette steget kan man skrive stikkord i marginen ved siden av transkripsjonen. Dette var noe jeg gjorde digitalt, på den måten var det lettere å koble sammen ulike tekstutsnitt fra datamaterialet under en spesifikk eller liknende kode (Grønmo, 2016, s. 267). I tillegg kan man bruke koder til å hjelpe å tolke hva som ligger mellom linjene i dataene. Ifølge Braun og Clarke (2012) vil koder så å si alltid være en kombinasjon av beskrivende og tolkende koder. I arbeidet med kodene oppstod det noen utfordringer. En utfordring var at informantens utsagn ofte beskrev flere problemstillinger. Dette førte til refleksjoner over hvor sitatet ville passe inn i presentasjon og analyse av de empiriske dataene.

I tematisk analyse ser man i steg tre etter temaer. “A theme captures something important about the data in relation to the research question, and represents some level of patterned response or meaning within the data set” (Braun & Clarke, 2006, s. 82). Å søke etter tematikker er en aktiv prosess hvor man underveis danner og konstruerer temaer, heller enn at man *oppdager* dem. Man plasserer altså kodene under større temaer. Dette var noe jeg gjorde aktivt fra starten av prosessen, og vurderte stadig om temaene egentlig var for generelle eller snever. I tillegg utformet jeg ulike tankekart for å få et helhetsblikk over både koder, og temaer.

I det fjerde steget ser man på de utviklede temaene i relasjon til kodene og datasettet i helhet (s. 65). Man undersøker og går nærmere inn på om tematikken faktisk passer kodene-, om det er tematikker som inkluderer eller ekskluderer det som er mulig-, betyr temaet noe for oppgaven? Dette er typiske spørsmål man stiller seg selv i denne prosessen i steg fire, noe jeg også gjorde. Jeg gjorde flere endringer underveis, og endte til slutt opp med tre temaer som passet med kodene, nemlig veganismen som aktivt valgt avvik, veganisme som livspolitik, og veganismens sosiale omkostninger.



Etterfulgt av gjennomgangen og utviklingen av temaer kommer man nå til det nest siste steget, hvor man definerer og navngir temaene. Stegene har ledet opp til det siste som er å produsere og presentere empirien. Dette steget kommer jeg tilbake til i analysekapittelet i oppgaven. Videre gjør jeg rede for vurderingen av den kvalitative forskningen.

### **3.5 Vurdering av den kvalitative forskningen**

Jeg har nå gått gjennom steg for steg hvordan datainnsamlingen har foregått og hvilke metodologiske og metodiske valg jeg har tatt underveis. Følgende delkapittel handler om vurdering av kvalitativ forskning og tar for seg forskningsprosjektets etikk, validitet, reliabilitet og generalisering og overførbarhet. Til slutt reflekterer jeg over valg av metode.

#### **3.5.1 Forskningsetikk**

Forskning kan forklares som en kollektiv og systematisk søken etter ny innsikt gjennom bruk av ulike vitenskapelige metoder. Kalleberg (2006) skriver videre at forskningsetikkens formål er å fremme fri, god og forsvarlig forskning. Forskningsetikken mener han bidrar til å konstituere og sikre god vitenskapelig praksis (s. 5). Forskning skal organiseres og utøves forsvarlig, og det er forskningsetikken som blir et verktøy for å forsikre følgende.

Forskningsetikken omfatter ulike former for normer. Dette er blant annet sannhetsnormen som vil si at «sannhetssøken, sannhetsforpliktelse, redelighet og ærlighet er en forutsetning for forskningens kvalitet og pålitelighet» (s. 5). Den andre som Kalleberg (2006) beskriver er den metodologiske normen «som saklighet, klarhet, etterrettelighet og etterprøvbarhet. Disse normene skal sikre at vitenskapelige metoder følges på en faglig forsvarlig måte». Til slutt vil jeg sette søkelys på de mer alminnelige normene som omfatter samfunnets krav og forventinger til forskning. Verdien i denne sammenheng er menneskeverdet som igjen består av tre prinsipper: «*respekt* for likeverd, frihet og selvbestemmelse, *beskyttelse* mot risiko for skade og urimelig belastning, og *rettferdighet* i prosedyrer og fordeling av goder og byrder» (Kalleberg, 2006, s. 5). Som jeg nevnte innledningsvis, fulgte jeg en etisk protokoll før jeg satt i gang og intervjuet informantene. Dette er en protokoll som baserer seg på å informere om samtykke og frivillighet. Jeg vil nå gå mer inn på samtykke til deltagelsen.

Forskere skal som hovedregel innhente et forskningsetisk samtykke til deltakelse i forskning (Kalleberg, 2006, s. 18). Samtykket skal være frivillig, informert og klart, i tillegg bør samtykket være dokumenterbart (Kvale & Brinkmann, 2009). Informantene deltok frivillig, og fikk informasjon om at de ville bli anonymisert ved publisering av prosjektet.

Anonymisering er viktig da det er for å beskytte deltakerens identitet og integritet (Silverman, 2019) (Kalleberg, 2006, s. 23). I henhold til dokumenterbarhet ble det inngått en digital signering av samtykkeskjemaet. Dette skjedde over e-post, noe som er godkjent av SIKT (Sikt, u.å.). I tillegg ble det tatt lydopptak av intervjuene.

Etter intervjuene ble gjennomført kom det en ny forskningsetisk faktor, nemlig lagring av forskningsdataene. Lydopptakene ble først og fremst lastet opp på ett eksternt skrivebord tatt hånd om UiB, for ekstra sikkerhet. Grunnen for at intervjuene måtte bli lastet opp i et eksternt skrivebord var at de inneholdt politiske og filosofiske overbevisninger (Sikt, u.å.). I samtykkeskjemaet ble det poengtert at jeg og veileder Atle Møen ville ha tilgang til deltakernes informasjon, hvor det også ble informert om at personopplysningene ville bli erstattet med en kode. Jeg har brukt både pseudonymer og koder som for eksempel 'informant A'. Informantene har også blitt informert om at personopplysninger og lydopptak vil bli slettet når prosjektet tar slutt som er i juni 2023.

### **3.5.2 Relabilitet og validitet**

Relabilitet er viktig i kvalitative studier for å se om forskningen er transparent og har en stabil forskningsprosess. For å kunne sjekke relabiliteten beskriver man forskningsstrategien og dataanalysemetodene i en detaljert forskningsrapport, og redegjør for valg man har tatt (Silverman, 2013, s. 360). I metoddelen har jeg vært så transparent som mulig ved å vise til hvilke metoder jeg har brukt, hvordan jeg har utført datainnsamlingen og hvordan jeg har analysert empirien. I tillegg til dette vil jeg også være transparent og åpen om at min personlige diett som har merkelappen pescetarianer, noe som er en faktor som har vært med å påvirke valget om masterprosjektet. Det å være pescetarianer innebærer at man ikke spiser kjøtt, men spiser andre animalske produkter som melk, egg, honning, fisk og skalldyr. Min diett er også noe jeg delte med informantene, om de spurte. Inspirasjonen for prosjektet var min egeninteresse om kjøttforbruk, kjøttindustrien og klima- og miljøkrisen, derav passet ideen fra veileder Atle Møen om veganersamfunnet godt. Dette gjorde at jeg kunne fokusere og snevre inn det store og litt abstrakte bildet til noe konkret. For å gjennomføre intervjuene på en mest mulig transparent måte ble det tatt lydopptak av alle intervjuene som er blitt brukt i dataanalysen. Spørsmål og svar ble gjentatt om nødvendig – enten om en av partene ikke hørte hva som ble sagt, eller som en bekreftelse av det som ble sagt (Silverman, 2013, s. 364-365). Videre i teksten greier jeg ut om validitet.

Validitet i kvalitativ forskning kan beskrives som hvordan våre observasjoner og tolkninger faktisk reflekterer de fenomenene eller variablene som vi ønsker å vite noe om (Kvale & Brinkman, 2009, s. 251). Man utforsker altså hvor sann empirien av forskningsprosjektet er (Silverman, 2013, s. 360). Man kan skille mellom indre og ytre validitet. Indre validitet handler om hvordan årsakssammenhenger støttes innenfor en bestemt studie, om det som sies i intervjuene kan forstås gjennom begrepene som finnes i det teoretiske perspektivet. Man kan også vurdere kvalitativ forskning i lys av ekstern validitet. Dette er en form for validitet hvor man se om det er mulig å overføre resultatene i prosjektet, over til andre kontekster (Thagaard, 2009). Funn i denne oppgaven kan si noe om typiske kjennetegn for mange veganere i Norge, men det kan vurderes at det er et for lite antall informanter til å ha oppnådd metning. For å oppnå metning har man ifølge Glaser & Strauss (1967) et stort nok utvalg av informanter til at det ikke vil komme frem noe vesentlig nytt i intervjuene. I dette prosjektet kan det å ha et lite utvalg føre til at man ikke kan direkte overføre eller generalisere, og er hva man kan kalle for en naturalistisk generalisering (Postholm, 2005, s. 38). I denne formen for generalisering gjenkjenner man likheter og forskjeller knyttet til annen forskning på områder man er kjent med. Man redegjør godt for detaljene i resultatet så leseren kan vurdere overføringen til egen erfaring.



## **KAPITTEL 4. Presentasjon og analyse av funn fra intervjuene**

### **4.1 Innledning**

I dette kapitlet fremstiller og analyserer jeg de mest fremtredende utsagnene for de temaene jeg utviklet. Masterprosjektets overordnede problemstilling er følgende: *Hvorfor velger veganere å leve vegansk, og hvordan påvirker dette valget deres sosiale liv?*

Forskningsspørsmålene er:

1. Hvilke begrunnelser har veganere for å velge å leve vegansk?
2. Hva kjennetegner veganisme som livspolitisk fellesskap?
3. Hva oppleves som sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme?

### **4.2 Fremtredende temaer**

Jeg fremstiller empirien ut ifra hva informantene selv fremhever som viktig eller mindre viktig i intervjuene. Hva jeg har tolket som viktig baserer seg på analysen jeg har gjennomført ved å lese og høre gjennom transkripsjonene, hvor jeg har identifisert det informantene har snakket om med alvor, lystighet, eller frustrasjon, og som svarer på forskningsspørsmålene. Jeg har kodet og gruppert de empiriske resultatene og kommet frem til tre fremtredende tematikker:

- Veganisme som aktivt valgt avvik
- Veganisme som livspolitikk
- Veganismens sosiale omkostninger

Temaene er viktige ettersom de er med på å kategorisere og forstå hvilke data som er mest gjeldende (Braun & Clarke, 2012). Temaene vil hjelpe å belyse hvilken form for sosial bevegelse veganismen er, hvilket fellesskap veganere har, og tilknytningsformen veganerne har til de arbeids- og familiefellesskapene gjennom utsagn i tematikkene. Temaene blir fremstilt med begrenset teori. Dette er for å kunne beskrive veganismen på en empirinær måte. Presentasjonen av empirien er delt opp tematisk med underoverskrifter som spisser tematikken. I presentasjonen kaller jeg informantene «Informant A, Informant B ...». bokstaven I står for intervjueren.

### 4.3 Veganisme som aktivt valgt avvik

Dette temaet handler om informantenes valg av å forlate sosiale praksiser og normer som er etablert i det norske samfunnet. Jeg legger frem empiri om informantenes begrunnelser for å bli veganere, deres tanker, og utfordringer knyttet til ønsket om å leve en vegansk livsstil. Utsagnene fremholder både positive og negative konsekvenser av valget. Temaet er viktig for å kunne gi et bilde av hvilken sosial bevegelse veganismen er.

#### 4.3.1 Begrunnelser for å velge veganisme

Det å ta aktive valg er et kjennetegn ved individenes liv i det refleksive samfunnet vi lever i, der de fleste mennesker hele tiden må forholde seg til informasjon, medieinnslag og ekspertkunnskap om blant annet hva som er «rett» diett (Giddens, 1990). Jeg presenterer i det følgende funn som tydeliggjør informantenes handlinger og opplevelse av å ta valg knyttet til veganisme. Å velge veganisme er mer enn bare å holde seg til en diett. Det er et valg som påvirker hvordan individet lever i en rekke sammenhenger, og kan betraktes som en livsstil.

Informant A forklarer at beslutningen skjedde gjennom en gradvis endringsprosess fra å være kjøttspiser, til pescetarianer, til vegetarianer og til slutt veganer. Hun forklarer at hun har hatt en uvilje mot å spise dyr fra hun var ganske liten, da hun oppdaget at det var døde dyr hun spiste når hun spiste kjøtt. Dette kan tyde på aktive og refleksive valg. Hun forteller at det tok tid før hun turte å være annerledes i sosiale situasjoner hvor det er kulturelt normalt å spise kjøtt;

(...) og så tok det litt lang tid før jeg liksom turte på ordentlig stå for det, og si at «nei jeg spiser det [kjøtt] aldri». Så tok det egentlig ganske lang tid før jeg gikk fra at [jeg] ikke ville egentlig ta del i den kulturen der vi spiser dyr, til at jeg klarte å stå for det i alle situasjoner da.

Utsagn 1, Informant A

Det kommer frem at informant A ikke bare tenkte på egne behov og begrunnelser når hun skulle ta valget, men at hun også tenkte på at hun kunne bli negativt bedømt av de rundt seg. Å spise dyr er en del av vår tradisjon som samfunn. Å følge tradisjoner kan kalles passive valg – tradisjonen velger for oss. Å aktivt velge å ikke følge tradisjonen kan få konsekvenser i det sosiale liv.

Jeg føler du tar veldig avstand da, fra den etablerte kulturen når du tar et sånt valg. Så du tar veldig avstand fra de rundt deg, altså de kan føle en sånn personlig fornærmelse

nesten over at du tar et valg som er annerledes. (...) Og det er faktisk litt vondt, jeg tror mange tenker på det.

#### Utsagn 2, Informant A

Informant B forteller at klima og helse påvirket henne til å bli veganer, og at det først og fremst var på bakgrunn av at hennes mor fortalte om klimarapporten fra Paris i 2015. Informanten beskriver at det var rundt denne tiden folk hun snakket med begynte å bli bevisste på hvordan matproduksjon, og spesielt kjøttproduksjon, påvirker klimaet negativt. Videre forklarer informanten at ønsket om å leve helsemessig sunt og forstå hvordan mat påvirker kroppen bidro til at hun tok valget om å bli veganer.

(...) Og så tror jeg at jeg fikk litt panikk, og så begynte jeg å undersøke og forstod at, eller fikk inntrykk av at å spise mindre kjøtt og animalske produkter kunne i hvert fall redusere mitt personlige bruk. (...) jeg er veldig interessert i ernæring. Og synes mat er skikkelig gøy, og [jeg] liker å lese om ernæring, og vet jo at ... eller, ifølge det jeg har lest [latter] så er jo å spise mye planter og råvarer veldig godt for kroppen da. Så jeg synes det er litt sånn spennende rett og slett.

#### Utsagn 3, Informant B

Utsagnene viser at informanten har et reflektert forhold til valget hun har tatt, og forankrer det i kunnskap om aktuelle tematikker i samfunnet - klima, miljø, kropp og helse. Veganisme er en ny sosial bevegelse, noe man kan se ved at individenes dagligdagse valg blir påvirket av et stort utvalg av informasjon, medieinnslag og ekspertkunnskaper (Flynn, 2011).

Informant C forteller at det var samboeren som påvirket henne til å ta valget, da hen er veganer selv. Det var gjennom samtaler de hadde at informanten innså at hun var med å bidra til noe som hun egentlig anså som negativt. Dyrevelferd var en viktig begrunnelse for henne. Det etiske perspektivet som omhandler dyrenes velferd og kjøttindustrien som produsent av dyr som skal slaktes eller brukes, er tilbakevendende i intervjuene. Informant D forteller at han valgte veganisme etter egen refleksjon om å leve etisk:

Informant D: Det var vel at jeg bare tenkte over etikken bak det selv da, det var vel mest egen refleksjon tror jeg.

I: Mhm ... Var det noen grunner som miljø, dyrevelferd og helse osv.?

Informant D: Det var mer at jeg egentlig kom frem til at det er galt å drepe uansett da. Og utnytte andre vesener som ikke kan samtykke til det.

