



Kom nu, mand

– en samtalebaseret undersøgelse med unge mænd om maskulinitet

Rebecca Arendes Weinreich: 67992
Sofie Anna Thomsen Larsen: 62796
Simon Packness: 71492
Vejleder: Tobias Raun

Specialeafhandling
Kommunikation
Roskilde Universitet
Antal tegn: 240.661

En særlig hilsen

Tak til de 29 unge mænd, der har deltaget i undersøgelsen – uden jeres bidrag havde dette speciale ikke været muligt.

Tak til de medarbejdere på uddannelsesinstitutionerne, som har hjulpet med at formidle kontakt og koordinere samtalerne med deltagerne.

Tak til vores vejleder, Tobias Raun, for sit skarpe og kritiske blik, samt store viden om problemområdet, som har været en støtte gennem hele processen.

Tak til Mirjam Marie Westh for at gøre os klogere på en kompleks problemstilling, og for hendes indsats for at skabe større opmærksomhed om unge mænd hos Børns Vilkår.

Abstract

This thesis explores how young men aged 15–20 navigate masculine norms and ideals, and how they can be engaged in co-creating new understandings of masculinity. Drawing on theories of hegemonic masculinity, subjectivation and dialogic communication, masculinity is viewed as a dynamic identity shaped through cultural narratives, social interactions and embodied practices. The study is based on seven co-creative workshops including 29 participants using fictional video vignettes and dialogue cards to facilitate reflection and conversation. Findings show that while participants reproduce some traditional norms, they also express a strong desire for emotional openness, relatable male friendships, and spaces to talk about vulnerability. However, they often lack language, role models, and safe environments to do so. The study concludes that co-creation enables young men to reflect critically and discuss alternative masculinities together. Future efforts should involve young men as active agents in shaping more inclusive gender narratives.

Indholdsfortegnelse

1. Problemfelt	4
1.1 Problemformulering	7
2. Teori	8
2.1 Maskulinitetsteoretisk forskningsoversigt	9
2.2 Kønsforståelse i undersøgelsen.....	12
2.3 Hegemonisk maskulinitet	12
2.3.1 Dynamisk maskulinitet	13
2.3.2 Kropsliggørelse af maskulinitet i ungdommen.....	14
2.3.3 Nye potentialer for maskulinitet.....	15
2.4 Kroppen som identitetsmarkør	17
2.4.1 Subjektivering	17
2.4.2 Kønnen som aflæsningskategori	18
2.4.3 Kroppens iscenesættelse.....	19
2.5 Dialogisk kommunikationsteori.....	21
2.6 Stemmeteori.....	22
2.6.1 Multiple stemmer hos individet	22
2.6.2 Ekstern og intern dialog	23
2.6.3 De indre stemmer	24
2.6.4 Anvendelse af stemmeteori.....	25
3. Metode	26
3.1 Erindringer som kollektiv forandringskraft.....	26
3.1.1 Erindringsarbejde og fremtidsværksted	27
3.1.2 Erindringsværksted	28
3.2 Fiktive fortællinger som afsæt for refleksion og dialog.....	29
3.2.1 Fiktion som genre.....	29
3.2.2 Vignet	30
3.2.3 Fortolkning og positioner i vignetter.....	31
3.2.4 Valg af vignetter	32
3.3 Forløb for workshops	36
3.4 Dialogkort.....	37
3.5 Kodning.....	38
3.5.1 Kodning efter stemmer	38
3.5.2 Tematisk kodning.....	39
3.6 Workshop-design.....	40
3.7 Rekruttering af deltagere	42
3.8 Etiske overvejelser.....	44
3.8.1 Anonymisering.....	44
3.8.2 Relationel etik	44

4. Analyse	46
4.1 Analysestrategi.....	46
4.2 Stemmer og positioner i dialogen	47
4.2.1 'Jeg som mig'	47
4.2.2 'Jeg som du'	50
4.2.3 Forhandling mellem stemmer.....	51
4.3 En af drengene.....	53
4.4 Kroppen under kontrol.....	60
4.5 De oversete følelser	70
4.6 Sårbarhed kræver sikkerhed	78
4.7 Facilitering og feedback af workshoppen.....	84
4.8 Råd fra og til unge mænd.....	87
4.9 Afrunding	90
5. Diskussion	92
5.1 Fanget mellem moderne idealer og maskulin praksis	92
5.2 Er alternative metoder vejen frem?.....	93
5.3 Mod en ny forståelse af maskulinitet.....	95
6. Konklusion	97
7. Kommunikationsprodukt	98
8. Formidlingsartikel	100
9. Litteraturliste.....	105
9.1 Værker.....	105
9.2 Forskning	106
9.3 Artikler	108
9.4 Undersøgelser.....	108
9.5 Hjemmesider.....	109
9.6 Videomateriale	109

1. Problemfelt

“We cannot teach boys that ‘real men’ either do not feel or do not express feelings,
then expect boys to feel comfortable getting in touch with their feelings
(hooks, 2004, s. 33)”.

Unge mænd er omdiskuteret som aldrig før. I medier, politik og populærkultur analyseres og kritiseres de – for at være for hårde, for bløde, for vrede, for stille. Maskulinitet er blevet et aktuelt emne, og normerne for, hvordan en mand skal begå sig, er i konstant forandring. Forestillingen om ‘en rigtig mand’ synes i dag at blive forhandlet og defineret fra alle tænkelige vinkler og ofte med modstridende budskaber. Nogle fastholder, at maskulinitet stadig er defineret af hårde værdier; *ikke* blød, åben eller sårbar. Andre peger på, at unge mænd i dag i højere grad formår at sætte ord på deres følelser, søge hjælp og tage medansvar for både relationer og trivsel. Midt i dette opbrud befinder unge mænd sig i en kompleks rolle, hvor de forventes at være både stærke og sårbare samt handlekraftige og empatiske – men hvem lytter egentlig til de unge selv?

Traditionelle maskulinitetsnormer skaber et snævert handlerum for unge mænd, hvor der ofte lægges mere vægt på, hvad de bør undgå at være: “masculinity is defined as much by what it is as by what it is not” (Lanter, 2008, s. 3). I den forbindelse snakkes der sjældent om, hvad mænd *gerne* må være, som kan udfordre de eksisterende forventninger til manderollen (Sex og Samfund, 2023). Med kvindekampen og #MeToo-bevægelsen er der sket markante forskydninger mellem køn i den vestlige verden. ‘Toxic masculinity’ er blevet en fælles betegnelse for de negative aspekter af mandlig adfærd, herunder misogyni, homofobi, aggression og vold (Whiteside, 2024, s. 4). Den kulturelle udvikling har betydet, at mandens rolle er under observation, både på samfundsplan og i hverdagen. Samtidig oplever mange unge mænd, at de står tilbage uden tydelige retningslinjer eller rollemodeller for, hvordan man skal navigere i en ny virkelighed (Groes, 2023). Nogle føler sig fremmedgjorte eller marginaliserede, mens andre søger tilbage mod mere traditionelle forståelser af maskulinitet – ofte formidlet gennem influencere som Andrew Tate og Jordan Peterson, der promoverer et ensidigt billede af manden, som dominerende, uafhængig og følelseskold (Hall, 2025). Her bliver det succesfulde liv repræsenteret gennem selvoptimering, penge, magt og traditionelle opfattelser af manden som det dominerende køn: “When women say they don’t need a man. They don’t mean it. What they mean is they don’t need a sniveling pussy who earns less than 5 million a

year and can't bench press double his body weight" (Robert et. al., 2025, s. 18). De konservative holdninger har vundet indpas de seneste år, som et modsvar til feminismen og den politiske korrekthed, og her er manglen på konstruktive forbilleder problematisk for ligestillingen (Auken, 2024). Flere unge mænd står tilbage med en følelse af identitetstab og meningsløshed, fordi maskulinitet i stigende grad forbindes med noget negativt i en progressiv samfundskontekst. De tager ikke nødvendigvis afstand fra ligestilling, men tiltrækkes af tydelige rammer og budskaber, der ikke udskammer dem for deres mandighed (Justesen, 2024).

I kontrast hertil står figurer som Sebastian Lynggaard (2022), der med Instagram-profilen Herlige Svend og bogen *Mandsforræder* forsøger at skabe rum for de bløde værdier. Lynggaard har gjort det til sin opgave at gøre mænd såvel som kvinder opmærksomme på den tendens, der foregår i samfundet, hvor mænd vokser op og opdrages gennem en ekstremt indskrænket kønsopfattelse:

“Kære Sebastian. Det her er ikke en krigserklæring. Det er en tillidserklæring. Hos vores køn findes et potentiale, som vi er de eneste der kan låse op for. Jeg håber, vi kan bruge mere af vores energi på at fremhæve det potentiale, vi har – så færre føler, at deres køn begrænser dem (...) Du skal vide, at de forventninger, som er skabt til vores køn, går ud over os, i lige så høj grad som de går ud over vores omgivelser” (Lynggaard, 2022, s. 209).

Der ses samtidig progressive tendenser i mænds adfærd og i popkulturelle repræsentationer af maskulinitet, hvor kunstnere som Tobias Rahim og Guldiumund udfordrer traditionelle kønsnormer, ved at give plads til følelser og sårbarhed i deres musik. Ligeledes bryder popikoner som Harry Styles med klassiske forestillinger om maskulinitet ved at optræde i kjole og stilletter, mens kendte skuespillere ses på den røde løber iført perlekæder og fjer (Groes, 2023, s. 44-45).

Unge mænd befinder sig på en kulturel slagmark, hvor de skal balancere mellem samfundets, og ikke mindst deres egne, modstridende forventninger. Det er et komplekst spændingsfelt med alvorlige konsekvenser, hvor statistikker peger på en stigende og bekymrende mistrivsel blandt drenge og unge mænd. Undersøgelser viser at mistrivsel ofte leder til udsatte positioner, f.eks. i form af stofmisbrug, hjemløshed, kriminalitet og selvmord (Børns Vilkår, 2023b). Derudover ses en stigende utilfredshed med egen krop og et ønske om at ændre sig selv – både fysisk og mentalt – for at opnå social accept, og forbruget af kosttilskud og træning har aldrig været større (Sex & Samfund, 2024; 2025; DTU, 2025; Elmosé-Østerlund

& Toft, 2024). En tendens, der taler ind i neoliberale tanker om selvoptimering og kropsfiksering. Men bag sixpacks og markerede overarme skjuler sig ofte en følelse af utilstrækkelighed, som sjældent ser dagens lys. I stedet signalerer kroppen, at de har styr på det hele – også når det stik modsatte er tilfældet (Børns Vilkår, 2024a; Børns Vilkår, 2024b). I et interview, foretaget som led i undersøgelsen, med Mirjam Marie Westh, ugefaglig konsulent hos Børns Vilkår, fremgår det, hvordan et stort antal unge drenge og mænd oplever, at det ikke er legitimt at søge hjælp:

”Og når vi spørger dem, ‘hvordan kan det være, at du oplever, at du skal gå med det her selv, og du skal løse det selv?’, så siger de, ‘jamen det er fordi, en rigtig mand, det er sådan en, der klarer tingene selv. En rigtig mand er en, som er stærk. Det er en, som er til for at hjælpe andre og sørge for andre har det godt, men som mand må man ikke selv vise sårbarhed, og man må i hvert fald slet ikke tage imod hjælp’” (Bilag 1, s. 1).

Kønnede forventninger viser, at snævre normer for maskulinitet og forestillinger om, hvad det vil sige at være en “rigtig mand”, internaliseres allerede i en tidlig alder. På trods af en udbredt fortælling om, at unge mænd i dag er blevet bedre til at tale om følelser og søge hjælp, peger nyere indsigter på, at traditionelle maskulinitetsnormer fortsat har stor betydning (Bilag 1, s. 2). Det understreger, hvordan maskulinitet fortsat forbindes med idealer om selvkontrol og følelsesmæssig tilbageholdenhed. I forlængelse heraf bliver det tydeligt, at der er mangel på rollemodeller, der kan vise alternative måder at være mand på. Fraværet af positive og nuancerede fortællinger skaber et tomrum, som i stigende grad udfyldes af snævre idealer:

”Noget af det handler om, at der er mange af de unge mænd, som siger, at der ikke er sådan en eller anden konkret fortælling om det at være en dreng eller ung mand, som kan være et godt modspil til de der meget snævre maskulinitetsidealiser. Som også nogle gange bliver sådan lidt manoscære-agtige, ikke?” (Bilag 1, s. 2).

Manglen på positive og mangfoldige rollemodeller efterlader et tomrum, som i stigende grad udfyldes af polarisering, herunder den såkaldte manoscære, der promoverer misogynie forståelser af maskulinitet gennem kontroversielt indhold på digitale medier (Lucy, 2024, s. 130). Dette afføder radikaliserede subkulturer som incel-bevægelsen, der føler sig seksuelt ignoreret og opfordrer til dominans, manipulation og vold mod kvinder (Lucy, 2024, s. 131). Ovenstående tegner et billede af et modsatrettet landskab, hvor maskulinitet både forgrener sig

i konservative og progressive retninger, og efterlader unge mænd uden klare retningslinjer.

Denne undersøgelse, baseret på syv workshops med i alt 29 deltagere, har til formål at belyse, hvordan unge mænd i alderen 15-20 år oplever og navigerer i modstridende maskulinitetsnormer, der præger samfundet i dag. Den metodiske tilgang bygger på en dialogisk og samskabende ramme, hvor deltagerne ikke blot ses som informanter, men som medskabere af viden. Formålet er at synliggøre unge mænds oplevelser og perspektiver, og dermed bidrage til en mere nuanceret forståelse af maskulinitet i en tid præget af forandring. Samtidig sigtes der mod at styrke de unge mænds stemmer og deres evne til at reflektere over maskulinitet – samt at fremme gensidig accept og dialog i deres fællesskaber.

1.1 Problemformulering

Hvordan navigerer unge mænd i alderen 15-20 år i samfundets maskulinitetsnormer, og på hvilken måde kan de inddrages i at skabe viden herom gennem en samskabelsesproces?

2. Teori

Undersøgelsens teoretiske ramme giver et refleksivt og analytisk blik på, hvordan unge mænd navigerer og forhandler deres maskulinitet i mødet med samfundets normer og forventninger. Der trækkes på relevante teoretiske perspektiver, der tilsammen giver mulighed for at undersøge maskulinitet som et relationelt, kropsligt og kommunikativt fænomen. Et centralt første skridt er at etablere en teoretisk forståelse af maskulinitet, som danner grundlag for videre undersøgelse. I den sammenhæng inddrages forståelser af maskulinitet som socialt betinget og historisk foranderlig, blandt andet Raewyn Connells begreb om hegemonisk maskulinitet. Disse perspektiver bidrager med en forståelse af maskulinitet som noget, der produceres og reproduceres i sociale relationer og institutionelle sammenhænge – og som samtidig er præget af hierarkier, normer og idealer, der påvirker den enkelte unge mand. I forlængelse heraf inddrages Dorte Marie Søndergaards begreb om subjektivering og køn som aflæsningskategori. Dette teoretiske perspektiv gør det muligt at analysere, hvordan kroppen fungerer som en identitetsmarkør, hvorpå sociale normer og forventninger til køn sættes i spil – og hvordan disse påvirker unge mænds selvforståelse og sociale positioneringer. Dette er særligt relevant i undersøgelsen af, hvordan deltagerne arbejder med deres fysiske fremtoning og følelsesmæssige udtryk. For at undersøge hvordan maskulinitet formes gennem sprog og samtale, inddrages dialogisk kommunikationsteori og stemmeteori med henblik på at analysere de stemmer og positioner, der træder frem i deltagernes fortællinger. Det dialogiske perspektiv betragter identitet som noget, der skabes i forhandlingen mellem egne og andres stemmer, og som kontinuerligt formes og forandres i sociale møder og kontekster. Samlet set bidrager teorien med forskellige analytiske greb til at forstå, hvordan unge mænd navigerer i et spændingsfelt mellem samfundsmæssige normer, sociale interaktioner og egne oplevelser. Teorierne danner grundlag for analysen, og fungerer ligeledes som refleksive redskaber, der inddrages løbende.

2.1 Maskulinitetsteoretisk forskningsoversigt

I dette afsnit introduceres relevante teoretikere og begreber inden for køns- og maskulinitetsforskning. Maskulinitet har historisk set været defineret som et udtryk for en medfødt mandighed, knyttet til egenskaber som fysisk styrke, handlekraft og følelsesmæssig kontrol, samt en position som familiens overhoved og samfundets magthaver. I patriarkalske samfund er maskulinitet ofte legitimeret ved at fremstå som naturgivent – som noget, der bare er (Petersen & Raun, 2025, s. 2). Dette er gjort ud fra idéen om stabile kønsbaserede roller, der var ‘naturlige’ og biologisk determinerede. Nyere kønsforskning og feministisk teori afdækker, hvordan maskulinitet ikke er en fast og entydig størrelse, men derimod et dynamisk og kontekstafhængigt fænomen, som formes og forhandles i sociale og kulturelle praksisser (Connell, 1995).

Et afgørende paradigmeskift i kønsforskningen blev defineret af Judith Butler, som introducerede idéen om køn som noget performativt (1990). Hun peger på den grundlæggende ustabilitet og kontekstafhængighed, der kendetegner køns kategorier som ‘maskulin’ og ‘feminin’. Ifølge Butler er disse betegnelser ikke udtryk for iboende egenskaber eller naturlige identiteter, men resultatet af historiske, kulturelle og sociale processer, som kontinuerligt producerer deres betydning gennem gentagelse. Det er netop denne gentagelse, som udgør en væsentlig del af kønnets performative karakter. At noget fremstår maskulint eller feminint skyldes ikke en essens, men en social praksis, hvori der skabes en illusion om stabilitet og naturlighed. Denne forståelse åbner for en kritisk analyse af maskulinitet som en foranderlig og diskursiv størrelse, snarere end et fastdefineret træk ved individer (Butler, 1990, s. 10).

Hvor Butler fokuserer på køn som værende performativt, beskriver Raewyn Connell (1987) i samme periode en relationel forståelse af maskulinitet og feminitet. Connell ser kønnenes biologiske funktioner som en reproduktiv arena, der henviser til de sociale praksisser, der er forbundet med kroppen, f.eks. samleje, fødsel og kønslige forskelle (Connell, 1995, s. 71). Connell argumenterer imod idéen om, at der eksisterer en naturlig kobling mellem biologi og social adfærd, og fremhæver derimod, at kønsrelaterede praksisser er historisk og kulturelt betinget (Connell, 1995, s. 72-73): “Anticipating, in a way, Butler's grasping of gender as performatively constituted, [s]he goes as far as to argue that the word gender should be used as a verb” (Demetriou, 2001, s. 340). Connell introducerede begrebet *hegemonisk maskulinitet*, som den kulturelt dominerende maskulinitet, der medvirker til at legitimere patriarkatets dominans (Connell, 1995, s. 77). Begrebet blev defineret i 1980'erne og udsprang af samtidens feministiske forskning i patriarkatet og mænds rolle med fokus på, hvordan maskulinitet

praktiseres (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 831). Connell søger at belyse de magtrelationer, der eksisterer mellem mænd, og hvordan disse manifesteres gennem et hierarki af kønsidentiteter.

bell hooks udgør en afgørende stemme i kritikken af det patriarkalske samfund, ikke kun som et undertrykkende system for kvinder, men som en struktur, der i høj grad også skader mænd: "Patriarchy is the single most life-threatening social disease assaulting the male body and spirit in our nation" (hooks, 2004, s. 21). Hun peger på, hvordan drenge tidligt lærer at undertrykke deres følelser, og at emotionel distance og kontrol bliver centrale i deres socialisering. Allerede fra barnsben internaliseres et maskulinitetsideal, hvor sårbarhed og omsorg forbindes med svaghed, og hvor budskabet er tydeligt: "(...) don't cry, don't be vulnerable; don't show weakness—ultimately, don't show that you care" (hooks, 2004, s. 36). Dette ideal medfører en dyb følelsesmæssig afkobling, som ikke blot er en konsekvens af patriarkalsk maskulinitet, men selve essensen: "The very phrase 'Be a man' means suck it up and keep going. Disconnection is not fallout from traditional masculinity. Disconnection is masculinity" (hooks, 2004, s. 48). Drenge lærer, hvad det vil sige at være mand, gennem jævnaldrende relationer og mediernes stereotype fremstillinger, hvor følelsesmæssig distance og dominans fremhæves som idealer. Disse bliver derfor afgørende formidlere af normer for maskulin adfærd (hooks, 2004, s. 33). hooks kritiserer desuden brugen af betegnelsen 'traditionel maskulinitet', som ifølge hende tilslører den omfattende patriarkalske struktur. Ved at kalde det traditionelt, risikeres det at nedtone dets ideologiske og systemiske egenskaber: "Yet traditions are rarely hard to change. What has been all but impossible to change is widespread cultural patriarchal propaganda" (hooks, 2004, s. 36). Samfundets patriarkalske struktur har således en stærk indflydelse på drenge og mænds trivsel, identitet og handlerum.

Dorte Marie Søndergaard udgør en central stemme i den poststrukturalistisk inspirerede kønsforskning, hvor subjektet konstrueres gennem diskurser og sociale praksisser. Hos Søndergaard forstås kroppen ikke blot som et biologisk objekt, men som et socialt konstrueret tegn, der tillægges betydning og er indlejret i magtforhold og kulturelle forventninger (Søndergaard, 2006, s. 90). Subjektivitet opstår gennem en proces, hvor man både underlægges og skabes af diskursive betingelser (Søndergaard, 2003, s. 34): "Når man gør køn som en del af den subjektiveringsproces, man er involveret i livet igennem, så deltager man også i processer af rekonstituerende, ændrende eller, kald det, diskursivt producerende art" (Søndergaard, 2003, s. 42). Maskulinitet er derfor altid i bevægelse mellem individets og strukturernes meningsskabelse (Søndergaard, 2003, s. 35). Et centralt bidrag fra Søndergaard er forståelsen af, at subjektivering altid foregår i spændet mellem individets egne

konnotationspraksis og de kulturelle rammer. Hun fremhæver, hvordan individer både trækker på, omskriver og modarbejder diskurser, hvilket betyder, at subjektet aldrig blot reproducerer, men også medskaber egne betingelser (Søndergaard, 2003, s. 35). Dette gør maskulinitet til et relationelt og situeret aspekt – noget, der opstår og forhandles i konkrete interaktioner.

Michael Kimmel (1996) er en central skikkelse i maskulinitetsforskning og har været med til at legitimere studiet af mænd og maskulinitet som et væsentligt område inden for kønsstudier, særligt i amerikansk kontekst. Han argumenterer for, at maskulinitet konstant bliver forhandlet og ændret i relation til klasse, race, seksualitet og samfundsnormer. Kimmel præsenterer en gennemgående pointe om, at maskulinitet ofte baserer sig på frygten for det feminine. Han fremlægger, hvordan maskulinitet formes kollektivt, og hvor frygten for at fremstå feminin eller homoseksuel har en irettesættende effekt, for at undgå eksklusion fra det heteroseksuelle fællesskab: “Homophobia – the fear that people might *misperceive* you as gay (...) It’s what lies underneath the crazy risk-taking behaviors practiced by boys of all ages, what drives the fear that other guys will see you as weak, unmanly, frightened” (Kimmel, 2008, s. 50). Som Kimmel nævner, er den homofobiske kulturs formål at disciplinere dem, hvis adfærd afviger fra den normative maskulinitet. Kimmel trækker på Connells begreb om hegemonisk maskulinitet og undersøger, hvordan visse former for maskulin adfærd bliver normgivende og idealiserede, mens andre undertrykkes. Hans værker fokuserer på paradokset i, at mænd som gruppe nyder godt af patriarkalske strukturer, mens mandlige individer oplever afmagt og krise: “[Men] were raised to believe themselves entitled to feel that power, but do not feel it” (Kimmel, 1997, s. 41).

I undersøgelsen anvendes magtbegrebet løbende til at beskrive, hvordan individer dannes i sociale kontekster og ud fra hvilke handlemuligheder. Magt er allestedsværende og defineres ikke som noget håndgribeligt, der kan ejes eller mistes, men som noget, der udøves i sociale relationer – herunder vidensproduktion, subjektivering og diskurser i samfundet (Heede, 1992, s. 39). Moderne magtformer er subtile og vanskelige at identificere og udfordre, da de ofte virker på et mikroplan, hvor individet som subjekt bliver formet og disciplineret (Heede, 1992, s. 41). Med udgangspunkt i en poststrukturalistisk forståelse af subjektet som relationelt og diskursivt konstrueret, undersøges det, hvordan maskulinitet formes gennem sprog og sociale praksisser: “Den diskursive konstruktion af viden og identiteter indbefatter konstruktionen af et normativt rum” (Johansen, 2018, s. 194). Ved at anvende dette perspektiv på magt, bliver det muligt at afdække, hvordan bestemte diskurser om maskulinitet reproduceres og naturaliseres, og hvor der opstår potentialer for at forskyde eller udfordre disse forståelser.

Sammen bidrager dette teoretiske overblik til et nuanceret syn på maskulinitet som noget, der ikke blot *er*, men som *gøres* – gennem performativitet, subjektivering og forhandling. Denne forståelse bevæger sig væk fra den essentialistiske opfattelse af køn og åbner for, at maskulinitet som praktisering af det mandlige køn kan tage mange former og forandres over tid.

2.2 Kønsforståelse i undersøgelsen

I denne undersøgelse skal betegnelsen ‘mand’ ikke forstås som en henvisning til en fast eller biologisk bestemt identitet, men som et analytisk greb for at undersøge, hvordan maskulinitet udøves, forhandles og positioneres. Dette valg muliggør en kritisk undersøgelse af de normative kønsstrukturer og samfundsmæssige forventninger, som er knyttet til maskulinitet i en vestlig kontekst. Det er vigtigt at understrege, at vi anerkender køn som et spektrum og anser mere end to køns kategorier som en realitet. På den måde søger vi at give plads til en mangfoldighed af kønslige erfaringer, samtidig med at vi forholder os kritisk til de binære kønsnormer, der præger de sociale strukturer, deltagerne navigerer i. Det kunne i fremtidige studier være relevant at inddrage deltagere, der tilhører kønsminoriteter, som dermed identificerer sig uden for den binære kønsforståelse, da dette ville nuancere forståelsen af køn og maskulinitet yderligere.

2.3 Hegemonisk maskulinitet

I 1970'erne gennemgik kønsforskningen et paradigmeskifte, hvor fokus flyttede sig fra kønsroller til teorier om kønsrelationer. Et centralt bidrag til denne udvikling kom fra begrebet *hegemonisk maskulinitet*, som muliggjorde at analysere køn som et relationelt fænomen og dermed afdække de magtdynamikker, der udspiller sig mellem forskellige former for maskulinitet og femininitet (Yang, 2020, s. 318). Begrebet *hegemoni* stammer fra Antonio Gramscis marxistiske teori, og betyder at magthierarkier i samfundet ikke kun produceres og opretholdes gennem en direkte magtudøvelse, men derimod gennem kulturelle konstruktioner af idealer og normer (Bates, 1975, s. 351). Hegemonisk maskulinitet forudsætter eksistensen af flere maskuliniteter og femininiteter, hvis mangfoldighed er med til at belyse et komplekst og omskifteligt system af kønsrelationer. Maskuliniteter analyseres derfor i relation til kategorier som race, klasse, seksualitet og etnicitet (Connell, 1995, s. 76-77). I denne forståelse produceres og reproducere køn konstant blandt os som mennesker, hvorfor de mere

normative, statiske kønsroller afvises (Demetriou, 2001, s. 339). Hegemonisk maskulinitet betegner den kulturelt dominerende form for maskulinitet:

“Hegemonic masculinity can be defined as the configuration of gender practice which embodies the currently accepted answer to the problem of the legitimacy of patriarchy, which guarantees (or is taken to guarantee) the dominant position of men and the subordination of women” (Connell, 1995, s. 77).

Ovenstående definition fremlægger, hvordan hegemonisk maskulinitet legitimerer den patriarkalske struktur, ved at sikre mænds dominans og kvinders underordning i samfundet. Samtidig eksisterer der et internt hierarki blandt maskuliniteter, hvor f.eks. homoseksuel maskulinitet underordnes, fordi den afviger fra de heteroseksuelle og reproduktive normer, som er dominerende og understøtter patriarkatet (Demetriou, 2001, s. 344). Den hegemoniske maskulinitet kropsliggøres ofte gennem kulturelle symboler som sportsstjerner, skuespillere og andre prominente figurer. Selvom disse personer ikke nødvendigvis besidder institutionel magt, legitimerer deres synlige status en normativ forståelse af maskulin overlegenhed: “Hegemonic masculinity was not assumed to be normal (...) But it was certainly normative” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 832). Hegemonisk maskulinitet er således ikke en standard, da kun få mænd lever op til dette, men derimod den mest idealiserede standard for maskulinitet. Mange mænd bidrager indirekte til dens opretholdelse ved f.eks. at hylde mandlige idoler eller internalisere idealer, hvilket forstærker den normative status (Connell, 1995, s. 79).

2.3.1 Dynamisk maskulinitet

Connells introduktion af hegemonisk maskulinitet har fungeret som et teoretisk fyrtårn og dannet grundlag for væsentlige undersøgelser af blandt andet institutionelle og mediemæssige repræsentationer af maskuliniteter. Netop fordi begrebet har fået stor betydning i kønsforskningen, har det løbende været genstand for kritik og videreudvikling (Yang, 2020, s. 319). I takt med feltets udvikling er hegemonisk maskulinitet blevet nuanceret, blandt andet gennem Connell og Messerschmidts (2005) redefinition, som fremhæver, at maskuliniteter indgår i dynamiske magtrelationer snarere end i et fast, vertikalt hierarki. De anerkender først og fremmest, at hegemonibegrebet tidligere blev anvendt på en forsimplet måde (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 831). I stedet bør det forstås som ‘magt under samtykke’ – altså en magtform, hvor også underordnede maskuliniteter og køn spiller en aktiv rolle i at opretholde

den sociale orden (Yang, 2020, s. 319). I denne dynamiske forståelse inddrager hegemonisk maskulinitet træk fra marginaliserede og alternative maskuliniteter, hvilket medfører en dobbelthed, hvor inklusion og undertrykkelse kan eksistere på samme tid. Eksempelvis udsættes homoseksuelle grupper for vold og nedgørelse, men modtager samtidig kulturel fejring og repræsentation. Tilsvarende indgår kvinder og femininiteter ikke blot som passive objekter for maskulin dominans, men påvirker og former maskulinitet i kraft af deres roller som mødre, ægtefæller og seksuelle partnere (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 847-848).