#### Utsagn 4, Informant D

I et refleksivt samfunn må man stadig forholde seg til ny kunnskap rundt tematikkene som påvirker hvert individs måte å leve på, i sosiale medier, nyheter og sosiale relasjoner. Mange danner et tillitsforhold til ekspertkunnskap og forskning, det man kaller aktiv tillit (Beck et al., 1994). Hva som er sunt, etisk, og moralsk rett er temaer som ikke ble drøftet i like stor grad i det tradisjonelle samfunnet. Informantene tar aktive valg rundt sin diett, basert på de kildene de selv stoler på. Informant E forteller at dyrevelferd er hovedårsaken til valget:

Det er jo så klart dyrevelferd, jeg har jo vært vegetarianer i nesten hele livet mitt. Og så innså jeg jo at det at egg- og meieriindustrien er jo på en måte å støtte det samme, og [jeg] fikk se mer av, på en måte, realiteten av det også. Så da hadde jeg rett og slett ikke samvittighet til å fortsette å spise noe animalske produkter.

Utsagn 5, Informant E

Også informant F mener det er dyrenes velferd som påvirket henne til å bli veganer. Da jeg spurte hvordan hun hadde funnet ut hvordan dyrene hadde det, svarte hun følgende:

(...) Det var noen dyrevernsaktivister som drev og delte.. (...) Og så dyttet det meg egentlig bare til å finne ut av ting selv. Jeg begynte å lese opp på forskriftene, lese opp på alt mulig av informasjon om det.. Og ja. Skjønte det vel ganske fort at det var ikke noe jeg hadde lyst å støtte.

Utsagn 6, Informant F

Individer som velger veganisme, gjør det basert på informasjon de får fra sitt sosiale nettverk, og ser ut til å gjøre undersøkelser på egenhånd. Valget går mot norsk tradisjon og fellesskapsnormer, hvor kjøttspising er det normale, dermed kan valget betegnes som aktivt og refleksivt. Valgene blir påvirket av individenes sosiale liv, noe jeg fremstiller i neste delkapittel.

#### **4.3.2 Hvem er veganerne veganere for?**

For å få større innblikk i veganernes livsstilsvalg var jeg interessert i å utforske *hvem* informantene tenker de er veganer for, om de er det for dem selv, for miljøet eller for dyrene. Som man kan tenke seg, er det ikke ett svar på dette spørsmålet. Både informant C og E forteller at de er veganere for dyrenes skyld, mens informant D forteller at han er veganer for storsamfunnet sin del:



«jeg føler at alle sine matvaner påvirker flere enn seg selv da, og man burde tenke litt mer på det, *hvem* det faktisk går ut over når man spiser kjøtt til middag, og det er ikke bare seg selv».

#### Utsagn 7, Informant D

Jeg tolker at informant D har en refleksiv identitet, hvor han stiller seg kritisk til hva kjøttforbruket fører til og påvirker. Informant A tenker på alle konsekvensene av at vi spiser kjøtt, og mener det er forferdelig når man ser på hvor mye ressurser det tar. Hun er veganer for seg selv, men også av miljøhensyn, og beskriver valget som todelt: på den ene siden har det vært en personlig overbevisning om at hun ikke er komfortabel med å spise kjøtt. På den andre siden har hun måttet stå for å gjøre seg selv annerledes ved å stå frem som veganer. Dette har ført til at hun har måttet begrunne valgene, og dermed har det blitt en prinsippsak for henne:

[For det første] så er det en personlig overbevisning om at jeg ikke føler meg helt komfortabel med det, og det har jeg kanskje aldri egentlig gjort ... Og at jeg til slutt måtte liksom stå for det og gjøre meg selv litt annerledes med å liksom stå frem. Og da ble jo det en prinsippsak etter hvert.

#### Utsagn 8, Informant A

Valget om å bli veganer må tas aktivt, og vil føre til nye aktive valg og begrunnelser, spesielt til de man må forklare valgene sine for, som familie og venner. Informant B viser hvordan personlige og samfunnsrelaterte begrunnelser for å velge veganisme vever seg sammen:

«(...) men det er jo også fordi det bygger på at jeg har lyst å gjøre det som er bra for samfunnet. Men i bunn og grunn, hvis man på en måte tenker på det helseaspektet da, så vil det jo være personlig. Men miljøet er jo i hensyn til neste generasjon på en måte da (...)»

#### Utsagn 9, Informant B

Informant F forteller at det for henne er sammenheng mellom å spise og bruke dyr på den ene siden, og verdensproblemer som klimaendringer og sosial rettferdighet på den andre. Hun mener at alt peker i retning av veganisme er det beste, for hennes del.

Informant F: (...) kjøttkonsumet henger sammen med utrolig mange verdensproblemer som klimaendringer og helseproblemer, og også slaveri og sånt.

I: Du nevner slaveri, hva mener du med det?

Informant F: Altså først og fremst er dyrene slaver ... det er ikke noen annen måte å legge det. De er jo slaver, men også ... det går jo så mye større enn det og ikke sant, altså folk jobber i timesvis, timesvis, timesvis i slakterier og [på] gårder hvor de ikke har bra arbeidsmiljø i det hele tatt, ikke sant. Og de blir syke, og det er en form for slaveri i mine øyne. Alt det her med, at.. familier i fattige land de må dyrke massevis av korn for å sende til oss her i ... rike steder, noe jeg synes er banalt. Og så bruker vi det kornet til dyrene, så likevel så sulter folk.. Ja.. Kan man vel også se på som en slags slaveri ...

#### Utsagn 10, Informant F

Informanten sitt utsagn viser at informanten har reflektert over ulike aspekter ved kjøttproduksjon, og tar egne avgjørelser basert på kunnskapen hun har. Informant E forklarer at fristelsen til å spise animalsk har oppstått, men må minne seg på hvorfor hun har valgt livstilen, og hva hun kjemper for:

Noen ganger har jeg fått perioder der [jeg] har skikkelig, skikkelig [lyst på] sann kost.. det er det vanskeligste, men kampsaken for dyrene er viktigere. Så det er det jo bare å huske på at jeg gjør det her for rettferdighet. Og alt i alt så er på en måte ikke den fristelsen noe som er et stort problem da. Det handler jo bare om at jeg har vært vant til å spise det hele livet mitt, og nå ikke kan gjøre det.

#### Utsagn 11, Informant E

Utsagnene gir et innblikk i informantenes livsverden, og hva det er som får disse veganerne til å ta så store livsstilsvalg. I intervjuene peker informantene på begrunnelser som i stor grad overlapper, men som individene vektlegger ulikt. Begrunnelsene for å velge å leve som veganer er knyttet til nye tematikker i samfunnet, særlig miljøtrusselen, personlig sunnhet og helse og dyrevelferd, men også global sosial rettferdighet. Dette er en sentrale temaer i det refleksive samfunn, og i livspolitiske, nyere sosiale bevegelser (Flynn, 2011).

### **4.3.3 Kunnskap om industrien – enda en begrunnelse for aktivt valgt avvik**

Dette underkapittelet handler om veganerens kunnskap og vurderinger som angår helse, dyreforhold, og industri. Underkapittelet er relevant for å analysere informantenes mening om sin virkelighet.

I intervjuet med Informant F meddeler hun at man som veganer får en helt annen bevissthet, og at det utvikler seg en form for mistillit:

Man får en slags mistillit til samfunnet, eller ikke til samfunnet, men til store bedrifter og sånt når man har sett så mye. (...) jeg vet ikke hvordan det hadde vært hvis jeg ikke hadde visst disse tingene, men jeg føler at jeg har fått et helt annet liv, at jeg er mer bevisst på en måte.

Utsagn 12, Informant F

Informanten har en aktiv tillit til ekspertkunnskapen (Beck et al., 1994). Informant B reflekterer over de som inntar kjøtt, melkeprodukter og egg. Hun funderer på om 'de' tenker det kan ha en konsekvens for noe mer enn dem selv, og om de tenker på hva det betyr for blant annet kroppen og miljøet. Selv føler hun det har en verdi å ikke spise slike produkter, men at hun ikke kan vite det med sikkerhet. Informant D mener at det ikke er andres feil at de spiser dyreprodukter, og at det ikke er opp til hver enkelt person å ordne opp i store problemer.

[Det] beviser jo egentlig at det er ikke enkeltpersonens ansvar å ordne opp i store problemer da. Det er jo heller stort, internasjonalt samarbeid egentlig som må til. Både miljøsaken, og dyrevelferd og sånt da. (...) Så jeg synes ikke at man er en dårlig person hvis man spiser dyreprodukter, fordi, jeg har jo gjort det selv og, jeg vil ikke si at jeg var en dårlig person før jeg ble veganer. Men jeg vil si at det er et mye riktigere valg å bli veganer da.

Utsagn 13, Informant D

Informant F mener at kunnskap om kjøttindustrien styres av industrien selv. Hun mener at man ikke får vann i munnen av å se slaktevideoer, men at vi gjennom barndommen har mottatt mye informasjon som kjøttindustrien selv har laget, som idylliserer kjøttkonsum. Dette har skjedd gjennom skolesystemene i Norge, som en normalisering av tradisjonen. Hun mener også at skolebøker i mat og helse er sponset og støttet av kjøttindustrien. Tinemelk mener hun også er sponset av kjøttindustrien:

«[melk] er avhengighetsskapende, det produserer endorfiner i hjernen som er faktisk avhengighetsskapende»

Utsagn 14, Informant F

Hun opplever at hun vet noe som mange ikke vet. Når man vet hvordan dyr behandles, så har man ifølge informant A et valg;

... hva skal man gjøre da, skal man liksom gjøre noe aktivt eller skal jeg bare begrave det inni meg, og ikke gjøre noe, ikke endre praksis på noe i mitt liv. Men jeg vet det her, jeg har sett på denne informasjonen, hva skal jeg gjøre med den. Det er jo et valg som enhver tar ...

Utsagn 15, Informant A

Informantenes kritiske syn på matproduksjon og konsum har lagt til rette for mer kunnskap om temaet. Dette, koblet med de aktive valgene de tar og har tatt, som gjør at de er bundet til sine prinsipper, setter dem i dilemmaet om de aktivt skal velge å gjøre noe med informasjonen og kunnskapen de har fått tilgang til. For eksempel kan veganerne spre budskapet sitt, noe som har sine konsekvenser, eller de kan velge å ikke ytre seg om valget og la andre velge passivt ut av tradisjon.

#### **4.3.4 Oppsummering av 'Veganisme som aktivt valgt avvik'**

Informantene har tatt et aktivt valg om å bli veganere. Dette er et avvik fra vanlige mattradisjoner i samfunnet, og dermed annerledes fra hva de fleste andre velger. Veganere tar aktive matvalg som setter dem utenfor normene i samfunnet, heller enn passive valg hvor man passer inn i vanlige handlingsmønstre. Dette kan være utfordrende for individene som må forholde seg til både valg og andres meninger hver dag. Den avvikende atferden gjør at man kan kalle veganisme en alternativ ny sosial bevegelse (Flynn, 2011). De ulike begrunnelsene for valget er vektlagt forskjellige mellom veganerne. Begrunnelsene er informert av moderne tematikker rundt miljø og klima, helse og kropp, og dyrevelferd. Dette er typiske tematikker i nyere sosiale bevegelser (Møen, 2009). I neste kapittel legger jeg frem hva som kjennetegner den sosiale bevegelsen veganisme, i lys av det sosiologiske begrepet livspolitik.

#### **4.4 Veganisme som livspolitik**

Dette temaet handler om hvordan informantene, og samfunnet, kan forstå den sosiale bevegelsen veganisme. Veganisme er en sosial bevegelse som rommer livspolitiske temaer, valg og beslutninger. Livspolitik dreier seg om individers valgmulighet og refleksivitet. Veganismen er et fellesskap hvor grensene for hva som er godkjent og ikke, blir bestemt av individene selv (Lillehagen, 2019). Jeg vil nå redegjøre for hva som kjennetegner informantenes livspolitiske fellesskap.

#### 4.4.1 Å velge bort animalske produkter

Veganisme handler som nevnt om mer enn bare diett. Det er en livsstil hvor man ikke skal gjøre skade på dyr under noen omstendigheter. Dette innebærer å ikke bruke produkter som er laget av eller er testet på dyr. I dette delkapittelet legger jeg frem empiri om informantenes syn på sine livsvalg, og hva som blir betraktet som innenfor og utenfor grensene i dette «nystamme-fellesskapet». Dette er et fellesskap hvor individer har liknende forbruk, livsstil, og grenser, men individene må ikke kjenne til hverandre personlig (Tjora, 2018). Jeg utforsker også hva som regnes som moralsk og etisk rett og eller galt når det kommer til produksjon, bruk og konsum av animalske produkter.

I intervjuene kommer det frem at flere av informantene fremdeles tar i bruk noen produkter som stammer fra dyr, for eksempel ull. Dette viser at grensene i nystamme-fellesskapet er tøyelige, og hvordan informantene handler og praktiserer identitetspolitiske aspekter. Begrunnelsen for at flertallet av informantene fremdeles bruker ullprodukter varierer. Det er noen som har lettere for å bruke ull da det er et produkt fra dyret som er minst forbundet med døden. Det er også noen som velger ull fremfor syntetiske plagg som inneholder mikroplast av hensyn til miljøet.

(...) men jeg tenker at det er greit, akseptabelt å bruke de ullklærne fordi alternativet.. Jeg trenger varme klær, så alternativet hadde (...) Kanskje vært å kjøpe noe syntetisk, men så ikke sant, så kommer problemet med mikroplast, og produksjon i den, og økt forbruk. Så der er det liksom grå ... områder som jeg ikke helt har svaret på, og jeg tror det må være åpenhet for disse områdene da, kunne diskutere på en snill måte.

Utsagn 16, Informant G

Også Informant A bruker noe ull fremdeles ullsokker, ullundertøy og bunad. Hun tror det er vanligst å tenke at den ullen man har, den bruker man opp. Hun tar derimot større avstand animalske produkter som skinn:

(...) Dr. Martins som jeg hadde hatt i mange år, og som jeg sluttet å bruke ubevisst, så stod de bare der. Jeg ville aldri ha de på. Og så etter hvert så skjønnte jeg at det er fordi de er skinn, og jeg har ikke lyst til å gå med skinn. På en eller annen måte så synes jeg det var verre enn å gå med en eller annen ullgenser, jeg vet ikke hvorfor, men det har litt mer med død å gjøre. (...) Så da kvittet jeg meg med skoene mine som var laget av skinn.

Utsagn 17, Informant A

Informant B mener at et liv uten ull ikke hadde gått for hennes del, spesielt her i Norden. Hun bruker også tursko i skinn. Informant B reflekterer rundt hva som er moralsk og etisk rett, og hvordan hun setter grensene:

(...) det er fordi at det holder så mye lenger, og da tenker jeg at på en måte kvaliteten går over, at når det holder såpass mye lenger, at det har verdi for miljøet i lengden siden jeg har gjort det [begrunnelsen] i hovedsak for det [miljøet]. (...) i ettertid har jeg selvfølgelig begynt å tenke på dyrene, men fortsatt for de andre grunnene da (...) jeg [går] så mye på tur, så hvis jeg hadde kjøpt vanlig GoreTex stoff så hadde de blitt ødelagt etter en sesong (...).

Utsagn 18, Informant B

Informantens bruk av skinn kan forklares med at det er tøyelige grenser innad i veganersamfunnet, hvor begrunnelsene for valget om veganisme har noe å si på hvor grensen går. Det viser seg å være forskjeller om valget av veganisme er etisk, miljømessig eller helsemessig begrunnet.

En annen måte å forstå hvor grensene går, er om produktene er kjøpt nye eller brukte. Informant E forteller at hun fremdeles bruker skinn og ull så lenge det er brukt, men hun synes derimot at pels er ekkelt. Hun mener at hun ikke støtter industrien så lenge hun kjøper produkter på en brukbutikk. Dette samsvarer med Informant D. Han mener det er greit å kjøpe brukte produkter siden pengene går til brukbutikken, og ikke til skinnslakteriet:

Jeg er mest på det å kjøpe nye ull- og skinnprodukter, men jeg kan kjøpe *brukt*. Jeg [har] jo veldig pragmatisk tilnærming til dette her da ... Men hvis du bruker penger på å kjøpe noe som blir produsert nå ... Da er du jo skyldig, og et eller annet hvis om at det dyret har blitt drept. Mener jeg da. Så man må ha et helhetlig syn på det mener jeg, og det gjelder jo ikke bare mat, det gjelder alle måter man kan bruke et dyr på. Så jeg synes at man skal gjøre det på alle fronter.

Utsagn 19, Informant D

Informant F forteller at hun hadde en periode hvor hun byttet ut alt hun hadde av animalske produkter som ull og skinn og forklarer det som at hun fikk 'intrusive thoughts'. Hun ble hyperbevisst på bakgrunn av hva hun har sett og møtt.

Jeg tenker at veganisme handler bare om å gjøre sitt beste og prøver å unngå å skade andre så langt det lar seg gjøre, så altså.. Det er jo umulig å på en måte ikke påføre andre lidelse med tanke på hvordan strukturene i samfunnet er, så er det jo umulig. Det

er jo dyr som dør i alt mulig av produksjon. Og ansatte som lider ikke sant. Så.. nei.. Jeg tenker gjør man sitt beste så er det jo, da er jo man veganer per definisjon, så sånn sett er det ikke noen bedre enn andre. Og jeg tenker jo at all av animalske produkter er jo da.. Man kan liksom ikke støtte det hvis man har lyst å være veganer, fordi hvis man vil prøve sitt beste å ikke påføre lidelse, så faller det naturlig å ikke støtte sånne industrier. Men igjen så kjenner jeg flere veganere som bruker ull og dun fordi de får kjøpt det brukt, og ja. Naturvern.. Altså miljømarkedet da som går på naturvernforbundet og sånne ting. ... Jeg tenker det er veldig individuelt også på hvor man setter streken ...

Utsagn 20, Informant F

Avslutningsvis i dette delkapittelet kan jeg trekke frem at en av informantene også tenker over skjønnhetsprodukter. Hun bruker kun vegansk sminke som ikke er testet på dyr. Funnene i dette underkapittelet tyder på at informantene ikke kun unngår å spise animalske produkter, men stiller seg kritisk til animalske produkter i et mer helhetlig perspektiv. De tar aktive valg rundt praktisering om hvordan de skal leve sine liv, i stor grad basert på valget om å være vegansk. I neste underkapittel utdyper jeg jeg om informantenes aktivisme på dyrenes vegne.

#### **4.4.2 Aktivisme på dyrenes vegne**

Aktivistene man ser i nyhetsbildet som demonstrerer blant annet mot klimakrisen, for dyrevelferd og lignende, er ofte veganere. Aktivisme blir kanskje en naturlig del av veganisme, på bakgrunn av individenes kunnskap om industrien og kontinuerlige kritiske tenkning omkring disse tematikkene. Veganere er med på å belyse aktuelle tematikker i det refleksive samfunnet, og sprer aktivt sitt moderne budskap. Et par av veganerne jeg har intervjuet har deltatt på ulike aksjoner.

Informant A har blant annet stått på offentlige plasser hvor hun har deltatt i «The cube of truth». Dette er en form for aktivisme som hun beskriver som en slags «performance act» hvor man står i en firkant iført svarte klær og anonyme masker, og forsøker å vise hva som skjer i kjøttindustrien gjennom internasjonale og nasjonale videoklipp fra slakterier. Poenget med denne formen for aktivisme er at folk skal tenke over det de ser, kanskje også tenke over kjøttindustrien med et mer kritisk blikk. Informanten forteller følgende om å observere de ulike reaksjonene folk har:

(...) og da følte jeg at det var sånn.. noe sånn fellesmenneskelig å egentlig å bry seg om dyr, selv om det var et par, helt hver gang, som var sinte, eller mente at det der ikke var sånn det var, eller at det der bare er det verste av verste og at det ikke er sant, og dyr ikke blir behandlet sånn, og altså.. Det var alltid noen av de, men det er jo óg en

slags forsvarsmekanisme da, over at de ikke liker det de ser. Jeg tror at det er noe i alle mennesker som vil ta vare på de som er forsvarsløse, og dyr da.

Utsagn 21, Informant A

Hun forteller at aktivisme er veldig tungt arbeid der det er mange som ikke holder ut i flere år, men at det føltes bra og rett ut å gjøre noe når man har overskudd til å bidra:

Og i perioder har jeg utrolig mye overskudd til å ta del i det, og da følte jeg et veldig sterkt fellesskap til, at man kjemper for, eller mot det samme målet, og drar i samme retning, og ønsker en bedre verden, litt sånn idealistisk ikke sant (...).

Utsagn 22, Informant A

Informant E har deltatt i demonstrasjoner, og har også oppsøkt flere aktivister der hun har spurt om hun kan delta:

... om de kan på en måte si ifra til meg, om det på en måte er en mulighet til å på en måte å være med i en gruppe eller noe sånt, sånn at jeg får beskjed da. For jeg har veldig, veldig lyst til å aktivisere meg mer og mer. Det er jo ofte at man føler seg litt håpløs på en måte, fordi det er jo så dritt. Så det å aktivisere seg er jo kjempeviktig for å føle at man faktisk kan gjøre en positiv ting da, og faktisk gjøre noe nyttig ut av det.

Utsagn 23, Informant E

Aktivisme er en form for praktisering av grensesetting mellom de som er innenfor og de som er utenfor nystamme-fellesskapet. Informant F har også deltatt i aktivisme. Hun har blant annet vært fotojournalist hvor hun har dokumentert forhold på gårder, og videreformidlet det til personer på gaten. I tillegg har hun deltatt på noen mindre konferanser og besøkt skoler. Her har tematikker rundt dyrevelferdsproblem, og hvordan dette henger sammen med mat og overforbruk, vært i fokus.

Informant A forteller at når hun deltar i aktivisme gir det større rom og mer kunnskap om hva hun kan dele om dyrenes velferd. Men i hverdagslivet ellers vurderer hun konteksten hun befinner seg i, i forhold til hvor mye kunnskap hun deler. Hun trekker frem jobben som eksempel:

(...) destrueringen av han-individene er jo helt grusom[t] (...). (...) du har jo lyst å snakke om det, men du skjønner jo at det er ikke tid, det er ikke riktige stedet, du vil ikke legg deg på noen akkurat når de [kollegaer] har undervisning kanskje om 15 minutter- så skal de nå innse at matsystemet vårt er basert på overgrep på uskyldige individer som ikke har en egen stemme. Det er på en måte ikke helt på sin plass da [latter].. Så du må velge tidspunkt med omhu ...



Informantene fremmer sine syn på livspolitiske tematikker gjennom aktivisme. At informantene deltar i aksjoner kan være på bakgrunn av deres kunnskaper om hvordan industrien faktisk behandler dyrene. Det er en kunnskap som kan føre til mistillit til ekspertkunnskap.

#### **4.4.3 «Hippier som går rundt barfot» - sosialt stigma**

Veganisme er en sosial bevegelse hvor det har utviklet seg et rykte og et stigma omkring medlemmene. Det er en sosial bevegelse som ofte kan være forbundet med antakelser om ekstreme mennesker som har tatt ekstreme valg. Jeg vil nå gjøre rede for om veganerne jeg har intervjuet opplever stigma på bakgrunn av deres livspolitiske valg, og hva de selv syntes om veganere før de tok valget.

Informant A mener de fleste veganere er helt vanlige folk, men at samfunnet har dannet et bilde av veganere som «hippier som går rundt barfot i gaten året rundt». På andre siden mener informant A at hun er en del av stereotypien da hun blant annet har tatt noen 'utradisjonelle valg', valg som 'de' ikke ville tatt. Hun forteller følgende:

(...) når man først tør å stå frem som litt annerledes, uansett hva det vil dreie seg om så. Ja. Jeg føler at man tør å være litt mer seg selv da, når man tør å drite i hva andre synes, og når man først liksom kvitter seg med den der ... eh ... trangen til å bare gjøre det andre folk gjør, eller det som er normalt å gjøre, så tør man fort å gjøre.. ta andre valg (...).

Andre stereotyper er at veganere kun spiser grønnsaker eller at veganere ofte er tilknyttet en livsstil som er mer holistisk og spirituell. Informant B mener at holisme og spiritualitet kan gjelde for kjøttspisere også. En annen stereotypi om veganere er at de er strenge og dømmende. Informant D er en av informantene som har hatt dette synet på veganere selv, før han tok valget veganisme. Han vil ikke bidra til å fremme den stereotypien.

«Jeg vil ikke bidra til å fremme den stereotypien som jeg hadde før da, at veganere er veldig opptatt av å snakke om å være veganer til andre. At man er veldig dømmende og sånn da».

Det er flere av informantene som har forhåndsdomt veganere før de ble det selv. I denne sammenheng er begrepet 'fanatisk' noe som går igjen hos flere. Deres syn på veganere, og veganersamfunnet kan tyde på at informantene har vært preget av en forståelse som 'varer inntil videre', og at informantene i forkant av valget om å bli veganer, hadde tilegnet seg mer kunnskap om temaer de før hadde stilt seg kritisk til.

(...) For noen år siden så syntes jeg fanatisk at det å bli veganer, det er for drøyt. Da har man blitt fanatisk. Men jeg innser jo det at det er feil. Det var jo noe jeg tenkte bare fordi jeg ikke visste sannheten. (...) Eller å på en måte endre kostholdet, begrense det så mye på en måte, det virker jo helt sinnssykt, når man ikke på en måte skjønner grunnen. Man vet jo årsaken, men man forstår faktisk ikke virkelig, på en måte, motivasjonen som gjør at folk blir veganere da.

Utsagn 27, Informant E

Som nevnt bruker informant E ordet 'fanatisk' for å beskrive deres syn på veganere før de ble det selv. Dette er noe som kan tyde på et språkbruk som formidlet egne verdier informantene hadde før det aktive valget. Også informant G bruker samme språkbruk:

Altså jeg synes det er dumt når folk blir veldig fanatiske, at det blir.. Det burde jo være en kultur som motivert av empati på en måte, mennesker er også dyr. Og indre splid, og liksom ... Og hat rett og slett, det tror jeg man finner i alle grupper da, spesielt mot ytterkantene så finner man alltid folk som tar ting til det ekstreme. Og det tror jeg er uheldig i alle kulturer egentlig, i alle grupper. Så det er veldig synd hvis det eksisterer da.

Utsagn 28, informant G

Det kan virke som at de 'fanatiske' veganerne er annerledes, eller ikke like høyt respekterte blant 'vanlige' veganere. Det er altså forskjellige nivåer av veganisme. Informant F bruker også et språkbruk som jeg tolker som lignende som Informant E og Informant G:

Ja jeg synes at det var litt ekstremt egentlig [latter]. At det var litt som.. Jeg synes det var nesten litt sånn «preachy» på en måte. Hvorfor skulle de snakke sånn om dyrene, hvorfor skal de få meg til å føle meg dårlig og alt det her. Jeg tror det sitter i oss alle før vi begynner å gå den veien selv (...).

Utsagn 29, Informant F

I dette delkapittelet har jeg fremhevet veganeres evne til å stille seg kritisk til hverdagskunnskap, og kunnskap om livspolitiske tematikker, deriblant dyrevelferd og rettferdighet, som står sentralt i veganismen. Det kan også tolkes at informantene har internalisert nye verdier og normer ettersom de nå er blitt veganere selv.

#### 4.4.4 Avvik og stammefellesskap

Grenser er som nevnt noe som rammer inn et fellesskap, men er det slik at alle veganere opplever å være i et fellesskap av veganere? Det er flere av informantene som mener de ikke føler på et fellesskap som veganer.

Informant B forteller at hun ikke har noen veganske venner, så hun har ikke en sterk tilknytning til et livspolitisk fellesskap. Også informantene C og D forteller at de ikke har en tilknytning til et vegansk samfunn.

«Nei jeg har jo veldig, jeg har ikke så stor tilknytning til det store veganske miljøet, så jeg er i stor grad en egen person vil jeg si da, jeg blir liksom ikke så veldig påvirket av andre ...»

Utsagn 30, Informant D

Dette kan tyde på at veganismen er en nyere sosial bevegelse (NsB), hvor det ikke er et krav om fysisk samvær og aksjoner i gatene. Den nyere bevegelsen er mer individuell, ettersom man tar personlige valg som igjen er en del av en felles grensesetting for hva som er rett og galt (Tjora, 2018). Noen av informantene mener de er med i et fellesskap:

«(...) Ja, det vil jeg også si. Jeg er jo med i masse veganske grupper, og i veganersamfunnet i Norge. Og har jo vært med på Oslo vegetarfestival og sånne ting, jeg har blitt kjent med mange andre veganere, så absolutt (...)»

Utsagn 31, Informant E

Ja, det vil jeg si. Det er jo, vi er jo mye, i hvert fall når man holder på med aktivisme, så åpner det plutselig dører for veldig mye sånn.. veganere, for da møtes man jo av den grunn, og så blir man på en måte naturligvis venner bare av å ha det fellestrekket da, at man har lyst å leve som veganer.

Utsagn 32, Informant F

Dette kan tyde på at informantene er bevisste på at de har fellestrekk og grenser som indikerer at de har like verdier og normer, slik man har i et nystamme-fellesskap.

#### 4.4.5 Aversjon

Jeg gjør i dette underkapittelet rede for informantenes aversjon mot animalske produkter, spesielt mat. Informantenes praktisering og handlinger kan forstås ved hjelp av deres opplevde aversjon og ubehag i forhold til å bruke animalske produkter. Aversjon og ubehag er tett knyttet til negative følelser, og ser ut til å være gjengående blant informantene.

Informant A forteller at reklamer på TV kan få henne til å føle på ubehaget:

(...) Heller en aversjon enn en fristelse. Hvis jeg ser liksom en sånn reklame om noen som spiser pizza, og du ser de der strengene med ost, som kunne friste meg veldig før jeg ble veganer og så fikk jeg lyst på en pizza med masse ost. Men når jeg ser det nå er det mer sånn.. det er *ekkelig* og ubehagelig, og jeg har ikke *noen* trang til det på en måte. Den overbevisningen er så sterk at (...) det er vanskelig å se for seg at jeg skulle ha klart og fått det svelget ned. Hvis jeg var i en situasjon der jeg ikke hadde noen valg og at jeg måtte spist det liksom.. Det vet jeg ikke helt, jeg tror heller villet ha sultet nesten.. Men det vet jeg ikke (...) det er det jeg ser for meg nå da.

Utsagn 33, Informant A

Informanten trekker frem en endring fra å ha hatt lyst på animalske produkter, til å tenke på slike produkter som ekle. Informanten bruker også begrepet overbevisning. Dette kan tolkes i den retning at det aktive valget med å bli veganer kan føre til at man har et mer kritisk blikk rettet mot det man spiser. Ved i tillegg å være i et sosialt fellesskap hvor man arbeider mot animalske produkter, kan man tilegne seg aversjon og ubehag i møte med matretter man tidligere ble fristet av. Det er flere av informantene som forteller om et ubehag når det kommer til tanken på å spise animalsk:

Da var jeg liksom vegetarianer, litt sånn fleksitarianer kunne jeg på en måte spise kjøtt en gang iblant, men det er ikke noe jeg ønsker nå. Tanken på det er veldig «off putting» liksom. Og det begynner å bli mer sånn med andre animalske produkter, egg og melk og sånt. Det er ikke noe jeg lenger ser på som mat på samme måte som jeg gjorde før da. Så det begynner å bli litt sånn ... En genuin, at jeg ikke har lyst på det liksom.

Utsagn 34, Informant G

Utsagnet er med på å forsterke informantenes negative følelser opp mot animalsk mat.

Ubehag kan også oppstå i arbeidssituasjoner noe som fremheves av informant C:

(...) Men så kan jeg av og til bli litt påvirket av lukter og sånne ting, hvis det er noe animalsk mat som blir laget ... Jeg jobber på skole og da var det en gang jeg jobbet på kjøkken med elevene en time, og den dagen skulle de lage kraft ut av svineknoker eller noe sånt, og da fikk jeg brekninger jeg synes det var så 'disgusting' at jeg måtte ta litt luft.

Utsagn 35, Informant C

Informantenes opplevelser av aversjon og ubehag for noe de før anså som fristelser, kan tolkes slik at informantene i sekundærsosialiseringen har internalisert nye verdier og normer

etter å ha tatt et livspolitisk valg om å bli veganer (Berger & Luckmann, 1967). Dette kan tyde på at veganere i ulike praksiser har internalisert holdningene i den sosiale bevegelsen de er i, og kroppsliggjort holdninger om mat gjennom aversjon til kjøttkonsum. I neste underkapittel redegjør jeg for informantenes autonomi når det kommer til valg av livsstil.