Yderligere kritik peger på, at hegemonisk maskulinitets evne til at inkorporere elementer fra alternative maskuliniteter i virkeligheden styrker patriarkatet, da disse hybride former for maskulinitet kan være med til at sløre magten. Når mænd f.eks. går med øring og neglelak, kan det give indtryk af en blødere og mere åben tilgang til femininitet, men det kan samtidig være med til at cementere den mandsdominerede struktur, hvis magtrelationen ikke reelt forandrer sig (Demetriou, 2001, s. 354-355). I undersøgelsen af maskuliniteter er det således vigtigt at identificere villighed over for forandring, uden at glemme den privilegerede magtposition hos mænd.

I relation til undersøgelsen er det vigtigt at være opmærksom på, at unge mænds tilsyneladende brud med traditionelle maskuline normer ikke nødvendigvis udfordrer de underliggende magtstrukturer. Tværtimod kan det fungere som en måde at genforhandle maskulinitet inden for rammerne af en fortsat mandsdomineret orden. En sådan forståelse åbner for en mere kompleks analyse af de muligheder og begrænsninger, der former unge mænds kønnede selvforståelser og handlemuligheder i dag.

2.3.2 Kropsliggørelse af maskulinitet i ungdommen

En anden væsentlig videreudvikling af hegemonisk maskulinitet understreger kroppens centrale rolle som både formidler og forhandler af maskuline normer. I denne forståelse ses kroppen ikke blot som et passivt objekt, men som en aktiv deltager i sociale praksisser, hvor maskulinitet performs gennem eksempelvis sport, seksualitet, madindtag og risikoadfærd: "To understand embodiment and hegemony, we need to understand that bodies are both objects of social practice and agents in social practice" (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 851). Kroppen bliver dermed en central aktør for performativ maskulinitet, hvor unge mænd tilegner sig og udtrykker bestemte normer for at opnå anerkendelse i maskuline fællesskaber:

"The importance of masculine embodiment for identity and behavior emerges in many contexts. In youth, skilled bodily activity becomes a prime indicator of masculinity, as

we have already seen with sport. This is a key way that heterosexuality and masculinity become linked in Western culture, with prestige conferred on boys with heterosexual partners and sexual learning imagined as exploration and conquest. Body practices such as eating meat and taking risks on the road also become linked with masculine identities” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 852).

Her forbindes kropslige praksisser direkte med opfattelsen af maskulin identitet. I ungdomskulturer opnår drenge eksempelvis status gennem seksuel erfaring, sportslige præstationer og adfærd præget af risikovillighed. Disse praksisser er med til at koble maskulinitet med heteroseksualitet og fysisk dominans, hvilket skaber et kropsligt forankret ideal. Denne dybe forankring gør det vanskeligt at udfordre hegemonisk maskulinitet, og forsøg på at fremme følelsesmæssig åbenhed eller nedtone risikoadfærd kolliderer ofte med de indlejrede kropslige normer, som stadig belønnes i sociale kontekster: “(...) the difficulties of degendering strategies also are partly based in embodiment, for instance, in the commitment to risk-taking practices as means of establishing masculine reputation in a peer group context” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 852).

Denne spænding kan bidrage til en følelse af forvirring eller ambivalens blandt unge mænd, der forsøger at balancere mellem at leve op til traditionelle idealer og samtidig indgå i en samfundsmæssig udvikling, hvor idealerne i stigende grad bliver problematiseret. Forståelsen af maskulinitet som noget kropsligt forankret og socialt forhandlet udgør derfor et analytisk redskab i undersøgelsen af unge mænds oplevelser og udfordringer i forhold til kønsidentitet og maskuline normer.

2.3.3 Nye potentialer for maskulinitet

Ud fra en mere dybdegående forståelse af maskuliniteter og hegemoniske magtstrukturer, er det vigtigt at finde forandringspotentialer, som kan skabe konstruktive fremskridt i unge mænds opfattelse og selvforståelse af maskulinitet. Connell og Messerschmidt peger på, at forandring sker gennem den konstante udfordring og udvikling af hegemonisk maskulinitet, men at dette samtidig kan genopfinde “a solution to these tensions, tending to stabilize patriarchal power or reconstitute it in new conditions” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 853). Det er vanskeligt at vurdere, hvornår udviklingen af hegemonisk maskulinitet betyder fremgang, og hvornår det er med til at sløre og opretholde magtstrukturer mellem kønnene. Alligevel er udfordringen af hegemoniet i stand til at skabe forandringen:

“(...) the conceptualization of hegemonic masculinity should explicitly acknowledge the possibility of democratizing gender relations, of abolishing power differentials, not just of reproducing hierarchy” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 853).

I denne forståelse åbnes der for fremtidige tanker om kønsrelationer, hvor demokratisering af køn og udjævning af magtforskelle er en reel mulighed. Connell og Messerschmidt introducerer i denne forbindelse idéen om et positivt internt hegemoni: “(...) a version of masculinity open to equality with women” (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 853). Forandringen forstås stadig som forankret i en internt dominerende maskulinitet, men her betones muligheden for, at dominansen kan antage en form, der understøtter ligestilling mellem mænd og kvinder.

Andre forskere peger på nødvendigheden af en mere grundlæggende forandring af den hegemoniske struktur, idet intern dominans i maskulinitet i sig selv ikke åbner op for reel udvikling: “(...) it is hard to see how a masculinity open to equality with women could ever be hegemonic” (Duncanson, 2015, s. 241). I forlængelse af Connell og Messerschmidts overvejelser om forandring, argumenterer Claire Duncanson for en overgangsfase, hvor hegemonisk maskulinitet inkorporerer feminine elementer på en måde, som ikke genopfinder hierarkiets magt: “(...) it can be more fundamentally challenged—dismantled, in Connell’s terms” (Duncanson, 2015, s. 241). Konkret foreslås der i første omgang at sætte pres på de modsætninger, der skabes, når hegemonisk maskulinitet inddrager ‘bløde’ elementer, f.eks. fra femininitet og inklusion af minoriteter, for at udstille magtstrukturen (Duncanson, 2015, s. 243). Derudover lægger Duncanson vægt på mænds relationelle praksisser og den måde, maskulinitet konstrueres på i hverdagen: “(...) to dismantle hegemonic masculinity, hierarchical relations must be replaced with relations of equality, mutual respect, or empathy” (Duncanson, 2015, s. 244). De interne maskuline kønsrelationer skal således bygges op omkring positive værdier, og ikke dominans og marginalisering.

I forlængelse af dette introducerer Eric Anderson teorien om *inklusiv maskulinitet*, hvor mere mangfoldige maskuliniteter vinder frem, særligt blandt unge, mere progressive generationer. Han argumenterer for, at homofobi og marginalisering af homoseksualitet har været i tilbagegang siden 1980’ernes *homohysteri*, og at der derfor må anlægges et opdateret blik på maskulinitet (Anderson, 2009, s. 91-92). I denne forståelse sameksisterer forskellige maskuliniteter uden nødvendigvis at være organiseret i et hierarki, da den tidligere dominerende, homofobiske maskulinitet har mistet sin evne til at definere de øvrige (Anderson, 2009, s. 96-99). Andersons studier af unge mænd i sportslige kontekster peger på, at der ikke nødvendigvis er én hegemonisk maskulinitet, og at variation og inklusion kan være tegn på

demokratisering af maskulinitet (Anderson, 2009, s. 153-154). I denne sammenhæng peger Jon Swain på, at unge drenges maskulinitetsforståelser især formes i jævnaldrende fællesskaber. Her forhandles og udfordres normer aktivt: “the construction of masculinity is the result of active, skillful negotiation and manipulation” (Swain et al., 2004, s. 225). De unge mandlige fællesskaber er definerende for udviklingen af maskuliniteter samt et sted, hvor eksisterende normer kan udfordres: “(...) as masculinity is constructed and socially situated, it is also open to change” (Swain et al., 2004, s. 225). Netop fordi maskulinitet er socialt situeret og konstrueret, er den også åben for forandring – særligt i ungdomsårene, hvor identitet er under udvikling og til forhandling.

Det er vanskeligt at udpege entydige forandringspotentialer indenfor hegemonisk maskulinitet, netop fordi magtstrukturen tilpasser og forandrer sig for at bevare den patriarkalske orden. Alligevel peger udviklingen siden begrebets oprindelse på, at forandring er mulig – både gennem feministiske impulser udefra og gennem nye, progressive maskuliniteter indefra.

2.4 Kroppen som identitetsmarkør

I undersøgelsen anvendes Dorte Marie Søndergaards begreb om subjektivering samt forståelse af kroppen som en betydningsbærende identitetsmarkør (2003/2006). Med dette teoretiske afsæt undersøges det, hvordan deltagerne oplever at blive positioneret inden for bestemte kategorier, og hvordan deres kroppe aktivt medvirker til denne positionering ved at indgå i og formes af normative diskurser.

2.4.1 Subjektivering

Subjektivering (Søndergaard, 2003) betegner den proces, hvorigennem mennesker bliver til som subjekter ved at indlejres i sociale og diskursive strukturer – det vil sige gennem normer, forventninger og sproglige kategorier, som både muliggør og begrænser, hvordan individer forstår sig selv og handler i verden:

“Den grundlæggende forståelse af subjektbegrebet baserer sig i korthed på den dobbelte betydning (...) nemlig den der peger på subjektets samtidige underkastelse og kommen til eksistens (genkendelse, identitet, handling og orientering) gennem diskursiv indlejring” (Søndergaard, 2003, s. 34).

Krop, sprog og handling bliver redskaber i denne proces, hvor man både tilpasser sig og forsøger at finde sin egen måde at være til på. Mennesker er således ikke passive modtagere for samfundets normer og diskurser, men handlende subjekter, som kan navigere inden for de muligheder og begrænsninger, som findes i omgivelserne (Søndergaard, 2003, s. 42). Kroppen indgår i subjektiveringsprocessen som en meningsbærende aktør, idet den bliver et medie, hvorigennem maskuline positioner tilskrives, tages op eller forhandles i sociale sammenhænge (Søndergaard, 2006, s. 90).

I denne undersøgelse anvendes begrebet subjektivering til at undersøge, hvordan deltagerne oplever og forhandler, hvad det vil sige at være mand i dag, og hvordan de selv aktivt forholder sig til og udfordrer disse forventninger. Subjektivering giver således et sprog for at forstå, hvordan unge mænd producerer og reproducerer deres maskulinitet i mødet med omverdenen.

2.4.2 Kønnen som aflæsningskategori

En væsentlig del af at være et ungt menneske handler om at finde ud af, hvem man er. Skabelsen af identiteten og selvet sker gennem en forhandlingsproces med de tilbudte sociale identiteter samt den specifikke kultur, individet er og har været en del af. Der foregår således en afprøvende og justerende proces, der indbefatter egen selvkonstruktion såvel som deltagelse i konstruktionen af omverdenen (Søndergaard, 2006, s. 377). Kroppe, køn og måden hvorpå vi aflæser andre individer er et fænomen, der er så selvfølgelig for os, at vi ofte ikke er bevidste om de antagelser, der trækkes på. Maskuline normer og adfærdsmønstre indlejres fra barnsben gennem opdragelse og socialisering, hvor drenge og deres kroppe kategoriseres ud fra bestemte forestillinger. Søndergaard gør os opmærksomme på kroppens tegn – nemlig de sociale og kulturelle forestillinger, som ligger bag opfattelsen af køn:

“Det er altså ikke mænd og kvinder, der bliver usynlige for os. Det, der bliver usynligt, er det, mænd og kvinder er konstrueret af. Det er det, mænd og kvinder kan være og leve, og det er alt det, de ikke kan være og leve, fordi de skal være mænd og kvinder” (Søndergaard, 2006, s. 90).

Som Søndergaard pointerer, er det ikke selve manden eller kvinden, der bliver usynlig, men snarere de begrænsende og normstyrede konstruktioner, som ligger til grund for, hvad de kan være og gøre. Det er disse konstruktioner, der former, hvilke maskuliniteter der fremstår mulige, ønskværdige eller legitime for unge mænd. Når maskulinitet bliver kodet gennem tegn

på kroppen, såsom bestemte måder at bevæge sig, klæde sig eller udtrykke følelser på, risikerer unge mænd at blive fanget i snævre rammer, hvor afvigelse fra normen medfører eksklusion. De kropsliggjorte forventninger vedrørende fysisk styrke, risikovillighed og følelsesmæssig tilbageholdenhed dannes af den aktuelle hegemoniske maskulinitet af dominans blandt mænd.

Tegnbegrebet stammer fra semiotikken og beskrives således: "I tegnbegrebet indgår ideen om et fænomen, der repræsenteres ved stedfortrædende tegn, som aflæses af interpretanter, der tolker eller aflæser, at de med 'tegnet' møder fænomenet" (Søndergaard, 2006, s. 90). Det betyder, at der i aflæsningen af henholdsvis mand og kvinde, eksisterer nogle forudgående socialt konstruerede rammer og mulighedsrum. Mandekroppen bliver således mødt med forventninger om at handle i overensstemmelse med normer og karaktertræk, der forbindes med maskulinitet (Søndergaard, 2006, s. 91). Den fysiske fremtoning får særlig betydning i en verden, hvor sociale positioner ikke er faste eller entydige. Når normerne for køn og identitet er flydende, bliver kroppen et vigtigt redskab til at udtrykke og forhandle, hvem man er, i mødet med andre:

"Når positioner og koblingsudtryk ikke er stabile og givne, men udgør tendentielt fleksible og forhandelbare størrelser, og når individer er hinanden fremmede, både qua disse fleksible positioneringsmuligheder og fordi den sociale berøringsflade for de fleste posttraditionelle aktører er bred og omskiftelig, så får overfladen en særlig betydning som aflæsningsflade for positioneringsbestræbelse og som udtryksflade for forhandlingsindlæg i kulturen i forhold til positioneringsmuligheder" (Søndergaard, 2006, s. 377).

De mange positioner stiller således krav til individets selvfremførelse, idet det bliver et afgørende element i, hvordan man opfattes af omverdenen. Med tegnbegrebet bliver selve kroppen genstand for kønskonstruktionen. Denne forståelse udpeger kroppens tegnfunktion som almen, og selve betydningerne, der tillægges denne, som samfundsmæssigt og historisk specifikke (Søndergaard, 2006, s. 91).

2.4.3 Kroppens iscenesættelse

For unge mænd er det væsentligt at forstå, hvordan den fysiske selvfremstilling både påvirker andres opfattelser og deres egen selvforståelse i relation til sociale forventninger. Med kroppen som identitetsmarkør, internaliseres kønnet som en væsentlig del af skabelsen og forståelsen af selvet (Søndergaard, 2006, s. 91). Med andre ord bliver køn og den fysiske fremtoning et

nøgleelement i individets proces om at forme sin egen identitet og selvforståelse. Kroppen afkodes ikke kun gennem køn, men også gennem dens fremførelse – f.eks. via forbrugsvaner, arbejde og kroppens modificerbare områder, som påvirker, hvordan omverdenen fortolker individet. Med modificerbare områder menes de områder af kroppen, individet selv har mulighed for at påvirke. Der kan være flere grunde til at man ønsker at ændre på kroppens fremtoning. Det kan både være i forsøg på at tilegne sig opmærksomhed fra det modsatte køn, men det kan også være en måde at opnå bestemte sociale positioneringer, der typisk tilskrives nogle bestemte former for kroppe (Søndergaard, 2006, s. 93):

“[Den fysiske selv fremførelse] spejler både selvets koblingsstrategier ‘udad’, således som omverdenen kan aflæse dem, og samtidig spejler den de kollektivt formede kohærensforslag ‘indad’ i selvet. Det sidste foregår gennem enkeltaktørers henvisning til og anvendelse af stiliserede iscenesættelsesmuligheder, således som de tilbydes og formidles til aktørerne gennem eksempelvis mode og medier og gennem aktørernes aflæsning af hinanden, og deres mere eller mindre eksplicite forslag til hinanden” (Søndergaard, 2006, s. 377).

Individets fysiske selv fremstilling fungerer dermed både som en social strategi udadtil mod omgivelserne og indadtil, som en måde at skabe indre identitetsmæssig sammenhæng. Den måde individet præsenterer sig selv kropsligt og visuelt, er således ikke blot et personligt udtryk, men en kulturelt formidlet praksis. Blandt unge mænd kan denne praksis f.eks. komme til udtryk gennem tøjvalg, træning, kropssprog og sprogbrug, alt sammen som del af en strategi for at tilpasse sig eller udfordre gældende diskurser om maskulinitet.

I den forbindelse skal kroppens fysiske tilstand gerne afspejle positive værdier om individets personlighed og karakter. Disse kropslige faktorer er individualiseret, hvorfor ansvaret tildeles den enkelte: “Den trimmede, trænede, faste og slanke krop afspejler en person, der er i stand til at kontrollere sig selv og sin tilværelse. Den vidner om viljestyrke, disciplin, sundhed og evne til social progression” (Søndergaard, 2006, s. 94). Dette perspektiv er særligt relevant, da unge mænd eksponeres for kropslige idealer og forventninger til mandekroppen, hvilket kan påvirke deres syn på dem selv og deres sociale status. I relation til undersøgelsen, anvendes Søndergaards perspektiv til at undersøge, hvordan unge mænd forholder sig til maskuline kropsidealer, herunder hvordan presset om at optimere deres kroppe kommer til udtryk.

2.5 Dialogisk kommunikationsteori

I denne undersøgelse udforskes unge mænds maskulinitet gennem samtalebaserede workshops, for at inddrage dem som medskabere af viden. Det er i denne sammenhæng relevant at trække på dialogisk kommunikationsteori. Gennem dialogiske og samskabende processer, indgår individer i fællesskab som erfaringseksperter, for at forhandle viden og oplevelser, og sammen åbne op for forandring af en given problematik. Der arbejdes ud fra en kritisk reflektiv tilgang, for både at kunne analysere magt og diskurser i rummet, herunder evaluere egen praksis som forskere (Philips, 2011).

I rollen som facilitator er det vigtigt at skabe plads til dialogen og hjælpe samtalen på vej. Inddragelsen af forskellige stemmer og synspunkter er relevant for at skabe potentialer for forandring, da en samskabende proces kræver, at deltagerne må forsøge at forstå hinanden, og nå til enighed om en given problematik (Olesen et al., 2018, s. 18). Intentionen om at skabe en dialogisk proces, kan dog risikere at sløre magtrelationerne, hvis facilitatorerne præger samtalerne efter forskningsmæssige interesser, og dermed misser diskussioner, som deltagerne anser som vigtige (Olesen et al., 2018, s. 15-16). Teorien forudsætter et kritisk blik på magtdynamikker for at forstå, hvornår samskabelse opstår eller udebliver. Dialogen er derfor både en metode til at skabe forandring, samt genstand for kritisk refleksion af den dialogiske praksis (Olesen et al., 2018, s. 20-21).

Der arbejdes ud fra en socialkonstruktionistisk tilgang, hvor dialog er konstituerende for vores sociale virkelighed (Johansen, 2018, s. 193). Ud fra en foucauldiansk forståelse af magt er det diskursive rum fyldt med spændinger, hvor "inklusions- og eksklusionsdynamikker er i spil, således at nogle stemmer dominerer, og andre marginaliseres eller udelukkes" (Johansen, 2018, s. 194). Dertil forstås kommunikation ud fra Bakhtins dialogteori, hvor betydning konstant dannes relationelt i et omfattende, diskursivt system (Johansen, 2018, s. 194). Ved at identificere og italesætte disse spændinger, belyses forskellige magtdiskurser sammen med deltagerne, og derfra kan man forholde sig spørgende og udfordrende til gældende normer.

I dialogen med unge mænd om maskulinitet, må der tages højde for de sociale dynamikker i gruppen, da emnet potentielt er sensitivt for deltagerne, der befinder sig i en livsfase, hvor identitetsdannelse fylder meget. De dominerende normer og diskurser vedrørende maskulinitet kan spille en stor rolle i samtalerne, og det er derfor vigtigt at forstå hvilke aspekter, der accepteres og naturliggøres, og hvilke der forhandles og udfordres af deltagerne.

2.6 Stemmeteori

I relation til workshoppene inddrages stemmeteori som et teoretisk og analytisk perspektiv, for at belyse de stemmer og positioner, deltagerne indtager i dialogen. Dette muliggør en undersøgelse af, hvilke normer der er blevet internaliseret, og hvordan disse former deltagernes forståelse af maskulinitet. Ud fra et stemmeteoretisk perspektiv opfattes selvet ikke som en fast og homogen størrelse, men som sammensat af flere indre stemmer, der afspejler forskellige erfaringer og perspektiver. Disse stemmer interagerer i en løbende indre dialog, som former individets selvforståelse og fortolkning. Vi anvender teorien til at identificere forskellige *jeg-positioner* og *de indre-andre* stemmer (Aveling et al., 2014; Marková, 2006). Disse begreber understreger betydningen af den gensidige påvirkning i den indre dialog som grundlag for identitetsdannelse. Følgende afsnit er en teoretisk gennemgang af stemmeteori, hvoraf anvendelsen uddybes i metodeafsnittet.

2.6.1 Multiple stemmer hos individet

Aveling et al. tager udgangspunkt i den dialogiske tradition og argumenterer for, at *Selvet* skal læses som et flertal – sammensat af flere, ofte modsatrettede, stemmer og perspektiver:

“Conceptualising the Self as multivoiced originates in the theoretical tradition of dialogism. Within this tradition, the Other is not in opposition to Self, but part of Self (Bakhtin, 1981, s. 354; Wertsch, 1991). Moreover, the Self is not simply what is self-reported, but also how the Self relates to Others (Marková, 2003)”
(Aveling et al., 2014, s. 4).

Den *Anden* ses dermed som en integreret del af Selvet, og er et produkt af sociale relationer. Dette betyder, at individers udsagn og selvforståelser bærer præg af både indre og ydre stemmer – på baggrund af sociale normer, diskurser, nære relationer samt personlige erfaringer:

“(...) people have as many ‘selves’ as there are people or groups with whom they interact. Equally, for Bakhtin, Self arises in and through social relations with Others; Others are, in this sense, part of Self (...) The Self is always infused with and responding to the voices of Others. For example, people are concerned with what other people think and say, and people often repeat or paraphrase the words of others”
(Aveling et al., 2014, s. 2).

Citatet beskriver, hvordan Selvet indtager flere positioner fra Andre, der hver især afspejler forskellige erfaringer og perspektiver, og som løbende indgår i individets refleksion og tanker. Den indre dialog er derfor præget af mange stemmer – både egne og andres – som individet både svarer på og gentager i tanker, ord og handlinger. Dermed forhandles identitet konstant gennem sociale interaktioner.

2.6.2 Ekstern og intern dialog

I stemmeteorien skelnes der mellem den ydre dialog – altså mellem mennesker – og den indre dialog, der foregår hos individet. Den ydre og indre dialog påvirker hinanden gensidigt og kan foregå simultant:

”(...) humans, when speaking to others in what we can call an *external dialogue*, may also hold an *internal (or inner) dialogue* within themselves. In other words, they have the capacity of speaking to themselves and of having a symbolic dialogue with the *Alter* that may not be immediately present” (Markova, 2006, s. 135).

Markova beskriver, hvordan individet forstår sig selv (*Ego*) gennem sin relation til den anden (*Alter*). En dialog forstås typisk som en mundtlig interaktion mellem to eller flere parter, men sådan en interaktion sker ligeledes internt hos mennesker. Samtalepartneren optræder her som en intern repræsentation hos individet, og bruges i en dialog med sig selv. Repræsentationen af den anden er en subjektiv fortolkning af andres ytringer og handlinger, som både former og formes af individet. Aveling et al. skelner ligeledes mellem dialog med andre individer, *heterodialog*, og dialog med Selvet og dets indre-andre, *autodialog*. Autodialog forekommer, når en person oplever en intern udveksling eller stiller sig selv spørgsmål, som inddrager og anvender andres holdninger. Denne indre dialog er en aktiv del af refleksionsprocesser og tankemønstre, da der veksles mellem positioner, holdninger og idéer. Autodialogen påvirkes af sociokulturelle magtforhold, hvor nogle stemmer og diskurser er dominerende, mens andre undertrykkes (Aveling et al., 2014, s. 5).

I en analytisk kontekst indebærer det, at forskeren er opmærksom på disse forskellige stemmer og ikke alene lægger vægt på, hvad deltagerne direkte udtaler, men også på de underliggende dialoger og sociale påvirkninger, der former deres udsagn:

“Participants may not be aware of all the voices with which they speak, and self-reports may reflect a limited view of Self’s multiplicity of voices; they may be

disproportionately shaped by voices aligned with a socially desirable Self” (Aveling et al., 2014, s. 3).

Deltagere er sjældent fuldt bevidste om de forskellige stemmer, de trækker på, når de taler om sig selv. Tilgangen muliggør en nuanceret analyse af, hvordan de interne og eksterne stemmer forhandles og interagerer i dialogen. Dette perspektiv er særlig relevant i undersøgelsen, da deltagernes selvfremsstillinger kan være stærkt præget af sociale normer for, hvad der er acceptabelt – uden de selv er klar over det.

2.6.3 De indre stemmer

Selvet opbygges af to typer af indre stemmer: jeg-positioner, som repræsenterer individets egen stemme, og de indre-andre, som er individets internaliserede stemmer, der løbende er i dialog med Selvet (Aveling et al., 2014, s. 4). Disse indre stemmer er centrale, da de kan identificere den interne dialog:

“Inner-Others do not only represent ‘real’ individuals (e.g. my mother, my boss); they may also be imagined Others or generalised Others (e.g. my community) or reflect discourses or social languages associated with particular groups or institutions” (Aveling et al., 2014, s. 4).

Disse positioner er forankret i sociale relationer og kontekster, men er foranderlige, da en person forhandler mellem flere jeg-positioner samtidigt. Indre-andre henviser til de stemmer inde i Selvet, som tilskrives andre – både konkrete personer, generaliserede holdninger og kulturelle diskurser. Stemmerne er en integreret del af Selvet, der påvirker, hvordan individet forstår sig selv og verden. Det kommer til udtryk gennem direkte eller indirekte erfaringer fra sociale interaktioner, men formes af individets egen tolkning og forståelse, og er dermed en projektion af andres stemmer (Aveling et al., 2014, s. 4). Den indre dialog udspiller sig således:

“Internal dialogue does not necessarily accompany an external dialogue (...) internal dialogue is an attempt to solve the author’s conflict, whether relational, personal, and moral, choice-related and so on. It is during such circumstances that the second, third, etc. voices enter the inner dialogue as ‘the inner Alter’” (Markova, 2006, s. 136).

Den indre-anden tager mange former og variationer, f.eks. som en samvittighed, et kollektivt minde, et familiemedlem og lignende. Denne interne proces udspiller sig gennem hele livet, og ses derfor som en løbende dialogisk udvikling af Selvet i samspil med de eksterne sociale interaktioner (Markova, 2006, s. 136). Således forstår individet sig selv gennem sin relation til den indre-anden:

”(...) dialogicality of the Ego-Alter is of ontological nature. This means that in and through communication the Ego-Alter intersubjectively co-constitutes one another: one does not exist without the other” (Markova, 2006, s. 126).

Meningsdannelse opfattes dermed ikke som noget, individet kun skaber fra eget perspektiv, men som en fælles proces mellem to positioner. Det betyder, at de ikke kan ses som selvstændige aktører, hvor selvet f.eks. handler på egen hånd eller momentvist overtages af den anden, men begge er aktive medskabere af betydning gennem deres indbyrdes relation (Markova, 2006, s. 125). Individet formes således i en konstant kommunikerende bevægelse mellem egne erfaringer og samfundets sociale stemmer.

2.6.4 Anvendelse af stemmeteori

Stemmeteori gør det muligt at undersøge, hvordan de forskellige interne stemmer interagerer og påvirker deltagernes forståelse af maskulinitet. I den forbindelse er det interessant at undersøge, om deltagerne udfordrer eller bekræfter normative kønsnormer, samt om der opstår modsatrettede holdninger, både i den interne og kollektive dialog. Denne tilgang skaber rammen for et metodisk redskab til at analysere de indre konflikter og forhandlinger hos deltagerne, ved at identificere fremtrædende stemmer i dialogen.

3. Metode

I dette afsnit præsenteres den metodiske tilgang, der danner grundlaget for planlægningen, udførelsen og analysen af syv workshops med i alt 29 unge mænd og den tilhørende empiri. Workshoppene er udviklet med fokus på dialogisk kommunikation og er inspireret af samskabende elementer, hvor deltagerne aktivt bidrager til at forme samtalen og identificere relevante problemstillinger. Dette for at sikre, at undersøgelsens fokus udspringer af deltagernes oplevede behov og erfaringer (Gleerup & Egmose, 2022, s. 63). Workshopen er inspireret af erindringsværkstedet, som muliggør en kollektiv undersøgelse af erfaringer, som kan danne grundlag for nye forståelser og handlemuligheder. I workshopen anvendes desuden visuelle vignetter i form af videoklip, der giver deltagerne mulighed for at forholde sig til genkendelige scenarier og spejle dem i egne erfaringer. Vignetterne fungerer som et kreativt redskab til at åbne for nye samtaler og perspektiver, som understøttes af dialogkort, med det formål at skabe trygge rammer for samtaler, hvor mere personlige fortællinger kan få plads. Formålet med undersøgelsen er ikke blot at afdække forståelser af maskulinitet blandt unge mænd, men samtidig at skabe et dialogisk rum, hvor kritisk refleksion og udforskning af forandringspotentialer kan finde sted.

3.1 Erindringer som kollektiv forandringskraft

Workshoppens ramme er inspireret af erindringsværkstedet, som bygger på idéen om, at sociale forandringer kan opstå gennem fælles refleksion over personlige erfaringer (Krøjer, 2019, s. 156). Når deltagerne diskuterer og fortolker deres egne og andres erindringer i relation til maskulinitet, afklarer de uenigheder og udvikler et fælles sprog, hvilket skaber grobund for kollektive erkendelser. Denne proces rummer et forandringspotentiale, fordi deltagerne i fællesskab identificerer problematikker, som de kan undersøge og udfordre i samspil. Erindringsværkstedet trækker på elementer fra både erindringsarbejde, hvor individuelle erfaringer anvendes til at synliggøre sociale strukturer og magtforhold, og fremtidsværkstedet, hvor kritik af nutiden danner udgangspunkt for mulige alternative fremtider. Med et særligt fokus på hvordan normer og magtrelationer former identitet og selvforståelse, skaber metoden et rum, hvor gængse forståelser af maskulinitet kan problematiseres og forhandles på ny.