#### 4.4.6 Livsstil og kosthold

I intervjuene kommer det frem tematiske temaer fra et livspolitisk perspektiv. Dette kan tolkes som autonome og frihetsskapende tematiske temaer på den ene siden, og tendenser til fundamentalistiske tematiske temaer på den andre. Informantene har frihet til å velge livsstil og kosthold, men valgene kan ha følger. Jeg redegjør nå for informantenes opplevelse av diett og matvalg etter at de tok valget om å bli veganere.

Informant E forteller at hun føler hun har blitt mye sunnere som veganer. Hun innså at når hun endret dietten måtte hun passe på kostholdet og spise mer variert hvis hun skulle klare å bli veganer. Hun har spist mer belgfrukter, fargerik mat, frukt og grønt, i stedet for prosessert mat. Hun har merket en endring:

«... det faktisk har gjort meg friskere og kvikkere enn noensinne. Jeg har veldig mye mer til overs, jeg føler meg lettere i hverdagen. Det var noe jeg merket bare sånn to-tre måneder etter jeg ble veganer ...».

Utsagn 36, Informant E

To av informantene forteller også om deres reise og opplevelse fra å ha spiseforstyrrelser, til å finne veien tilbake til en frisk hverdag.

(...) Av og til slitt litt med å ha veid lite (...) Jeg gikk litt i behandling i forhold til spiseforstyrrelser når jeg var veldig liten ... Og så var det kanskje to uker inni der hvor vi hadde lyst å prøve at jeg spiste annerledes i tilfelle at jeg var veganer hadde påvirkning på en friskhetsprosess da. Så da var det på en måte et brudd i de seks årene da [som veganer], men.. Det hadde ikke.. Jeg gikk fort tilbake til å være veganer da, etter et par uker, så vi fant på en måte ut da at det ikke var korrelert (...).

Utsagn 37, Informant B.

(...) For jeg slet i kjempemange år med spiseforstyrrelser, og da jeg gikk over til å spise vegansk mat så fikk jeg på en måte et helt annet forhold til mat, jeg så på det som en helt annen måte, jeg klarte liksom å få mat til å være, se på det som en positiv ting, for jeg følte selv at jeg.. At med den maten jeg spiste så gjorde jeg noe som var bra for planeten, og dyrene og.. Ja, det hjalp meg å bli frisk også. (...) For mange tenker jo også hvis du spiser vegansk mat så får du ikke deg i næring, og blir kjempetynn. Jeg

veier mer nå som veganer, enn hva jeg gjorde før. Men det kan også ha noe med å gjøre at jeg faktisk spiser ordentlig.

Utsagn 38, Informant C

Informant B og C har vært i en prosess hvor de har måtte reflektere over hva som er sunt, etisk, og moralsk. De har også historie med å være bevisste på hva de skal spise, hvordan de bør tenke og hvorfor de skal spise det ene eller det andre. Utsagnene tyder på at informantene har vært tvunget til å ta valg og beslutninger omkring mat, og kan ha hatt utfordringer med mat tidligere i livet. Informantene gir inntrykk av å ha funnet «den riktige vei» med veganismen, noe som kan tyde på at denne dietten er mer enn et matvalg, den er også meningsskapende for individet, og for forståelse av egen kropp og helse.

#### **4.4.7 Oppsummering av ‘Veganisme som livspolitikk’**

I dette delkapittelet har jeg lagt frem empiri som handler om veganernes livspolitikk. Det er en tematikk som handler om hvordan og hvorfor veganere avstår fra animalske produkter i form av klær, skjønnhetsprodukter og lignende. Tematikken setter også søkelys på moral og praktisering av veganisme, og belyser forskjeller innad i denne livspolitiske bevegelsen. Veganere er i forskjellig grad engasjert i veganisme som en sosial bevegelse. I neste delkapittel legger jeg frem empirien som handler om veganismens sosiale omkostninger.

#### **4.5 Veganismens sosiale omkostninger**

I dette delkapittelet er det veganernes tilknytning til veganismen som står sentralt. Dette temaet handler om hvor åpne veganere er, hvilke normer og verdier de har, og hva det betyr for informantene å være veganere. Jeg redegjør nå for hva informantene opplever som sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme, og strukturerer temaet i henhold til figur 4. «Kirke-sekttypologi anvendt på veganere i Norge».

	<b>Kirke</b>	<b>Sekt</b>
<b>Medlemskap</b>	Passiv, medfødt og formelt	Frivillig valgt, dedikert og engasjert
<b>Nettverk</b>	Åpne og inkluderende	Lukkete og ekskluderende
<b>Hverdagsliv og fellesskap</b>	Lett å tilpasse "troen"	Vanskelig å tilpasse "troen"
<b>Praksis</b>	Pragmatisk og fleksibel	Kompromissløs
<b>Hvordan blir diettråd begrunnet</b>	Offisielle nasjonale helseråd	Alternative kunnskapskilder godkjent av sekten

**Figur 4.** Kirke–sekttypologi anvendt på veganere i Norge

#### 4.5.1 «Nå skal du prøve å få meg til å bli veganer» - Et frivillig medlemskap

Å velge diett er en frivillig sak, men også sterkt påvirket av sosiale normer og forventninger. Har de veganske informantene prøvd å overtale andre til å ta samme valg som dem selv, og i så fall hvorfor, og med hvilke utfall? Når jeg stilte spørsmålet til informantene angående det å skulle overtale andre til å bli veganere, utløste det tanker om hvordan de opplevde begrepet 'overbevise'. De fleste informantene mente at enhver må finne det i seg selv for å kunne gjøre en endring.

Informant A forteller at det å overbevise noen om å bli veganer ikke er poenget:

... overbevise noen, eller sant, det er jo egentlig ikke det som er poenget, poenget er på en måte å ... de spør «hvorfor er du veganer», og da på en måte passe på å finne den balansen, og fortelle hva det er sånn at de ikke tolker det som at «nå skal du prøve å få meg til å bli veganer» ... Men det synes jeg har vært den beste måten (...) jeg forteller om hvorfor jeg har tatt det valget, så er det på en måte opp til de hvordan de vil bruke den informasjonen i sitt liv, det er ikke opp til meg (...). Hvis du blir overbevist av andre er det på en måte ikke helt du som har tatt det valget kanskje, at man føler et sånt press ... det er ikke ekte da (...). (...) Jeg skulle jo helst se at alle var veganere, men jeg skjønner jo at [latter] det ikke er i min makt å gjøre alle til veganere, eller det er ikke min oppgave å konvertere folk til veganisme på jobb (...) Det er jo bare helt sinnssykt [latter] hvis man tenker sånn.

Utsagn 39, Informant A

Informanten har en dedikert tilknytning til veganismen, men mener at det å bli en veganer selv er opp til hver enkelt, noe som passer med at veganisme som livspolitisk valg inneholder autonomi. Det er et valg basert på frivillighet og lyst (Furseth & Repstad, 2016). Informant G sier at han presenterer sitt synspunkt så godt han kan, men er samtidig veldig forsiktig for å prøve å ikke vekke dårlig samvittighet:

Jeg tror litt dårlig samvittighet kan være sunt [latter], fordi hvis ikke endrer man ikke atferd. Og det er en annen ting ikke sant ... Man må være veldig, veldig forsiktig, og ikke trakke på noen tær, og ikke vekke noen.. ikke noe skyldfølelse, og akseptere alle (...) små skritt, og at all endring er bra (...).

Utsagn 40, Informant G

Her gir informanten uttrykk for at han ikke vil presse sin mening på andre, noe som kan ha sammenheng med det sosiale stigmaet forbundet med veganisme. Informanten forteller videre:

(...) Jeg tror det kan oppleves som litt moraliserende liksom, at: «jeg er veganer, jeg er bedre enn deg», «jeg tar mer etiske valg enn deg», «jeg har forstått mer enn deg», og «jeg er sterkere som klarer å ta disse valgene». For de fleste jeg snakker med bryr seg jo om de temaene her, de bryr seg jo om dyrevelferd, de bryr seg om klimaendringer, de bryr seg om, om veldig mange av disse temaene. Men så er det liksom en liten «gap» mellom om hvordan de handler og hvordan de ... de kanskje ideelt sett kunne ønsket de handlet da. Og da få det «dyttet» opp i ansiktet kan være litt triggende, det følte jeg også før jeg ble veganer, og det var lenge jeg tenkte på disse samme tankene og liksom, kjente på at «oi, her er det.. Jeg er egentlig litt enig», men hvis du får det litt dyttet på kan man bli litt sånn defensiv da.

Utsagn 41, Informant G

En måte å tolke informantens utsagn på er å se det i figur 4. Informantene lever strengt og asketisk i henhold til sin livsstil, men som et frivillig valg. Dette er et kjennetegn ved sekttypen, hvor medlemskap er basert på frivillighet, engasjement og dedikasjon hos medlemmene (Furseth & Repstad, 2016). Hans mening er samtidig noe han ikke vil presse på andre, da det kan føre til at både han og veganismen i seg selv kan tolkes som problematiske. En informant trekker frem at å være veganer ikke er noe som passer for alle, og at livsstilen burde være frivillig basert:

(...) Jeg tenker ikke akkurat at å være veganer er noe alle skal være ... fordi for min del er det en personlig interesse som jeg synes er kjempegøy, også forstår jeg jo at det



ikke passer for alle. Og man må jo faktisk ha lyst til det for å få en verdi av det, hvis ikke tror jeg at det er mange, hvis alle følte at de måtte være det, så er det mange som hadde gjort det og ikke hatt det så veldig bra.

Utsagn 42, Informant B

Informanten nevner her noe viktig, nemlig at valget om veganisme begrunnes av egeninteresse, og forbindes med moro. Her blir det tydelig at veganisme er et frivillig valg. I neste del gjør jeg rede for de utsagnene som handler om åpenhet rundt valget om å være veganer.

#### 4.5.2 Dedikasjon til veganismen

Informantene i denne studien er dedikerte til dietten og livsstilen de har valgt. Flertallet har felles forståelser av at merkelappen 'veganer' ikke vil passe til dem som skeier ut av dietten. For informantene er dedikasjon og engasjement viktig. Dette kan imidlertid føre til et lukket og ekskluderende fellesskap hvor man må følge normene strengt og gjøre som resten av fellesskapet.

Informant B mener at man enten *er* veganer, eller ikke. Om man inntar animalske matvarer er man i kategorien 'ikke'. Følgende utsagn kan tyde på en viss kompromissløshet om hva som skal til for å være en del av et vegansk fellesskap som en «ekte veganer». Informant A forklarer sitt syn:

«(...) Hvis man da skeier ut et par ganger i måneden, og spiser masse kjøtt og.. drikker milkshake eller hva man gjør [latter], at man kanskje da ikke helt har det mindsett som man tenker er veganisme da (...)».

Utsagn 43, Informant A

Informant G har en lignende oppfatning av hvor man setter grensen. Samtidig forteller informanten at det har hendt han har spist noe animalsk etter han ble veganer, deriblant potetgull som inneholder melkepulver, sjokolade og kakestykker i tilfeller han mener det har vært upassende å si nei. Informant G mener det er en forskjell på det han har spist, og andre som tar seg «cheat days» hvor man en spiser animalsk en gang i uken. Han synes det er synd om en person som har veldig avslappet holdning til å skulle 'hoppe inn og ut' av dietten skal kunne kalle seg for veganer, at det vil kunne vanne ut ordet og beskrivelsen:

«(...) Men det er ikke sånn at jeg skal nekte noen i å kalle seg veganere, eller beskytte det med knyttnevene mine, men.. Ja, jeg tror det er litt synd hvis.. hvis definisjonene blir veldig vannet ut (...).

#### Utsagn 44, Informant G

Informantens utsagn kan tolkes som en antydning om et ekskluderende nettverk og fellesskap, noe som er karakteristisk for sekttypen (Furseth & Repstad, 2016). Videre kan det tolkes som at Informant A har et slikt nivå av engasjement. Engasjementet og dedikasjonen til informantene kan man se i neste utsagn:

(...) det er litt sånn grusom sammenligning, men det jeg tenker da er sånn.. at.. Hvis man er veganer så ser man på den bruken av dyr som overgrep, og da er det ikke sånn at man tenker at overgrep er okei av og til. (...) Og det kan høres veldig hardt ut, men det er sånn jeg tenker da. (...) At hvis du er veganer så avstår du fra alle overgrep mot dyr så langt det lar seg gjøre. Altså har du en medisin du må ta, så ta den ... Og er det sånn fare for liv og død så spis kjøtt liksom og du er veganer likevel sant. (...) Det er ikke det. Men hvis du på en måte tar et aktivt valg om å bidra inn til de overgrepene som skjer mot dyr så.. Så er det ikke helt i tråd med det budskapet da kan man si. Det er det jeg tenker i hvert fall.

#### Utsagn 45, Informant A

Informantene er altså dedikerte og engasjerte i sine valg og livsstil. Informant E peker på det moralske aspektet som avgjørende, og får frem at den som slutter å være veganer viser moralsk svikt, og av den grunn ikke egentlig kan sies å ha vært veganer:

«hvis man på en måte sluttet å være veganer, så var du aldri veganer i det hele tatt. For det handler på en måte om moral, og det ligger så mye dypere enn det at du på en måte valgte bare kostholdet, at du ikke gadd lenger liksom».

#### Utsagn 46, Informant E

Informant G forklarer at en person som skeier ut kan kalle kostholdet sitt for plantebasert. Hvis man følger den veganske filosofien kan man kalle seg for veganer:

Veganisme handler om fra mitt perspektiv om en større livsfilosofi sant, som ikke *bare* handler om diett, men det handler også om alle forbrukervalg man gjør, enten det er klær, kosmetikk, eller hvordan vi opptrer i sånt ... Helst ikke gå på sirkus hvis det er dyr der, eller ... Dyrehage kan også være problematisk ikke sant, det er mer enn bare dietten da. Så hvis man i bor hele filosofien, da tenker jeg at det er bedre å kalle seg veganer.

Det kommer altså tydelig frem at å være veganer er noe det er verdt å gi opp sanselige og verdslige gleder for. Det tydeliggjør en sosial bevegelse hvor veganerne er dedikerte og høyt engasjerte. I tillegg til å være et nettverk som er ekskluderende for individer som ikke følger samme livsstil.

Informant B forteller at hun ser på seg selv som en tilbakelemt veganer. Hun har meninger som fører til at hun ikke føler at hun passer inn i et vegansk fellesskap. Hun mener det er akseptabelt å spise kjøtt så lenge man er bevisst på valgene man tar. I intervjuet snakket vi om hvorvidt hun ville vært villig på å delta på veganske arrangementer om hun hadde hatt mulighet:

(...) av og til så føler jeg til og med at jeg ikke helt hadde passet inn i en sånn ... Eller kanskje til og med at jeg kan tro.. (...) det er litt sånn forhåndsdømmende, men om det er for sånn «veganer» veganer på en måte da. (...) at mine tanker om det, at det er greit å spise liksom ... at alle tar sine valg er det liksom.. Er det nesten litt sånn.. radikalt? Men det er jo kanskje veldig sånn forhåndsdømmende ....

Disse forståelsene kan tyde på tendenser til å se på veganismen som en lukket sosial bevegelse. I neste del kommer jeg nærmere inn på informantenes møte med andre sosiale fellesskap enn veganismen.

#### **4.5.3 Veganernes møte med hverdagen**

I dette underkapitlet er jeg interessert i å utforske veganernes hverdagsliv og fellesskap. Flere av informantene velger å skjule viktige aspekter ved sin livsstil helt til det eventuelt i sosialt samvær kommer opp verbale eller ikke-verbale tematikker rundt for eksempel diett.

Flere av informantene velger å ikke si at de er veganere når de møter nye mennesker.

Informant B pleier ikke å aktivt fortelle det til andre, men lar det være opp til andre å kanskje legge merke til det når de spiser sammen. Også informant C sier at hun ikke liker å 'stå frem' som veganer når hun møter nye mennesker:

Jeg liker det ikke fordi at da skal folk ofte begynne å diskutere veganisme med meg, og jeg er en konfliktsky person egentlig. Jeg synes ofte det er ubehagelig når folk begynner å kommentere veldig på hva jeg spiser, hvorfor jeg er sånn og ... Hvorfor bryr jeg meg ... det er ikke noe jeg tar opp selv, det er som oftest folk som legger

merke til det i enkelt situasjoner. Julebord på jobben for eksempel så spiser jeg noe annet enn dem ...

Utsagn 49, Informant C

Informant F forteller at hun ikke har noe problem med å si at hun ikke spiser dyr, men hun liker ikke å si at hun er veganer. Dette kan også tyde på et stigma rundt veganisme, som kanskje ikke er like tydelig blant andre dietter og livsstiler:

«(...) fordi for meg betyr jo det bare at jeg ikke prøver å skade andre, og det burde jo vært normalen i mine øyne. Så jeg liker ikke å lage en sånn der «jeg og de» grupperinger i samfunnet egentlig».

Utsagn 50, Informant F

I møte med hverdagslige sosiale fellesskap kan det være utfordrende for informantene å tilpasse deres livsstil til omgivelsene, da deres tilknytning til veganismen er noe som står sterk i deres liv og væremåte. Informant D sier at han kan havne i diskusjoner når noen spør ham om hvorfor han velger å være veganer;

(...) da er jeg veldig ærlig og sier at jeg mener at det er galt å drepe og utnytte andre vesener. Og det er jo ofte.. Ja, jeg har kommet i mange diskusjoner rundt det, for det er jo ingen som er enig med meg om det da. Og jeg tror det er mange som føler seg veldig ... antagonisert da, hvis jeg kommer med sånne påstander. (...) Det blir som regel gode samtaler rundt det da, og det er jo mange som egentlig sier seg enig med det jeg sier, men det er jo veldig få som gjør noe med det.

Utsagn 51, Informant D

At informantene ikke velger å 'stå frem' som veganer er et interessant fenomen. Det kan tyde på at de ønsker å bli opplevd som tolerante og tilpasningsdyktige, og ikke avvikende og unormale i møte med sosiale fellesskap som for eksempel på arbeidsplassen (Furseth & Repstad, 2016). I neste del ser jeg nærmere på hva som skjer når informantenes verdier og normer kolliderer med andres i samfunnet.

#### **4.5.4 Pragmatisk eller absolutt – normer og verdier i tradisjonelle sammenhenger**

Valg av livsstil innebærer å ta sosialt merkbare atferdsvalg som kan kollidere med andres normer, verdier, holdninger og moral. Informantene har fått en ny hverdag preget av et ubehag og reaksjoner på tidligere 'normale' situasjoner. Dette delkapittelet handler om hvordan informanter reagerer når andre rundt dem inntar animalske produkter i tradisjonelle sammenhenger.

Et par av informantene synes det er vanskelig å for eksempel dra i familiebesøk, og har prøvd å ikke reagere på andres inntak av animalske produkter:

(...) I lang tid så prøvde jeg å ikke reagere så mye på det, men etter hvert når jeg hadde drevet mye med fotojournalisme, og du har på en måte ... Jeg hadde jo møtt dyrene ikke sant, så det var et klart ansikt for meg på hvem det var de faktisk spiste, så da måtte jeg ta helt avstand egentlig, så nå drar jeg ikke lenger i familiebesøk, og jeg klarer ikke den diskusjonen, jeg klarer ikke å skulle måtte forsvare det da. Så jeg har sagt ifra til folk at det er derfor jeg ikke kommer, og så har jeg egentlig tatt avstand for jeg synes det er for ubehagelig (...)

Utsagn 52, Informant F

Her forteller informanten om hvordan veganisme har ført til avstand fra egen familie. Dette er et viktig poeng, som også underbygges av andre utsagn. Veganisme er et livsvalg som kan ha konsekvenser for familieliv og nære sosiale relasjoner ettersom man bryter med tradisjonelle normer og verdier, og ofte kan bli utfordret rundt det aktive valget man tar. Det er flere som har opplevd ubehag når det kommer til familiebesøk og andre tradisjonelle sammensetninger, for eksempel høytider.

(...) Altså jeg prøver jo å ikke reagere på det. Og ikke gjøre det til en 'big deal' sant ... Store høytidsdager som jul og sånt da vil jeg helst ikke delta i det.. Eller ha kjøtt på bordet mitt for å si det sånn. På grunn av at jeg synes egentlig det er ukomfortabelt. Så da vil jeg heller bare feire med de som synes at det er okei at vi ikke har noe animalsk på bordet (...) Men jeg synes det [som] er mest ukomfortabelt er sånne store kjøttstykker, eller sånt som ribbe eller kalkun (...) [at] det er hovedattraksjonen til det måltidet ... Det er liksom ett individ som ligger der. (...) Jeg synes det er veldig ukomfortabelt.

Utsagn 53, Informant A

Underkapittelet tyder på at informantene ikke er har en tilpasningsdyktig livsstil, selv når det kommer til tradisjonelle sammenhenger. De er ikke pragmatiske, og spiser ikke animalsk mat for å tilfredsstille verken sine eventuelle tidligere normer og verdier, men heller ikke familienes normer og verdier. Dette er noe man kjenner igjen i sekttypen. I neste del fremstiller jeg et innblikk i hvordan valget om veganisme påvirker informantenes følelse av egen identitet.

#### **4.5.5 Veganismens betydning for identiteten**

Det er tydelig at valget om veganisme påvirker individene som lever med dette valget hver dag. Å være en del av veganismen har betydning for informantenes identitetsfølelse.

Veganere føler varierende grad av tilhørighet til den sosiale bevegelsen veganismen, noe som igjen påvirker synet på seg selv.

Informant A mener valget har noe å si for identiteten sin, men at det varierer ut ifra hvor man er i livet. Dette kan man også se i informant B sitt svar:

Hver dag så spiser jeg liksom fire måltider som er vegansk, og de måltidene har på måte en stor verdi for meg, sånn at.. hvis det hadde blitt byttet ut med noe som jeg ikke trivdes så mye med, så hadde jeg ikke hatt det så bra, så da vil jeg på en måte si at jeg identifiserer meg ganske mye med å være veganer fordi det betyr så mye for meg. (...) Jeg ønsker jo at den personen jeg er, skal være en som gjør ting som er godt for flere på en måte, så har jeg troen på at det er en liten ting man kan gjøre.

Utsagn 54, Informant B

Informanten tenker over hvordan veganismen påvirker hennes identitet, hennes selvforståelse og selvbilde. Dette samsvarer med andre informanter. For informant C får det å være veganer henne til å føles seg til et bedre menneske:

(...) Det får jo meg selv til å føle meg som et bedre menneske, at jeg vet at jeg i hvert fall gjør mitt beste for å ikke bidra til at dyr har det vondt. Og.. Ja. Altså, det er liksom ikke jeg går og tenker over, alt er på en måte bare i ... på en måte.. rutine eller hva jeg skal si. Det er litt vanskelig å forklare det. Nå har jeg jo vært veganer i seks år, så det er bare sånn [latter].

Utsagn 55, Informant C

Utsagnene er med å forsterke forståelsen om at informantene forplikter seg til et etisk-religiøst ideal som de i stor grad prøver å vise gjennom deres egen oppførsel, som igjen er med på å forme deres identitet (Johnson, 1957). Dette ser man også tendenser til hos Informant G:

Jeg tror det har ganske mye å si for identiteten egentlig, mer enn den praktiske diett dag til dag greiene. For det er kanskje et av de største etiske standpunktene jeg har tatt i livet mitt som går liksom ... På tvers av det resten av samfunnet ser på som moralsk riktig, og det er noe jeg må forholde meg til hver dag da. Det er liksom et aktivt valg jeg tar hver dag, og for min del er det jo motivert ut fra empati med de andre dyrene vi deler planeten med. Så det påvirker litt verdensbildet, og hva jeg tenker på som riktig, og hvordan man må ta vare på mangfoldet her da, både natur og dyr. Så det går veldig inn i min etikk og.. ja..

Utsagn 56, Informant G

Informanten mener det har mye å si for sin identitet at han er veganer. Dette er da han tenker på det etiske, moralske, naturen og dyrene. Det er aktive valg han tar hver dag som påvirker hans identitet. Dette er i motsetning til hva neste informant sier. Informant F er usikker på om hennes valg av livsstil har påvirkning for identiteten hennes:

Mm... Nei ... Jeg vet ikke helt. (...) For min del vil veganisme bare si å prøve å leve i tråd med egne verdier. Ta handlinger basert på verdiene sine. Det er egentlig ikke et behov for meg å bruke noe ord på det, men fordi det er ... Det gjør det enklere i alle situasjoner hvis vi skal ut å spise og sånne ting. Da er det greit å kunne ha et ord å peke til, jeg er veganer, jeg spiser bare veganvennlig. Men ... Ellers er det egentlig bare en sånn ... Ja ... Naturlig ting for meg.

Utsagn 57, Informant F

Informant F mener at det er usikkert om veganismen påvirker hennes identitet. Men hun fremstiller flere handlinger hun tar hver dag hvor hun velger vekk nytelser som folk flest i samfunnet velger. Slike aktive, kontinuerlige valg om å velge vekk mye av det som er 'normalen' i samfunnet vil påvirke identiteten. I neste del kommer jeg nærmere inn på om informantene vil gå ut av den veganske livsstilen.

#### 4.5.6 Forbli veganer? – det alternative valget

Informantene vil ikke gå tilbake til en hverdag hvor de bruker animalsk produkter, dette går igjen i alle intervjuene. Fra dette valget om avhold kan man trekke linjer til deres kunnskap, kritisk tenkning og hvordan de begrunner sine diettråd. Informant A forteller følgende med tanke på å spise animalsk:

«det tror jeg *aldri* jeg kunne gjort ... Jeg føler ikke det er mat sant, det føles helt feil, det føles *aldri* som at det frister. Bare sånn helt ærlig ...».

Utsagn 58, Informant A

Informantene vil ikke spise animalsk mat igjen på bakgrunn av hva de vet om hvordan dyr blir behandlet. Dette er kunnskap og råd de kan ha tilegnet seg gjennom ulike fora som er godkjent av veganere. Informant E tror ikke hun vil gå tilbake til å ikke være veganer:

«Nei, det tror jeg ikke. ... Altså det er jo, selv om jeg på en måte som jeg sa tidligere, at jeg har savnet ost litt mange ganger, så tror jeg at om jeg hadde spist det hadde jeg kastet opp, fordi det føles så feil ut ...».

Utsagn 59, Informant E

Utsagnene bærer preg av at informantene har tilpasset sin livsstil og diett til den grad at de ikke vil gå tilbake å spise – eller bruke animalske produkter igjen. En av informantene skiller seg ut da hun sier at «man skal aldri si aldri»:

Det er vanskelig å si, man skal liksom aldri si aldri, før har jeg tenkt liksom: «nei aldri». Men det måtte være fordi at livsstilen min, hvordan jeg lever hadde forandret seg ... Nei.. Det skal mye til for at jeg ikke skulle ha vært veganer lenger altså. Fordi jeg føler meg så bra. Så jeg ser ikke en grunn for, det måtte ha vært pga. det måtte skje fordi vi ikke hadde import av mat, eller ikke hadde muligheten til noe annet rett og slett. Så lenge jeg kan, så kommer jeg til å være det vil jeg si.

Utsagn 60, Informant B

Informant F sier også at hun ikke tror hun vil gå tilbake til å spise kjøtt, men hun forteller også en periode der det var slitsomt å være utenfor normen:

Nei, det tror jeg ikke. ... Eller jeg husker vel en gang for noen år siden hvor det var sånn at jeg følte at det var litt slitsomt å være utenfor.. Altså ingen inviterte meg jo på middag eller noe sånt, og da var det litt sånn «oi, skal jeg bare kanskje spise kjøtt igjen, eller et eller annet», men det er en såpass stor indre konflikt, og så søkte jeg opp mer informasjon og nå er det på en måte (...) Det gir ingen mening for meg å spise dyr. For det første spiser jeg utrolig bra, jeg har ingen problemer i matveien. Og det bare gir ingen mening for meg å spise kjøtt, altså det smaker ikke like godt som den maten jeg spiser nå, det bare gir ikke mening.

Utsagn 61, Informant F

Informanten har altså vurdert om hun skulle tilpasse sin livsstil for å kunne passe bedre inn med andre i samfunnet, og spise det som ble servert på bordet. Men utsagnet tyder på at hennes dedikasjon til veganismen er så sterk, at det ikke ville la seg gjøre. Dette kan tolkes å være på bakgrunn av diettrådene informantene får gjennom ulike veganske forum, om hva som er best måte å spise på, og hvordan leve best mulig. Informanten uttrykker seg som sikker i sin sak om at veganisme er den beste måten å leve på.

#### **4.5.7 Oppsummering av ‘Veganismens sosiale omkostninger’**

I tematikken ‘veganismens sosiale omkostninger’ har jeg gjort rede for empiri om veganernes opplevelser av sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme. Jeg har vist at informantenes dedikasjon til den sosiale bevegelsen er sterk. Informantene viser seg å være svært engasjerte i livsstilen de har valgt, og de ønsker i svært liten grad å inngå i kompromisser. Dette går igjen ut over deres sosiale liv da de ikke tilpasser seg hva resten av samfunnet betrakter som normalen.



Jeg har i kapittel fire presentert en deskriptiv analyse av datamaterialet gjennom tre ulike tematiseringer, som hver inneholder flere underkapitler. Videre i teksten drøfter jeg datamaterialet i lys av det teoretiske rammeverket.



## **KAPITTEL 5. Diskusjon**

### **5.1 Innledning**

Formålet med denne studien har vært å skape økt forståelse og dypere innsikt i hvorfor veganere velger å leve vegansk, og hvordan valget påvirker deres sosiale liv. Jeg har tatt i bruk teori om sosiale bevegelser, både tradisjonelle (TsB) og nyere sosiale bevegelser (NsB) og utforsket ulike politiske begreper som ‘frigjøringspolitikk’ og ‘livspolitik’. Jeg har tatt i bruk teori om fellesskap og internalisering, og anvendt en kirke-sekt-typologi som en teoretisk ramme for å undersøke fenomenet veganisme. Gjennom kvalitative intervjuer og tematisk analyse har jeg utviklet en bredere forståelse knyttet til problemstillingen om hvorfor veganere velger en livsstil som utfordrer den etablerte livsstilen i samfunnet, og hvordan valget har påvirket deres sosiale liv. For å kunne besvare problemstillingen har jeg utformet tre forskningsspørsmål og derav tre tematikker.

I det første delkapittelet diskuterer og drøfter jeg ulike begrunnelser for å velge å leve vegansk. I det andre delkapittelet drøfter jeg ulike aspekter av hva som kjennetegner veganisme som et livspolitisk fellesskap. I det siste delkapittelet diskuterer jeg hva som kan være sosiale omkostninger ved å velge veganismen og hvordan dette påvirker livene til dem som tar dette aktive valget.

### **5.2 Hvilke begrunnelser har veganere for å leve vegansk?**

For å besvare forskningsspørsmålet gjør jeg først rede for hvilken sosial bevegelse veganismen tilhører for å si noe om hvorfor veganere velger som de gjør. Et typisk trekk ved sosiale bevegelser er at de ønsker en sosial forandring, og veganisme er intet unntak. Veganisme er målrettet mot et sosialt problem, og mot en grunnleggende problemstilling i samfunnet (Wienclaw & Howson, 2011). Hovedproblemene og ønsket om sosiale forandringer er relatert til livspolitiske tematikker, særlig klima og miljø, helse og kropp, og dyreforhold og dyrevelferd (Utsagn 5, Informant E). Informantene har tatt tydelige livspolitiske valg som baserer seg på å avstå fra animalske produkter, både når det kommer til diett og andre aspekter i livet, som å ikke bruke animalske klær eller andre produkter (Touraine, 1985). Dette samsvarer også med funnene i masteravhandlingen til Christensen (2017) som skriver at valgene veganere (og vegetarianere) tar involveres i lovspolitikk (s. 67-68). Livspolitiske tematikker er noe som finner sted i nyere sosiale bevegelser (NsB).