3.1.1 Erindringsarbejde og fremtidsværksted

Erinnerungsarbeit (Haug, 1985), som kan oversættes til *erindringsarbejde*, er en feministisk forskningsmetode med fokus på subjektivering, identitet og ideologi, udviklet af sociologen Frigga Haug. Metoden sigter mod en kritisk analyse af erindringer for at belyse, hvordan sociale strukturer og magtforhold former vores subjektivitet, med særlig vægt på hverdagslivets erfaringer. Individuelle erindringer betragtes som sociale konstruktioner frem for private og isolerede oplevelser, og gennem kritisk analyse kan de synliggøre, hvordan samfundets normer og magtforhold reproduceres i tanker og handlinger (Haug, 1985, s. 85-86): “It is within the arena of collective production that individual experience becomes possible” (Haug, 1985, s. 92). Personlige erindringer og fortolkninger deles i fællesskab for at forstå, hvordan de produceres socialt og strukturelt.

Fremtidsværkstedet kombinerer praksiserfaringer og videnskabelig teori for at understøtte sociale forandringsprocesser, og beskrives således: “Fremtidsværkstedets mål er at sætte en ramme for udvikling af utopier og erfaringsbaserede forestillinger om, hvordan vi ønsker at leve og indrette os og igangsætte initiativer, som trækker i denne retning” (Gleerup & Egmos, 2022, s. 60). Fokus ligger på at kritisere nuværende problemstillinger og efterfølgende udvikling af fremtiden, med det formål at skabe visioner og løsningsforslag til forbedring (Gleerup & Egmos, 2022, s. 65-68).

“Forenklet kan man sige, at fremtidsværkstedet adresserer det grundlæggende spørgsmål: Hvordan ønsker vi at leve? Det er ikke et tema, der formuleres eksplicit, men det er værkstedets grundorientering at arbejde med, hvordan vi som mennesker egentlig ønsker at leve og indrette os, i relation til det emne som værkstedets deltagere mødes om” (Gleerup & Egmos, 2022, s. 61).

Denne metodiske tilgang afspejler en ambition om at demokratisere forskningsprocessen, ved at skabe viden gennem deltagernes aktive medskabelse. Fremtidsværkstedet faciliterer en inkluderende og samarbejdsorienteret ramme, hvor deltagerne ikke blot bidrager med deres perspektiver, men også anerkendes som aktive subjekter i udviklingen af nye visioner og initiativer (Gleerup & Egmos, 2022, s. 61).

Undersøgelsen orienterer sig mod metoderne for at illustrere, hvordan kollektiv refleksion, dialog og kritik af herskende maskuliniteter kan omsættes til forandringspotentialer. Formålet er ikke nødvendigvis at nå frem til konkrete løsninger, men snarere at facilitere en

samskabelsesproces, hvor deltagerne i dialog med hinanden udfordrer og nuancerer eksisterende maskulinitetsopfattelser.

3.1.2 Erindringsværksted

Erindringsværkstedet er udviklet af forskeren Jo Krøjer og betegnes som en innovativ tilgang inden for partipatorisk forskning, som kombinerer det kritiske erindringsarbejde med det fremadskuende fokus fra fremtidsværkstedet (Krøjer, 2019, s. 147). Metoden bygger på ideen om, at erindringer ikke er faste, individuelle eller udelukkende hører fortiden til. I stedet ses erindringsarbejdet som en dynamisk og fælles proces, der kan anvendes til at udvikle et kritisk og nuanceret perspektiv på samtidens udfordringer. Gennem fællesskabet i erindringsværkstedet får deltagerne mulighed for at dele og bearbejde deres personlige erfaringer i en social kontekst. Herigennem omdannes individuelle erindringer til en fælles refleksion, der ikke blot skaber ny indsigt, men også knytter sig til større samfundsmæssige problemstillinger (Krøjer, 2019, s. 146). Deltagernes erfaringer danner grundlag for en fælles forståelse, der kan kaste lys over strukturelle udfordringer og muliggøre veje til forandring. Erindringer kan indgå i kollektive sammenhænge og dermed bidrage til nye, meningsfulde indsigter i både fortiden og nutiden (Krøjer, 2019, s. 146-147). Derudover giver metoden deltagerne mulighed for at identificere konkrete handlemuligheder for at forme fremtiden, hvilket fremmer en fælles og kritisk stillingtagen til de eksisterende vilkår (Krøjer, 2019, s. 168). Muligheden for forandring opstår gennem den fælles proces, der er knyttet til et emne, som deltagerne føler et fælles ansvar for og engagerer sig aktivt i. Den fælles proces manifesterer sig derfor i det fællesskab, der opstår gennem deltagerne specifikke perspektiver og erindringer (Krøjer, 2019, s. 159).

Der tages afsæt i erindringsværkstedet, som ramme for de afholdte workshops, da metoden understøtter en kollektiv erindringsproces, hvor deltagerne sammen kan udforske og reflektere over maskuline normer og idealer. Med inspiration fra Power Plays erindringsværksted består workshoppen i undersøgelsen af forskellige faser, der bevæger sig fra et fokus på fortidens erindringer til fremtidens potentialer (Padovan-Özdemir et al., 2023). Dette for at understøtte forandring og alternative handlemuligheder, som styrker deltagerne kritiske blik og evne til at udfordre normer og magtstrukturer. Den kollektive forandring sker både i det konkrete fællesskab, som er samlet til workshopkene, samt i et større fællesskab af unge mænd, hvis kultur løbende defineres i samfundet.

3.2 Fiktive fortællinger som afsæt for refleksion og dialog

I arbejdet med en ung målgruppe, er der blevet lagt vægt på at udvikle workshops, der både fremmer refleksion og skaber genkendelighed hos deltagerne. Da maskulinitet kan fremstå abstrakt og vanskelig at forholde sig til, anvendes der visuelle vignetter i form af korte videoklip, som udgangspunkt for samtalerne. Formålet med disse er at åbne for deltagernes egne erfaringer, perspektiver og diskussioner.

Unge mennesker er i dag storforbrugere af sociale medier, hvor især platforme som TikTok, Instagram og YouTube er præget af kortvarige videoklip, designet til at fastholde brugerens opmærksomhed (Børns Vilkår, 2024c). Med afsæt i disse medievaner inddrages videoklip som en genkendelig og tilgængelig kommunikationsform, der afspejler målgruppens daglige interaktion med audiovisuelle medier. Ved at anvende et format, der ligger tæt op ad deltagernes egne brugsvaner, er formålet at øge workshoppenes relevans og skabe et mere engagerende rum på deltagernes præmisser. Videoklippene fungerer således som en fælles reference, som deltagerne kan spejle sig i eller tage afstand fra.

3.2.1 Fiktion som genre

Fiktive videoklip inddrages i workshoppenes som et metodisk greb til at facilitere samtaler om komplekse og potentielt sårbare emner. Den fiktive verden tydeliggør detaljer, nuancer og sammensatte kontekster, som ellers kan være svære at sætte ord på og identificere i hverdagen:

“Fiction as a research practice is well suited for portraying the complexity of lived experience because it allows for details, nuance, specificity, contexts and texture; cultivating and empathy and self reflection through relatable characters; and disrupting dominant ideologies or stereotypes by showing and not telling” (Leavy, 2020, s. 60).

Som det fremgår af citatet, anvendes fiktion til at skildre kompleksiteten i menneskers oplevelser, der samtidig lægger op til individuel fortolkning. Opdigtede personer kan desuden fungere som relaterbare karakterer, der igangsætter refleksion og fremmer empati hos modtageren (Leavy, 2020, s. 60). Fiktion åbner op for mange forskellige betydninger og fortolkninger, hvilket giver modtageren mulighed for at inddrage egne oplevelser og perspektiver i forståelsen af et emne: “Fiction is able to ‘get at’ and express complex layers of meaning without closing off the interpretive process in an authoritative manner” (Leavy, 2020, s. 64). Dette betyder, at modtageren kan tolke ud fra egen baggrund, erfaringer og følelser. Fiktion er således en effektiv måde at skabe et rum og åbne op for dialog omkring et emne, der

grundet sin form, kan fortolkes forskelligt afhængig af modtageren, og er dermed særlig god til at nå ind til modtagerens bevidsthed samt fremme reflektiv tænkning (Leavy, 2020, s. 62).

I undersøgelsen anvendes fiktive videoklip som et redskab til at skabe genkendelighed og relaterbarhed mellem deltagerne og karaktererne. Formålet er at lade karaktererne fungere som afsæt for refleksion og samtale, så deltagerne får mulighed for at åbne op om egne erfaringer og perspektiver. Ved at tage udgangspunkt i opdigtede scenarier, sigtes der mod at mindske presset for at dele personlige beretninger, og i stedet tilbyde en mere tryk ramme for at diskutere følsomme emner.

3.2.2 Vignet

Workshoppene er struktureret omkring brugen af vignetter i form af videoklip. En vignet er et håndgribeligt scenarie af det virkelige liv, som kan konkretisere og åbne op for samtaler omkring komplekse og sensitive problematikker. Vignetter defineres således:

“In terms of a definition, they are described alternately as fictional scenarios, simulations of real events, or real-life stories. (...) There is general agreement across the literature that vignettes' chief purpose is to provide entry points to what can be complex research questions as they ‘selectively stimulate elements of the research topic under study’” (Kandemir & Budd, 2018, s. 1-2).

Vignetten tager udgangspunkt i fiktive scenarier eller repræsentationer af virkelige hændelser, for at konkretisere og rammesætte komplekse problematikker. Vignetter er relativt fleksible som metode, og indgår derfor i kombination med forskellige kvantitative og kvalitative undersøgelser. Den består typisk af et stykke tekst, men kan også forekomme som billede eller video. Således anvendes vignetter ud fra undersøgelsens behov, frem for at diktere en bestemt fremgangsmåde (Kandemir & Budd, 2018, s. 2). Formålet med at anvende fiktive fortællinger, der i denne undersøgelse afspejler virkelighedens sociale udfordringer ved at være ung mand i dag, er at skabe et fælles udgangspunkt for deltagerne, og gøre det lettere for dem at italesætte personlige erfaringer gennem en tredje person:

“Vignette methodology allows researchers to systematically explore issues that could, potentially, be sensitive to research participants as it allows participants to control whether they disclose personal information or not” (O’Dell et al., 2012, s. 703).

Ved at tage afsæt i en fiktiv situation, bliver det muligt at afdække forskellige fortolkninger, handlingsmønstre og positioneringer, når deltagerne relaterer scenarierne til deres egne liv (Kandemir & Budd, 2018, s. 3). Vignetten fungerer dermed både som samtalestarter og som et redskab til at flytte dialogen fra det fiktive til det personlige, enten spontant eller ved hjælp af opfølgende spørgsmål som: “Har du selv oplevet en lignende situation?” eller “Hvordan tror du, at du ville reagere, hvis det var dig?” (O’Dell et al., 2012, s. 708).

3.2.3 Fortolkning og positioner i vignetter

I denne undersøgelse er deltageres svar præget af skift mellem personlige erfaringer, normative vurderinger og forestillinger om andres perspektiver, hvilket gør udtalelserne flertydige og analytisk udfordrende. I den forbindelse er en vigtig metodisk overvejelse, om det bør betragtes som en styrke eller en svaghed, at deltagerne i samtalerne bevæger sig mellem forskellige positioner, når de forholder sig til vignetten. En typisk kritik lyder; at vignetter – som afgrænsede og fiktive fortællinger – ikke kan anses for repræsentative og derfor ikke nødvendigvis afspejler, hvordan mennesker reelt reagerer i virkelige situationer (O’Dell et al., 2012, s. 703). I denne undersøgelse argumenteres der imidlertid for, at netop fraværet af konkrete detaljer og kontekst er en styrke, da det inviterer deltagerne til at udfylde tomrummene med egne fortolkninger og erfaringer:

“The lack of detail in vignettes that are given to participants means that they are led to fill in the gaps which may reveal important data for the research project. Thus the participants’ interpretation of the vignette material becomes valuable material for study rather than a weakness in the design of the research instrument”

(O’Dell et al., 2012, s. 704).

Brugen af vignetter muliggør dermed at få deltagerne til at tænke videre og sammen diskutere de omkringliggende detaljer af det præsenterede scenarie. En yderligere udfordring ved brugen af vignetter er, at deltagerne både snakker ud fra personlige og generaliserede positioner, hvilket gør det analytiske arbejde mere komplekst og rejser spørgsmål om, hvordan udsagnene skal fortolkes og forstås i konteksten af undersøgelsen. Når deltagerne udtaler sig om, hvordan en fiktiv karakter burde reagere eller handle, fokuseres der i undersøgelsen ikke på at vurdere, hvad de konkret selv ville gøre i en lignende situation: “The story places the behaviour of the character in a concrete context and allows the researcher to explore participants’ views on the issues arising from the situation (O’Dell et al., 2012, s. 703). I stedet undersøges deres

subjektive opfattelser, følelser og værdimæssige overvejelser, som kommer til udtryk gennem deres fortolkning af scenariet (O'Dell et al., 2012, s. 705). Deltagerne kan påtage sig varierende synspunkter og veksle mellem disse, når de udtaler sig om vignetten:

“(...) participants may choose to give a diverse range of responses to a topic, varying from their own self disclosure, to socially stigmatised views and repeating socially acceptable explanations” (O'Dell et al., 2012, s. 705).

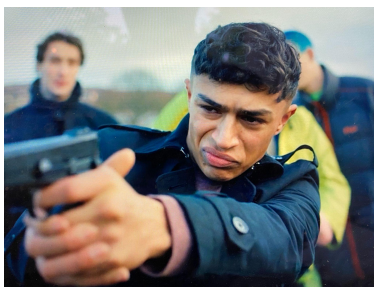
Hvor dette kan være en ulempe, hvis formålet er at afdække klare reaktionsmønstre hos individet, er det derimod en styrke i undersøgelsen, hvor det netop er målet at belyse de nuancerede overvejelser, skiftende positioner og refleksioner, som opstår i dialogen blandt deltagerne. Således kan vignetter bidrage til at indsamle dialogisk empiri, der beskriver de interne og eksterne dialoger, som forekommer hos individet vedrørende emnet. Tanke- og beslutningsprocesser hos individet kan ikke afgrænses til et enkelt synspunkt, hvilket vil sige, at hvis en deltager taler ud fra en tredje person, er dette stadig et subjektivt aspekt, da vi som individer påtager mange eksterne og generaliserede stemmer i selvets indre dialog (O'Dell et al., 2012, s. 706).

I denne undersøgelse bidrager vignetter til at skabe et mere nuanceret billede af deltageres overvejelser omkring maskulinitet, idet de fungerer som et trygt og genkendeligt afsæt for refleksion og dialog. Gennem de fiktive scenarier får deltagerne mulighed for både at analysere fiktive karakterers handlinger og relatere dem til egne erfaringer, hvilket åbner for nuancerede perspektiver og fortolkninger.

3.2.4 Valg af vignetter

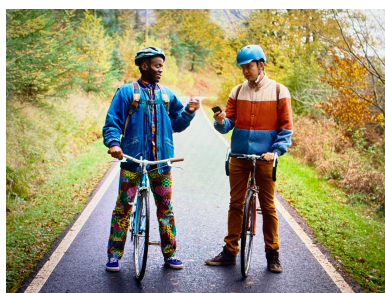
Vignetterne der anvendes i denne undersøgelse, er udvalgt med afsæt i tematikker identificeret af Børns Vilkår (2023b) og i overensstemmelse med undersøgelsens problemfelt, med henblik på at fremme tematisk relevans og analytisk sammenhæng. På denne baggrund er der udvalgt fem korte videoklip med en varighed på et til to minutter. Der blev søgt efter videoklip, der tematiserer venskaber, kropsidealer, gruppepres, kærlighed, identitetsdannelse og sårbarhed på en eksplicit, men troværdig måde. I forlængelse heraf blev der gennemgået adskillige timers ungdomsserier, for at finde materiale, der afspejler virkelighedsnære og relaterbare situationer. Formålet var at fremme genkendelighed og skabe relevans hos deltagerne, og dermed øge vignetternes empiriske effekt (Hughes & Huby, 2004, s. 40).

De fem udvalgte videoklip stammer fra forskellige streaming- og public service-platforme, hvoraf de ikke-dansksprogede klip blev vist med danske undertekster, for at sikre sproglig forståelse. Der er bevidst valgt videoklip fra forskellige produktioner, for at minimere risikoen for, at deltagerne tillagde karaktererne en betydning ud over det specifikke klip. Det kunne dog ikke udelukkes, at deltagerne havde set indholdet inden afholdelsen af workshoppene, og der blev derfor lagt vægt på, at klippene først og fremmest fungerede som samtalestartere, da det var deltagernes egne erfaringer, perspektiver og refleksioner, der var centrale i workshopen. I det følgende præsenteres de udvalgte vignetter med fokus på de tematikker, der blev bragt i spil i dialogen med deltagerne:



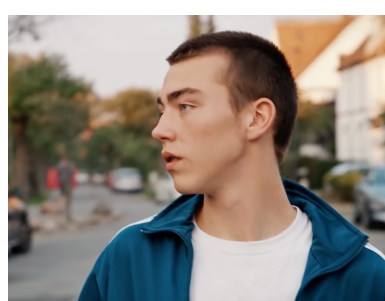
Vignet 1: Gruppepres

Det første videoklip stammer fra ungdomsserien *Drenge*. Her ser man en gruppe unge på en ødemark. En af drengene presses til at affyre en pistol mod en dåse, som er placeret på en anden drengs hoved – en form for optagelsesritual, der illustrerer gruppepres og hierarkier i drengefællesskaber. Drengen med pistolen tøver, tydeligt påvirket af situationen og de andres forventninger. Han ønsker at blive anerkendt som en del af gruppen, men er bekymret for udfordringen. Da han endelig affyrer pistolen, lader vennen som om, at han er blevet skudt og falder om. Det viser sig, at der ikke er skarpe patroner i, og drengen med pistolen er lettet over, at vennen er uskadt, samtidig med at gruppens reaktion illustrerer, at han har bestået prøven (Risvig, 2022).



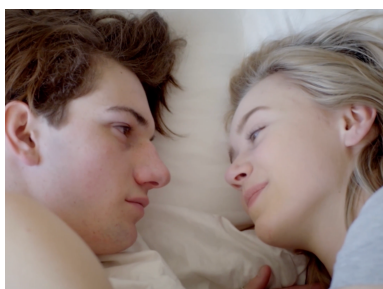
Vignet 2: Kroppsidealer

Det andet videoklip stammer fra serien *Sex Education*. I scenen cykler to mandlige venner på en vej, hvor den ene fortæller, at han har besluttet sig for at begynde at træne, med argumentet om at det er sundt. Vennen spørger hvad den egentlige grund er, og han indrømmer, at en pige han er interesseret i, omgås en meget veltrænet dreng. Idet vennen ser billedet af fyren, reagerer han tydeligt på, hvor veltrænet vedkommende er. Han indser hurtigt, at reaktionen ikke hjælper på vennens usikkerhed, og begynder i stedet at fremhæve andre positive egenskaber som "intelligent" og "blød". Det tilsidesættes dog kort efter med en vittig bemærkning om, at vennen ikke har nogen chance i forhold til fyrens veltrænede krop (Leclerc, 2023).



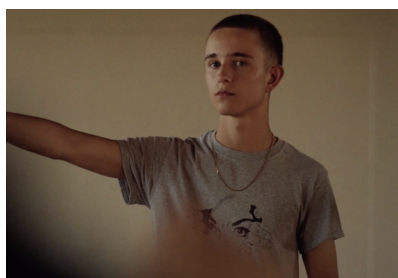
Vignet 3: Udtrykke følelser

Det tredje klip er fra ungdomsserien *Grænser*, hvor to drenge går en tur og snakker om deres følelser. De deler deres erfaringer med overgangen fra efterskole til gymnasiet, og den ene betror den anden, at han oplever en form for ensomhed, da relationerne på gymnasiet føles overfladiske sammenlignet med de tætte venskaber, han dannede på efterskolen. Samtalen resulterer i en fælles erkendelse af, at drenge er dårlige til at snakke sammen og sætte ord på deres følelser (Risvig, 2021).



Vignet 4: Kærlighed og sårbarhed

Det fjerde klip stammer fra den norske ungdomsserie *SKAM*. Scenen starter med en dreng og en pige, som ligger i en seng, hvor de kysser og snakker. Da pigen rejser sig for at hente et glas vand, træder hun ind i køkkenet og støder på drengens storebror, som hun ikke har mødt før. Lige efter kommer drengen fra sengen også ind i køkkenet, og ændrer pludselig adfærd overfor pigen. Den førnævnte omsorg forvandles til en hård facade, og han beder hende udtryksløst om at gå. Han siger efterfølgende til storebroren, at de ikke er kærestes, og at han er ligeglad med hende (Andem, 2016).



Vignet 5: Dynamikker i drengefællesskaber

Det sidste klip stammer fra ungdomsserien *Bæst*, der primært fungerede som et ekstra indslag, hvis deltagerne i workshoppen blev hurtigt færdige med de øvrige klip. Scenen udspiller sig i en sportshal, hvor en træner beder en gruppe drenge, som står i en rundkreds, om at udpege hinanden som henholdsvis “stærkest”, “klovnen”, “divaen”, “røvhullet” og “modigst”. Hver gang et nedladende ord nævnes, tøver drengene med at reagere, men på trods af deres tvivl insisterer træneren på, at de skal pege på hinanden. I sidste del af klippet fokuserer kameraet på to af drengene, som afslutningsvis udpeger hinanden som modigst, selvom den ene af drengene udpegede den anden som røvhullet i runden forinden (Kåss, 2023).

Disse videoklip udgør et fælles referencegrundlag i workshoppen og fungerer både som katalysator for samtaler, hvor deltagerne potentielt kan se egne erfaringer reflekteret i karakterernes oplevelser. Ved at præsentere opstillede men genkendelige scenarier, bliver komplekse og ofte abstrakte spørgsmål om maskulinitet omsat til noget mere håndgribeligt og

tilgængeligt. Videoklippene understøtter dermed en reflektiv proces, hvor deltagerne både kan analysere, identificere og tage afstand – alt efter deres egne erfaringer og perspektiver.

3.3 Forløb for workshops

Fase	Beskrivelse
Planlægning og forberedelse	Denne fase omfattede den indledende planlægning af workshoppen, hvor formålet blev fastlagt, og det metodiske design udformet. Det inkluderede udvælgelsen af fem videoklip, der fungerede som afsæt for fælles refleksion og diskussion, samt udviklingen af dialogkort med henblik på at understøtte deltagerne i at dele personlige erfaringer og perspektiver. I denne proces blev der desuden taget højde for målgruppens alder, og behovet for et tilgængeligt og genkendeligt indhold.
Rekruttering af deltagere	For at rekruttere deltagere i målgruppen af unge mænd i alderen 15–20 år, blev der etableret kontakt til en række ungdomsuddannelser. I samarbejde med disse institutioner blev der igangsat en udvælgelsesproces, hvor unge mænd frivilligt tilmeldte sig til at deltage i workshoppen.
Gennemførelse af workshops	Workshoppen forløb i et struktureret format, hvor vi først introducerede deltagerne til emnet og vignetterne, hvorefter dialogkort blev anvendt som samtalestarter. Deltagerne blev opfordret til at dele deres egne oplevelser og reflektere over de emner, der blev berørt i videoklippene. Der var fokus på at skabe et trygt og tillidsfuldt rum, hvor deltagerne kunne udveksle tanker og erfaringer.
Dokumentation af oplevelser	Dokumentation blev indsamlet i form af lydoptagelser, notater og deltager-feedback.
Bearbejdning og formidling af resultater	Efter at have afsluttet workshoppen, blev data fra de indsamlede workshops transskriberet og farvekodet, for at identificere mønstre og tematikker i forhold til emnet. Resultaterne blev bearbejdet og struktureret, for at formidle de vigtigste temaer til analyse.

Tabel 1.

3.4 Dialogkort

Efter hvert videoklip indgik dialogkort som en del af workshoppene, og blev anvendt som et faciliterende redskab til at igangsætte samtalerne og understøtte refleksion blandt deltagerne (Tanggaard & Brinkmann, 2020, s. 48-49). Der var i den forbindelse forberedt tre dialogkort til hvert videoklip, med det formål at åbne op for en diskussion af de relevante tematikker blandt deltagerne. De tre spørgsmål gik fra at være åbne til mere indkredsede, for at give deltagerne mulighed for at tage ejerskab over samtalen, og på samme tid stille spørgsmål, som talte ind i de forhåndsdefinerede tematikker. Baggrunden for dette valg var, at emnet er komplekst og potentielt sensitivt at tale om, særligt for en målgruppe af unge mænd, som ikke nødvendigvis er vant til at indgå i denne type samtale.



Oversigt over dialogkort (Bilag 3).

Dialogkortene blev læst højt af deltagerne på skift, hvilket bidrog til, at dialogen primært udspillede sig mellem dem. Vi som facilitatorer indgik dog også selv i samtalen, ved at stille uddybende spørgsmål og hjælpe deltagerne med at identificere relevante problematikker. Det blev nævnt på forhånd, at dialogkortene blot fungerede som en støtte, og at samtalen gerne måtte tage nye retninger afhængigt af deltagernes interesser, erfaringer og perspektiver.

3.5 Kodning

I denne undersøgelse er der anvendt en kombination af forskellige kodningsstrategier som en fleksibel og analytisk tilgang til empirien (Tangaard & Brinkmann, 2020, s. 55). Kodningen er foregået i to parallelle spor, henholdsvis efter stemmer og tematikker. Denne dobbelte kodning har gjort det muligt at identificere deltagerne stemmer og analysere, hvordan bestemte tematikker udfolder sig i dialogen mellem deltagerne.

3.5.1 Kodning efter stemmer

Undersøgelsen tager afsæt i en dialogisk forståelse af Selvet, hvor individet ses som sammensat af flere samtidige og potentielt modstridende stemmer (Aveling et al., 2014, s. 3). Med inspiration fra Aveling et al. (2014) og O'Dell et al. (2012) anvendes stemmeteorien som et metodisk og analytisk greb til at undersøge, hvordan deltagerne forhandler mellem indre og ydre stemmer i deres udsagn:

“The position assumes that there are ‘multiple ways of representing reality’, which at the individual level can involve dialogues between the different positions an individual may adopt. It draws on the concept of dialogicality, which argues that research must take into account the multivoicedness of people’s talk, a viewpoint which is usefully applied when discussing vignette characters” (O’Dell et al., 2012, s. 703).

Ved at anvende en dialogisk tilgang, der anerkender individets multiple stemmer, bliver det muligt at forstå disse skift som udtryk for intern forhandling og refleksion. Dette åbner for en dybere indsigt i, hvordan deltagerne orienterer sig i komplekse sociale og kulturelle landskaber (O’Dell et al., 2012). Brugen af vignetter muliggør, at deltagerne kan skifte mellem positioner og tale ud fra forskellige stemmer, hvilket giver indblik i, hvordan deltagerne navigerer mellem personlige erfaringer og kollektive forståelser af maskulinitet. På baggrund af det teoretiske afsæt er der i denne undersøgelse kodet efter tre forskellige stemmer, som gennemgående kommer til udtryk i empirien:

1. ‘Jeg som mig’: identifikation med vignetten

Denne position tager udgangspunkt i deltagerne egne oplevelser, når de relaterer sig til vignettens karakterer og handlinger, ved at tale ud fra personlige erfaringer og følelser. Der blev identificeret forskellige jeg-positioner gennem systematisk kodning af førstepersons-pronomener som ‘jeg’, ‘mig’, ‘vi’ og ‘os’ (Aveling et al., 2014, s. 4-7). Denne kortlægning af

jeg-positioner afdækker, hvilke handlemuligheder og barrierer deltagerne oplever i deres eget liv.

2. 'Jeg som du': den generaliserede anden

Her anvender deltagerne generaliserede stemmer, f.eks. udtalelser på vegne af andre unge mænd, grupper eller institutioner, til at udtrykke normative perspektiver og værdier. Der skelnes mellem interne og eksterne positioner, hvor interne stemmer blandt andet fremkommer, når deltagerne anvender 'du', 'man' og 'vi', og eksterne stemmer med f.eks. 'de', 'dem' samt grupper som 'skolelærere' og 'forældre' (Aveling et al., 2014, s. 8). Denne kodning synliggør, hvilke kollektive stemmer deltagerne forholder sig til, og hvordan de forhandler dem i deres svar.

3. Skiftende stemmer: den indre dialog

I denne position forhandler deltagerne mellem forskellige perspektiver – både deres egne og dem, de tilskriver andre. Det blev identificeret, hvordan forskellige stemmer optræder samtidig eller i tæt rækkefølge, og hvordan der veksles mellem dem, f.eks. når deltagerne omtaler visse kønsstereotyper og efterfølgende giver deres personlige holdning til kende. Her var fokus på dialogen mellem jeg-positioner og indre-andre stemmer: Er stemmerne i konflikt, støttende eller gensidigt reflekterende? Denne autodialog viser, hvordan deltagerne navigerer i komplekse og til tider modsatrettede krav fra omverden (Aveling et al., 2014, s. 11).

Kodningen af stemmer muliggør en analyse af deltagernes udsagn, som dynamiske og dialogiske forhandlinger mellem forskellige subjektpositioner. Denne tilgang åbner for en mere nuanceret forståelse af, hvordan deltagerne navigerer mellem maskulinitetsnormer og hvordan forskellige stemmer træder frem, sameksisterer og forhandles i dette møde.

3.5.2 Tematisk kodning

Ud over kodning efter stemmer er der foretaget en tematisk kodning af empirien, med henblik på at identificere og analysere centrale mønstre i deltagernes udsagn. Denne tilgang gør det muligt at undersøge, hvilke temaer der træder frem på tværs af deltagernes refleksioner og erfaringer, og hvordan disse temaer relaterer sig til undersøgelsens overordnede problemfelt. Til dette formål er der anvendt farvekodning som et systematisk og visuelt redskab, der har struktureret arbejdet med datamaterialet (Miles & Huberman, 1994, s. 57-58). Farverne fungerer som markører for både overordnede tematikker – såsom drengefællesskaber,

kropsidealer og sårbarhed – og for mere kontekstuelle fokuspunkter i deltagernes udsagn. Denne kodningsstrategi har skabt overblik over store mængder empirisk materiale, og muliggjort en mere tværgående analyse af, hvordan bestemte forestillinger om maskulinitet kommer til udtryk og forhandles hos deltagerne.