Veganisme er et fenomen man forbinder med et moderne og refleksivt samfunn hvor individer tenker kritisk om tradisjoner, og må ta valg basert på hva de selv synes er beste måte å leve på (Møen, 2009). Et av disse valgene er å bli med i en sosial bevegelse som trosser normer og verdier som har vært til stede i samfunnet i århundrer, nemlig aktiv bruk av animalske produkter. Informantenes valg om å bli en del av veganismens sosiale bevegelse er basert på ulike begrunnelser. De spenner fra bekymring om hvordan mat- og kjøttproduksjon påvirker klima og miljø i negativ forstand, helsefordeler ved en vegansk diett, til etisk dyrevelferd hvor en ikke skal gjøre skade på dyr. En av informantene trakk frem etikken rundt å drepe et annet dyr som en del av sin begrunnelse (Utsagn 4, Informant D). Slike begrunnelser peker på informantenes ønsker om strukturelle, sosiale og politiske endringer. Den nærmest endeløse informasjonsstrømmen vi har tilgang til i det moderne samfunn kan være en viktig årsak til at veganisme som sosial bevegelse har fått fotfeste i samfunnet (Flynn, 2011b). Veganisme er en bevegelse med en tydelig konflikt, handling og mål, og informantene må stadig ta valg (choices) og avgjørelser (decisions) angående mat, klær og sosiale situasjoner (Møen, 2009). At informantene tar aktive valg, og må stå for de valgene de tar, kommer tydelig frem i intervjuene, og underbygger at veganismen kan betegnes som en NsB heller enn en TsB. TsB har hatt en tendens til å engasjere seg i klassekonflikter hvor det som oftest handlet om økonomisk ulikhet og usikkerhet (Flynn, 2011).

Informantene har ulike begrunnelser for det aktive valget om å være en del av den sosiale bevegelsen veganismen. Informant B forklarer at hun er blitt veganer av to grunner: på bakgrunn av klimarapporten fra Paris 2015 (decisions), og helsemessige ønsker om å leve sunt (choices), og forståelse av hvordan mat påvirker kroppen;

(...) Og så tror jeg at jeg fikk litt panikk, også begynte jeg å undersøke og forstod at, eller fikk inntrykk av at å spise mindre kjøtt og animalske produkter kunne i hvert fall redusere mitt personlige bruk. (...) jeg er veldig interessert i ernæring. Og synes mat er skikkelig gøy, og [jeg] liker å lese om ernæring, og vet jo at ... eller, ifølge det jeg har lest [latter] så er jo å spise mye planter og råvarer veldig godt for kroppen da. Så jeg synes det er litt sånn spennende rett og slett.

Utsagn 3, Informant B

Utsagnet er med på å forsterke plasseringen av veganisme i en NsB, som ofte springer ut fra sosiale og politiske strukturelle endringer i samfunnet (Flynn, 2011). Informant A forklarer at valget var en gradvis prosess hvor hun gikk fra å være pescetarianer til vegetarianer og til slutt veganer, på bakgrunn av dyrevelferd. Dyrevelferd viser seg å være en gjenganger hos

informantene, og er en nyere sosial tematikk som man i det refleksive samfunn har mulighet for å ta stilling til. Klima og miljø, helse og kropp, og dyrevelferd har vært tematiske som det var minimalt søkelys på i de tradisjonelle sosiale bevegelsene (Flynn, 2011). I tradisjonelle samfunn var livsvalg basert på en mer ukritisk konsensus, hvor temaer som angikk hvordan individer skulle leve livene sine ikke var i fokus.

Det er flere av informantene som forklarer at de velger å leve vegansk av personlige grunner, men også av større og samfunnsrelaterte hensyn. Informantenes aktive valg om å velge å leve vegansk er preget av overlappende avgjørelser og valg, men også evnen til å kunne tenke kritisk om kunnskapen i samfunnet. Kunnskapen informantene stiller seg kritisk til er blant annet den som formidles av [kjøtt]industrien. Kunnskap kan være en faktor som er med på å begrunne og påvirke deres valg av livsstil.

Man får en slags mistillit til samfunnet, eller ikke til samfunnet, men til store bedrifter og sånt når man har sett så mye. (...) jeg vet ikke hvordan det hadde vært hvis jeg ikke hadde visst disse tingene, men jeg føler at jeg har fått et helt annet liv, at jeg er mer bevisst på en måte.

Utsagn 12, Informant F

Informant F har i dette tilfellet vært nødt til å ta et valg på bakgrunn av refleksjoner om hva som er etisk og moralsk rett. I tillegg har informanten utviklet et mistillitsforhold til industrien som egentlig skulle ha hatt ekspertkunnskapen om hvordan man bør behandle dyr.

Mistillitsforholdet har oppstått da vi i det refleksive samfunn har gått fra å ha tillit til eksperter, til å nå ha aktiv tillit da det er mangfoldige kilder til kunnskap som gjør at man kan stille seg kritisk (Beck et al., 1994). Dette mistillitsforholdet kan være en pådriver for individets ønske om forandring. Informant A forklarer også i utsagn 15 at å leve vegansk er et aktivt og bevisst valg som enhver må ta på bakgrunn av informasjon og kunnskap om industrien. Den sosiale bevegelsen veganisme skaper en følelse av felles mening for individene som lever vegansk, og da spesielt å verne om dyrerettigheter (Christiansen, 2011).

I dette delkapittelet har jeg drøftet hvordan man kan forstå veganisme som en sosial bevegelse hvor informantene avstår fra alle animalske produkter. Veganismen er i opposisjon til samfunnets normer når det kommer til diett og livsstil, og har som mål å redusere produksjon og konsum av animalske produkter (Touraine, 1985). Veganismen har en form for struktur som tilsier at den er en NsB, ettersom veganisme utgjør en søken etter en alternativ levemåte

(Flynn, 2011). Begrunnelsene veganerne i dette prosjektet har for å velge vegansk er varierende. De er preget av nye, livspolitiske tematikker som innebærer nye måter man bør, og kan, leve livet sitt på (Møen, 2009). I neste kapittel gjør jeg rede for veganisme som livspolitikk.

### 5.3 Hvilket fellesskap har veganere?

I denne delen belyser jeg forskningsspørsmålet «hva kjennetegner veganisme som livspolitisk fellesskap?». Temaet ble analysert i kapittel fire i seks ulike underkapitler. Veganismen er en global bevegelse som oppfordrer sine medlemmer til å engasjere seg i livsstilsendringer (Flynn, 2011b) (Seippel, 2003), og utgjør et livspolitisk fellesskap der medlemmene kan sies å ha en reflekssiv identitet (figur 3). Jeg gjør i dette kapittelet rede for hvorfor dette er tilfellet, og starter med å drøfte hvilken form for fellesskap veganismen har.

Det aktive valget veganere tar om å bli veganer fører til internalisering av veganismens (sekundærsosialiseringen) verdier, normer, moral, språk og lignende (Berger & Luckmann, 1967). Et fellesskap oppstår ifølge Tjora (2018) gjennom skapelsen og opprettholdelsen av grenser mot «andre». I analysen kan man se at informantenes livsstil baserer seg på mer enn bare dietten. Det er ulike grensesettinger for bruk av animalske produkter som bruk av dun, skinn, ull og produkter som er testet på, eller laget av dyr. En del av informantene har en konsensus om at ull er et akseptabelt produkt å bruke, selv som veganer. Bruk av skinn kan i noen tilfeller også være akseptabelt av hensyn til klima og miljø. Disse unntakene, eller tilfellene hvor informantene setter sine delvis subjektive grenser, viser seg å være todelt. Enten har informantene tatt vare på klær fra *før* de ble veganer som for eksempel bunad, arvet klær, eller ullsokker og gensere, eller aksepterer informantene å kjøpe *brukte* animalske produkter. Dette kan også sees å ha en stilmessig tilhørighet, veganere har en måte å kle seg – de ekskluderer animalsk produserte klær i stor grad (Tjora, 2018). Dette er noe som er typisk i nystamme-fellesskapene. Det er en bevissthet om grensene som er satt av hvert enkelt medlem.

Bruk av ull står sterkt i norsk tradisjon, levemåte og nasjonale fellesskap. Det kan da være utfordrende å internalisere at bruk av ull er umoralsk og ekkelt i sekundærsosialiseringen. De ulike synspunktene på animalske produkter er formet av grenser som blir påvirket av vaner, normer, tid og sted. Det sier også noe om hvor dypt forankret disse normene og verdiene er internalisert gjennom den kontinuerlige sekundærsosialiseringen (Berger & Luckmann, 1967).

Informant G snakker om miljøhensyn, hvor ull heller enn syntetiske produkter som kan inneholde mikroplast er en faktor:

(...) men jeg tenker at det er greit, akseptabelt å bruke de ullklærne fordi alternativet.. Jeg trenger varme klær, så alternativet hadde (...) Kanskje vært å kjøpe noe syntetisk, men så ikke sant, så kommer problemet med mikroplast, og produksjon i den, og økt forbruk. Så der er det liksom grå ... områder som jeg ikke helt har svaret på, og jeg tror det må være åpenhet for disse områdene da, kunne diskutere på en snill måte.

#### Utsagn 16, Informant G

Informantens internalisering av normer og verdier når det kommer til bruk av ull er ikke like forankret i hans internalisering som hans miljøhensyn. Dette samsvarer med Informant B, utsagn 18, som forteller om hennes hensyn til miljøet når hun velger å bruke skinn i stedet for plast. I primærsosialiseringen kan informantene ha lært at det er normalt og innforstått å bruke animalske produkter, og informantene møter et dilemma internalisering av normer og verdier fra primær - og sekundærsosialisering tårner sammen (Berger & Luckmann, 1967). Utsagnene fra informantene tilsier at de ikke har fullstendig internalisert moralen til den veganske livsstilen, enda.

Det andre eksemplet på tøyelige grenser, er om informantene kjøper *brukt*. Her igjen kan man se at tilhørigheten til fellesskapet har flere nyanser, og kjøpe brukt er en nyanse som underbygger det (Lillehagen, 2019). Informant E og Informant D mener at om man kjøper brukt så går ikke pengene til industrien, men til selve bruktbutikken. Denne tankegangen kan sees å oppstå på den ene siden i internaliseringsprosessen, og dens konflikt av de primær- og sekundærsosialiserte normene og verdiene. På den andre siden kan det være at informantene opplever at de stadig må ta beslutninger om hvordan de skal leve livene sine. Tanker om hvordan de bør oppføre seg kan gi økt press på informantene, og de prøver kontinuerlig å velge det moralsk riktige, dag for dag (Møen, 2009). En av informantene forteller at hun i en periode ble hyperbevisst på bakgrunn av hva hun hadde sett, og av den grunn byttet ut alt hun hadde av produkter. Hun har etablert sin egen verdensanskuelse ved å samhandle med andre veganere, og derav internalisert de sosiale strukturene til det veganske fellesskapet (Rye, 2013).

I underkapittel 4.4.3 «*Hippier som går rundt barfot*» - sosialt stigma og 4.4.5 *aversjon* kan man også se kjennetegn på veganismen som et livspolitisk fellesskap. I førstnevnte bruker informantene en form for språk som er med å beskrive verdiene informantene hadde før de ble

veganere. Dette er også en tydeliggjøring av at veganere internaliserer en moral og levemåte gjennom sekundærsosialiseringen som skjer i veganismen. I underkapittelet om aversjon ser vi at flere av informantene synes animalske produkter er ekkelt, og utløser sterkt ubehag og aversjon. Når informantene bruker ord som *ekkel*, kan det tolkes som en lært aversjon. Valget om å bli veganer fører til mer kritisk tenking omkring matvalg, dyrevelferd og miljømessige konsekvenser. Slike valg kan igjen føre til at man utvikler aversjon mot kjøtt. Informantenes aversjon og ubehag oppstår i ulike sosiale fellesskap og praksiser. Informant A forteller at reklamer på TV kan få henne til å føle på ubehaget:

(...) Heller en aversjon enn en fristelse. Hvis jeg ser liksom en sånn reklame om noen som spiser pizza, og du ser de der strengene med ost, som kunne friste meg veldig før jeg ble veganer og så fikk jeg lyst på en pizza med masse ost. Men når jeg ser det nå er det mer sånn.. det er *ekkel* og ubehagelig, og jeg har ikke *noen* trang til det på en måte. Den overbevisningen er så sterk at (...) det er vanskelig å se for seg at jeg skulle ha klart og fått det svelget ned. Hvis jeg var i en situasjon der jeg ikke hadde noen valg og at jeg måtte spist det liksom.. Det vet jeg ikke helt, jeg tror heller villet ha sultet nesten..

#### Utsagn 33, Informant A

Det tyder på at informanten identifiserer seg med sin rolle som veganer i en så stor grad at til og med synet av ost, gjennom skjerm, gjør henne uvel. Det er sterk vegansk moral som er blitt internalisert hos informanten (Berger & Luckmann, 1967). I Informant C sitt tilfelle har ubehag oppstått på arbeidsplassen, i utsagn 35 blir det fortalt at hun måtte ut av klasserommet da elevene kokte kraft på svineknoker. Dette førte til store reaksjoner hos informanten, som er med å forsterke påstanden om at informantene internaliserer og dypt forankrer normer, verdier og moralsk kompass som påvirker hverdagslivet deres som en sosial ulempe.

Aktivisme er et annet kjennetegn på veganisme som et livspolitisk fellesskap. Veganisme er en NsB som praktiserer bevisste valg i hjemmet, i private sfærer og på nett. Det private er blitt det politiske. Måten TsB har prøvd å oppnå sine mål har vært preget av en kollektiv identitet hvor medlemmene av den sosiale bevegelsen handlet og praktiserte i fellesskap (Flynn, 2011). Aktivismen i det veganske fellesskapet viser grensen mellom en frigjøringspolitikk og en livspolitikk. Dette er aksjoner som baserer seg på konflikten rundt de tre begrunnelsene og lignende tematikker som angår informantenes livsstil (Møen, 2009). Et par av informantene i dette prosjektet deltar i ulike aksjoner, men dette er ikke et krav alle veganere opplever (Flynn, 2011b). Aktivismen kan brukes til å fysisk se hvor grensene går for



hvem som er med i fellesskapet, og hvem som ikke er med. Tilhørigheten kan kjennes sterkere når man er på samme tid og sted som andre veganere.

Informantenes opplevelser av å være del i et fellesskap er varierende. Informant F forteller at hun føler seg som en del av et fellesskap, spesielt når hun deltar i aktivisme. Da møter hun andre som også er veganere, og hvor det er naturlig å danne vennskap basert på fellestrekk og interesser. Man kan tolke dette som tydelige tendenser til et nystamme-fellesskap da blir gjenkjent på bakgrunn av deres identifikasjoner (Tjora, 2018). Informant D sier at han ikke har så stor tilknytning til det store veganske miljøet. Selv om informantene ikke opplever å være en del av et vegansk samfunn, eller et fellesskap, så er de fremdeles utenfor den etablerte normen og det nasjonale fellesskapet. De har gått vekk fra de tradisjonelle normene rundt mat og bruk av andre produkter. Veganismen er altså et nystamme-fellesskap da veganerne i bevegelsen har like handlingsmønstre, moral, normer og verdier, som igjen gir en lik virkelighetsforståelse av verden de lever i. Veganerne trenger altså ikke å kjenne til hverandre personlig, og de må ikke møtes fysisk for å kjenne på at deres grenser er lik hverandres (Tjora, 2018) (Lillehagen, 2019).

I det refleksive samfunn kan man se at det er tendenser for øking av autonomi blant individer i samfunnet. Autonomi kan være positiv på mange måter da man kan oppnå frihet på en annen måte enn tidligere, men man kan også bli fanget da det kan være for mange valg. Det å reflektere over hva som er best mulig måte å leve på er et eksempel på dette. Avgjørelsen å spise «riktig» kan bli et jag, hvor autonomien til slutt kan gå over i en fundamentalisme. Fundamentalisme i forhold til diett kan føre til en utvikling av spiseforstyrrelse (Møen, 2009). I forskningsprosjektet er det to av informantene som har opplevd følgende. Informant C opplevde å bli frisk da hun tok valget om en vegansk diett:

(...) For jeg slet i kjempemange år med spiseforstyrrelser, og da jeg gikk over til å spise vegansk mat så fikk jeg på en måte et helt annet forhold til mat, jeg så på det som en helt annen måte, jeg klarte liksom å få mat til å være, se på det som en positiv ting, for jeg følte selv at jeg.. At med den maten jeg spiste så gjorde jeg noe som var bra for planeten, og dyrene og.. Ja, det hjalp meg å bli frisk også. (...) For mange tenker jo også hvis du spiser vegansk mat så får du ikke deg i næring, og blir kjempetynn. Jeg veier mer nå som veganer, enn hva jeg gjorde før. Men det kan også ha noe med å gjøre at jeg faktisk spiser ordentlig.

Utsagn 38, Informant C

Informantens utsagn er med å forsterke hvordan autonomi og fundamentalisme er en del av det refleksive samfunnet.

Jeg har nå gått gjennom hva det er som kjennetegner at veganismen som et livspolitisk fellesskap. Det er et fellesskap som består av kontinuerlige refleksjoner om å velge det moralsk riktige. Veganere viser seg å ha internalisert nye verdier, normer og moralske begrunnelser i sekundærsosialiseringen av deres nye livsstil. Dette er typiske trekk ved NsB, og ved det Maffesoli (1995) beskriver som et nystamme-fellesskap.

## 5.4 Hva er veganismens sosiale omkostninger?

I dette kapittelet svarer jeg på forskningsspørsmålet «hva oppleves som sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme?». Jeg utforsker hvilken tilknytning veganerne har til den sosiale bevegelsen veganisme. Det innebærer at jeg ser blant annet på informantenes medlemskap, nettverk, hverdagsliv, praksis og hvordan diettrådene blir begrunnet.

	<b>Kirke</b>	<b>Sekt</b>
<b>Medlemskap</b>	Passiv, medfødt og formelt	Frivillig valgt, dedikert og engasjert
<b>Nettverk</b>	Åpne og inkluderende	Lukkete og ekskluderende
<b>Hverdagsliv og fellesskap</b>	Lett å tilpasse "troen"	Vanskelig å tilpasse "troen"
<b>Praksis</b>	Pragmatisk og fleksibel	Kompromissløs
<b>Hvordan blir diettråd begrunnet</b>	Offisielle nasjonale helseråd	Alternative kunnskapskilder godkjent av sekten

**Figur 4.** Kirke–sekttypologi anvendt på veganere i Norge

Informantene har tydelige formeninger om at å velge diett og livsstil er frivillig. Dette mener jeg er i tråd med medlemskapsformen i en sekt-type, og ikke et passivt, medfødt medlemskap som man ser i kirke-typologien (Johnson, 1957). Informantene er enige i at veganisme er noe som må være frivillig basert. På den ene siden vil informantene at andre personer skal være

veganere, på den andre er de klar over at det må være frivillig. Dette samsvarer med kjennetegn på sekter Furseth & Repstad (2016): når man har valgt å bli veganer har man forlatt den vanlige verden og opplevd en form for gjenfødelse. Det innebærer at man må være villig til å leve strengt i tråd med livsstilens normer og praksis (Furseth & Repstad, 2016, s. 137). Informantene viser seg å være tydelig dedikerte til sine livsstilsvalg. Det kommer blant annet frem i deres syn på hvem som kan kalle seg for veganer og være en del av fellesskapet, og hvem som ikke kan kalle seg en veganer. Det er klare og markante grenser på hvordan veganere skal opptre. Det veganske fellesskapet er et lukket samfunn da veganere har forlatt den tradisjonelle livsstilen og det som hører med (Furseth & Repstad, 2016). Dette er faktorer som er med på å plassere det veganske nettverket og fellesskapet i den lukkede og ekskluderende boksen i figur 4., i motsetning til kirke-typen som ville vært åpen og inkluderende (Furseth & Repstad, 2016). Informant E beskriver hvordan han mener det er et moralsk svik når en veganer slutter å være veganer:

«hvis man på en måte sluttet å være veganer, så var du aldri veganer i det hele tatt. For det handler på en måte om moral, og det ligger så mye dypere enn det at du på en måte valgte bare kostholdet, at du ikke gadd lenger liksom».

Utsagn 34, Informant E

Utsagnet er et eksempel på hvordan veganere forplikter seg til veganismen, og manifesterer forpliktelsen gjennom egen oppførsel. Om de går tilbake til å spise animalsk mat og bruke animalske produkter vil det være et svik mot moralen som ligger under livsstilen (Johnson, 1957).

Veganernes sosiale ulemper og omkostninger blir tydelige i informantenes hverdagsliv og ulike sosiale fellesskap, jf. Tredje kategori i figur 4. I de tradisjonelle sammenkomstene som familiemiddager og høytidsfeiring er diett en tematikk som er vanskelig å unngå. Flere av informantene forteller at de vegrer seg for å si at de er veganere. Informant C forklarer i utsagn 49 at hun synes det er ubehagelig når andre kommenterer på hennes diett og hvorfor hun er veganer. Hun sier at hun velger å ikke fortelle om diettvalget og livsstil før det blir kommentert av andre, og trekker frem julebord med jobben som eksempel. Informanten er redd for å bli sett på som en person som kan tolkes som sterkt avvikende og problematisk for andre (Furseth & Repstad, 2016). Informantene opplever sosiale ulemper også i andre tradisjonelle sammenhenger som familiebesøk og høytider. Her opplever informantene at deres nye tillærte verdier kolliderer med normer hos familien eller venner. Dette påvirker

informantenes deltakelse i andre sosiale fellesskap enn sine egne, og innebærer over tid at veganere opplever å leve i en annen livsverden enn storsamfunnet (Furseth & Repstad, 2016). Informantenes deltakelse blir altså betraktelig påvirket av hvordan de opplever, og lever i sine verdensanskuelser. Veganere er lite villige til å tilpasse seg storsamfunnets verdensanskuelse når det kommer til ulike holdninger, verdier og moral, dette ser man blant annet ved utsagn 52 til Informant F. Hun forklarer at hun ikke lenger deltar i familiebesøk da hun har møtt dyrene som familien spiser, noe hun tar sterkt avstand fra, samtidig som hun ikke vil måtte forsvare seg overfor familien. Utsagnet viser en kompromissløs motstand mot å tilpasse seg sosiale sammenhenger, i tråd med sekttypen av sosiale bevegelser, og i motsetning til hva et kirkemedlem ville gjort (Johnson, 1957).

De sosiale omkostningene ved å være tilknyttet veganismen ser man også i hvordan den veganske livsstilen påvirker informantenes identitet. I analysen ser man at veganismen har noe å si for identiteten til de fleste. Informantenes aktive valg om å hver dag velge det som er etisk og moralsk riktig og gir en følelse av verdi er kjennetegn på sekt-typen. Informant B trekker frem at dietten har en positiv innvirkning på livet, da hun spiser flere måltider i løpet av en dag, noe som for henne har stor verdi. Hun nevner også i utsagn 54 at hun ønsker å være en person som gjør godt på flere områder. Informant C sier at hun føler seg som et bedre menneske og at hun gjør sitt for at dyr ikke skal ha det vondt. Informantene følger et ideal som de selv prøver å manifestere i sin oppførsel (Johnson, 1957). De er asketiske, spesielt i forhold til diett, og de fleste er tydelige på at de aldri igjen vil spise animalske produkter, uansett hvor mye det frister:

«det tror jeg aldri jeg kunne gjort ... Jeg føler ikke det er mat sant, det føles helt feil, det føles aldri som at det frister. Bare sånn helt ærlig ...».

Utsagn 64, Informant A

Utsagnet gir tydelige og signaler om at informant A har gitt opp sanselige gleder ved å kutte ut animalsk mat, i lys av det kan man si at informanten er strengt troende. På den andre siden er det et par av informantene som er mer usikker på om de vil gi slipp på sine sanselige gleder. Informant B sier man aldri skal si aldri (utsagn 60), men at det skulle vært mye til for å faktisk slutte å spise vegansk. Informant F (utsagn 61) syntes en stund at det var vanskelig å stå utenfor det sosiale fellesskapet og den etablerte normen at hun til tiden vurderte om hun skulle spise kjøtt igjen. Men hun konkluderer med at å spise animalsk ikke lenger gir noen

mening for henne. Hun har nå tilegnet seg en sannhet og en verdi som er mer overordnet enn sanselige gleder. Dette har skjedd ved at hun har fått kunnskap om livsstilen og dietten gjennom alternative informasjonskilder.

Veganismen kan sees på som en sosial bevegelse som trekker seg tilbake og lever i tråd med egne normer i private sfærer, men samtidig har et ønske om å endre den sosiale ordenen i samfunnet (Johnson, 1957).

Informantene har en sterk tilknytning til sin overbevisning om at å leve vegansk er det som er best. De sosiale ulempene og omkostningene er ikke nok til å oppveie godene de selv har ved å være veganere. Informantene er tydelige på at det å leve et liv hvor de ikke gjør skade på dyr under noen omstendigheter, er et etisk standpunkt de tar hver dag, og noe som gir dem en meningsfull identitet som kun fåtallet har tilgang til.

## **5.5 Oppsummering av funn**

I dette delkapittelet oppsummerer jeg funnene som har fremkommet i analysen og drøftingen. Avhandlingen hadde følgende problemstilling: *Hvorfor velger veganere å leve vegansk, og hvordan påvirker dette valget deres sosiale liv?* For å svare på problemstillingen har jeg har utformet tre forskningsspørsmål. På denne måten oppsummerer kapittel 5.5.1 på «hvilke begrunnelser har veganere for å velge å leve vegansk?», 5.5.2 oppsummerer «hva kjennetegner veganisme som livspolitisk fellesskap?», og 5.5.3 oppsummerer til slutt forskerspørsmålet «hva oppleves som sosiale ulemper og omkostninger ved å velge veganisme?».

### **5.5.1 Begrunnelser**

Veganere bruker kritisk kunnskap om tre sentrale faktorer for å begrunne valget om å leve vegansk: klima og miljø, helse og kropp, og dyrevelferd. I det refleksive samfunn må man som individ kontinuerlig tenke kritisk og reflektere over hva som er den riktige kunnskapen for seg selv på bakgrunn av utviklende teknologier og vitenskap. Dette fører til at individer har et mer kritisk blikk rettet mot valgene (choices) og avgjørelsene (decisions) de velger å ta (Møen, 2009). Veganere er opptatt av hvordan ytre faktorer og tematikker påvirker deres avgjørelser og valg om hvordan man bør leve, og velger å leve på en alternativ måte i en moderne og refleksiv tidsepoke. Man kan av den grunn forstå veganisme som en nyere sosial bevegelse (NsB) (Flynn, 2011b). I NsB står livspolitiske valg og avgjørelser sentralt, altså

spørsmål om hvordan man skal leve livet sitt. Informantenes begrunnelser fremstår som et ønske om å radikalt forandre eller endre hvordan 'oss andre' lever. Deres mål er å ta vare på dyr, miljøet og seg selv.

### **5.5.2 Livspolitisk fellesskap**

Det livspolitiske fellesskapet som veganere er del av, kjennetegnes ikke av personlig kjennskap til hverandre, men på felles forståelser og handlinger. Man kan identifisere fellesskapet gjennom individenes verdier, normer, moral og livsstil. Livsvalg og holdninger er likhetene som gjør at en veganer kan kjenne igjen en annen veganer. Dette utgjør et stammefellesskap, nærmere bestemt et nystamme-fellesskap (Maffesoli, 1995). Veganeres grensesetting er nokså sammenfallende, ettersom de avstår fra animalske produkter i form av mat, klær og lignende. Deres holdninger og moral har blitt internaliserte i sekundærsosialiseringen gjennom ulike fora – på internett, gjennom aktivisme, eller i samvær med venner og bekjente (Berger & Luckmann, 1967).

### **5.5.3 Sosiale omkostninger**

Veganere opplever sosiale ulemper og omkostninger av sin dedikasjon til valg av livsstil. Intervjuene viser at veganere i liten grad er fleksible når det kommer til å spise animalsk mat i familie- og jobbsammenhenger. Veganeres tilknytning er av sekstypen (Furseth & Repstad, 2016) hvor medlemmer av den sosiale bevegelsen tar et aktivt, frivillig valg om å være en del av bevegelsen. Veganere tar aktive valg rundt egen livsstil, noe som fører dem utenfor samfunnets normer. Deres valg om å kutte ut animalske produkter viser seg å ha konsekvenser, spesielt i konkrete sosiale situasjoner. Ved å velge vekk kjøtt og andre animalske produkter som mange har tradisjoner og gode erfaringer med å spise, tar veganere avvikende valg. Veganere trer vekk fra passive, enklere valg, hvor man følger strømmen og passer naturlig inn i sosiale situasjoner. For eksempel kan familiemiddager, lunsj med kollegaer, middag med venner og liknende være sosiale situasjoner hvor veganere føler på utfordringene ved å ikke passe inn.

## **KAPITTEL 6. Avsluttende refleksjoner og perspektiver på videre forskning**

I dette kapitlet vil jeg komme med noen avsluttende bemerkninger, refleksjoner over arbeidet med oppgaven og min rolle som forsker. Til slutt viser jeg måter å bygge videre på forskningen i dette prosjektet.

### **6.1 Avsluttende bemerkninger**

I tekstens innledende kapitler gjør jeg rede for oppgavens sosiologiske relevans, hvordan man kan forstå veganisme og veganere, og tidligere forskning på emnet. For å forstå hva som gjør at veganere velger å leve vegansk, og hvordan dette påvirker deres sosiale liv har jeg fremstilt et teoretisk rammeverk med særlig vekt på nyere sosiale bevegelser og livspolitik, fellesskap og internalisering, og en kirke-sekt-typologi. Jeg har forsøkt å fremstille forskningen på en ærlig og objektiv måte ved å være bevisst på forsker–informant posisjonen. Jeg har vært åpen om datainnsamling, forskningsmetoder, og analyseprosessen for å presentere forskningen med transparens.

Mitt mål for metoden og den metodologiske tilnærmingen har vært å forstå verdenen og opplevelsene til veganerne jeg har intervjuet. Jeg har gjennomført semistrukturerte intervjuer for å kunne utforske informantenes erfaringer og oppfatninger. Intervjuformen ga rom for fleksibilitet for å havne på nye eller uforutsigbare tematikker (Postholm, 2005). Fleksibiliteten til å gå utenfor intervjuguiden er noe jeg til en annen gang kommer til å være mer obs på, da jeg i etterkant av intervjuene innså at jeg hadde en tendens til å ikke alltid stille oppfølgingsspørsmål i intervjusituasjonen. Dette tror jeg er fordi jeg er ny i forskningens verden, og forskerposisjonen i intervjuet. Jeg tror at mer løsrivning fra intervjuguiden kunne ført til enda mer spennende og interessante samtaler med informantene. Det oppstod et par utfordringer under de intervjuene som foregikk over Teams. Dårlig nettverkskvalitet førte til problemer med lyd og bilde. På tross av utfordringene følte jeg at det ble gode intervjuer siden jeg og informantene tilpasset oss deretter. I etterkant bemerket jeg også at jeg burde gått gjennom informasjonsskrivet og samtykkeskjemaet til stede med informanten. Dette kunne ført til godkjenning fra informanten som ikke ville la seg bli tatt lydopptak av under intervjuet.

I studien har jeg anvendt det teoretiske rammeverket for å analysere datamaterialet. Jeg vil forsvare at jeg fremstiller teoriene på måten jeg gjør fordi det underbygger hvorfor veganere velger å leve vegansk, og hvordan valget påvirker deres sosiale liv. Dette har gitt meg et bredere innblikk i hvordan veganismen kan oppleves og forstås av som en sosial bevegelse. Samtidig har jeg ikke lagt stor vekt på hva som kan være motargumenter mot veganismen som et nystamme-fellesskap og veganeres tilhørighet i forhold til kirke-sekt-typologien. Dette kan tolkes som at jeg ikke viser nok refleksivitet. Den induktive tilnærmingen, og fenomenologiske og hermeneutiske vitenskapsteoretiske forankringene har ført til en forståelse av veganismen basert på informantenes perspektiver og opplevelser, uten å være fastlåst til bestemte teorier på forhånd. Ved å ta i bruk tematisk analyse (Braun & Clarke, 2012) har jeg funnet fellestrekk og ulikheter hos informantene, noe som har ført til dypere forståelse av tematikken. Den deskriptive analysen bidrar til en økt forståelse for valget om å leve vegansk og være med på å åpne opp for at valg som kan oppfattes som avvikende eller unormale. Til slutt har den teoretiske diskusjonen samlet trådene fra intervjuene, det teoretiske rammeverket, den deskriptive analysen, problemstillingen og forskerspørsmålene.