3.6 Workshop-design

Workshop-designet (Tabel 2) tager afsæt i en dialogisk tilgang inspireret af erindringsværkstedet, som giver deltagerne mulighed for at dele erfaringer og udforske maskulinitetsnormer i fællesskab. Forløbet er struktureret i flere faser: Først en indledende rammesætning med præsentation af undersøgelsens formål, for at holde diskussionen så åben som muligt, samt introduktion af facilitatorerne og deltagerne selv (Tanggard & Brinkmann, 2020, s. 175-176). I denne sammenhæng understregede vi, at der ikke fandtes rigtige eller forkerte svar, og at deltagernes perspektiver og erfaringer udgjorde workshoppens centrale omdrejningspunkt. Herefter fulgte vignettefasen, hvor korte videoklip fungerede som afsæt for refleksion og samtale. Gennem brug af dialogkort, åbne spørgsmål og aktiv lytning tilstræbte vi at skabe et trygt og tillidsfuldt rum, hvor deltagerne kunne dele personlige erfaringer – også når disse ikke umiddelbart relaterede sig direkte til emnet. I udviklingsfasen blev deltagerne bedt om at formulere tre råd til andre unge mænd, der føler sig usikre på, hvordan man skal være sig selv. Opgaven havde til formål at åbne op for forandringspotentialer gennem konkrete råd. I denne fase blev rummet overladt til deltagerne, så de kunne arbejde uforstyrret og uden den faciliterende tilstedeværelse, som havde præget de forudgående faser. Feedbackfasen havde til formål at indsamle deltagernes refleksioner over workshoppens opbygning og indhold, herunder hvilke elementer, der havde fungeret godt, og hvad der kunne forbedres. Disse input blev brugt som en del af evalueringen og videreudvikling af designet. Afslutningsvis blev workshopen rundet af, og deltagerne blev inviteret til at tilføje eventuelle afsluttende refleksioner eller trække tidligere udsagn tilbage. Dette for at sikre, at deltagerne forlod workshopen med en oplevelse af, at være blevet lyttet til og have haft indflydelse på workshoppens indhold.

Fase	Beskrivelse
Introduktion	Velkomst.
Indledningsfasen	Præsentation af facilitatorer og deltagere.
Præsentation	Præsentation af emne og formål med undersøgelse.
Vignetfasen: 1. videoklip	Dialogkort: Hvad handler det her klip om? Hvordan relaterer det sig til at være ung mand? Har I oplevet noget lignende?
Vignetfasen: 2. videoklip	Dialogkort: Hvad er konflikten i dette klip? Hvilke forventninger til mandekroppen kommer til udtryk? Hvordan ville I selv håndtere en lignende situation?
Vignetfasen: 3. videoklip	Dialogkort: Hvad tænker I om deres samtale? Er I enige eller uenige? Hvorfor tror I, at mænd kan have svært ved at tale sammen? Taler I selv med jeres venner om svære ting?
Vignetfasen: 4. Videoklip	Dialogkort: Hvad sker der i det her klip? Hvorfor opfører han sig anderledes, når hans bror kommer? Hvorfor tror I, at mænd kan have svært ved at vise sårbarhed?
Vignetfasen: 5. Videoklip	Dialogkort Hvad synes I om øvelsen i klippet? Hvad synes I om de ord, træneren bruger? Tror I, det ville være en god øvelse at lave i jeres vennegruppe?
Udviklingsfasen	Opgave: "Bliv enige om 3 råd, I ville give til en på jeres egen alder, der er usikker på, hvordan han skal være sig selv?"
Feedback	"Hvordan fungerede det at se videoklip og efterfølgende bruge dialogkort? Er der noget, vi kunne have gjort anderledes?"
Afrunding	"Er der noget, I gerne vil tilføje eller trække tilbage?"

Tabel 2.

3.7 Rekruttering af deltagere

I den indledende fase blev der etableret kontakt mellem os og relevante uddannelsesinstitutioner via e-mail og telefon, hvilket lagde fundamentet for det videre samarbejde. For at skabe opmærksomhed omkring projektet og tiltrække interesserede deltagere, blev der desuden udarbejdet en plakat, som blev hængt op på diverse uddannelsessteder.



Plakat til workshoppen (Bilag 4).

Efter den indledende kontakt blev den videre kommunikation primært varetaget i samarbejde med en underviser eller kontaktperson på institutionerne. Disse personer fungerede som bindeled mellem os og deltagerne, og varetog blandt andet formidlingen af information om projektet samt praktiske forhold som lokalereservation og koordinering. Det blev løbende understreget, at deltagelsen var frivillig, og at de unge mænd selv skulle tage initiativ til at tilmelde sig. Tilgangen til rekrutteringen var således baseret på interesse og et ønske om at deltage i samtaler om maskulinitet. Fra begyndelsen af undersøgelsen har der været et klart mål om at rekruttere unge mænd fra forskellige uddannelsesinstitutioner og geografiske områder, for at sikre et bredt og repræsentativt udsnit af målgruppen. I denne forbindelse blev der etableret kontakt med gymnasier, efterskoler samt tekniske skoler i forskellige dele af landet. Det er dog væsentligt at påpege, at analysen ikke baserer sig på uddannelsesbaggrund eller

geografi, da disse faktorer ikke udgør et fokus i undersøgelsen. Rekrutteringen udmøntede sig i syv workshops med i alt 29 deltagere, der blev afholdt på deltagernes uddannelsesinstitutioner i henholdsvis Hadsten, Høje-Taastrup, Jægerspris og Frederiksberg. Der blev gennemført to workshops per institution på nær Høje-Taastrup, hvor der blev afholdt en enkelt.

Baunehøj Efterskole (Jægerspris)

Gruppe 1 (Bilag 5):

- Valdemar (16 år)
- Patrik (16 år)
- Louis (16 år)
- Oskar (16 år)

Gruppe 2 (Bilag 6):

- William (16 år)
- Folmer (16 år)
- Kristian (17 år)
- Kevin (16 år)
- Jonas (16 år)

Frederiksberg Gymnasium (Frederiksberg)

Gruppe 1 (Bilag 7):

- Elmer (17 år)
- Ruben (17 år)
- Mikkel (18 år)
- Daniel (17 år)
- Thomas (16 år)

Gruppe 2 (Bilag 8):

- Jannik (19 år)
- Eskild (17 år)
- Viktor (17 år)
- Søren (19 år)

Den Jyske Håndværkerskole (Hadsten)

Gruppe 1 (Bilag 9):

- Aksel (17 år)
- Felix (17 år)
- Alfred (17 år)
- Gabriel (16 år)

Gruppe 2 (Bilag 10):

- Georg (18 år)
- Johan (18 år)
- Anders (18 år)

Høje-Taastrup Gymnasium (Høje-Taastrup)

Gruppe 1 (Bilag 11):

- Malik (18 år)
- Camar (17 år)
- Boris (17 år)
- Daniel (18 år)

3.8 Ethiske overvejelser

Workshoppene inviterede unge mænd i alderen 15-20 år til at snakke om maskulinitet og det at være en mand, hvilket potentielt berører personlige og følsomme emner. Det var på denne baggrund essentielt, at workshop-rammen var præget af tillid og tryghed, hvilket affødte en række etiske overvejelser knyttet til håndteringen af den indsamlede empiri, rammerne for dialogen og relationerne mellem facilitatorerne og deltagerne.

3.8.1 Anonymisering

Ved indledningen af hver workshop blev deltagerne informeret om undersøgelsens formål, brugen af lydoptagelser samt anonymisering af deres udtalelser. På dette grundlag afgav alle informeret samtykke (Kvale & Brinkmann, 2015). Anonymisering af deltagerne og deres udsagn er dog ikke uden overvejelser. På den ene side beskytter det deltagerne og gør det lettere at dele erfaringer uden bekymring for konsekvenser. På den anden side kan det mindske deltagernes synlighed og stemme i undersøgelsen, ligesom det kan vanskeliggøre muligheden for at forholde sig kritisk til de analyser, der udledes på baggrund af deres svar (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 118). Undersøgelsen omhandler komplekse og personlige emner hos en målgruppe, hvor identitetsdannelse og selvforståelse er centrale i livsfasen. Derfor vurderede vi, at anonymisering var den mest hensigtsmæssige tilgang, da deltagernes medvirken er afgrænset til selve workshop-forløbene, og dermed ikke inddrages i den efterfølgende analyse og fortolkning af empirien.

3.8.2 Relationel etik

De metodiske overvejelser om inddragelse og samproduceret viden omhandler en relationel etik. Det er vores ansvar at skabe et tillidsfuldt rum, hvor deltagerne kan komme til orde og føle sig hørt. Denne relationelle overvejelse adskiller sig fra kvalitativ forskning, hvor rollerne som forsker og deltager er mere tydeligt opdelt (Johansen et al., 2018, s. 202). I samskabende forskning italesættes magtrelationer og videnskabelige formål, for at være transparent og dermed øge graden af involvering og medejerskab. Der hersker dog en løbende sproglig udfordring, da ord som 'deltager' og 'medskaber' kan være med til at sløre de egentlige magtrelationer i forskningen (Johansen et al., 2018, s. 202-203). Der arbejdes mod at skabe den størst mulige grad af samskabelse i workshoppene, men vi er samtidig bevidste om vores autoritet og indflydelse:

“Magthierarkier er en uomgængelig præmis i mellem menneskelige relationer (...) at etablere et ligeværdigt demokratisk udviklingsrum, er ikke magtfrit, og man vil aldrig kunne sætte ulige deltagelsesbetingelser helt i parentes” (Gleerup & Egmose, 2022, s. 64).

Vi har haft særlig fokus på de magtforhold og dynamikker, der kan opstå i en workshop, og var fra starten opmærksomme på, at aldersforskellen mellem os som forskere og deltagerne kan påvirke oplevelsen af åbenhed og tryghed i dialogen. Valget om at afholde workshoppen på deltagerens egne uddannelsesinstitutioner, var med til at skabe en vis tryghed, ved at placere samtalerne i velkendte omgivelser. Samtidig kan denne lokation dog have forstærket en formel kontekst, og i kombination med aldersforskellen bidraget til, at vi blev opfattet som en autoritet på niveau med en lærer, hvilket kan have påvirket deltagerens oplevelse af frihed og lighed i samtalerne. I ønsket om at skabe et rum, hvor der “skal være plads til spontane positive og negative ytringer, samt at drøftelser kan udspille sig i et trygt og fortroligt rum” (Gleerup & Egmose, 2022, s. 64), integrerede vi disse overvejelser i workshop-designet. Under selve forløbet indtog vi en tilbageholdende facilitatorrolle og understøttede en uformel atmosfære, der kunne fremme åbenhed og refleksion. Vi er dog bevidste om, at rollen som forskere uundgåeligt indebærer en vis grad af styring og rammesætning, hvilket skaber en asymmetri i relationen til deltagerne, som ikke kan ophæves fuldstændigt. Målet i deltagelsesbaseret forskning er ikke fraværet af magt, men en transparent og refleksiv håndtering heraf. Vi har derfor forsøgt at lade tematikker og problemstillinger opstå i spændingsfeltet mellem workshop-forløbets rammesætning, og deltagerens udsagn og perspektiver (Gleerup & Egmose, 2022, s. 63). Denne tilgang har været vigtig, for at understøtte et rum for dialogisk samskabelse, hvor deltagerens perspektiver kunne træde frem. Magtrelationen mellem os som forskere og deltagerne formes af en række forhold, herunder emnets kompleksitet, den markante aldersforskel og uddannelsesstederne som lokation for workshoppen. På den baggrund betragtes workshoppen som en dialogisk undersøgelse af maskulinitet, med inddragelse af samskabende elementer.

4. Analyse

4.1 Analysestrategi

I det følgende afsnit analyseres de mest centrale tematikker, der trådte frem under workshoppene, med særligt fokus på hvordan deltagerne forholder sig til og navigerer i maskulinitetsnormer. Analysen tager afsæt i udvalgte udsagn, og har til formål at undersøge, hvordan de unge mænd forstår maskulinitet, og hvordan denne forståelse præger deres erfaringer, følelser og handlemuligheder. De overordnede temaer, der strukturerer analysen, er: *Stemmer og positioner i dialogen, En af drengene, Kroppen under kontrol, De oversete følelser, Sårbarhed kræver sikkerhed, Facilitering og feedback fra workshopen samt Råd fra og til unge mænd.*

Indledningsvis undersøges de stemmer og positioner, deltagerne ytrer sig igennem, og hvordan disse afspejler både personlige perspektiver og normative forestillinger om maskulinitet. Dette åbner for en forståelse af de diskurser, deltagerne navigerer mellem, og hvordan de forhandler deres maskulinitet. Herefter indledes den tematiske analyse, hvor deltagernes udsagn og refleksioner, med afsæt i videoklippene, danner grundlag for en dybere forståelse af deres oplevelser og refleksioner. I analysen inddrages teoretiske perspektiver inden for maskulinitetsforskning, herunder teorier om hegemoniske og alternative maskuliniteter, samt begreber om subjektivering og kroppens rolle som identitetsmarkør. Disse teorier anvendes som analytiske greb, til at nuancere forståelsen af, hvordan maskulinitetsnormer former deltagernes erfaringer og måder at være i verden på. Dernæst anlægges et kritisk refleksivt blik med afsæt i dialogisk kommunikation, som giver mulighed for at undersøge de sociale og magtbaserede dynamikker, der opstår i samtalerne – særligt mellem deltagere og facilitatorer. Analysen søger at afdække disse magtrelationer, med henblik på at fremme mere samskabende og ligeværdig dialog. Afslutningsvis præsenteres de råd, deltagerne formulerede til andre unge mænd i forbindelse med workshopen. Disse råd tjener som en indgang til at forstå, hvilke problematikker og forandringspotentialer deltagerne fremhæver, og hvordan de vælger at adressere disse.

4.2 Stemmer og positioner i dialogen

I workshoppen bliver deltagerne præsenteret for vignetterne i form af udvalgte, fiktive videoklip og dertilhørende dialogkort. Denne tilgang opfordrer deltagerne til at inddrage forskellige stemmer, da de forholder sig til de fiktive karakterers situation, og inddrager jeg-positioner og generaliserede holdninger i deres svar. Deltagerne kan eksempelvis være enige eller uenige med karakterernes handlinger, og derigennem fremhæve maskuline normer og forventninger, for at udfordre eller opretholde dem. Ved at identificere og analysere deltagernes brug af forskellige stemmer i workshoppen, opnås en mere nuanceret forståelse af, hvilke maskulinitetsopfattelser der fylder hos de unge mænd, samt hvordan de navigerer mellem disse. I dette afsnit gennemgås, hvilke fremtrædende jeg-positioner og generaliserede stemmer, der kommer til udtryk i workshoppen, samt hvordan disse forhandles.

4.2.1 'Jeg som mig'

Vignetternes indhold er udvalgt på baggrund af deres relevans relateret til maskulinitet og i tråd med førnævnte identificerede temaer (Børns Vilkår, 2023b). Når deltagerne omtaler de fiktive karakterer, får de mulighed for at skabe en distance til deres eget liv. De inddrager dog ofte sig selv og deres egne erfaringer, for at identificere sig med vignetten og sætte det i kontekst til det virkelige liv (O'Dell et al., 2012, s. 708-709). Dette er med til at åbne op for nye samtaler, og gør de unge mænd i stand til at spejle egne oplevelser med narrativerne i vignetterne: "Jeg tror faktisk, jeg ville håndtere det ligesom han gjorde" (Bilag 7, s. 6).

Jeg som ung mand

En af de mest udbredte jeg-positioner, der kom til udtryk i samtalerne var 'jeg som ung mand'. Dette kom til udtryk i flere af samtalerne, f.eks. ved korte bemærkninger om drenges opførsel: "Fordi vi kan jo godt lide at lave dumme ting. Unge drenge. Vi kan godt lide at hygge os. Vi er sgu ikke for kloge" (Bilag 9, s. 5), eller omkring træning: "Jeg føler som dreng, så tænker man mere på at være trænet, end når man er en pige" (Bilag 5, s. 4). Det leder også til videre refleksioner: "Jeg synes, det er et meget relaterbart klip [videoklip 3] (...) Det kommer ikke så nemt til os drenge, tror jeg" (Bilag 7, s. 8). I dette eksempel relaterer Ruben fra Frederiksberg Gymnasium videoklipet til sit eget liv og fællesskab, og beskriver sine sociale relationer ud fra en 'jeg som ung mand'-position. Han udtaler, hvordan snakke om følelser ikke kommer "så nemt til os drenge". Denne jeg-position kan forstås som en social stemme i dialog med både normative forestillinger om maskulinitet og de specifikke fællesskaber, deltagerne er en del af. Når deltagerne taler som 'unge mænd', trækker de ikke blot på personlige erfaringer, men

aktiverer ligeledes kulturelle diskurser om, hvordan det er at være en ung mand. 'Jeg som ung mand' fungerer dermed som en position, hvorfra deltagerne navigerer i både egne erfaringer og bredere kollektive identiteter.

Jeg som elev

I flere tilfælde taler de unge mænd ud fra deres institutionelle kontekst, især om oplevelser vedrørende drengefællesskaber og gruppepres. Uddannelsesstederne er i høj grad en social arena, hvor deltagerne former deres forståelse af maskuliniteter – både i samspil med andre unge og lærerne som autoriteter. En vigtig overvejelse i forbindelse med denne jeg-position er, at workshoppene blev afholdt på deltagernes uddannelsessteder, hvilket muligvis har øget deres bevidsthed om denne rolle og position:

“Jeg kan langt hen ad vejen godt følge dem [i videoklip 3]. Nogle af de der tanker, de gør sig om det med efterskole og gymnasium. Jeg tror faktisk, at jeg er ret enig i det. Altså, at det er en anden... her på gymnasiet. Der er det nogle andre relationer end dem, jeg synes jeg fik, da jeg gik på efterskole” (Bilag 8, s. 6).

Søren fra Frederiksberg Gymnasium identificerer sig med karaktererne i vignetten, da han er enig i “de der tanker, de gør sig om det med efterskole og gymnasium”. Der eksisterer både en jeg-position for Søren som en tidligere efterskoleelev og som nutidig gymnasieelev, som han kan indtage og tale ud fra. Et andet eksempel på denne position findes hos Alfred fra Den Jyske Håndværkerskole: “Ja, der må man godt lige kunne løfte lidt. Ja, det må man godt (...) For eksempel tror jeg ikke, at elektrikere er lige så stærke som tømrere. Men det er jo bare noget, jeg har hørt [griner]” (Bilag 9, s. 7). Alfred giver udtryk for nogle forventninger inden for tømrerfaget, som han er i gang med at uddanne sig til. Ved at italesætte tømrere som nogle, der gerne skal “kunne løfte lidt”, positionerer han tømrere, herunder sig selv, som stærke, og der kommer i den forbindelse forestillinger om klassiske maskuline værdier frem.

Når deltagerne udtaler sig om deres uddannelseskontekst, træder de ind i en særlig position, hvor de relaterer sig til både klassefællesskabet, lærerne og de kropslige eller sociale idealer, der knytter sig til deres faglige retning. 'Jeg som elev'-positionen bliver således et sted, hvor de unge mænd forhandler deres plads i en institution præget af både formelle rammer og uformelle, kønnede praksisser. Det er en stemme, som forbinder personlige erfaringer med en bredere social virkelighed og viser, hvordan identitet formes i spændingsfeltet mellem individ og institution.

Jeg som ny generation

Deltagerne taler ofte ud fra en position, som skelner mellem nye, moderne værdier versus mere traditionelle, stereotype kønsopfattelser. Denne position relaterer sig til at være en ung mand, men er på samme tid en konkret dimension, som deltagerne spejler sig i og vurderer som enten aktuelt eller forældet: “Jeg synes, at det er en stereotyp, på en måde. Eller, jeg synes, det er blevet meget bedre, det der med, at drenge taler om sine følelser (...) Jeg synes også heroppe [på efterskolen], der bliver talt rigtig meget om ens følelser” (Bilag 5, s. 7). I eksemplet vurderer Oskar fra Baunehøj Efterskole mænds manglende evner til at snakke om følelser som “en stereotyp”, og nævner at “det er blevet meget bedre”, hvilket peger på en udvikling fra en fortid, hvor det ikke var velset at tale om følelser. Oskar taler ud fra en jeg-position, som peger på en mere progressiv generation, hvor “der bliver talt rigtig meget om ens følelser”, hvilket derfor står i kontrast til tidligere generationers forståelse af maskulinitet.

“Det [gruppepres] er sikkert noget, der skete gennem generationer. Jeg ved at kulturen er ved at ændre sig. Selvom der er nogle steder, hvor der stadig er meget sådan i konservative miljøer. Men for nogle generationer siden var man meget mere fokuseret på, at man skulle mande sig op og vise, hvad man var. Fordi det var bare en del af ens kultur” (Bilag 8, s. 3).

Her peger Jannik fra Frederiksberg Gymnasium på, at gruppepres er noget, der tilhører en anden generation samt mere “konservative miljøer”. Han distancerer gruppepres fra sit eget liv, ved at tillægge problematikken ældre generationer: “(...) i nærmest de seneste 20-30 år, har det ændret sig meget. Og jeg tror helt sikkert, når man kigger tilbage, at der har været mere af det, men jeg tror, man er blevet bedre til det over tiden” (Bilag 6, s. 10). Jannik anvender ‘jeg som ny generation’-positionen, for at pege på forenkede og forældede forståelser af maskulinitet, når der eksempelvis tales om gruppepres og følelser.

Deltagerne træder her ind i en kollektiv stemme, hvor de ikke blot repræsenterer sig selv, men også italesætter et generationsskifte i synet på maskulinitet og følelsesudtryk. Denne jeg-position rummer en implicit kontrast til ‘andre generationer’ og benyttes til at markere forandring, afstand og refleksion. Det er en stemme, som både identificerer og positionerer sig i relation til historiske og kulturelle fortællinger om køn. På den måde bliver ‘jeg som en ny generation’ et refleksivt sted, hvor deltagerne forhandler nye tanker om, hvad det vil sige at være mand – ud fra en kollektiv forståelse af deres generation som mere progressiv.

4.2.2 'Jeg som du'

Deltagerne taler til tider fra positioner, hvor stemmerne kommer til udtryk gennem mere generaliserede og normative positioner. Det sker både i interne positioner, hvor deltagerne udtaler sig på vegne af unge mænd i generel forstand, og eksterne positioner, hvor specifikke grupper eller institutioner italesættes. De interne generaliserede stemmer er typisk ud fra perspektivet som ung mand:

“Ja, måske det, der kommer tættere på, end bare hvad man kan se, det er måske drenge ikke så gode til, hvor piger måske kunne være lidt nemmere til hinanden. Fordi drenge nok dømmer lidt mere hinanden omkring sådan noget, end hvad piger gør. Altså, jeg ved det ikke, men det tænker jeg, det er sådan lidt det” (Bilag 10, s. 7-8).

Her taler Anders fra Den Jyske Håndværkerskole ud fra en normativ forståelse, idet han siger, at “drenge nok dømmer lidt mere hinanden”. Han ytrer sin opfattelse omkring drenge, men det gøres gennem en generaliseret stemme: “jeg ved det ikke, men det tænker jeg”. I forlængelse af dette fremsætter Camar fra Høje-Taastrup Gymnasium en række tanker om træning: “(...) hvis du vil træne, så træn, fordi du gerne vil træne. Så ikke gør det for en pige. Ellers skal du også bare finde dig en anden en” (Bilag 11, s. 6). Her er et eksempel på en indre-anden stemme, som delvist taler til ham selv. Ligesom ovenstående citat er dette en personlig holdning, men den afspejles i generelle tanker om, hvorfor man bør eller ikke bør træne. De eksterne positioner kommer til udtryk gennem forskellige karakterer eller institutioner, som spiller en betydelig rolle for deltagerne:

“I folkeskolen, så bliver der ikke sat lige så meget fokus på, at drenge skal lære at kunne tale sammen (...) jeg kan i hvert fald altid huske når vi havde sådan nogle elevtimer (...) Og så næsten alle drengene ville bare smutte udenfor, og så var det bare sådan pigerne, der skulle diskutere ting. Og så tænker jeg jo sådan, at de lærer det der, imens vi ikke på samme måde får det gjort” (Bilag 7, s. 8).

Elmer fra Frederiksberg Gymnasium trækker på sine erfaringer fra folkeskolen, til at forholde sig til et manglende “fokus på, at drenge skal lære at kunne tale sammen”. På den måde italesættes folkeskolen som en institution, der spiller en central rolle i at lære drenge at udtrykke sig. Også Jannik trækker på ydre omstændigheder i forståelsen af, hvorfor det kan være svært for mænd at tale sammen:

“Jeg tror det er en kulturel ting, at altså piger, de bliver lært at de skal tale sammen, hvis der er et problem (...) Og så bliver de meget hurtigt lært, at de bare skal tale om deres følelser. Og drenge bliver så lært, at de bare skal komme videre” (Bilag 8, s. 7).

Jannik indtager en ekstern position og fremhæver “at det er en kulturel ting”, når piger og drenge bliver lært forskellige handlemønstre. Han tillægger dermed kulturen en del af ansvaret, om mænds udfordringer med at tage svære samtaler.

‘Jeg som du’ er kendetegnet ved, at deltagerne dels internaliserer sociale normer, og dels taler på vegne af eller til andre – ofte som repræsentanter for en bredere gruppe. Når deltagerne taler som “man”, “vi drenge” eller refererer til institutioner som skolen eller kulturen, konstruerer de generaliserede billeder af, hvordan maskulinitet formes og reguleres. ‘Jeg som du’ er dermed en refleksion, hvor deltagerne både positionerer sig selv og forholder sig kritisk til de strukturer og forventninger, de er en del af. Stemmen tydeliggør, hvordan sociale normer bliver italesat, videreført og i visse tilfælde udfordret gennem dialog.

4.2.3 Forhandling mellem stemmer

Der forekommer autodialog, når deltagerne oplever interne diskussioner og stiller spørgsmål til sig selv på baggrund af andres holdninger. Det bliver i den forbindelse tydeligt, at der foregår en række indre forhandlinger i forhold til standpunkter og forståelser relateret til at være mand. Viktor fra Frederiksberg gymnasium opstiller forskellige synspunkter i forhold til mænd og sårbarhed:

“Der er nok nogen, der ikke føler sig mand nok, når de så gør det. Altså jeg vil selv sige, det er ikke fordi, jeg viser så meget sårbarhed normalt. Men jeg føler heller ikke, du ved, det er heller ikke en god ting at holde det inde (...) Så måske er det godt for mænd, ligesom at vise sårbarhed over for nogen. En gang imellem i hvert fald”
(Bilag 8, s. 10).

I denne udtalelse forhandler Viktor med sig selv imens han taler. Han tager udgangspunkt i, at nogle “ikke føler sig mand nok”, når de viser sårbarhed – en følelse, han selv kan genkende. Herefter skifter han til, at det er “godt for mænd, ligesom at vise sårbarhed”. Der sker derfor et skifte fra standpunktet om ikke at føle sig mand nok, til at det er godt for mænd at vise sårbarhed, på baggrund af den indre dialog. Et andet sted hvor den indre dialog ligeledes bliver transparent, er hos Oskar fra Baunehøj efterskole:

“Mm. Det er jo igen den der stereotyp, der er med, at mænd... De skal ikke... skal ikke tale om sine følelser (...) Altså personligt har jeg da også sværere ved at tale om følelser med min far, end jeg har med min mor. Fordi... Mm. Ja, jeg ved ikke rigtig lige hvorfor. Det er bare lidt lettere” (Bilag 5, s. 8).

Oskar mener, at det er en stereotyp, at mænd ikke taler om deres følelser, og tager på den måde afstand fra påstanden. Herefter trækker han på sin personlige erfaring og fortæller, hvordan han selv har nemmere ved at tale med sin mor om svære ting end med sin far, og må konstatere at han “ved ikke rigtig lige hvorfor” det forholder sig sådan.

Ovenstående eksempler viser, at deltagerne undervejs i workshoppen har en indre dialog med sig selv omkring de emner og spørgsmål, de bliver præsenteret for. Deltagernes refleksioner rummer ofte en forhandling, hvor de både forholder sig til samfundsmæssige normer og egne erfaringer. Igennem udtalelserne fra Viktor og Oskar ser vi, hvordan deltagerne ikke alene ytrer holdninger, men forhandler mellem normer og personlige synspunkter.

Analysen af deltagerne stemmer viser, hvordan de unge mænds udsagn ikke blot udtrykker individuelle holdninger, men er et samspil af kollektive stemmer, der spejler og bearbejder sociale, kulturelle og institutionelle påvirkninger. Deltagerne bevæger sig konstant mellem forskellige positioner, nogle gange som individer, andre gange som repræsentanter for en gruppe eller generation. De trækker herigennem både på egne erfaringer og internaliserede forestillinger om, hvordan man ‘bør’ være. Fokus på deltagerne stemmer tydeliggør, at meningsdannelsen sker i en løbende dialog mellem selvet og de indre stemmer. De unge mænd er ikke passive modtagere af normer, men engagerede i en aktiv forhandling, hvor de både reproducerer og udfordrer eksisterende forståelser af maskulinitet. Stemmeteorien giver et perspektiv til at undersøge denne kompleksitet og fremhæver, hvordan maskulinitet udvikles i spændet mellem individets egne positioner og de stemmer, der mødes – og til tider selv tager på sig.

4.3 En af drengene

*"Det viser måske også, hvor meget det betyder for nogen (...)
Hvor langt nogen vil gå for at blive accepteret af de andre drenge"*

Hvor langt vil man gå

Første videoklip sætter gang i en samtale om drengefællesskaber, gruppepres og hierarkier. Selvom situationen i videoklipet er karikeret, kan deltagerne i workshopen relatere til elementer af scenariet, hvor man skal foretage en måske ufrivillig handling, for at blive en del af en gruppe. Deltagerne indgår selv i drengefællesskaber, hvor særlige dynamikker og normer spiller en central rolle. Flere beskriver, hvordan grupper kan skabe inklusion og eksklusion, og at nogle handlinger enten bliver anerkendt eller afvist. I den første workshop på Baunehøj Efterskole sætter Louis ord på denne oplevelse:

“I min gamle folkeskole-vennegruppe kunne man godt mærke, at der var nogen, der prøvede at få noget anerkendelse eller være en del af vores [gruppe] (...) Der var måske et eller andet med, så drikker man lige lidt mere alkohol. Eller så må man lige ryge med på en joint. Eller så må man lige dit og dat, hvor det for nogen er endt lidt galt, ikke?” (Bilag 5, s. 11).