## **6.2 Veien videre**

Veganisme er et tema i sosiologien som (i Norge) er relativt lite forsket på, spesielt ut ifra en kirke-sekt-typologi, og hvilken form for fellesskap veganere har. Denne studien har hatt et nokså begrenset utvalg, og har rettet søkelyset mot en del av den sosiale bevegelsen som veganisme er. Det er derfor behov for flere bidrag i dette forskningsfeltet. I videre forskning kunne det vært interessant å utforske og vite mer om hvordan veganere blir kjent med hverandre og skaper sosiale nettverk via sosiale medier. I dette forskningsprosjektet kan man se at veganismen kan bli betraktet som en sekttype i sosiologisk forstand. Det vil være interessant å se om samfunnet endrer seg i retning av at denne minoritetslivsstilen får karakter som en sosial bevegelse av kirketype. Om veganismen hadde blitt ansett som en kirketype ville det antakelig være lettere for flere å ta valg om å endre livsstil, uten frykt for å bli sett på som avvikende. En grundigere kvalitativ forskning kunne derfor vært relevant å forske videre på. En kvantitativ studie kan også gi en bredere forståelse av hvorfor veganere velger å leve vegansk, og de sosiale ulempene det medfører. For å kunne oppnå en bredere forståelse av hvem veganere er kunne man tatt i bruk variabler som kjønn, utdanning, alder og urban eller rural boplass. Det kunne også vært aktuelt å foreta en dokumentanalyse som inkluderte forskningsartikler, og sirkulerende kunnskap om dietter (spesielt veganske) på internett.





## KAPITTEL 7. Referanseliste

- Abel, M. H. & Totland, T. H. (2021). Kartlegging av kostholdsvaner og kroppsvekt hos voksne i Norge basert på selvrapporing–Resultater fra Den nasjonale folkehelseundersøkelsen 2020.
- Beck, U., Giddens, A. & Lash, S. (1994). *Reflexive modernization: Politics, tradition and aesthetics in the modern social order*. Stanford University Press.
- Becker, H. S. (1963). Outsiders.
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1967). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor.
- Bogdan, R. & Biklen, S. K. (1997). *Qualitative research for education*. Allyn & Bacon Boston, MA.
- Braun, V. & Clarke, V. (2012). *Thematic analysis*. American Psychological Association.
- Brodtkorb, E. (2019). Sosiologisk og sosialantropologisk tenkemåte. I E. Brodtkorb & M. Rugkåsa (red.). *Mellom mennesker og samfunn: Sosiologi og sosialantropologi for helse-og sosialprofesjonene*, 3, 11-39.
- Bruaset, S. (2022). *Brudd med kulturelt legitimerede matvaner* [Masteravhandling ]. Oslo: Universitetet i Oslo  
<https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/99773/1/Masteroppgave---Brudd-med-kulturelt-legitimerede-matvaner.pdf>
- Cherry, E. (2006). Veganism as a cultural movement: A relational approach. *Social Movement Studies*, 5(2), 155-170.
- Christensen, T. M. (2017). *"Gresspisende hippier"?* [Masteravhandling ]. Oslo: Universitetet i Oslo <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/57274/Masteroppgave-Therese-Moltu-Christensen-DUO.pdf?sequence=1#page=26&zoom=100,143,533>
- Christiansen, J. (2011). Narrative & Social Movements. *Theories of social movements*, 3-13.
- Clarke, A. & Miller, D. (2002). Fashion and Anxiety. *Fashion Theory*, 6(2), 191-213.  
<https://doi.org/10.2752/136270402778869091>
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode* (2. utg. utg.). Universitetsforl.

- Dyett, P. A., Sabaté, J., Haddad, E., Rajaram, S. & Shavlik, D. (2013). Vegan lifestyle behaviors. An exploration of congruence with health-related beliefs and assessed health indices. *Appetite*, 67, 119-124.
- El Jassar, O. G., El Jassar, I. N. & Kritsotakis, E. I. (2019). Assessment of quality of information available over the internet about vegan diet. *Nutrition & Food Science*, 49(6), 1142-1152.
- Elster, J. (1979). Metoder og prinsipper i hermeneutisk forskningstradisjon. *Nordisk psykiatrisk tidsskrift*, 33(3), 135-149.
- Ethics, A. (2023). *Veganism Animal Ethics* Hentet 02.05.23 fra <https://www.animal-ethics.org/veganism/>
- Flynn, S. I. (2011). Types of social movements. *Sociology reference guide: Theories of social movements*, 26-36.
- Furseth, I. & Repstad, P. (2016). *An introduction to the sociology of religion : classical and contemporary perspectives*. Routledge.
- Giddens, A. (1990). *The consequences of modernity*. Polity Press.
- Giddens, A. (1998). *The third way : the renewal of social democracy*. Polity Press.
- Gilje, N. & Grimen, H. (1993). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger : innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi* ([3. prøveutg.]. utg.). Universitetsforlaget.
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (2004). *The Discovery of Grounded Theory : Strategies for Qualitative Research*. Aldine Transaction.  
<http://ebookcentral.proquest.com/lib/bergen-ebooks/detail.action?docID=3410814>
- Greenebaum, J. (2012). Veganism, identity and the quest for authenticity. *Food, Culture & Society*, 15(1), 129-144.
- Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2. utg. utg.). Fagbokforl.
- Guba, E. G. & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. Sage.
- Habermas, J. (1987). The philosophical discourse of modernity, trans. F. Lawrence.  
*Cambridge, MA: MIT Press*, 93, 210-220.
- Haenfler, R., Johnson, B. & Jones, E. (2012). Lifestyle movements: Exploring the intersection of lifestyle and social movements. *Social Movement Studies*, 11(1), 1-20.

- Helsedirektoratet. (2021). *Hva er vegetar- og vegankost?* . Helsedirektoratet  
<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/vegetar-og-vegankost-ekspertuttalelse-fra-nasjonalt-rad-for-ernaering/hva-er-vegetar-og-vegankost>
- Johnson, B. (1957). A critical appraisal of the church-sect typology. *American Sociological Review*, 22(1), 88-92.
- Kalleberg, R. (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Forskningsetiske komiteer.
- Krutå, K. (2020). "Spis gresset deres og hold kjeft" - En kvalitativ studie av veganere og deres hverdags erfaringer [Masteravhandling ]. NTNU: Norges teknisk-naturvitenskapelig universitet. <https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/bitstream/handle/11250/2784473/no.ntnu%3Ainspera%3A54600024%3A23320245.pdf?sequence=1>
- Kvale, S. & Brinkman, S. (2009). Det kvalitative forskningsintervju (2. utgave. utg., Vol. 2012). T. Anderssen, & J. Rygge, Overs.) Oslo, Oslo, Norge: Gyldendal Akademisk.
- Larsen, H. (2012). Medier, offentligheter, samfunn.
- Larsen, M. F. (2022). *Dannelsen av et nytt livssynssamfunn-Norsk vegansamfunn sett i lys av den norske livssynskonteksten*.
- Lillehagen, M. (2019). Aksel Tjora: Hva er fellesskap. *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 60(3), 321-323. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-291X-2019-03-10>
- Maffesoli, M. (1995). *The time of the tribes: The decline of individualism in mass society*.
- Merriam, S. B. (2002). Introduction to qualitative research. *Qualitative research in practice: Examples for discussion and analysis*, 1(1), 1-17.
- Møen, A. (2009). Langs den tredje vegen–Eit gjensyn med Anthony Giddens sitt sosiologiske politiske manifest. I(Bd. 17, s. 143-158).
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice*. Sage publications.
- Postholm, M. B. (2005). En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier. I. Oslo: universitetsforlaget.

- Richter, M., Boeing, H., Grünewald-Funk, D., Heseker, H., Kroke, A., Leschik-Bonnet, E., Oberritter, H., Strohm, D. & Watzl, B. (2016). Vegan diet. Position of the German nutrition society (DGE). *Ernährungs umschau*, 63(04), 92-102.
- Ritzer, G., & Stepinsky, J. (2014). *Sociological Theory*. New York: McGraw-Hill Education.
- Rye, J. F. (2013). Mead, Berger & Luckmann og de signifikante andre. *Sosiologisk tidsskrift*, 21(2), 169-189. <https://doi.org/doi:10.18261/ISSN1504-2928-2013-02-04>
- Sikt. *Hva er en personopplysning?* Sikt. Hentet 08.06.23 fra <https://sikt.no/personvernhandbok-forskning/hva-er-personopplysninger>
- Sikt. *Lovlige grunnlag for å behandle personopplysninger*. Sikt. Hentet 08.06.23 fra <https://sikt.no/personvernhandbok-forskning/lovlige-grunnlag-behandle-personopplysninger>
- Silverman, D. (2013) *Interpreting qualitative data* (bd. 4). Los Angeles, Calif: SAGE.
- Silverman, D. (2019). *Interpreting qualitative data. Interpreting Qualitative Data*, 1-568.
- Swatos Jr, W. H. (1976). Weber or Troeltsch?: Methodology, syndrome, and the development of church-sect theory. *Journal for the scientific study of religion*, 129-144.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (Bd. 3). Fagbokforlaget Bergen.
- Tjora, A. (2013). *Kvalitative Forskningsmetoder i Praksis* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Tjora, A. H. (2018). *Hva er fellesskap* (Bd. 63). Universitetsforl.
- Norsk Veganersamfunn (2023a). *Et samfunn fri for unødig lidelse*. Animal Ethics. Hentet 02.05.23 fra <https://www.vegansamfunnet.no/#lp-text-zero>
- Norsk Veganersamfunn. (2023b). *Hvorfor bli veganer?* Norsk Veganersamfunn. Hentet 02.05.23 fra <https://www.vegansamfunnet.no/hvorfor-bli-veganer/>
- Watson, D. (2004). It is not every day that.
- Wienclaw, R. A. & Howson, A. (2011). Major social movements. *Sociology reference guide: theories of social movement*, 1, 37-45.

## **KAPITTEL 8. Vedlegg**

### **Vedlegg 1. – Informasjonsskriv og samtykkeerklæring**

## **Vil du delta i forskningsprosjektet**

### **«Veganersamfunnet- hvilket samfunn er det?»**

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å se hvilket samfunn veganersamfunnet er: er det åpent eller lukket? Er det et politisk prosjekt eller et livsstilsprosjekt? I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Formål**

Jeg, Ingrid-Marie Angvik Holm skal skrive 60 stp. Masteroppgave i sosiologi ved UiB. Jeg har som mål å forske på de strukturelle sidene ved veganersamfunnet i Norge- gjennom veganere selv.

Foreløpig problemstilling er «hvilken type samfunn er veganersamfunnet?»

Forskningsspørsmål 1: «Er veganersamfunnet åpent eller lukket?»

Forskningsspørsmål 2: «Er det politisk prosjekt eller livsstilsprosjekt?»

#### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Jeg, Ingrid-Marie Angvik Holm er ansvarlig for prosjektet. Jeg studerer ved Universitetet i Bergen på samfunnsvitenskapelig fakultet. Veileder for masteroppgaven er Atle Møen, professor og undervisningsleder ved sosiologisk institutt.

#### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Du har blitt utvalgt til prosjektet fordi du er veganer i Norge. For å kunne besvare problemstillingen i masterprosjektet, ønsker jeg å intervju deg og 8-9 andre veganere.

#### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du blir intervjuet. Metoden for denne studien vil være et semi-strukturert intervju. Det vil ta deg rundt 45-60 minutter å delta. Intervjuet inneholder blant annet spørsmål om ditt diettvalg og hvorfor du tok det valget, ditt syn på veganisme, din dedikasjon til veganisme, og hvordan du snakker om veganisme.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Jeg, Ingrid-Marie Angvik Holm og veileder Atle Møen (veileder) vil ha tilgang til din informasjon.
- For å sikre at ingen uvedkommende får tilgang til personopplysningene vil ditt navn og dine kontaktopplysninger erstattes med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.
- Det vil ikke være mulig å identifisere deg som deltaker i prosjektet da intervjuet vil være anonymisert

Masteroppgaven vil bli publisert på UiB sine nettsider.

### **Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?**

Prosjektet vil etter planen avsluttes når oppgaven blir avsluttet/godkjent som vil foreløpig være rundt juni 2023. Da vil personopplysninger og lydopptak bli slettet fra alle lagringsplasser.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Bergen har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Ingrid- Marie Angvik Holm: tlf – 934 30 221, mail: ingrid-Marie.Holm@student.uib.no
- Atle Møen: tlf – 980 06 071 & 55 58 91 66, mail: Atle.Moen@uib.no

UiBs personvernombud:

- Janecke Helene Veim  
Tlf— 930 30 721 & 55 58 20 29  
Mail: Janecke.Veim@uib.no

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Ingrid-Marie Angvik Holm/ Atle Møen

---

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Veganersamfunnet- hvilket samfunn er det?*» og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)



## **Vedlegg 2. - Intervjuguide**

### **Innledning**

- a. Formål med prosjektet
- b. Taushetsplikt
- c. Lydopptaker
- d. Det finnes ingen riktig eller feile svar
- e. Du trenger ikke å svare hvis du ikke vil

### **Generell informasjon om informanten**

- a. Alder
- b. Hvor lenge har du vært veganer?
- c. Hvem bor du med? (samboer, venner, tilfeldig kollektiv, alene el.)?
  - Er de også veganer?
  - Om du har barn:  
Hvordan reagerer du/ håndterer du når barnet skal spise på skolen, barnehage eller i bursdag? Kan barnet spise det den vil?

### **Veganerlivet**

- a. Hvordan ble du en del av veganersamfunnet? Var det en organisasjon, sosiale medier, film, enkeltperson, aktivist, eller et skriv?
- b. Av hvilken grunn endret du din diett? Var det flere grunner?
  - Miljø
  - Dyrevelferd
  - Helse
  - Fellesskap
  - Flere: fortell hvilke
- c. Er du veganer for deg selv, eller for samfunnet?
- d. Hvilke holdninger hadde du til veganersamfunnet før du ble veganer vs. Etter du ble veganer?
- e. Hvordan så du for deg veganersamfunnet var- før du selv kom inn i det? (Hvorfor hadde du disse forventningene?)

- f. Føler du det er en stereotypi av veganere? Føler du at du selv passer denne stereotypien?

### **Livssyn eller livsstil**

- a. Hva betyr veganisme for deg?
- b. Føler du selv at veganisme er en radikal diett?
- c. Hender det at du har spist noe animalsk etter du ble veganer?
- d. Hvordan snakker du om veganisme til andre rundt deg?
- e. Føler du at du kunne gått tilbake til å ikke vært veganer? Hvorfor/hvorfor ikke? Pga. dine subjektive følelser/meninger/ det kollektive i samfunnet?
- f. Hvilken «type»-veganer vil du beskrive deg selv som?
- g. Hvor sterk tilhørighet har du til veganersamfunnet?
- h. Hvordan er åpenheten blant felles veganere?
- i. Vil du si at noen veganere er «høyere rangert»? For eksempel. De som ikke inntar og heller ikke bruker animalske produkter til for eksempel utstyr, klær og sko, vs. De som gjør det.
- j. Liker du å stå frem som veganer? - eller er det mer et privat spørsmål
- k. Er det noe ved veganersamfunnet du er uenig med?
- l. Hvis personer rundt deg spiser animalske produkter, hvordan reagerer du?
- m. Hvordan håndterer du middagssituasjoner når det blir servert ikke-vegansk mat?
- n. Hvordan er det for deg å spise ute på restaurant/kafeer?

### **Diettunntak**

- a. Hvor går grensen å være veganer eller ikke være?
- b. Om du hadde inntatt animalske produkter (spist/drukket), hadde det vært en åpenhet og forståelse fra veganersamfunnet?
- c. Om du hadde brukt ull, dun og/eller skinn i for eksempel sovepose, jakke, sko ol., hadde det vært en åpenhet og forståelse fra veganersamfunnet?

## **Vedlegg 3. - Vurdering Sikt**

### **Referansenummer**

137419

### **Vurderingstype**

Standard

### **Dato**

16.09.2022

### **Prosjekttittel**

«Veganersamfunnet- hvilket samfunn er det?»

### **Behandlingsansvarlig institusjon**

Universitetet i Bergen / Det samfunnsvitenskapelige fakultet / Sosiologisk institutt

### **Prosjektansvarlig**

Atle Møen

### **Student**

Ingrid-Marie Angvik Holm

### **Prosjektperiode**

22.08.2022 - 23.07.2023

### **Kategorier personopplysninger**

- Almennelige
- Særlige

### **Lovlig grunnlag**

- Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)
- Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 23.07.2023.

[Meldeskjema](#)

### **Kommentar**

Personverntjenester har vurdert endringen registrert i meldeskjemaet. Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg. Behandlingen kan fortsette. ENDRING Det er lastet opp godkjenning for bruk av private enheter. OPPFØLGING AV PROSJEKTET Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet Kontaktperson: Line Raknes Hjellvik Lykke til videre med prosjektet!