Her peger Louis på, hvordan anerkendelse og inklusion i et fællesskab nogle gange bygger på handlinger, der viser styrke og dedikation. Hvis man vil være med i gruppen, så må man deltage i dens kultur og vise sit engagement, for at blive accepteret. “Så må man lige dit og dat” refererer til forskellige handlinger, man ifølge Louis sommetider må foretage, selvom “det for nogen er endt lidt galt”. Denne pointe går igen i flere workshops, blandt andet på Frederiksberg Gymnasium:

“Meget det her med, at ligesom tage en udfordring op, fordi det er ligesom gruppen, der har sat en eller anden ramme for, hvordan det skal være. Og så følger man den, fordi ellers så passer man ikke ind” (Bilag 7, s. 2).

I dette eksempel fortæller Ruben, at man “tager udfordringen op”, fordi gruppen har sat en “ramme”. Han antyder, at gruppens forventninger fungerer som en slags usynlig regelbog; hvis

man ikke følger den, risikerer man at falde udenfor. Både Louis og Rubens udsagn peger på, hvordan tilhørsforhold og accept betinges af, at man tilpasser sig gruppens normer, og at drengefællesskaberne etablerer sin egen kultur gennem sociale regler og handlinger. Hvis man gerne vil inkluderes, kræver det typisk en form for uformel optagelsesprøve, hvor det handler om at bevise sig selv overfor de andre. Ruben uddyber: "(...) ellers så er man en taber og en, der ikke tør noget. En kedelig type. Og det vil man helst ikke være" (Bilag 7, s. 3). I disse tilfælde fungerer fællesskabet som en subjektiveringsramme, hvorigennem de unge mænd tilpasser sig og handler i overensstemmelse med de forventninger, der gælder for den specifikke position (Søndergaard, 2003, s. 35). I udsagnene ses, hvordan begge unge mænd oplever at være fastlåst i en særlig rolle, hvor det forventes at de skal udvise risikovillighed og loyalitet overfor gruppen. Dette kan anskues som en særlig måde at udøve maskulinitet på, hvor træk som mod, fysisk robusthed eller risikabel adfærd bliver tillagt højere værdi, og dermed etablerer maskulin anerkendelse (Connell & Messerschmidt, 2005, 851). Gruppens aktiviteter er derfor også løbende i udvikling og opretholdes gennem en kultur, der skabes kollektivt. I forlængelse af dette deler deltagerne eksempler på, hvordan man bliver en del af drengefællesskaber, hvor gruppepres – særligt omkring alkohol, snus og rygning – går igen på tværs af workshops. På Den Jyske Håndværkerskole udfoldes dette:

Facilitator: "Kan I genkende lidt af det der gruppepres?"

F: "Ja. Der er helt sikkert noget med gruppepres"

A: "Ja, nogle gange kan man godt lægge lidt mærke til. Det kan man"

G: "Jamen det er der jo helt klart"

Facilitator: "Hvordan det?"

G: "Øh. Det kan være med at drikke eller ryge, tage snus. Alt"

A: "Og vape er der også nogle gange [deltagerne griner]. Det er rigtigt. Lad os være ærlige" (Bilag 9, s. 2-3).

Det fremgår af dialogen, at der er konsensus blandt deltagerne om, at gruppepres eksisterer. De bakker hinanden op, og har et fælles sprog og en gensidig forståelse, der blandt andet kommer til udtryk gennem latter og små ironiske bemærkninger. På den måde fungerer samtalen mellem deltagerne ikke blot som en refleksion, men også som en styrkelse og bekræftelse af deres fællesskab. Selvom flere deltagere fortæller, at de har oplevet at blive presset til at drikke, ryge

eller tage snus, stiller de sig ikke umiddelbart kritiske over for det. I stedet konstaterer de nøgternt, at det er en del af virkeligheden. Elmer fra Frederiksberg Gymnasium fortæller:

“Altså sådan, jeg tror generelt, vi har meget kultur med gruppepres. For eksempel sådan til fester, i forhold til at eventuelt sådan drikke lidt mere, eller sådan gøre ting, der er på samme... Sådan, der ikke nødvendigvis giver sådan super god mening, for at prøve at passe ind” (Bilag 7, s. 2).

Elmer peger på, hvordan gruppepresset i nogle drengefællesskaber kan føre til, at man tilsidesætter sine egne grænser for at passe ind. Det handler ikke nødvendigvis om handlinger, der “giver super god mening” for den enkelte, men om at leve op til fællesskabets forventninger. En lignende erfaring beskrives af Søren:

“(...) der er mange, der bliver presset til at tage 18 shots, når de [har fødselsdag]. Og der har jeg set nogen, som egentlig ikke virker til at have lyst (...) Men så har deres kammerater gået og hypet dem op til at gøre det hele aftenen. Og så ender de med at drikke det og blive helt væk” (Bilag 8, s. 4).

Som citatet viser, handler det ikke nødvendigvis om personlig lyst eller mening, men snarere om en drivkraft for at opnå accept og være en del af fællesskabet. Især i sociale sammenhænge, bliver denne tilpasning tydelig: “Især i sådan gymnasier, så går det jo ikke bare sådan, i hvert for de fleste, sådan at gå rundt alene og sådan noget” (Bilag 7, s. 3). Det at være alene opleves som socialt uacceptabelt – en form for eksklusion, som de fleste af deltagerne forsøger at undgå. Her bliver fællesskabet ikke bare et sted, man naturligt søger hen, men en social nødvendighed, hvor man sommetider må udføre ubehagelige handlinger for at blive accepteret. Et eksempel fra Kristian viser, hvor galt det kan gå, når man gerne vil passe ind: “Ja. Altså jeg satte jo ild til min skole engang på grund af... Når folk spiller hinanden op og brandalarmen gik i gang, og det endte jo fuldstændig galt. Gudskelov, brændte der ikke noget, men... Altså det er jo sådan også lidt...” (Bilag 6, s. 5). Dette er et eksempel på, hvor stor en effekt det kan have, “når folk spiller hinanden op”, og det vidner om hvor stor magt der er på spil i nogle drengefællesskaber.

Gruppepresset som en inklusionsproces opfattes både negativt og positivt af deltagerne, men bliver generelt beskrevet som en uomgængelig forudsætning. Mikkel fortæller i denne

sammenhæng en historie fra folkeskoletiden, hvor en klassekammerat blev opfordret til at bevise sig selv, for at blive en del af gruppen:

M: “(...) Hvis det nu var en sårbar person, eller en, man vidste sådan... Han var ikke lige så meget med i gruppen. Så pressede de ham lige til sådan at... gøre et eller andet dumt. Eller et eller andet, sådan... Der ville få ham til at se dum ud, for at han ligesom kunne få lidt accept af gruppen”

Facilitator: “Så han udstiller sig selv, men på den anden side... hvad kan man sige, så får han også noget accept?”

M: “Jeg tror inderst inde ikke rigtig, at han havde noget lyst, men... han var ligesom den her elev, der ligesom var lidt ude af fællesskabet på en eller anden måde (...) Så gjorde han det der, og så fik han lidt accept. Og måske lidt... en smule respekt fra gruppen og sådan noget. Selvom det måske ikke er ensbetydende med, at det var noget, han ligesom havde lyst til at gøre” (Bilag 7, s. 5).

Historien illustrerer, hvordan nogle drengefællesskaber kan udnytte en sårbar person, der går med til at “se dum ud”, for at blive accepteret af gruppen. Personen presses til at gennemføre en slags optagelsesprøve, hvor vedkommende, ved at udstille sig selv, ikke blot underholder de andre, men også opnår respekt og anerkendelse i fællesskabet. Det er gruppens kultur, der sætter rammen; accept opnås ikke gennem f.eks. ærlighed, følelser eller sårbarhed, men derimod i kraft af risikable handlinger og villighed til at sætte sig selv på spil: “Altså, måske nogle lidt mere voldsomme ting, fysiske ting. Og noget, hvor der måske er en, der kan komme til skade eller sådan noget” (Bilag 8, s. 3). Det er handlinger, som bekræfter gruppens forståelse af, hvad det vil sige at være ‘en af drengene’. Igen materialiseres gruppepresset typisk gennem handlinger forbundet med en traditionel maskulinitetsforståelse, da mange af deltagernes eksempler er af grænsesøgende karakter, f.eks. med alkoholindtag, ydmygelse, risikable lege m.m. Således presses de unge mænd til at bevise sig selv gennem vovede udfordringer, og hvis de nægter, er der konsekvenser: “Hvis man ikke gør det, så... ‘Ah, kom nu, det kan du godt lige... ikke være en tøsedreng eller bangebuks!’” (Bilag 7, s. 3). Udtryk som “tøsedreng” og “bangebuks” bliver italesat af flere af deltagerne, og fungerer som en måde at holde hinanden fast i et bestemt maskulint ideal, hvor det feminine og usikre ikke har nogen plads (Bilag 11, s. 3). På den måde bliver accept ikke kun et spørgsmål om deltagelse, men også om afstandtagen til visse træk. Hvis man opfører sig som en “tøsedreng”, træder man udenfor det

maskuline fællesskab (Kimmel, 2008, s. 50). Det vidner om balancegangen i en kultur, hvor mere traditionelle maskulinitetsværdier bliver udfordret, men hvor deltagerne samtidig er underlagt disse (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 852-853).

De unge mænd markerer, hvad der er acceptabelt og hvad der ikke er, både gennem sprog og handlinger, og det der falder udenfor, bliver gjort til genstand for latterliggørelse og eksklusion. Gruppepresset bliver derfor en måde, hvorpå maskulinitet kontinuerligt forhandles og opretholdes. Ikke kun i det, man gør – men i det, man undgår at gøre. Drengene positioneres her som ‘rigtige’ mænd, når de agerer i overensstemmelse med gruppens normer – og samtidig ekskluderes de, hvis de afviger. Subjektiveringen finder sted, når den enkelte internaliserer disse forventninger og handler i overensstemmelse med dem, for at undgå udskamning (Søndergaard, 2003, s. 35). Det er altså ikke kun omgivelserne, der styrer adfærden – den enkelte deltager i sin egen tilpasning, for at blive en del af fællesskabet.

Mellem stereotype forventninger og usynlige spilleregler

Deltagernes reaktioner på det første videoklip viser, at gruppepres kan opstå i mange forskellige former – nogle mere tydelige og direkte, andre mere subtile og ubevidste. Samtidig forholder deltagerne sig meget forskelligt til videoklippetets indhold, hvilket vidner om at oplevelsen og erkendelsen af gruppepres er individuel og kontekstafhængig. I anden workshop på Den Jyske Håndværkerskole fortæller Johan:

“Jeg tror ikke, det er lige så slemt, som de siger på film, altså. Jeg tror ikke, der er så meget af det der med, hvor du skal teste dig selv af, eller hvad fanden man siger, for at bevise, at du godt vil være med i vennegruppen. Jeg tror, det er mere bare sådan nogle tjenester, altså. Så øverste mand spørger den nederste (...) om han ikke lige vil hente det og det, for ellers så kan han pikle af” (Bilag 10, s. 3).

Johan mener ikke, at folk skal “teste” eller “bevise” sig selv, for at være med i en gruppe, og at dette i højere grad hører til på film. Han anerkender, at der eksisterer et hierarki, men at handlingerne snarere består i små tjenester frem for ekstreme udfordringer: “(...) Så ser du vel lidt, hvad de laver, og så prøver du at gøre det samme, agtig” (Bilag 10, s. 4). Det handler ifølge ham om at agere på samme måde som gruppen, for at prøve at passe ind. Denne spejling af gruppens adfærd vidner om en socialiseringsproces, hvor uskrevne regler og normer tilegnes, uden nødvendigvis at blive eksplicit formuleret:

“Det føler jeg også lidt er en stereotyp. Jeg føler tit ikke, at det er så ekstremt, at man overhovedet skal vise sit værd. Det er bare sådan lidt, så kommer der lidt automatisk gruppepres, uden at man tænker over det” (Bilag 5, s. 4).

Oskar beskriver scenariet i klippet som en stereotyp og fremhæver, hvordan gruppepres sjældent udspiller sig som en direkte prøve, men snarere sniger sig ind som en del af hverdagen. Ifølge ham handler det ikke så meget om bevidste krav fra gruppen, men om en automatisk reaktion. Flere deltagere deler denne opfattelse og fremhæver, hvordan gruppepresset ofte opstår gennem små sociale signaler og fælles forventninger – ikke som direkte krav, men som implicite normer, der former adfærden. De sociale dynamikker er således indlejrede og sker automatisk, hvorfor gruppepres opstår i mange former, hvor nogle er mere synlige end andre:

“Jeg ved ikke, om jeg har prøvet det selv, men jeg kan godt se sådan... På en måde, at det kunne ske meget nemt. Måske uden at de tænker over det, så sige sådan... Okay, nu skal du gøre det her. Eller sådan, kom nu lidt, kom nu lidt. Måske uden at tænke over, at man faktisk presser nogen. Men sådan, at man bare kommer til det. Og det sker jo nok også her på vores efterskole. Men bare nok ikke sådan så ekstremt”
(Bilag 6, s. 4.).

Selvom Jonas ikke selv har oplevet lige så “ekstremt” gruppepres som det, der foregår i videoklippet, mener han stadig “at det kunne ske meget nemt”. Den lette og drillende tone “kom nu lidt, kom nu lidt” viser, hvordan gruppepres kan camoufleres som venligt drilleri og dermed fremstå harmløst, selvom det har en styrende funktion i fællesskabet:

W: “Jeg vil sige, at i mange situationer i mindre grad, kan man også bare hype hinanden meget op (...) Altså måske en blanding af lidt gruppepres (...) Helt typisk drengerøvsagtigt det der, sådan... [brøler]”

F: “Man spiller hinanden op”

W: “Ja, præcis!”

F: “Ja, hvis man bare gør det for hyggens skyld, og der ikke er nogen, det går ud over, eller det kunne gå galt, så er der jo ikke noget galt med det, rigtigt” (Bilag 6, s. 4-5).

Samtalen mellem William og Folmer viser, hvordan gruppepres også fungerer som en form for fælles “hype” – et ritual, hvor drengene “spiller hinanden op” og bekræfter hinandens adfærd. Der er altså ikke kun tale om negativt pres, men også om en dynamik, der kan opleves som inkluderende og energisk. Flere deltagere fremhæver netop denne dobbelthed, hvor gruppepreset også kan være en drivkraft, der udvikler én som individ:

“(…) Nogle gange kan sådan gruppepres også være lidt positivt i form af sådan... Uanset hvad, er det nok ikke godt. Men det kan sådan... Få en til at gøre ting, man ellers ikke ville, som har sådan en god effekt på en bagefter” (Bilag 7, s. 4).

Som det fremgår af citatet, ser Elmer også gruppepres som noget positivt, der kan “få en til at gøre ting, man ellers ikke ville” og som “har en god effekt”. Her bliver gruppepres en form for socialt skub – en måde at træde ud af komfortzonen og udvikle nye sider af sig selv. I den sammenhæng fortæller Thomas fra Frederiksberg Gymnasium, hvordan han fik lavet en øring efter opmuntring fra nye klassekammerater:

“Jeg har jo en øring her (...) det var ikke rigtig noget, jeg sådan gik og overvejede. Men så kom jeg i en ny klasse, og så var der nogle drenge med øringer, som syntes jeg også skulle have [en] (...) Altså jeg er jo glad for den nu. Men det er jo ikke fordi, at jeg ligesom... virkelig gik og overvejede det. Det var bare noget, jeg tænkte, der kunne være fedt. Så det får man ligesom... Det får en til at prøve ting” (Bilag 7, s. 4).

Thomas beskriver, hvordan fællesskaber kan få en til prøve nye ting, man ellers ikke selv havde handlet på. Det er ikke kun ting som at få en øring, der bliver fremhævet, men også mere sociale dynamikker, som blandt andet Boris fra Høje-Taastrup Gymnasium kommer ind på:

B: “Altså hvis man virkelig har fundet en flot pige, men ikke selv tør at gå over til hende, så er drengene sådan ‘kom nu bare, det er bare en pige, det bare en pige’, men man holder stadig tilbage ligesom. Men man ender med at gøre det, på grund af gruppepres”

Facilitator: “Så det er sådan der gruppepres på den gode måde, eller sådan der?”

C: “Positiv gruppepres” (Bilag 11, s. 3-4).

Begge udsagn er eksempler på, at deltagerne sommetider italesætter gruppepres som noget positivt, hvor man presses til at gøre noget grænseoverskridende, der i sidste ende opleves som en hjælp. Således forekommer det ikke kun som dramatiske ritualer, men snarere som subtile, implicitte normer og spejlinger, hvor man imiterer gruppens adfærd for at passe ind. Presset manifesteres gennem små tjenester, fælles “hype” og udfordringer, der ofte opleves som social regulering og katalysator for personlig udvikling.

Deltagernes udsagn tegner et komplekst billede af drengefællesskaber, hvor accept og anerkendelse ofte er tæt forbundet med en række sociale spilleregler, der både kan være synlige og usynlige. Subjektiveringsprocesser viser sig i måden, de unge internaliserer og handler i overensstemmelse med fællesskabets normer, ofte uden et eksplicit pres, men som en forventet selvregulering, for at undgå udskamning og eksklusion. Der er ofte en dominerende form for maskulinitet på spil, hvor bestemte maskuline idealer – som mod, risikovillighed og styrke – tillægges høj værdi og bliver til standarder, de unge mænd må måle sig op imod. De sociale dynamikker i drengefællesskaber fungerer derfor som et disciplinerende sted, hvor afvigelser fra det maskuline ideal medfører eksklusion. På den måde bliver gruppepreset ikke blot et ydre pres, men en internaliseret drivkraft, der former hvordan deltagerne positionerer sig selv og hinanden i et felt præget af fællesskab, konkurrence og skjulte krav.

4.4 Kroppen under kontrol

“Jeg kom til at tænke på alle de der fucking Calvin Klein-reklamer, der er. Med mænd i de der boxershorts, der bare er rimelig godt bygget. Og de der kropsidealer”

Det der med at være stor og stærk

Andet klip starter en samtale blandt deltagerne omkring forventninger til egen krop og generelle kropsidealer for mænd. Det bliver tydeligt, at deltagerne er meget enige om hvilke standarder for mandekroppen, der eksisterer. Der tegner sig et billede af, at idealerne både er noget, deltagerne mærker som et indvendigt pres, men også som et ydre pres der forstærkes gennem medier og sociale platforme. I første workshop på Frederiksberg Gymnasium forklarer Ruben:

“Jeg tror også, at der er et skønhedsideal for mænd. At være meget trænet og have en meget defineret krop. Om ikke andet så også mentalt, tror jeg. Det der med at vise, at man er den store stærke. Som ligesom tager styringen. Og fylder meget i rummet. Både visuelt, men også mentalt. Det tror jeg, er meget vigtigt” (Bilag 7, s. 6).

Ruben forbinder skønhedsidealet for mænd, med “at være meget trænet og have en meget defineret krop”, samt “at vise, at man er den store stærke”. Der er ikke kun tale om et fysisk aspekt, men også om en opførsel, som én der “tager styringen” og “fylder meget i rummet”. Rubens udsagn afspejler traditionelle forestillinger om maskulinitet, hvor det forventes, at mænd skal være både stærke og kontrollerede – ikke blot fysisk, men også mentalt og socialt. På den måde kommer krop og adfærd til at fungere som et slags symbol på mandens rolle i samfundet, og det bliver tydeligt, at maskulinitet både konstrueres kropsligt og gennem social adfærdsmæssig dominans. Set ud fra et perspektiv om hegemonisk maskulinitet, er disse karaktertræk med til at skabe et internt socialt hierarki, som underordner andre former for maskulinitet (Connell, 1995, s. 77-78).

Ruben er langt fra den eneste af deltagerne, der trækker på traditionelle kropslige idealer. Deltagerne fremhæver de samme ord igen og igen, når det kommer til, hvordan man forventes at se ud; veltrænet, stor og stærk. Denne tendens træder især frem i deltagernes erfaringer med sociale medier:

“Jeg tror, det er de fleste af drenge, der har det samme billede, når man snakker skønhedsideal. Det der med en veltrænet krop. Jeg tror, det kommer af sammenligning. Især gennem sociale medier. Når man har det der skønhedsideal. Som en mand. At det er veltrænet. Så er det også for det meste de veltrænede mænd, der deler deres krop” (Bilag 7, s. 6).

Mikkel bemærker, at han regelmæssigt støder på én bestemt kropsform på sociale medier. Han peger på, at “det der skønhedsideal” ofte afspejles af veltrænede mænd, som er dem, der primært deler deres kroppe på sociale medier. Denne iagttagelse understreger, hvordan sociale medier fungerer som et rum for konstant sammenligning, hvor én type krop dominerer. Når det primært er veltrænede kroppe, der er synlige, skabes en illusion om, at mænd bør leve op til dette ideal. Denne internalisering går igen hos deltagerne:

“Jeg tænker også det der med, at man sammenligner andre så meget. Eller sådan et billede på nettet, som nogle gange godt kan være sådan helt urealistisk. Det der med, at man sætter sådan nogle standarder der slet ikke er sådan normale mennesker-agtige” (Bilag 5, s. 5).

Louis oplever, at der sommetider hersker en række standarder på nettet, der ikke er “normale mennesker-agtige”. Hans brug af dette udtryk afslører en tydelig afstand mellem det ideal, der vises online, og den virkelighed, han selv oplever. Det urealistiske aspekt styrker følelsen af fremmedgørelse, fordi det bliver svært eller umuligt at leve op til noget, der ikke eksisterer i virkeligheden. Dette forstærkes af influencere såsom Andrew Tate, der sætter lighedstegn mellem muskler, penge, piger og høj status:

“Min far bor i Italien. Så jeg har ikke set ham særlig meget i min barndom. Jeg tror, for mange drenge popper han op som sådan en, du ved, mandlig figur. Med muskler, penge og damer. Og så begynder man sådan lidt, du ved... Man imiterer lidt de rollemodeller man har på tidspunktet (...) Man ser lidt op til ham (...) Og jeg kan huske i folkeskolen, der var virkelig mange drenge på min årgang, der var Andrew Tate fans. Og jeg kan også huske, at der var en i min klasse, der betalte for det der... Hustlers University. Men ja, så opdager man... Du ved... at han egentlig er sådan lidt, rimelig sølle” (Bilag 7, s. 13).

I dette citat fortæller Elmer, at han selv og andre han kender, så op til Andrew Tate, da de var yngre. Han begrundet sin fascination af Tate med fraværet af sin egen far, og hans refleksion viser, hvordan influencere kan opnå en form for autoritet i mangel på mandlige rollemodeller. Tate fremstår som den ekstreme patriarkalske figur, der kobler fysisk styrke, økonomisk magt og kvinder med status og succes. Dermed fungerer han ikke blot som underholdning, men udviser visuel styrke og mental kontrol, som resulterer i mange mandlige følgere, der er usikre på egen identitet og køn – hvilket særligt hersker i ungdommen. Elmers interesse for Tate forsvandt, da han blev lidt ældre, men tendensen går igen i de forskellige workshops og taler dermed ind i en større problematik. I første workshop på Den Jyske Håndværker Skole bringer Alfred også TikTok og influencere på banen:

“Puha. Det kan godt være f.eks Gabriel derovre, han er jo begyndt at træne meget. Vil rigtig gerne være større. Jeg ved ikke, om det er fordi, han er begyndt at se TikTok, det

der, alle de der sociale medier der, om han begynder at se op til dem (...) Hjernevasket. Hjernevasket. Influencers der. Om at, 'wow, de er godt nok store og har mange penge, hold da op, sådan vil jeg også være, agtigt'" (Bilag 9, s. 5-6).

Selvom Alfred tydeligvis forstår og kan genkende forklaringen bag at blive draget af influencere, vælger han sprogligt at distancere sig fra det. Han bruger en anden deltager som eksempel og benytter ordet "hjernevasket", der både viser hans skepsis, og at han aktivt tager afstand fra at følge idealer formidlet af influencere. Da de andre deltagerne pointerer, at Alfred var nede at træne dagen forinden, svarer han: "Det sgu bare for at hygge os sammen med gutterne. For at bruge tiden" (Bilag 9, s. 6), og til spørgsmålet om, hvorvidt han selv sammenligner sig med andre, kommer svaret prompte: "Jeg er sgu egentlig ret ligeglad" (Bilag 9, s. 6). Da snakken drejer ind på tømreruddannelsen, som han selv går på, fremlægger han dog en lidt modstridende pointe: "Ej, men jeg tænker, at man skal have lidt muskler. Men man kan jo stadig godt være lidt tyk. Eller sådan noget, jo (...) Ja, der må man godt lige kunne løfte lidt. Ja, det må man godt" (Bilag 9, s. 7). Hans udsagn rummer en interessant dobbelthed, da han på overfladen afviser ideen om at være påvirket af visse kropsidealer, men hans efterfølgende bemærkning peger på, at han alligevel knytter forventninger til mandekroppen – særligt i relation til fysisk styrke og faglig identitet som tømrer. Her kommer forskellige stemmer til udtryk hos Alfred, der på den ene side taler ud fra en jeg-position, der tager afstand fra idealet, men kort efter fra en 'jeg som elev'-position, der internaliserer idealet om at være stærk. På den måde ses en indre forhandling mellem en mere personlig, kritisk stemme, og en indre-anden stemme, som er formet af fagets normer (Aveling et al., 2014, s. 5). Dette er et eksempel på, hvordan flere stemmer kan eksistere samtidigt i deltagernes selvforståelse, og hvordan jeg-positioner sommetider både bekræfter og udfordrer normer.

Selvom flere af deltagerne giver udtryk for en vis ligegyldighed over for træning og kropsidealer, bliver det tydeligt, at sociale forventninger stadig er gældende og kan virke ekskluderende. På denne måde kan deltagerne godt tage afstand fra idealet, men stadig handle i overensstemmelse med det. Dette bliver italesat af Kevin på Baunehøj Efterskole, der sætter ord på, hvordan kropslige idealer medvirker til at skabe sociale hierarkier og fordomme, især over for dem, der ikke lever op til dem:

"Men også det der med, at der er mange, der har en fordom om, at hvis man er en lille smule buttet eller ikke laver så meget træning, så er der mange, der får en idé om, at man bare er forkert. Altså så (...) kan man ikke have det sjovt, så skal man bare sidde

og spise hele tiden. Og man kan ikke, altså, man kan ikke have en kæreste, fordi det kan jo ikke lade sig gøre. Altså når man er tyk, så kan man ikke have sex, eller man kan ikke gøre noget andet. Altså, man bliver bare sat i sådan en boks, hvor man bare er sådan, du hører til der. Og med mindre du gør noget ved det, så bliver du bare der” (Bilag 6, s. 7-8).

Citatet fra Kevin illustrerer tydeligt, at det ikke kun handler om udseende, men om identitet og tilhørsforhold. Når kroppen ikke lever op til bestemte standarder, bliver man “sat i en boks”, hvor man opfattes som socialt og seksuelt udelukket. Kevins oplevelse kan forstås som et resultat af sociale processer, hvor han positioneres som afvigende i forhold til idealet om maskulinitet. Hans fortælling illustrerer, hvordan han subjektiveres gennem dominerende diskurser, der knytter kroppens fysik til værdighed og begær. Det peger på, hvordan kropsidealer fungerer som sociale markører, der kan være med til at definere ens muligheder og status (Søndergaard, 2006, s. 94). Folmer og Jonas bakker Kevins fortælling op og nuancerer samtalen yderligere:

F: “Det er også det der med, at der er sådan en meget (...) lige præcis perfekt måde, du skal være på, eller ens krop skal se ud på, som er jo sådan, nærmest stort set umuligt. Det er på en måde rimelig nederen, at det sådan er det, der er kommet til livs i samfundet, eller det der er sådan, noget forventning”

J: “Det der med de der bokse, det er ret sådan, godt sagt. Det der med at man er i sådan kategorier næsten (...) så bliver man alligevel også sat i et hierarki, selvom det ikke er bevidst” (Bilag 6, s. 7-8).

Folmer og Jonas’ samtale udvider forståelsen af kropsidealer som noget mere end individuelle forventninger, da de bliver en slags usynlige strukturer, som de unge mænd navigerer i. De beskriver en virkelighed, hvor kroppe ikke blot vurderes, men kategoriseres, og hvor idealet fungerer som adgangskrav til fællesskab og accept. Det sker ofte ubevidst, hvilket gør det endnu sværere at bryde ud af. Her bliver det tydeligt, hvordan kroppen fungerer som en social identitetsmarkør, der placerer individet i ofte usynlige hierarkier, og hvordan man gennem gentagelse og eksklusion bliver subjektiveret ind i bestemte positioner (Søndergaard, 2006, s. 90). Kropsidealerne reproduceres både gennem sociale medier, influencere og i deltagerens

egne omgangskredse – noget de på den ene side er bevidste om, men som samtidig kan være vanskeligt at identificere eller sætte ord på.

Det er jo ikke usundt at træne

Et gennemgående tema i workshoppene er deltagernes forhold til træning, som for det meste fremhæves som noget positivt og sundt. Der er ofte tale om en pragmatisk tilgang til træning, der opfattes som et middel til at blive en bedre version af sig selv: “Man får jo også en sundere livsstil, når man træner. Man laver jo typisk også kosten om, når man træner (...) man bliver jo også forbedret som menneske selv. Forbedret livsstil” (Bilag 11, s. 6). I dette udsagn fortæller Daniel fra Høje-Taastrup Gymnasium, at man bliver en “forbedret” udgave af sig selv, når man træner. For ham er træning en form for livsstil, der smitter positivt af på flere parametre i hans liv. Boris og Malik deler samme synspunkt:

B: “Det er et win-win. Det er et win-win”

M: “Ja præcis. Arbejde på sig selv, og så lige få en ekstra kilo muskel på”

B: “Nogle gange kan det også bare få en til at starte op. Prøv at bygge noget større. Det der med at arbejde på sig selv”

M: “Disciplin kommer også ind i det. Der er mange fordele ved det. Så selvfølgelig, ved at imponere en pige kan man også træne, men det er også mange andre fordele” (Bilag 11, s. 6).

Begge deltagere bruger ordene “arbejde på sig selv”, hvilket peger på et internaliseret ideal om, at en aktiv indsats er en central vej til selvforbedring og anerkendelse. Hermed afkodes den trimmede og trænede krop som et tegn på viljestyrke, disciplin og social kontrol (Søndergaard, 2006, s. 94). Træning bliver således både en social strategi og en identitetsskabende praksis, hvor kroppen vidner om karakter og handlekraft. Deltagernes beskrivelser viser, hvordan den muskuløse krop fungerer som et kropsligt bevis på personlig succes og selvkontrol – en respons på samtidens diskurser om, hvordan en “rigtig” mand bør fremstå. Boris uddyber dog senere de potentielle negative aspekter, som kan være forbundet med at bruge så meget tid i fitnesscenteret: “Hvis jeg ikke træner, så får jeg det lidt dårligt med mig selv. Jeg vil gerne op og træne. Det er bare noget, jeg skal gøre næsten hver dag” (Bilag 11, s. 7). Her træder bagsiden af det idealiserede kropsprojekt frem, idet træningen får karakter af et ritual og opleves som en nødvendighed, for at føle sig tilstrækkelig. Dette er et udtryk for den selvdisciplinering, som

sker gennem internaliserede normer, hvor individet konstant må præstere for at opnå eller opretholde anerkendelse i fællesskaber (Søndergaard, 2006, s. 377). Jonas fra Baunehøj Efterskole synes også det er “helt fair”, hvis man træner for at opnå bestemte mål og “er motiveret” til det. Det er ifølge ham ikke noget problem at ville se anderledes ud, så længe man er klar over hvorfor:

“(…) hvis du er motiveret og determined til, at gerne vil se anderledes ud, og du gerne vil træne, så er der ikke noget galt i at gøre det. Man skal også måske spørge dem, ‘Hvad vil du rigtig gerne?’ Og hvis de gerne vil træne, og gerne vil se flot ud for en, eller for sig selv, eller gerne vil bare se bedre ud, så er det jo også helt fair” (Bilag 6, s. 9).

Igen bruges ord som “motiveret” og “determined”, hvilket taler ind i samme sprog, som at “arbejde på sig selv”. Ordene trækker på et præstationsorienteret narrativ, hvor værdi i høj grad forbindes med evnen til at udvise viljestyrke, målrettethed og kontrol. Deltagernes beskrivelser afspejler den tidstypiske forståelse, hvor styrketræning fremstår som en helt naturlig del af livet, og hvor det gentagende gange fremhæves som noget sundt og positivt. Flere af deltagerne betragter træning som noget, man bare skal gøre, hvis man har lyst – men det rejser spørgsmålet om, hvor lysten egentlig kommer fra. Det interessante i deres fortællinger er, at der ofte skrives dybere motivationer frem. Træning bliver sjældent omtalt som noget, der udelukkende handler om at optimere sit udseende, hvilket peger på, at det anses som ‘forkert’, at træne af rent forfængelige årsager. Flere af deltagerne giver udtryk for, at de kan relatere til ønsket om at træne for at opnå anerkendelse. I følgende udtalelse snakker Ruben ud fra det videoklip, hvor hovedpersonen overvejer at begynde i fitness, fordi han er usikker og gerne vil tiltrække en piges opmærksomhed:

“Jeg tror faktisk, jeg ville håndtere det ligesom han gjorde (...) Hvis der er en eller anden konkurrent, som man synes er bedre end en selv på et eller andet punkt, så vil man også selv forbedre sig på det punkt (...) Det handler ikke så meget om, at vise de kvaliteter, man så selv går med, men det er mere det der med at prøve at vinde over den anden, på en eller anden måde (...) Og der er fysikken meget stor for mænd og drenge, tror jeg” (Bilag 7, s. 6).

Denne udtalelse afspejler det præstationsorienterede maskulinitetsideal, hvor fysisk fremtoning udgør en central markør for konkurrenceevne og social værdi – og hvor det bliver vigtigere “at vinde over den anden”. Ruben taler ind i idealet om den mandlige, veltrænede krop, og ser det som den mest oplagte måde at handle på i situationen. Ikke nødvendigvis fordi det er den bedste løsning, men fordi det er den tilgang, han selv kender: “Altså jeg ved ikke, om det er den bedste løsning, men det er i hvert fald den, jeg ville synes, der er mest oplagt (...) det er den løsning, jeg ville presse på med, fordi det er den, jeg ligesom selv kendte til” (Bilag 7, s. 7). Hans udsagn peger på, hvordan handlemulighederne for unge mænd i høj grad er formet af sociale normer og kulturelle idealer om maskulinitet, hvor fysisk træning fremstår som det mest genkendelige og socialt accepterede svar på følelsen af utilstrækkelighed. Det afslører samtidig en distance, idet han anerkender, at andre løsninger kunne være mulige, men oplever dem som mindre tilgængelige. De øvrige deltagere i workshoppen giver udtryk for en lignende forståelse, og Mikkel tilføjer: “Enig. Det er jo heller ikke usundt at træne, kan man sige” (Bilag 7, s. 7). Denne bemærkning er med til at understøtte og normalisere beslutningen om, at støtte en ven, der ønsker at begynde at træne – særligt hvis det handler om at imponere en pige. En anden deltager har en lignende pointe:

“Det er måske mere sådan tanken inde i sig selv, der sådan siger ‘Hvis du gerne vil være stor, så gør det’. Jeg tænker, at med alle, at hvis de gerne vil, så kan de vel også. Så det er jo bare, at gøre noget ved det, hvis det var, at det betød så meget for en”
(Bilag 10, s. 6).

Citatet udtrykker en individualiseret forståelse af ansvar og handlekraft, hvor ønsket om at ændre sin krop betragtes som et spørgsmål om personlig vilje og indsats. Det antages, at alle har muligheden for at opnå det de ønsker, hvis blot de er motiverede nok. Dermed placeres ansvaret for kropslige forandringer hos deltagerne selv, og holdningen afspejler en bredere kulturel diskurs, hvor forbedring og selvdisciplin ses som vejen til succes og anerkendelse. Igen understreges det, hvordan maskuline normer omkring fysisk styrke og handlekraft bliver aktiveret og bekræftet i fællesskabet. Samtidig viser det, hvordan unge mænd i denne sammenhæng konstruerer deres støtte til hinanden ud fra det, de oplever som håndgribelige og kulturelt anerkendte handlemuligheder – selv når de er bevidste om, at der kunne være andre, måske mere hensigtsmæssige alternativer.

Bagsiden af den perfekte krop

Nogle af deltagerne forholder sig imidlertid kritisk til træning, da det kan komme til at fylde så meget, at det går ud over andre vigtige aspekter af livet. Flere af dem reflekterer over de fravalg, der følger med, når der investeres betydelig tid og energi i træning og kropslig optimering, og peger på, at dette engagement kan medføre både personlige og sociale omkostninger. I deres fortællinger fremhæves behovet for at finde en balance, hvor fokus ikke ensidigt ligger på kroppen, men også på dét, der tillægges større betydning i livet – såsom gode relationer og selvaccept. Viktor fra Frederiksberg Gymnasium fortæller:

“Bare fordi du ikke træner, betyder det ikke, at du skal være usikker i dig selv. Bare fordi en anden gør. For der kommer nok til at være en, der synes, du er attraktiv på din egen måde. I stedet for, at du skal stå og portrættere nogen, du ikke er. Hvis man kan sige det på den måde” (Bilag 8, s. 5).

Viktor forholder sig kritisk til den usikkerhed, som kan følge med at sammenligne sig med andre, da der ifølge ham nok skal være en person, “der synes, du er attraktiv på din egen måde”. Han mener derfor ikke, at jagten på den perfekte krop er det værd, hvis det skaber usikkerhed. Georg fra Den Jyske Håndværkerskole stiller sig ligeledes kritisk over for idealet om en meget veltrænet krop, da det indebærer en række fravalg:

“(…) hvis du har en så stor krop og er så veltrænet, så har du også smidt mange andre ting til side for det. Altså så har du virkelig villet det. Og så kan det godt være, at du ikke har taget i byen hver weekend med kammeraterne og hygget dig, men at du bliver derhjemme, fordi det er usundt. Så der er jo altid en bagside af historien” (Bilag 10, s. 7).

Han peger på, at en veltrænet krop sjældent kommer uden en pris, og kræver at man “smider mange ting til side”. Det forlanger tid, disciplin og fokus, som ofte betyder, at andre dele af livet må træde i baggrunden, for eksempel tid med venner eller spontane, sociale oplevelser. Dermed stiller han spørgsmål ved, om idealet altid er værd at stræbe efter, når det kan betyde, at noget, måske mere betydningsfuldt, ikke får plads. En anden pointe om træningens bagside kommer fra Kevin fra Baunehøj Efterskole, der deler en personlig fortælling, som afspejler spændingen mellem ønsket om en veltrænet krop og behovet for selvaccept:

“Der var en periode, hvor jeg havde enormt svært ved, hvordan jeg så ud, fordi jeg ikke havde en sixpack, jeg var ikke stor og stærk (...) og så fandt jeg bare ud af, altså jo, jeg vil gerne se godt ud, men jeg fandt også bare ud af, hvis jeg ikke kommer til at få en sixpack en dag, så gør det heller ikke så meget, fordi jeg har jo stadig venner, der godt kan lide mig, for den jeg er” (Bilag 6, s. 8-9).

I stedet for at opfatte fraværet af en sixpack som et personligt nederlag, formår Kevin at vende sin oplevelse og finde ro i erkendelsen af, at hans værdi ikke afhænger af kroppens udseende. Med det nye perspektiv oplever han forøget selvaccept, hvor den fysiske milepæl ikke længere dominerer hans hverdag eller selvopfattelse. Der foregår en indre dialog hos Kevin, der svinger mellem anerkendelsen af gerne at ville “se godt ud”, men på den anden side argumenterer for, at det nok skal gå, så længe han har venner, der “godt kan lide mig for den, jeg er”. Hans fortælling står i kontrast til det dominerende kropsideal, hvor sixpacken fremstår som normalt og forventeligt, og peger på en mere relationel forståelse af maskulinitet (Duncanson, 2015, s. 244). Kevins udsagn repræsenterer dermed en modfortælling, hvor det, der først fremstår som et nederlag, i stedet bliver et forsøg på at acceptere sig selv. Denne refleksion peger på en begyndende modstand mod det udbredte ideal om den stærke og veltrænede mandekrop, som ofte er tæt forbundet med anerkendelse og social status. På den måde illustrerer udsagnet ikke kun en personlig indsigt, men også den dobbelthed, mange unge mænd står i, hvor de forsøger at navigere mellem en kultur, der idealiserer styrke og kontrol, og en spirende bevidsthed om, at relationel tryghed og sårbarhed rummer en anden form for maskulinitet.

Deltagernes fortællinger viser, hvordan maskuline kropsidealer hænger tæt sammen med samfundets normer og de fællesskaber, de unge mænd indgår i. Flere af dem udviser en vis kritisk distance til idealet om den perfekte mandekrop, men denne kritik eksisterer side om side med en vedvarende tilpasning af gældende normer. I en samtid præget af selvoptimering og performance er det ikke blot acceptabelt, men nærmest forventeligt, at man som ung mand arbejder på sig selv – både fysisk og mentalt. At stræbe efter at blive den bedste version af sig selv er blevet en kulturel selvfølgelighed, hvor den veltrænede krop fremstår som et symbol på personlig succes. Deltagerne befinder sig derfor i en tidsperiode, hvor netop denne stræben er normaliseret i en sådan grad, at de potentielt negative konsekvenser såsom utilfredshed og psykisk mistrivsel ofte forbliver usagte. I de få tilfælde, hvor deltagerne formår at løsrive sig fra idealet, kommer de tættere på at acceptere sig selv. Således oplever flere af deltagerne en form for spænding, når de forsøger at balancere mellem kropsidealer og egne værdier.

4.5 De oversete følelser

“Det viser måske netop det der med, at man ikke er så stærk. At man ikke ligesom kan bære en hel familie eller en hel masse mennesker på ryggen. Fordi du ikke rigtig kan bære dig selv”

Må mænd vise sårbarhed

I flere af workshoppene blev spørgsmålet om mænds sårbarhed genstand for refleksion og diskussion. Et centralt tema der gik igen var, hvordan traditionelle forestillinger om maskulinitet stadig præger opfattelserne af, hvad det vil sige at være mand. Flere deltagere gav udtryk for, at det ikke nødvendigvis er deres egne følelser, der afholder dem fra at være sårbare, men snarere de samfundsmæssige normer, der skaber snævre handlerum for, hvordan man kan være mand. Ovenstående citat stammer fra Valdemar fra Baunehøj Efterskole, der sætter ord på, hvordan sårbarhed kan opfattes som et tegn på “at man ikke er så stærk” (Bilag 5, s. 10). Hans formulering om at “bære en hel familie eller en hel masse mennesker på ryggen” rummer en internaliseret forventning om, at manden skal være den ledende og beskyttende – en figur, der står fast og tager ansvar for sig selv og andre. Denne forventning om manderollen præger hans selvforståelse, hvor det ikke blot er ønskværdigt, men nærmest påkrævet at fremstå stærk og kontrolleret. Set i det perspektiv bliver sårbarhed ikke blot noget personligt, men noget der potentielt undergraver ens position som ‘rigtig mand’. Oskar og Louis udfordrer Valdemars udsagn, men deres svar vidner samtidig om, hvor sejlivede nogle traditionelle forståelser er:

O: “Jeg vil sige, at det er outdated”

L: “Ja, det vil jeg også. Men alligevel ikke... Jeg har da oplevet nogle af mine venner, hvor det sådan (...) tænker lidt outdated, måske. Men hvor de også har været meget efter den stereotyp (...) Bare sådan prøvet at spille stærke. Og ikke at vise nogle følelser og sådan noget. Men... det har egentlig ikke rigtig gavnet dem så meget”
(Bilag 5, s. 11).

Hvor Oskar mener, at det er “outdated” at have svært ved at vise sårbarhed som mand, fastholder Louis, at han fortsat ser dette i sin hverdag. Louis beskriver, hvordan hans venner stadig “spiller stærke” og undgår at vise følelser – et tydeligt billede på, hvordan sociale forventninger bliver kropsliggjort. Samtalen peger på et spændingsfelt mellem kulturel

forandring og sejlivede kønsnormer, hvor de normer, man måske gerne vil distancere sig fra, alligevel reproduceres i sociale praksisser. Denne pointe går igen i flere udsagn:

“(…) det kan godt være, det er blevet bedre, men jeg føler stadig, det er et rimelig stort sådan problem faktisk. Jeg tror bare, det er noget der sådan, er lidt indkodet i de fleste opdragelser også bare nærmest, på grund af sådan samfundets generelle syn”
(Bilag 6, s. 11).

I dette udsagn udtrykker Folmer, at det ifølge ham stadig er et “stort problem”, at mange unge mænd har svært ved at åbne op. Han beskriver det som noget, der er “indkodet i de fleste opdragelser” i samfundet. Der peges her på et strukturelt problem, hvor normer om maskulinitet ikke blot eksisterer i familien eller vennekredsen, men på et samfundsmæssigt plan. Han uddyber selv dette perspektiv:

“[Det] er sådan indgraveret i en, fra sådan barndommen af. At man skal ligesom være det her. Man skal være sådan hård. Man skal kunne passe på andre folk. Man skal sådan, det ved jeg ikke, altså man skal være den, der bestemmer og sådan noget, man skal kunne tage rationelle beslutninger eller andet i den her stil” (Bilag 6, s. 14).

Folmer beskriver, hvordan kønnede forventninger internaliseres fra en tidlig alder, og bliver en del af ens selvforståelse. Når en mand viser sårbarhed, bryder han ikke bare med en personlig vane, men med et helt socialt system, han har lært at følge. Ruben deler et lignende synspunkt:

“Jeg tror også, det er næsten mere en grænse, man skal overvinde for sig selv. Det der med at åbne op og snakke om tingene. Jeg tror ikke, det er lige så meget det der med at være bange for, hvad andre tænker, som det er, at det på en eller anden måde gennem kulturen er indgraveret i os. Det er sådan et system, et forsvarssystem på en måde, som det er meget svært at bryde med” (Bilag 7, s. 10).

Her bliver det tydeligt, at selvom omgivelserne måske ikke direkte fordømmer sårbarhed, er det indlejrede system af normer så stærkt, at man oplever en indre blokering. Det “forsvarssystem” Ruben omtaler, kan forstås som en social mekanisme, hvor bestemte handlinger gentages og dermed naturliggøres. Deltagernes udsagn afspejler en kønnet

positionering – en aktiv proces, hvor man tilpasser sig de normer og idealer, man mødes med og formes af (Søndergaard, 2006, s. 91).

Man må gerne græde, når man vinder i fodbold

Accepten af følelser afhænger ikke kun af sociale situationer, men ligeledes af følelsens karakter og den kontekst, den udtrykkes i. Et eksempel på dette træder frem i en samtale om fodbold, hvor det diskuteres, hvornår det er 'tilladt' for mænd at græde. Her bliver det tydeligt, at ikke al gråd opfattes som sårbarhed, og at følelsesudtryk fortolkes forskelligt afhængigt af, hvad de er knyttet til:

M: "Man dedikerer hele sit liv til at spille fodbold for eksempel. Og når man så vinder Champions League eller et eller andet. Så må man sgu gerne græde. For min skyld. Det er... Det har jeg det fint med"

Facilitator: "Så det er måske heller ikke sårbarhed på helt samme måde?"

M: "Nej. Det er jo ikke... Det er jo rigtig... Jo, det er jo selvfølgelig noget med følelser. Men det er lidt... Ligesom med sådan at man har... Opnået succes"

D: "Hvis man ser en fodboldkamp (...) Lad os sige, at man ser Champions League finale, og det ene hold vinder, og det andet hold taber. Og man ser... En eller anden fodboldspiller, der har vundet, stå og græde. Så er det mere acceptabelt end ham, der ligger nede ved målflaget og græder, fordi han har tabt. Fordi så er man sådan... 'Ej okay, tag dig lige sammen. Og saml dig selv op igen. Og ind i kampen igen'. Hvor at når man har vundet, så er det... Så er det på en eller anden måde et udtryk for, at man har opnået noget stort (...) Det er okay at... At blive lidt følsom omkring. Fordi at... Så er det fordi, at man er rigtig god til noget. Eller, der er et eller andet, der er gået rigtig godt. Men det der med, at hvis der er noget, der er gået galt. Eller noget, man har det svært med. Så er det ikke lige så acceptabelt. Fordi det er mere sårbart" (Bilag 7, s. 15).

Her opstår en tvetydighed, hvor gråd og følelser kun er acceptable, når de forbindes med præstation og succes. Den sejrende fodboldspillers tårer bliver nærmest et tegn på styrke, da følelserne er forbundet med at være den bedste, og han dermed har gjort sig fortjent til at udtrykke disse. Omvendt bliver nederlagets gråd opfattet som svagt – en overskridelse af grænsen for, hvad en mand bør vise. Den ene type følsomhed bekræfter styrke og kontrol, mens den anden undergraver det. Her tales der ind i et tydeligt hierarki, hvor den dominerende

maskulinitet repræsenteres gennem sportsstjerner, som anerkender den stærkeste, nemlig vinderen (Swain et al., 2004, s. 224). Kulturelle repræsentationer af maskulinitet er noget, som de unge mænd identificerer sig med, og implementerer i egne fællesskaber. Denne forskel i, *hvordan* og *hvornår* sårbarhed og følelser er legitime viser, hvor snævre og strikse maskuline normer er. Det er ikke følelserne i sig selv, der er problemet, men hvad de signalerer.

Vi har jo ikke lært det

Forskelsbehandling i opdragelse og skolesystemets håndtering af køn fremstår som en gennemgående erfaring blandt deltagerne. Særligt peges der på, hvordan drenge fra en tidlig alder udelukkes fra følelsesmæssigt orienterede samtaler, og i stedet opfordres til fysisk aktivitet. Denne tidlige opdeling mellem ‘tale’ og ‘handling’ former drengenes forhold til sårbarhed, og efterlader dem uden sproglige redskaber til at håndtere indre konflikter. Daniel fortæller, hvordan han oplevede en forskelsbehandling i håndteringen af problemer blandt piger og drenge i folkeskolen:

“Vi oplevede meget det der med, at det var pigerne, der skulle sidde indenfor og snakke om en masse ting, fordi der var et eller andet galt. Vi vidste ikke, hvad det var. Men de skulle snakke om ting, og vi blev bare sendt ud og spille fodbold. Og det kunne jo sagtens være, at der var lige så mange problemer hos drengene. Som bare ikke blev snakket om i hvert fald” (Bilag 7, s. 18).

Daniel beskriver her en eksklusion fra følelsesmæssig dialog, hvor drengene i stedet blev opfordret til fysisk aktivitet – uden at der blev taget højde for, om der også var konflikter i drengegruppen. Dette vidner om en opdragelses- og skolekultur, hvor piger naturligt indgår i samtaler om trivsel, mens drenge placeres udenfor. Ruben bekræfter denne oplevelse:

“Vi var aldrig med til de der møder om, hvordan vi fik en bedre klassekultur (...) Vi var bare ude og spille fodbold. Vi kunne godt lide at spille fodbold, så det gjorde ikke så meget. Men nu hvor vi ser tilbage på det, så er det måske lidt underligt. Også fordi vi også havde problemer i drengegruppen. Vi kom da tit op og slås, eller der var et eller andet” (Bilag 7, s. 18-19).

Selvom Ruben dengang ikke stillede spørgsmål til manglende fokus på drengegruppens problemer, reflekterer han senere over, hvordan konflikter ofte blev håndteret fysisk – gennem

slåskampe – frem for gennem samtale. Dette peger på manglende følelssprog og institutionelle rammer, hvor drengenes indbyrdes konflikter blev overset. Daniel foreslår, at der burde være øget opmærksomhed på drenges følelsesliv, allerede i de små klasser: “Jeg tror måske også for mange, så bliver der sat fokus på [at tale om følelser] for sent (...) man kunne for eksempel starte i de små klasser i skolen, så det blev en normal ting. Især for drenge i hvert fald” (Bilag 7, s. 18). Ved at introducere følelsesmæssig åbenhed tidligere, ville det ikke fremstå fremmed eller forkert at tale om sine følelser som dreng. Denne pointe ses også blandt deltagerne fra workshoppen på Frederiksberg Gymnasium, hvor Viktor udtrykker et ønske om at være blevet spurgt mere ind til i barndommen:

“Jeg føler måske, da man var yngre, kunne det være meget fedt, at man lige fik den der: ‘Hvordan har du det?’, fordi det er jo ligesom når du stadig er ung, og du er stadig i gang med at udvikle dig, hvor jeg føler nu her igennem årene, du bare er blevet sådan lidt vant til, at der er ikke nogen, der spørger dig på den måde. Så du skal måske bare lidt lære at håndtere det selv” (Bilag 8, s. 13).

Viktor lægger vægt på vigtigheden af at tale om trivsel i en tidlig alder, hvor man stadig er i gang med at udvikle sig. Hans oplevelse af manglende samtaler skaber en forståelse af, at følelsesmæssige udfordringer er noget, man bør håndtere alene. Da der spørges ind til, om det havde gjort en forskel med et mere åbent følelssprog fra en tidlig alder, svarer han:

“Jeg tror, hvis man ligesom lærer folk, eller i hvert fald drenge, du ved, at det ikke er noget problem, at de åbner sig op for folk, og ligesom hvis de har noget på hjertet, så skal de sige det. Så jeg synes, jeg tror, det er en god idé, de ligesom lærer det fra de er unge, at det ikke er noget problem” (Bilag 8, s. 13).

Viktor er af den opfattelse, at man fra en tidlig alder bør lære drenge, at de gerne må tale højt om det, “hvis de har noget på hjertet”. Det viser, hvordan følelsesmæssige samtaler, som primært er forbeholdt pigerne, kan gøre det vanskeligere for drenge at opnå en legitim adgang til dem senere i livet. Kristian fra Baunehøj Efterskole placerer problematikken i et bredere generationsperspektiv:

“Vi har jo ikke lært det. Vi har ikke lært at snakke sammen om følelser. Det er jo igen, som du sagde, i gamle dage. Det er ligesom blevet set ned på. Ja, og så er det først nu, at det kommer til overfladen. Og at det sådan bliver bragt op” (Bilag 6, s. 12).

Han ser en sammenhæng mellem, at mænd tidligere blev opdraget til at undertrykke følelser, og den nye tendens til at italesætte sårbarhed som et brud med gamle maskulinitetsidealer. Jannik fra Frederiksberg Gymnasium ser socialiseringen fra barnsben som en central faktor:

“Jeg tror det er en kulturel ting, at altså piger, de bliver lært, at de skal tale sammen, hvis der er et problem. (...) det er helt fra barnsben af. Hvis en pige græder, så bliver hun trøstet af sine forældre. Hvis en dreng græder, så skal han bare op og igang igen. Og så bliver de meget hurtigt lært, at de bare skal tale om deres følelser. Og drenge bliver så lært, at de bare skal komme videre” (Bilag 8, s. 7).

Han fortæller, at måden, hvorpå drenge og piger bliver mødt, når de er børn, spiller en rolle i forhold til, hvordan de lærer at håndtere deres følelser. Her bliver piger typisk trøstet, hvis de er kede af det, hvor drenge bare skal “op og igang igen”. Der opstår dermed en forskelsbehandling i måden, drenge og piger bliver mødt, når de oplever modgang. Eskild bakker op om denne oplevelse og fortæller, hvordan drenge i stedet sendes ud for at dyrke sport eller hurtigt “komme videre” uden at bearbejde konflikten verbalt:

“Piger skulle lære at snakke om følelser. Og drenge, de skulle ud og spille rundbold, det var i hvert fald det eksempel vi fik, også når jeg selv har været i konflikter. Så gjaldt det bare om at sige undskyld og så komme videre, i stedet for sådan rigtigt at snakke om, hvad der skete” (Bilag 8, s. 7).

På tværs af deltagernes fortællinger tegner der sig et billede af en kulturelt betinget kønsopdragelse, hvor drenge generelt ikke får hjælp og værktøjer til følelsesmæssig refleksion. Dette efterlader dem uden fælles sprog for sårbarhed og fastholder idéen om, at følelser er noget, mænd håndterer alene eller gennem handling frem for dialog (hooks, 2004, s. 33). Deltagernes refleksioner peger på et behov for samtaler om trivsel tidligt i barndommen, hvor drenge såvel som piger rustes til at udtrykke og bearbejde følelser.

Konsekvenser ved at holde det inde

Hvor det forrige afsnit pegede på de normer og sociale strukturer, der kan begrænse ungemænds mulighed for at udtrykke sårbarhed, retter dette afsnit blikket mod de konsekvenser, der opstår, når følelser ikke får lov til at komme til udtryk. Flere deltagere er bevidste om, at det ikke er uden omkostninger – hverken for dem selv eller for deres omgivelser. De beskriver, hvordan følelsesmæssig tilbageholdenhed kan føre til en ophobning af indre pres, der i sidste ende risikerer at manifestere sig som aggressioner og ensomhed:

“Der er nok nogen, der ikke føler sig mand nok, når de så gør det. Altså jeg vil selv sige, det er ikke fordi, jeg viser så meget sårbarhed normalt. Men jeg føler heller ikke, du ved, det er heller ikke en god ting at holde det inde, fordi fra mit perspektiv kan det godt ende ud i meget værre ting. For eksempel aggressioner eller sådan noget (...) og så går det ud over alle andre der er rundt omkring dig til sidst. Ja. Og det ender bare dårligt, vil jeg sige. Så måske er det godt for mænd, ligesom at vise sårbarhed over for nogen. En gang imellem i hvert fald” (Bilag 8, s. 10).

Her anerkender Viktor, at sårbarhed stadig forbindes med et tab af maskulinitet, hvor man “ikke føler sig mand nok”. Samtidig peger han på et paradoks; selvom det kan føles forkert at udtrykke sårbarhed, kan det have endnu større konsekvenser at lade være. Når følelser undertrykkes, risikerer de at komme til udtryk som aggressioner eller destruktiv adfærd. Her udfordres den traditionelle maskulinitetsopfattelse; ikke ved at afvise maskulinitet, men ved at foreslå en slags videreudvikling. Når Viktor siger: “Så måske er det godt for mænd, ligesom at vise sårbarhed over for nogen. En gang imellem i hvert fald”, forhandles nye forståelser af maskulinitet, hvor sårbarhed ikke nødvendigvis udelukker styrke, men kan være med til at forebygge destruktiv adfærd og skabe mere bæredygtige relationer. Valdemar kommer også ind på konsekvenserne af at holde sine følelser inde, og hans udsagn fremhæver det psykiske pres, som undertrykkelsen kan medføre:

“Det der med at skubbe det væk (...) Det virker lidt lettere. Og i momentet, der virker det jo. Men sådan lige pludselig, så kommer det hele bare jo... Det er jo ikke så godt. Fordi man ikke får hjulpet det ud på en eller anden måde (...) Så det er bare sådan lidt svært nogle gange. Sådan at få åbnet op for det” (Bilag 5, s. 8).

Valdemars refleksion viser, at selvom det i øjeblikket kan føles lettere at “skubbe det væk”, så er det en kortsigtet løsning med potentielt ubehagelige konsekvenser. Følelser, der ikke får en vej ud, hober sig op og “så kommer det hele bare jo” – et udtryk for, at det følelsesmæssige pres på et tidspunkt vil finde vej ud, uanset om man ønsker det eller ej. Udsagnet afspejler en kropslig erfaring af, at følelser ikke forsvinder, men blot gemmes væk midlertidigt, hvilket gør dem sværere at håndtere, når de dukker op igen. Både Viktor og Valdemars udsagn peger på, at følelsesmæssig lukkethed ikke blot er et individuelt anliggende, men har konsekvenser på det relationelle plan. De bekræfter et behov for følelsesmæssig åbenhed, og peger på sårbarhed ikke er et tegn på svaghed, men derimod en ansvarlig måde at undgå, at noget eskalerer. Denne tankegang taler ind i en større problematik, hvor drenge og mænds fortrængning af følelser og smerte, kan medføre konsekvenser på det mentale område (Anderson, 2009, s. 46).

Denne indre regulering af følelser kommer ikke kun til udtryk i forhold til, hvilke følelser man må vise, men også hvornår det er tilladt. I den forbindelse bliver det tydeligt, hvordan sociale og normative faktorer spiller ind. Det ses blandt andet i følgende samtale mellem Johan og Anders fra Den Jyske Håndværkerskole:

J: “Jeg er meget sådan... Jeg bliver ikke sådan ramt, når jeg er sammen med andre. Så er det mere, hvis jeg er alene, så er der godt nogle ting, der kan ramme mig. Så har man lidt en anden energi. Den er meget faldende, når man ligger for sig selv. Når man er sammen med andre, så tror jeg ikke de sårbare ting, de kommer frem, når man har så meget energi”

A: “Jeg tror bare, man har et andet drive, når man er sammen med andre. Altså igen, som han siger, jeg tror, det ved jeg ikke, om man føler sig lidt ensom, når man så pludselig har problemer, når man bare ligger derhjemme for eksempel, for sig selv” (Bilag 10, s. 13).

Jonas og Anders fortæller, hvordan sårbarhed undertrykkes i samvær med andre, men kommer frem, når man er alene. I fællesskabet er energien høj, og de “sårbare ting” får ikke plads – først “når man ligger for sig selv”, kommer følelsen af ensomhed og eftertanke. Det sociale rum med andre mænd bliver således ikke blot præget af tavshed om følelser, men også af en aktivering af maskulin energi, som udelukker det sårbare.

I dette afsnit kommer det frem, hvordan deltagerne forholder sig til sårbarhed og følelsesmæssig åbenhed i lyset af traditionelle maskulinitetsnormer. Det fremgår, at mange stadig oplever sociale forventninger om at være stærke, rationelle og handlekraftige – og at det at vise sårbarhed ofte opfattes som at svække sin position som “rigtig mand”. Flere deltagere forholder sig dog kritisk til dette og fremhæver, at normerne fremstår forældede – men stadig er udbredte. Flere deltagere har oplevet en kultur, hvor drenge lærer at håndtere følelser alene eller gennem fysisk adfærd, og peger på behovet for sproglige redskaber til følelsesmæssig refleksion. Dertil belyses konsekvenserne af følelsesmæssig tilbageholdenhed, som kan føre til indre pres, aggression eller relationelle konflikter. Flere deltagere peger derfor på vigtigheden af at lære at udtrykke sårbarhed som en del af en sundere maskulinitetspraksis.

4.6 Sårbarhed kræver sikkerhed

“I vores gruppe snakker vi meget om fodbold, træning, fester og at drikke øl.

Vi snakker ikke så meget om, hvordan vi har det sådan rigtig”

Vi kan godt, vi gør det bare ikke

Idéen om, at man *kan* tale med ens drengevenner om følelser, gik på tværs af workshoppene. Alligevel pegede deltagernes udsagn ofte på noget andet. Netop fraværet af dybere samtaler var gennemgående, og flere deltagere fortalte, at personlige eller sårbare emner sjældent bliver italesat – særligt i større vennegrupper. Ruben fra Frederiksberg Gymnasium fortæller, at det kræver noget ekstra at åbne op for samtaler af mere personlig karakter:

“Så spørger man lige, ‘hvordan det går?’, ‘Ja, det går sgu meget godt’, men vi ved ikke, om der er et eller andet, der ligger inde bagved, som man ligger og slås med. Det kræver ligesom, at man har kendt hinanden i rigtig mange år og sætter sig ned og snakker meget dybt. Det gør man ikke rigtigt. Det kommer ikke så nemt til os drenge, tror jeg”

(Bilag 7, s. 8).

Ifølge Ruben kræver det, at man har kendt hinanden i flere år, før man “sætter sig ned og snakker meget dybt”. Selvom vennerne spørger hinanden, hvordan det går, er det langt fra sikkert, at samtalen stikker dybere. Han uddyber: “(...) Jeg føler altså, folk er åbne over for det. At hvis man gerne vil tale om svære ting, så go ahead (...) Jeg føler ikke, at det er noget,

man bliver set ned på, hvis man gør det” (Bilag 7, s. 10). Her kommer modstridende stemmer til udtryk, idet han først giver udtryk for, at det ikke falder naturligt for “os drenge” at tale om sårbare emner, men kort efter beskriver en åbenhed i vennegruppen omkring netop disse samtaler. Den indre dialog skifter mellem en ‘jeg som ung mand’-position og en position, hvor han taler ud fra erfaringer i drengefællesskabet. En lignende refleksion kommer til udtryk hos Mikkel, der beskriver samme oplevelse i sin vennegruppe:

“I vores gruppe føler jeg, der er åben mulighed for det. Det har jeg altid følt, i alle de grupper, jeg har været i. At der har været åben mulighed for at gå over og sige til en person, at jeg har det sådan her... Det er bare ikke noget, man gør” (Bilag 7, s. 8).

Denne dobbelte fortælling om at noget både *kan lade sig gøre*, men alligevel *ikke bliver gjort*, vidner om en kompleks indre forhandling. Hos både Ruben og Mikkel opstår en form for spænding mellem, hvad der formelt set er muligt, og hvad der opleves som legitimt i en social sammenhæng. På den ene side beskriver de vennegrupper, hvor der er “åben mulighed” for at dele ud, på den anden side at det “ikke er noget, man gør”. Det er netop i dette mellemrum, at de modstridende stemmer træder frem.

På Den Jyske Håndværkerskole er Johan og Anders enige i, at det kan være svært for drenge at tale om mere personlige emner: “Drenge *er* lort til at tale om, hvad fanden der sker” (Bilag 10, s. 7). Med denne udtalelse udtrykker Johan en tydelig og kritisk opfattelse af drenges manglende evner til at sætte ord på og håndtere følelsesmæssige oplevelser. Hans formulering afspejler både frustration og erkendelse af en udbredt problematik. Anders stemmer i, og forklarer det således:

“Ja, måske det, der kommer tættere på, end bare hvad man kan se, det er måske drenge ikke så gode til, hvor piger måske kunne være lidt nemmere til hinanden. Fordi drenge nok dømmer lidt mere hinanden omkring sådan noget, end hvad piger gør” (Bilag 10, s. 7-8).

Ifølge Anders handler det om, at drenge “dømmer hinanden” hårdere end piger, hvilket medfører, at man ikke har lyst til at åbne op om sårbare emner. Han uddyber: “Altså folk eller drenge er nok lidt nemmere til at dømme hinanden, hvis de har en eller anden ting, hvor de skiller sig ud fra en anden” (Bilag 10, s. 7-8). Anders forklarer, at det særligt gør sig gældende, hvis man “skiller sig ud”. Det kan skabe udfordringer, hvis der er uoverensstemmelse omkring,

hvad der er det 'rigtige' blandt vennerne, hvilket kan resultere i, at man bliver dømt. Denne frygt for at blive dømt, kan tolkes som udtryk for maskuline normer, der opretholder hierarkier ud fra hvordan "rigtige mænd" handler, og hvem der afviger fra dette (Connell, 1995, s. 77).

Deltagernes beskrivelser peger på en interessant kontrast mellem, hvad der opleves som muligt, og hvad der opfattes som socialt acceptabelt. Denne spænding afspejler pointen om, at hegemonisk maskulinitet virker som en styrende norm, der fremstår naturligt, normalt og ønskværdigt (Connell & Messerschmidt, 2005, s. 832). På overfladen oplever deltagerne en frihed til at kunne tale om følelser, men i praksis viser det sig, at sådanne samtaler sjældent finder sted. Deltagerne påpeger, at der er en særlig risiko for at blive dømt, hvis man skiller sig ud – eksempelvis ved at vise følelser. På den måde virker disse normer socialt regulerende, idet de skaber en forventning om, at man *kan* åbne op, men også en usynlig grænse for, hvornår det bliver for meget eller for afvigende. Det er netop denne grænse, der gør, at muligheden for at være sårbar sjældent bliver udnyttet.

Noget for noget

Flere deltagere giver udtryk for, at det er lettere at snakke om følelser og dele sårbare erfaringer, når der eksisterer en gensidighed i samtalen. De beskriver dette som en form for følelsesmæssig byttehandel, hvor åbenhed først opstår, når man oplever en vis sikkerhed for, at modparten også vil dele noget personligt. I den sammenhæng søger de unge mænd ofte mod de relationer, som allerede har vist sig i stand til at udtrykke sårbarhed, da dette skaber et trygt og tillidsfuldt rum.

Mikkel fra Frederiksberg Gymnasium fortæller, at det kan være udfordrende at tale om dybere emner i større drengegrupper, men at han har et par nære venner, som han kan dele sårbare ting med: "Jeg har en ven, som jeg taler lidt med, når det bliver svært (...) [og] en god veninde, som jeg også taler med noget om. Øhm. Hvis det er lidt svært. Eller også min mor" (Bilag 7, s. 10). Samme mønster ses hos flere af deltagerne, blandt andet hos Viktor:

"Det er fedt lige at have en ven, jeg føler, man kan ringe til og sådan (...) man kan spørge om råd eller sådan noget. Men altså jeg føler, at alle burde have sådan en, en ven, de bare lige kan snakke med" (Bilag 8, s. 8).

Han fremhæver vigtigheden af at have en ven, man kan betro sig til og søge råd hos, og understreger, at "alle burde have sådan en". Dette peger på en mere relationel forståelse af maskulinitet, hvor det centrale er fællesskabet og venskabet med andre – snarere end et fokus på dominans (Duncanson, 2015, s. 243). Deltagerne giver dog samtidig udtryk for en

ambivalens i forhold til at dele følsomme oplevelser. Det kan føles ubehageligt at 'blotte' sig, da det skaber en asymmetri i relationen – man ved noget om den anden, som ikke nødvendigvis er gengældt. Samtidig beskrives det som en meningsfuld og positiv oplevelse, når modparten tager initiativet og åbner op:

“Det her kommer til at lyde lidt forkert, men teknisk set har jeg en masse dirt på min efterskoleven. Så jeg er sådan, du ved. Jeg har det sådan rart med, at kunne dele, hvad der er hårdt på tidspunktet. Jeg kender ham rigtig godt, og jeg har hørt hans ting, når han har været rigtig ked af det. Og så føler jeg mig bare mere tilbøjelig til at dele ting med ham” (Bilag 7, s. 10).

Elmer beskriver de sårbare oplysninger, han har om sin ven, som at have “en masse dirt” på ham – en formulering, der antyder en magt over noget fortroligt. Det peger på en kompleks dynamik, hvor viden om den andens sårbarhed både kan styrke tilliden og skabe et potentiel asymmetrisk forhold. Netop denne viden fungerer dog som en slags gensidig forsikring, der gør det lettere for Elmer selv at åbne op. Fortroligheden bliver dermed både en risiko og en forudsætning for at opbygge et fortroligt venskab. Mikkel uddyber:

“Hvis man åbner op, så er man meget sårbar, og kan ligesom blive angrebet (...) Men lad os sige, at der er en, der kommer og åbner op for mig, og er den sårbare, så vil jeg også have det meget nemmere ved selv at åbne op. Fordi så kan jeg ligesom åbne op uden en konsekvens, hvis vi kan sige det. Så er jeg ikke den eneste sårbare, hvis jeg åbner op som den anden person” (Bilag 7, s. 11).

Mikkel tydeliggør den sociale risiko, der er forbundet med at udtrykke sårbarhed – det indebærer en potentiel udsathed, hvor man kan “blive angrebet”. Ved at understrege, at det føles lettere at åbne op, når den anden allerede har gjort det, fremhæver han, hvordan følelsesmæssig åbenhed bliver mindre risikofyldt i det øjeblik, sårbarheden deles. Der opstår dermed et mere balanceret magtforhold i venskabet. Denne pointe går igen hos Viktor fra Frederiksberg Gymnasium der fortæller, at det kan have en forløsende effekt: “Hvis ens ven åbner op, så kan det ligesom også være med til, hvis du også har haft noget på hjerte, så du åbner op også. Og så kan man ligesom blive tættere på det punkt, fordi man ved, at man har hinanden lige der” (Bilag 8, s. 11). Han beskriver det, at være sårbar overfor en ven, som en form for transaktion, hvor begge parter investerer noget personligt, hvorefter de står med en

indbyrdes forpligtelse om at bevare fortroligheden og anerkende hinandens sårbarhed: “Og så, du ved, jeg stoler på dig med den her hemmelighed, og så stoler du på mig med den her hemmelighed” (Bilag 8, s. 11). Dette peger på en forhandling, hvor relationerne kan føre til følelsesmæssig åbenhed, men stadig er underlagt en frygt for at fremstå svag, hvorfor man er påpasselig med at dele. Sårbarhed opleves som mindre risikabel, når den deles, og netop denne balance skaber grundlag for tillid og nærhed i venskaberne. Det er i udvekslingen – i følelsen af ‘noget for noget’ – at relationen bliver et trygt rum for at dele det svære.

De institutionelle rammers betydning

Et andet tema er betydningen af de rette rammer for at kunne udfordre traditionelle maskulinitetsnormer og åbne op for sårbarhed. Flere af deltagerne har enten gået eller går på efterskole, og beskriver, hvordan institutionen spiller en central rolle i at hjælpe dem med at komme i kontakt med deres følelser. Jonas forklarer, at efterskolen giver mulighed for hurtigere at nå et tillidsniveau, hvor man tør dele personlige erfaringer:

“Jeg synes, jeg er blevet meget bedre til at snakke om følelser på efterskolen (...) Vi lægger også ret meget pres på det, eller ikke pres, men sådan, man skal sige sine følelser. Vi har noget, der hedder pusterum, hvor der er følelsernes pusterum, så går man en tur med en person, og så har man ligesom et safe space, hvor man kan sige alt”
(Bilag 6, s. 11).

Jonas fremhæver, hvordan det særlige “pusterum” fungerer som en ramme, hvor følelsesmæssig åbenhed ikke blot accepteres, men forventes. Det er netop denne strukturerede praksis, at tage en gåtur i et defineret “safe space”, der skaber tryghed og legitimitet omkring sårbarhed. Ved eksplicit at afsætte tid og rum til sådanne samtaler, reduceres risikoen for afvisning, og følelsesmæssig deling bliver socialt accepteret. Dette illustrerer, hvordan tydelige rammer kan nedbryde traditionelle maskuline normer og fremme refleksivitet og nærvær blandt unge mænd. Oskar uddyber, at husgrupperne på efterskolen ligeledes er med til at facilitere samtaler om, hvordan det går: “Jeg synes også, heroppe, der bliver talt rigtig meget om ens følelser (...) Vi bor alle sammen i husgruppe sammen, og jeg synes, vi er ret gode til at tale om, hvordan vi har det” (Bilag 5, s. 7). Ved at etablere et trygt rum, bliver følelsesmæssig åbenhed en naturlig del af hverdagen, hvor deltagerne kan sætte ord på deres tanker. Søren peger på, at netop det påkrævede samvær, altså at man ikke kan “trække sig” efter skoletid, knytter tætte relationer:

“Altså også det, at man er tvunget til at være sammen (...) Når vi ikke bliver presset til det, så føler jeg ikke, at vi er lige så gode til at samles og mødes. Så er det ikke nogen lige så tætte relationer med lige så mange, man får på gymnasiet” (Bilag 8, s. 6).

Når de institutionelle rammer, der giver mulighed for tæt samvær, forsvinder – som det ofte sker i overgangen fra efterskole til gymnasium – bliver det vanskeligere at opbygge samme grad af nærhed og fortrolighed i relationerne. Denne pointe går igen hos flere deltagere:

“Så jeg tænker sagtens, at man kan finde tætte venskaber. Men det er ikke lige så nemt i forhold til efterskole, hvor det bare er lavet til at socialisere og hygge sig. Gymnasiet handler jo om at blive uddannet, og så er der nogle fester, hvor man har det rigtig sjovt. Men det er ikke sådan nødvendigvis, at man sidder og taler om problemer i ens liv eller lignende på samme måde” (Bilag 7, s. 7-8)

Uden faste rammer må relationerne blandt de unge mænd bære ansvaret for at skabe tillid - en proces, der ofte udskydes eller helt udebliver. Deltagernes erfaringer viser, at dybe samtaler blandt unge mænd sjældent opstår af sig selv, men kræver stabile institutionelle rammer. Når såkaldte pusterum, husgrupper og samvær indgår som integrerede elementer i hverdagen, brydes normer om tavshed, og sårbarhed bliver en legitim, fælles aktivitet. Deltagerne savner denne praksis uden for efterskolens kontekst, og efterspørger lignende strukturer andre steder.

Deltagernes udsagn afspejler en dobbelthed i maskuline venskabsrelationer: På den ene side indebærer følelsesmæssig åbenhed en risiko – en frygt for, at det sagte kan vendes imod én. På den anden side rummer den samme åbenhed et potentiale for at skabe tillid og fortrolighed, når sårbarheden deles gensidigt. Beskrivelserne af det ubehag, der følger med at åbne op, står samtidig i kontrast til den ‘jeg som ny generation’-position, flere deltagere italesætter. Det peger på en spænding mellem idealet om at tilhøre en mere åben og progressiv generation, og de erfaringer og handlerum, deltagerne oplever. Selvom alternative maskulinitetsformer i stigende grad får plads, viser deltagerne fortællinger, at snævre normer, der knytter sig til hegemonisk maskulinitet, fortsat har stærk indflydelse på deres hverdagsliv. Derudover bliver der lagt vægt på de institutionelle rammers rolle i forhold til at tilvejebringe følelsesmæssig åbenhed. Disse strukturer skaber trygge rum, hvor sårbarhed bliver legitim og lettere at udtrykke. Når sådanne rammer mangler, bliver det langt sværere at skabe dybe relationer, og dermed er strukturerne definerende for de unge mænds relationer og følelsessprog.

4.7 Facilitering og feedback af workshoppen

Som en del af den dialogiske kommunikations praksis analyseres og evalueres afviklingen af workshopkene på baggrund af deltageres respons. Formålet er, at afdække magtdynamikkerne mellem os som forskere og deltagerne, for fremadrettet at styrke samskabelse og skabe en mere ligeværdig dialog. Som det beskrives i afsnittet om relationel etik, er det vigtigt at se, hvordan relationerne konkret udspiller sig (Johansen et al., 2018, s. 201-202). I ønsket om at facilitere en tryk workshop, hvor deltagerne kunne snakke så frit som muligt, blev der først og fremmest lagt vægt på, at deres synspunkter var de vigtigste: “Og ja, det er jo meget samtalebaseret, så der er ikke nogen rigtige eller forkerte svar. I skal ikke føle, at vi har en eller anden forventning om, at I skal svare på en specifik måde” (Bilag 6, s. 2).

Dynamikker i samtalen

Under samtalerne blev der stillet supplerende og opfølgende spørgsmål til deltagerne, enten hvis samtalen gik lidt i stå: “Hvad med her på skolen? Har I nogen, I er lidt tættere med end andre?” (Bilag 9, s. 10), eller hvis en af deltagerne nævnte noget interessant: “Men du siger, at man godt kan blive ramt af det, når man så er alene?” (Bilag 8, s. 9). Selvom dialogkort indgik som en del af faciliteringen, var dette aspekt vigtigt, både for at hjælpe deltagerne med at fremhæve pointerne i deres udtalelser, og for at indgå aktivt i dialogen som facilitatorer. Spørgsmål og inputs fra vores side påvirkede samtalen og deltageres respons:

Facilitator: “I forhold til at sammenligne sig selv? Er det også noget, der foregår på sociale medier og sådan noget? Eller hvad tænker I om det?”

E: “Altså... Det kan det jo godt gøre. Det er ikke noget, jeg selv lige gør. Men det er der jo sikkert nogen, der tænker, at de skal også være lige så store og lige så muskuløse og sådan noget som det man ser” (Bilag 8, s. 11-12).

Vi indtog desuden en position præget af nysgerrighed og lydhørhed over for deltagerne, der agerer eksperter i deres egen kultur. Dette skabte rum for, at de kunne møde og forholde sig til forskellige perspektiver:

Facilitator: “Er det noget, I selv ligesom oplever, at man er måske bange for, eller ikke bange for, at åbne op?”

A: “Nej. Hvis jeg har noget, jeg vil sige, så siger jeg det også. Ikke fordi, at jeg går rundt og tænker så meget over det” (Bilag 10, s. 8).

Den løbende dynamik udgøres af en udveksling af de mest fremtrædende synspunkter, hvilket skaber et refleksivt og åbent rum, hvor deltagerne kan bidrage, hvis de ønsker at nuancere eller udfordre diskussionen. Rollen som facilitator er en balance mellem at spørge ind til relevante aspekter af emnet, men på samme tid have fokus på deltagernes synspunkter og hjælpe deres kollektive diskussion bedst på vej (Gleerup & Egmos, 2022, s. 64). Derfor havde vi fokus på at skabe en åben og tryk ramme, hvor deltagerne kunne forme samtalen på egne præmisser, samtidig med at vi stillede spørgsmål, der kunne understøtte refleksion og dybere dialog.

Dialogkort som interviewredskab

Den anden gruppe på Baunehøj Efterskole førte en meget selvstændig diskussion inden for emnet, og påpegede afrundingsvist at dialogkortene blev for opremsende og forstyrrende i samtalen:

J: “Det blev jo lidt sådan ‘tuk tuk tuk’ med spørgsmål (...) måske, at i stedet for, at I sidder med dem [dialogkort] her, så måske bare stil lidt færre spørgsmål per klip, og så at I siger dem til os i stedet (...) så bliver det lidt med flydende samtale (...) hvis vi bare fører en samtale med jer, så tror jeg bare, at det kommer mere naturligt ud”

W: “Jeg synes, at samtale-delen er virkelig fed. At det ikke er så sådan ping-pong, bordtennis-interview-agtigt. Men det er mere en åben samtale. Det synes jeg, har været ret fedt. Du [Jonas] har ret i det der med spørgsmålene. Det kunne godt blive lidt...” (Bilag 6, s. 24).

Jonas satte pris på den åbne samtale mellem os som facilitatorer og dem selv, og nævnte, at de opfølgende spørgsmål bidrog til en mere “flydende” og “naturlig” samtale, frem for dialogkortene, som ifølge ham blev lidt for gentagende. William var ligeledes enig, da den åbne samtale ifølge ham stod i kontrast til et “bordtennis-interview”, hvor spørgsmål og svar går mere stringent frem og tilbage mellem forsker og deltager. Den første gruppe på Frederiksberg Gymnasium påpegede derimod, at dialogkortene var gode til at sætte samtalen i gang: “Og de her spørgsmål er også nemmere, så man har noget at gå ud fra, end hvis man skal sidde og freestyle det hele, så bliver det lidt svært” (Bilag 7, s. 19). Det viser, at workshop-designet i

højere grad skal tilpasses den gældende gruppedynamik, som varierer fra gruppe til gruppe. Der var således positiv feedback på den dialogbaserede workshop, samt konstruktiv kritik til dialogkortene.

Vignetter i praksis

Anvendelsen af vignetterne satte rammen for relevante samtaleemner, som deltagerne kunne snakke ud fra, ved at inddrage egne holdninger og erfaringer. Vignetterne fungerede overordnet set godt som samtalestartere, men en kritik var dog, at indholdet for nogle deltagere blev for karikeret, hvilket medførte en vis distance:

“Jeg tror også i det klip, vi ser, det er meget ekstrem udgave af det. Men man kan måske læne ned til noget mere relaterbart, som Elmer også siger. Det med gruppepres til at drikke. Noget, der måske stadig kan være et problem, men ikke noget så voldsomt, som det der” (Bilag 7, s. 3).

I dette citat drøfter deltagerne fra Frederiksberg Gymnasium vignettens indhold, som de oplever som meget ekstremt. Selvom flere ikke har haft helt tilsvarende oplevelser, kan de alligevel genkende og relatere enkelte elementer til deres egne erfaringer:

V: “Jeg tror, at alle i en eller anden grad har oplevet sådan noget. Følt sig presset til at gøre noget, de ikke havde lyst til, for ligesom at fremstå ligesom de andre”

L: “Det vil jeg også mene”

O: “Ja det tror jeg, vi alle sammen har oplevet” (Bilag 5, s. 4).

Vignetterne havde et faciliterende aspekt, da deltagerne kunne forholde sig til det samme indhold og diskutere det i fællesskab. Derudover fungerede metoden som en måde at gøre et komplekst emne mere tilgængeligt, hvilket blandt andet afspejles i følgende feedback:

E: “Jeg synes, det var nemmere, end hvis det bare var spørgsmålene. Man kom nemmere ind på at snakke om det, der skete, og man kunne relatere det til virkeligheden”

V: “(...) Og en helt klart mere kreativ måde (...) Hvor vi får lov til at se et klip og så kan vi diskutere ud fra det dilemma, I har vist os”

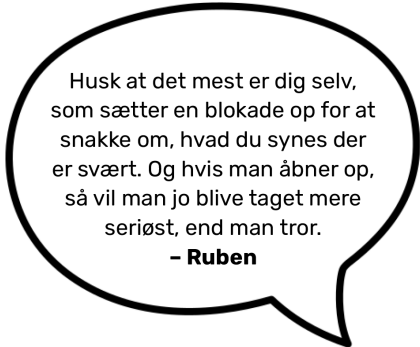
J: “Klippene er en god hjælp med at sætte gang i en refleksion” (Bilag 8, s. 17).

Her italesætter den anden gruppe fra Frederiksberg Gymnasium, hvordan videoerne “kunne relatere det til virkeligheden” og var med til “at sætte gang i en refleksion”. Det peger på vignetternes styrke, der netop er at skabe relaterbart indhold, som åbner op for perspektiver. Johan fra Den Jyske Håndværkerskole omtalte dertil det visuelle format: “(...) Altså, jeg har det i hvert fald selv svært med at forstå, hvis der bare er nogen, der bare fortæller... Jeg er meget bedre til det der med at se, altså” (Bilag 10, s. 20). Tilbagemeldingerne vedrørende anvendelsen af videoklip tyder på, at visuelt indhold fungerer godt til den unge målgruppe, når det drejer sig om komplekse emner, der omhandler deres egen livsverden.

Vi kan på baggrund af deltagernes feedback konkludere, at samtalebaserede workshops med unge mænd kræver en metodisk balance, og forudsætter en nøje udvælgelse af spørgsmål og temaer, der både opleves som relevante og samtidig åbner for, at deltagerne selv kan formulere deres perspektiver og erfaringer. Når denne balance opnås, viser det sig, at deltagerne deler deres refleksioner – forudsat at der skabes et trygt rum, hvor dialogen kan udfolde sig. Som tidligere nævnt, gik de indledende overvejelser på, hvordan vi bedst muligt imødekom potentielt forstyrrende faktorer som aldersforskelle, emnets kompleksitet og lokation (Johansen et al., 2018, s. 203). Deltagerne viste dog stort engagement og bidrog med mange nuancerede perspektiver, og flere gav udtryk for, at den åbne dialogform gjorde det lettere at deltage aktivt i samtalerne. Anvendelsen af vignetter fungerede som et effektivt udgangspunkt for at tale om maskulinitet, idet deltagerne først analyserede de fiktive scenarier, og dernæst reflekterede over relaterbare problemstillinger gennem egne erfaringer (O'Dell et al., 2012, s. 703).

4.8 Råd fra og til unge mænd

I den næstsidste fase af workshoppen blev deltagerne bedt om at formulere tre gode råd til en jævnaldrende, som er usikker på, hvordan han skal være sig selv. Formålet med øvelsen var at få deltagerne til at reflektere over de temaer, der var blevet diskuteret, og omsætte dem til konkrete forslag til forandring. Nedenfor udfoldes de gennemgående tematikker i deltagernes udsagn for at tydeliggøre, hvilke områder de selv tillagde særlig betydning.



Husk at det mest er dig selv, som sætter en blokade op for at snakke om, hvad du synes der er svært. Og hvis man åbner op, så vil man jo blive taget mere seriøst, end man tror.

– **Ruben**

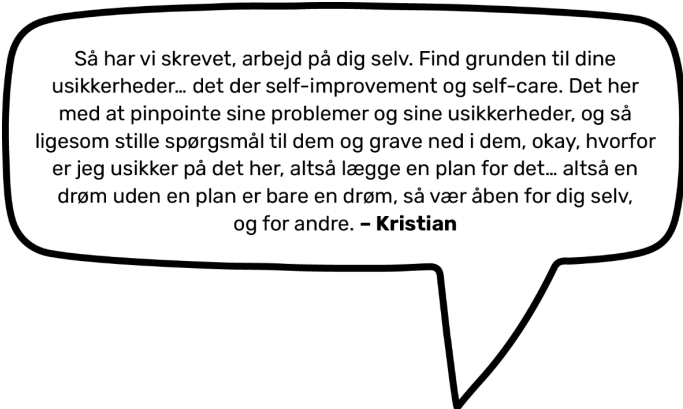


Du får ikke lov til at snakke om følelser, du får ikke lov til at droppe en facade, hvis du ikke er åben.

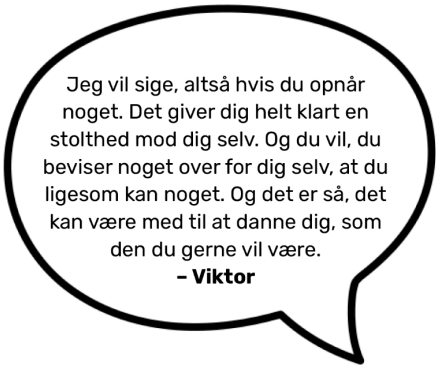
– **Jonas**

Snak om de svære ting

Et gennemgående råd på tværs af grupperne var at bruge relationer til at tale om de svære ting i livet. Deltagerne peger på, at det kan være svært at tage det første skridt – særligt i en drengekultur, hvor sårbarhed ofte er tabuiseret. Ikke desto mindre blev det tydeligt, at mange oplever det som en lettelse, når en ven åbner op, da det baner vejen for, at andre kan følge trop. Flere grupper fremhævede, at det ikke handler om at dele alt med alle, men om at finde én eller få, man har tillid til og kan betro sig til (Bilag 6, s. 21-22; Bilag 7, s. 17-18; Bilag 10, s. 19-20).



Så har vi skrevet, arbejd på dig selv. Find grunden til dine usikkerheder... det der self-improvement og self-care. Det her med at pinpointe sine problemer og sine usikkerheder, og så ligesom stille spørgsmål til dem og grave ned i dem, okay, hvorfor er jeg usikker på det her, altså lægge en plan for det... altså en drøm uden en plan er bare en drøm, så vær åben for dig selv, og for andre. – **Kristian**



Jeg vil sige, altså hvis du opnår noget. Det giver dig helt klart en stolthed mod dig selv. Og du vil, du beviser noget over for dig selv, at du ligesom kan noget. Og det er så, det kan være med til at danne dig, som den du gerne vil være.

– **Viktor**

Arbejd på dig selv

Et andet centralt råd handlede om at arbejde med sig selv, for at blive en bedre og mere autentisk version af sig selv. Rådet vidner på den ene side om en opfattelse af, at forandring kræver indsats og selvrefleksion, men afspejler samtidig et stærkt ønske om udvikling og personlig vækst. Flere deltagere gav udtryk for, at man må arbejde hårdt for det, hvis man vil finde sig selv og skabe forandring – en tanke, der til dels trækker på nyere, individualiserede idéer om selvudvikling (Bilag 6, s. 21; Bilag 8, s. 15-16; Bilag 10, s. 20).

Gruppepresset er jo tit for at også for at få noget respekt og sætte sig i respekt. Men hvis du sætter foden ned og siger, at det kommer ikke til at ske det der, så kan det også give noget respekt ikke?

- Søren

Man skal ikke bukke under for gruppepres, og man skal bare være sig selv. Og hvis der er nogen, der vælger dig fra, så er de ikke, de rigtige for en. Så skal man måske prøve at finde nogle nye venner.

- Felix

Sig fra over for gruppepres

Flere grupper fokuserede på vigtigheden af at sige nej til gruppepres, særligt når det risikerer at gå ud over egne værdier og grænser. Gruppepres blev ofte nævnt i relation til drenge-fællesskaber, hvor der kan være en forventning om at følge med flokken. Deltagerne understregede, at det handler om at sætte sig i respekt – ikke ved at dominere, men ved at stå ved sig selv. Hvis man oplever, at ens grænser regelmæssigt overskrides, bør man ifølge flere deltagere overveje at finde nye venskaber (Bilag 8, s. 15; Bilag 9, s. 16; Bilag 10, s. 20; Bilag 11, s. 19).

Prøv at undgå at sammenligne dig selv med andre. Blandt andet på sociale medier. Det er det her med, at der er meget tydelige skønhedsideer og maskulinitetsidealer, som blandt andet flourer på sociale medier. Dem skal man prøve på en eller anden måde, at distancere sig lidt fra. Fordi det er langt fra alle, der er på den måde - Ruben

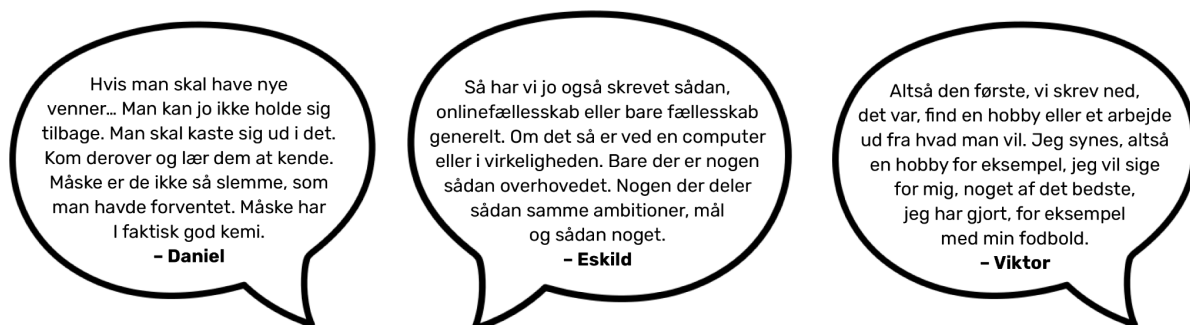
Man skal gå i det tøj, man har lyst til. Man skal være det, man har lyst til. Gøre de ting, man har lyst til. Være sammen med dem, man har lyst til. Man skal ikke føle sig presset til noget.

- Gabriel

Vær dig selv

I forlængelse af at stå imod gruppepres fremhævede flere deltagere, at det vigtigste er at være tro mod sig selv. Rådet tager afsæt i et ønske om at kunne navigere frit uden at lade sig styre af andres forventninger eller sociale normer. Deltagerne talte om vigtigheden af at stå ved sin personlighed og sine interesser – også når de falder uden for gruppen. Dette omfatter blandt andet at turde gå i det tøj, man føler sig tilpas i, eller at afstå fra de sammenligninger, som sociale medier ofte fremprovokerer. I flere tilfælde blev det koblet til idéen om at være selvsikker og undgå at lave om på sig selv for at passe ind. Rådet vidner dermed om et ønske

om autenticitet og om at acceptere sig selv, uden at skulle leve op til udefrakommende idealer (Bilag 7, s. 17; Bilag 8, s. 15; Bilag 9, s. 15; Bilag 10, s. 20).



Find et fællesskab

Endelig fremhævede deltagerne betydningen af at indgå i fællesskaber, hvor man føler sig accepteret og set. Det kunne være gennem fritidsinteresser, arbejde eller nære venskaber. Fællesskabet blev fremstillet som en tryghedsskabende faktor i deltagernes liv og en vigtig modvægt til følelsen af at stå alene – et tilhørssted, hvor man ikke behøver at påtage sig en rolle, for at blive inkluderet. Dette vidner om et ønske om tilhørsforhold og et behov for rum, hvor man kan udfolde sin personlighed uden at føle sig forkert (Bilag 8, s. 14; Bilag 10, s. 19; Bilag 11, s. 18).

4.9 Afrunding

De unge mænds deltagelse i workshoppene har bidraget med indsigtssrige synspunkter og erfaringer, ved at inddrage fortællinger om dem selv og de fællesskaber, de indgår i. Videoklip og dialogkort satte gang i samtaler om emner, som de unge mænd kunne genkende fra deres hverdag, hvilket fik dem til at indtage og udfordre forskellige stemmer, der har givet en forståelse af de indre dialoger vedrørende maskulinitetsnormer. Det er desuden blevet illustreret, hvordan de navigerer mellem modsatrettede forventninger; deltagerne giver gentagne gange udtryk for moderne, progressive tanker om det at være en mand, men erfarer samtidig snævre normer for maskulinitet, der påvirker deres handlerum. Det ses blandt andet i drengefællesskabernes sociale dynamikker, hvor inklusion ofte kræver visse traditionelle handlinger i form af risikovillighed og præstationsorienteret adfærd. Samtalerne om kropslige idealer tydeliggjorde, hvordan en veltrænet krop og hård træning er blevet standarden, som deltagerne må forholde sig til i deres hverdag. Her kom det frem, at mange af deltagerne konstant søger at forbedre sig selv, hvilket kan have negative konsekvenser i form af usikkerhed og mistrivsel. Enkelte oplever at finde større ro og selvaccept i erkendelsen af at

være gode nok, som de er. Når det angår sårbarhed, er de unge mænd åbne overfor at indgå i samtaler om følelser, men beskriver samtidig, hvordan de sjældent oplever et rum for det. Hvis der snakkes om sårbare emner, er det typisk i specifikke kontekster og på tomandshånd, for ikke at risikere at vise svaghedstegn eller kontroltab. Det kræver typisk en form for udveksling, hvor begge parter sætter noget på spil, for at opnå en ligeværdig og fortrolig relation. Deltagerne reproducerer i en vis udstrækning traditionelle maskuline normer, men formår samtidig at forholde sig reflekteret og kritisk hertil. Deres udsagn vidner om både en bevidsthed og indlejring af normer, der ofte tages for givet og ikke nødvendigvis problematiseres i hverdagspraksis.

5. Diskussion

5.1 Fanget mellem moderne idealer og maskulin praksis

Den offentlige fortælling om unge mænd har i de senere år været præget af en forestilling om forandring, og den nye generation befinder sig derfor i et spændingsfelt mellem den moderne mand og traditionelle, hegemoniske maskulinitetsnormer. Mange unge mænd befinder sig i denne forandring uden tydelige pejlemærker eller rollemodeller, der kan vise vejen. Det skaber usikkerhed og efterlader mange i tvivl om, hvad det egentlig vil sige at være mand i dag.

Deltagerne udtrykker et ønske om at kunne tale om følelser og anerkender behovet for emotionel åbenhed, men trækker samtidig på forestillinger og praksisser, som netop reproducerer traditionelle maskuline normer, de ellers udadtil tager afstand fra. Denne ambivalens peger på en kløft mellem diskurs og oplevet handlerum. På den ene side fremstår de unge mænd som engagerede og kritisk reflekterende omkring de stereotype forventninger, der knytter sig til deres køn. På den anden side beskriver de sociale dynamikker præget af emotionel tilbageholdenhed, hårdhed og eksklusion fra fællesskabet. Det, der i samfundsdebatten fremstilles som et fremskridt, er for mange unge mænd en igangværende og spændingsfyldt forhandlingsproces i hverdagen, hvor idealerne om forandring ikke nødvendigvis følges op af konkrete handlemuligheder. De ser sjældent konkrete, positive eksempler på, hvordan det kan se ud at 'lykkes' som en moderne mand, og der mangler tydelige, relaterbare rollemodeller i både medier og hverdagsliv. De unge mænd efterspørger ikke nødvendigvis faste svar, men snarere retningslinjer og et sprog for at forstå og udtrykke egne erfaringer. Det kommer til udtryk flere gange i workshoppene, hvor deltagerne typisk anerkender de sociale vilkår og spilleregler i mandlige fællesskaber, og har svært ved at bryde med dem. I fraværet af nye, relaterbare idealer efterlades de med oplevelsen af, at må indrette sig efter de gældende strukturer og forsøge at navigere rundt i de modstridende forventninger.

I dette vakuum kan figurer som Andrew Tate og andre machomænd fremstå indbydende. De tilbyder faste normer og retningslinjer for mandighed i en tid, hvor mange unge oplever, at alt er til forhandling, og hvor det kan føles trygt at følge den dominerende mandlige karakter. Selvom kun få af deltagerne udtrykker egentlig tilslutning til sådanne budskaber, anerkender flere, at de forstår tiltrækningskraften. En deltager fortæller eksempelvis, at han i folkeskolen appellerede til Tate, i det fysiske fravær af sin far og en mandlig rollemodel. Det handler ikke nødvendigvis om at abonnere på de ekstreme holdninger, men om behovet for en struktur at spejle sig i. Dette sætter spørgsmålstegn ved, hvor unge mænd skal gå hen, når de

søger svar, og hvem der egentlig lytter til deres oplevelser og behov. I den forbindelse kan det diskuteres, i hvilket omfang unge mænds stemmer har adgang til at deltage i den offentlige samtale om maskulinitet. Som analysen viser, oplever flere, at de bliver fortalt, hvordan de *er*, frem for at blive spurgt, hvordan de *oplever* at være.

Dette peger på en skæv debat, hvor unge mænd i høj grad står på mål for andres konstateringer, snarere end at få mulighed for at tage styringen i deres egne fortællinger – og i den forbindelse ikke er rustet til at sætte ord på oplevelsen om manderollen. Der hersker ofte en forestilling om, at en mere nuanceret samfundsdiskurs og positive rollemodeller kan bane vejen for en bredere kulturel udvikling af maskulinitet, men det er vigtigt ikke at reducere denne udvikling til et spørgsmål om individuel adfærdsændring hos unge mænd. Der ligger nogle grundlæggende strukturer til grund for konstruktionen af maskulinitet, som er indlejret i de fleste lag i samfundet, hvilket medfører en markant kløft imellem tanke og handling.

Fortællingen om den progressive generation risikerer dermed at ende som et tomrum for unge mænd, der kæmper med at skabe deres egen identitet og omsætte nye forventninger til handlinger. For selvom idealet om åbenhed og følsomhed kan virke frigørende, bliver det et krav, som unge mænd forventes at kunne efterleve, uden nødvendigvis at have fået de sociale redskaber eller relationelle erfaringer til at gøre dette. Denne spænding mellem ideal og praksis fremkalder de modstridende stemmer, der går igen i deltagernes udsagn – stemmer, der både vidner om forandringspotentialer og om sociale strukturer, som stadig holder fast. Derfor eksisterer der en væsentlig afstand mellem idealet om forandring og de reelle muligheder for at realisere den – særligt for dem, der ikke tilbydes sprog, støtte eller rum til at formulere deres egne oplevelser.

5.2 Er alternative metoder vejen frem?

Afholdelsen af undersøgelsens syv workshops har affødt refleksioner omkring metodens potentialer og begrænsninger i samskabelsen med unge mænd som målgruppe. Deltagerne befinder sig i en livsfase, karakteriseret ved identitetssøgning og forhandling af sociale positioner, hvilket gør dem åbne for nye perspektiver, men også potentielt defensive over for ydre vurderinger og sociale forventninger. Dette er væsentligt at have for øje, da det stiller særlige krav til de metodiske valg og tilrettelæggelsen af workshoppen.

Et centralt metodisk greb i undersøgelsen har været anvendelsen af et ‘fælles tredje’ – en tilgang, der ikke er udbredt i eksisterende forskning på området, men fremhæves som relevant til at få denne målgruppe i tale (Bilag 1, s. 6-7). I arbejdet med en aldersgruppe, der

ofte kan være vanskelig at engagere i samtaler om personlige emner, er det nødvendigt at anvende mere kreative og relationsskabende metoder. Da det ikke kan forventes, at deltagerne spontant deler personlige oplevelser og refleksioner, har ambitionen i stedet været at møde dem på deres egne præmisser og skabe en ramme, hvor dialogen kunne opstå med afsæt i genkendeligt og relaterbart materiale i form af vignetter.

Et interessant opmærksomhedspunkt er den store variation blandt deltagerne, idet deres forudsætninger afhænger af faktorer som uddannelsesvalg, sociokulturel baggrund og sociale fællesskaber. Disse forskelle påvirker ikke blot deres erfaringer og forståelse af maskulinitet, men også deres evne og engagement til at deltage i samtaler herom. Det blev tydeligt, da eksempelvis grupperne fra Den Jyske Håndværkerskole blev udfordret, når der skulle læses dialogkort højt, fortolkes og skrives råd til sidst. Da håndværkeruddannelser og gymnasiale uddannelser rummer forskellige faglige fokusområder, vil der naturligt være forskel på, hvorvidt man er vant til at udføre skriftlige og analytiske opgaver. Således kræves der en fleksibel metodisk tilgang, som kan tilpasses forskellige målgrupper og kontekster – og som samtidig skaber plads til de unge mænds stemmer. Derfor er der behov for at skabe det bedst mulige dialogiske rum, hvilket kan gøres ved at reducere antallet af dialogkort eller i stedet stille spørgsmålene verbalt, så samtalen bliver mere flydende. Ligeledes er der mulighed for at spørge mere direkte ind til deltagerne, for at imødekomme gruppens dynamikker og skabe diskussioner, hvis deltagerne virker tilbageholdende og usikre. Den fleksible tilgang kan dog ikke udelukke variation mellem grupperne. I den sammenhæng kan det være relevant at overveje alternative deltagelsesformer, der eksempelvis bygger på mere fysiske aktiviteter og dermed åbner op for samtaler på en mere indirekte måde – frem for at forvente, at deltagerne sætter sig ned og aktivt forholder sig til maskulinitet. Sådanne formater ville formentlig stille færre krav til de unge mænd på det analytiske og refleksive plan, og i stedet møde dem i en mere uformel kontekst.

Den metodiske tilgang står i kontrast til strategisk, planlagt kommunikation, som typisk har til formål at overbevise og ændre adfærd gennem tilrettelagte budskaber, med afsæt i afsenderstyret logik. Denne tilgang risikerer dog at ramme forbi målgruppen, særligt når det omhandler emner som maskulinitet, identitet og sårbarhed, og ville forstærke tidligere pointer om unge mænds manglende stemme i debatten. På den anden side stiller metoden i denne undersøgelse store krav til deltagerne, da de forventes at kunne reflektere og stille sig kritisk overfor egne handlerum og sociale vilkår. Krav om selvrefleksion kan for nogle opleves som fremmed eller grænseoverskridende, særligt når samtalen handler om emner, der kan være forbundet med usikkerhed, ængstelighed eller tvivl om egen maskulinitet. Vi er bevidste om,

at den valgte metodiske tilgang ikke omfavner alle aspekter inden for deltagelsesbaseret forskning, hvorfor der fortsat er potentiale for forbedring, særligt i form af mere samskabelse, der ikke kun foregår i workshoppen, men også i andre dele af undersøgelsen, såsom analysen. Med dette sagt, bygger metoden på en samskabende og dialogisk tilgang, hvor målet er at skabe et tillidsfuldt rum for undren og kritik. Metodens styrke er, at de unge mænd ikke presses ind i en bestemt forståelse, men at deres tanker og holdninger er omdrejningspunktet i workshoppen, dog med udgangspunkt i forudbestemte rammer og tematikker. Sociale strukturer og normer er langt fra noget, som forandres gennem én enkelt samtale, men det er med til at vise nogle veje, hvor forandring kan ske på sigt.

5.3 Mod en ny forståelse af maskulinitet

Det er relevant at overveje, hvor deltagerne og den bredere problematik om maskulinitet efterlades efter workshop-forløbene. Undersøgelsen har åbnet for vigtige indsigter, men fremhæver en række uafklarede spørgsmål. Der mangler viden om, hvordan varige forandringer kan understøttes, og hvilke forhold der kan fremme unge mænds mulighed for at udtrykke maskulinitet på egne præmisser.

Deltagerne taler ind i en række forandringspotentialer gennem de råd, de formulerede til unge mænd; *snak om de svære ting, sig fra over for gruppepres, find et fællesskab og vær dig selv*. Rådene indikerer et ønske om både personlig og relationel udvikling. Særligt ønsket om fællesskab og fortrolighed, ofte med andre unge mænd, var gennemgående. Det peger på, at forandring i maskulinitetsforståelser ikke nødvendigvis starter med individet alene, men snarere opstår i mødet med andre, hvor der etableres et sprog og et rum for at udfolde sårbarhed og alternative måder at være mand på. Dette fremhæver en vigtig pointe; at støtte forandring kræver ikke blot individuel bevidsthed, men også sociale rammer, der tillader nye måder at være mand på. Her kan fremtidige indsatser og forskning med fordel fokusere på, hvordan sådanne rum skabes, understøttes og opretholdes over tid. Det være sig i hjemmet, på uddannelsesinstitutionen eller i fritiden. Det sidste råd, *arbejd på dig selv*, kalder dog på videre nuancering og diskussion – er det et frigørende greb, eller reproducerer det i virkeligheden idealer om selvkontrol og -optimering, som netop kan være del af problemet? Som før nævnt, befinder deltagerne sig i en tidsperiode, hvor maskulinitet sælges som en hurtig vej til at blive en bedre version af sig selv. Dette kommer særligt til udtryk gennem træning, hvilket flere deltagere ser som en fast del af hverdagen, og som en oplagt vej til at blive sundere, flottere og opnå deres mål. Men det kommer også frem i mere subtile udtryk, blandt andet i snakke om

fodbold, hvor vinderen gerne må græde, mens taberen skal tage sig sammen og komme videre. Det er særligt de mere skjulte, traditionelle idealer, som er svære for deltagerne at udpege og ændre. De sniger sig ind som argumenter i snakke og diskussioner, ofte uden at det bliver bemærket.

Hvor efterlader dette problematikken? Workshoppene har tegnet et nuanceret billede af de unge mænd, der med åbenhed og selvrefleksion tør tale om det, der er svært. Mange af deltagerne udtrykker en lyst til at se indad og tage ansvar for at skabe forandring, alene og i fællesskab med andre. Dette vidner om et betydeligt engagement og et ønske om at udfordre de snævre maskulinitetsnormer, der stadig er gældende. Selvom disse normer ikke nedbrydes fra den ene dag til den anden, peger deltagernes udsagn på en bevægelse i retning af åbenhed og accept af forskellighed. Det forekommer særligt blandt de deltagere, der befinder sig i institutionelle rammer, som f.eks. på efterskolen, hvor der gives plads til at udtrykke følelser og opbygge nære relationer. Her giver flere udtryk for, at de på relativt kort tid har oplevet et skift i deres selvforståelse og bevidsthed om deres egen identitet. Disse erfaringer peger på, at forandring ikke alene afhænger af den enkelte unge mand, men i høj grad af hverdagens fællesskaber og kontekster. Når rammerne giver plads til sårbarhed, opstår der mulighed for at udvikle nye, alternative forståelser af maskulinitet, som er i stand til at rumme flere nuancer og tryghed omkring egen kønsidentitet. Dette skal understøttes derhjemme, på skolen og blandt vennerne, for at løfte den opgave, det kræver at skabe konstruktive, inkluderende former for maskulinitet. Hvis drenge og unge mænd ikke gribes og støttes i deres følelser og selvforståelse gennem opvæksten, kan det ikke forventes, at de er i stand til det, når de bliver voksne.

6. Konklusion

Denne undersøgelse har belyst, hvordan unge mænd i alderen 15-20 år navigerer i et komplekst og ofte modstridende landskab af maskulinitetsnormer. Workshoppene har skabt et kommunikativt rum for deltagerne, hvor de har identificeret relevante problematikker relateret til maskulinitet. Det har synliggjort, hvordan traditionelle forståelser og hegemoniske strukturer fortsat præger opfattelsen af, hvad det vil sige at være mand i dag. Selvom der på mange parametre foregår et opbrud med snævre normer, er deltagerne stadig underlagt dem, og de reproduceres fortsat i samfundet og blandt deltagerne selv. Et centralt fund i undersøgelsen er, at unge mænd mangler et fælles sprog til at udtrykke følelser og sårbarhed på en legitim måde – hvilket forstærker oplevelsen af at være alene med sine udfordringer. Gennem samtaler med deltagerne blev det tydeligt, hvordan maskulinitet formes gennem kropslige udtryk og sociale praksisser – eksempelvis i forhold til kropsidealer, gruppepres og risikoadfærd – hvilket understøtter forståelsen af maskulinitet som både relationelt og kropsligt forankret. Problematikken afspejler en kultur, der rammer ind i unge mænds usikkerhed og stiller implicite krav om selvoptimering, både fysisk, mentalt og socialt. For at ændre dette, kræver det større fokus på området, da det er dybt indlejret i kulturen.

Gennem workshop-forløbene fremgår det, at unge mænd ikke ukritisk reproducerer normer, men også forhandler, problematiserer og søger alternativer til mere mangfoldige forestillinger om maskulinitet. Deltagerne udtrykker et ønske om at kunne tale mere åbent om følelser og svære emner – og efterspørger fællesskaber, hvor dette kan ske på trygge og anerkendende præmisser, uden at det bliver på bekostning af respekt eller status. Det er ikke modvilje mod sårbarhed, men snarere mangel på sprog, rollemodeller og omstændigheder, der udgør de største barrierer. Den samskabende tilgang i undersøgelsen har vist sig særligt nyttig, idet der skabes et trygt rum for refleksion, hvor deltagerne har mulighed for at sætte ord på deres oplevelser og sammen formulere nye forståelser på deres egne præmisser. Her har metoden ikke blot fungeret som et redskab til vidensindsamling, men også som en konkret ramme for forandring. Metodisk har brugen af vignetter været afgørende for at åbne for nuancerede samtaler og positioner, særligt omkring følsomme emner som sårbarhed, gruppepres og selvopfattelse.

Workshoppene har tydeliggjort, at unge mænd evner at indgå i processer, der udfordrer stereotype forestillinger om maskulinitet – forudsat at de mødes med tillid, anerkendelse og muligheden for at blive hørt. I fællesskabet med andre unge, gennem dialogbaserede tilgange, kommer forandringspotentialer til udtryk. For at understøtte denne udvikling bør fremtidige indsatser og forskning derfor fokusere på at skabe rammer, hvor unge mænd ikke alene bliver talt *til* – men talt *med*.

7. Kommunikationsprodukt

På baggrund af vores workshop-design har vi opsat en manual til at facilitere samtaler med unge mænd om maskulinitet. Vi har taget højde for indsigter og deltagernes feedback i forbindelse med afholdelsen af workshopkene, hvilket er blevet implementeret i designet. Manualen er opsat i et visuelt og simpelt format for at gøre den let anvendelig og for at illustrere, hvordan den kan omsættes til et kommunikativt produkt. Workshop-manualen er lavet som en åben og fleksibel ramme og kan tilpasses den aktuelle gruppe af deltagere og rummets dialogiske dynamik.

Unge mænd og maskulinitet

– En workshop-manual til samtaler om maskulinitet med unge mænd



5'

1. Introduktionsfasen

Den indledende fase har fokus på at møde hinanden som deltagere og facilitatorer, for at skabe et tillidsfuldt rum. Start med at hilse og forklare rammerne for workshoppen, for at skabe et fælles afsæt. Når alle spørgsmål er afklaret, rykkes der videre til næste fase.



5'

2. Præsentationsfasen

I denne fase præsenteres formålet med workshoppen, samt at der ikke er nogle rigtige eller forkerte svar. Det er således endnu et indledende trin, så alle er indforstået med præmisserne for dialogen og samarbejdet.



40'

3. Vignetfasen

Nu skal samtalerne i gang – dette er workshoppens hovedfase, der er bygget op omkring vignetter af videoklip fra fiktive serier, som repræsenterer forskellige, relevante tematikker omkring maskulinitet. Klippene er af cirka 1 minuts varighed, og indholdet diskuteres i fællesskab efter visning. I den forbindelse anbefales det at inddrage dialogkort, for at hjælpe samtalen på vej, gerne fra åbne til mere afgrænsede spørgsmål, for at give plads til de unge mænds egne perspektiver. Vignetfasens vigtigste formål er at skabe samtaler, som relaterer sig til maskulinitet, og derfor er antal og rækkefølge af videoer og dialogkort op til facilitatorerne at vurdere, ud fra den specifikke kontekst.

Gruppepres



5'

Kropsidealer



5'

Følelser



5'

Sårbarhed



5'

Dynamik



5'



10'

4. Udviklingsfasen

For at omsætte samtalerne til et samskabende element, skal deltagerne nu besvare og nedskrive 3 gode råd til nedenstående opgave. Efterfølgende spørges der ind til deres proces.

“Bliv enige om 3 råd, I ville give til en på jeres egen alder, der er usikker på, hvordan han skal være sig selv”



5'

5. Afrundingsfasen

I den afsluttende fase gives der tid og plads til feedback af workshoppens format, facilitatorernes rolle og forslag til forbedring. Dertil spørges om deltagerne har nogle sidste tanker, de ønsker at knytte til emnet, eller noget de tidligere har sagt, som de ønsker at trække tilbage. Der rundes af med tak for deltagelse.

8. Formidlingsartikel

Herunder følger en redegørelse for valget af Danmarks Radio (2025) som medie til publicering af formidlingsartiklen med særligt fokus på målgruppe, indhold samt platform.

Denne artikel er særligt relevant for DR, da den rammer en vigtig, og ofte overset, målgruppe: unge mænd. I en tid, hvor en stor del af samtalen om køn og trivsel fokuserer på piger og kvinder, bliver de unge mænds perspektiv ofte glemt. Det gælder især, når det handler om sårbarhed, gruppepres og maskulinitet. Artiklen tager afsæt i de unges egne stemmer og erfaringer, hvilket gør den autentisk og identificerbar for netop de unge mænd, som DR og andre nyhedsmedier ellers har svært ved at engagere gennem de traditionelle formater. Samtidig er indholdet relevant for voksne, der omgås målgruppen: lærere, pædagoger, forældre og beslutningstagere, som ønsker indsigt i, hvordan unge mænd har det, og hvilke sociale strukturer de navigerer i. Artiklen skaber dermed værdi for både den unge målgruppe og et bredere public service-publikum.

Indholdet i artiklen har høj samfundsrelevans og bidrager med noget nyt i debatten om køn, trivsel og fællesskab. Gennem en samskabende workshop med unge mænd afdækkes den komplekse virkelighed, de befinder sig i: en spænding mellem ønsket om at være sårbar og ærlig – og presset om at leve op til traditionelle idealer om styrke, kontrol og loyalitet. Artiklen nuancerer fortællingen om, at unge i dag er mere progressive, og viser, at gamle normer stadig lever videre i det skjulte. Den bidrager med et vigtigt element til modsatrettede diskurser og giver samtidig plads til refleksion og eftertanke. Det er en type journalistik, DR er kendt for, og har et særligt ansvar for at formidle. Emner, der belyser samfundets blinde vinkler og giver plads til stemmer, vi ikke hører så tit.

Artiklen passer til DRs digitale artikelunivers, hvor der er fokus på samfund, unge, køn og trivsel. Den har både aktualitet, menneskelige cases og et stærkt perspektiv, som gør den velegnet til at indgå i nyhedsdækning eller tematiske satsninger – f.eks. under DR3, P3 Nyheder eller DR Ung. Samtidig har artiklen stort potentiale på sociale medier. De unge stemmer, de ærlige citater og balancen mellem styrke og sårbarhed gør indholdet både delbart og lægger op til debat. Det er oplagt at bruge artiklens pointer i SoMe-formater som korte reels og story-interviews, der kan leve videre og skabe engagement. Artiklen kan også spille ind i eller inspirere DR's øvrige dækning – f.eks. som podcasts, dokumentarer eller debatindlæg – og bidrage til et bredere, vedvarende fokus på unge mænds trivsel og fællesskaber. DR er derfor valgt som medie, da der kobles et aktuelt og relevant emne med en målgruppe, som DR har et særligt ansvar for at engagere.

Indland

Ny undersøgelse: Er unge mænd så progressive, som vi bilder os ind?

De unge mænd taler om følelser og fællesskab – men lever stadig i en virkelighed, hvor gruppepres, tavse regler og gamle idealer om maskulinitet sætter grænser for, hvem de må være.



Billede fra serien 'En af drengene'

LÆS OP ORDBOG TEKST

Af
Rebecca Arendes Weinrich
Simon Packness
Sofie Anna Thomsen Larsen

“Jeg satte jo ild til min skole engang... Når folk spiller hinanden op, så kan det gå helt galt”

Kristian fortæller det med et smil, men bag grinet gemmer sig en virkelighed, mange unge mænd kun kender alt for godt: Gruppepresset. Den stille magt, der får dig til at tage et ekstra shot, prøve snus for første gang, gøre noget dumt – bare for at være med.

Samtidig hylides den yngre generation af både eksperter og medier som dem, der tør vise følelser og bryde med de stereotype forestillinger om den hårde og følelseskolde mand. Men hvordan oplever de unge selv dette spænd? Tre kommunikationsstuderende fra Roskilde Universitet har med deres speciale undersøgt, hvordan unge mænd forstår og forholder sig til maskulinitet i dag.

‘Det er blevet meget bedre’

Flere af de unge, forskerne har talt med, oplever, at noget er i opbrud:

“Jeg synes, det er en stereotyp, det der med, at drenge ikke taler om deres følelser,” siger Oskar, elev på Baunehøj Efterskole. “Heroppe bliver der faktisk talt rigtig meget om, hvordan man har det”

På Frederiksberg Gymnasium udtrykker Jannik det således:

“Jeg ved, kulturen er ved at ændre sig. Selvom der stadig er konservative miljøer, hvor man skal vise, at man er stærk hele tiden, så tror jeg, vi er blevet bedre til at tale om det”

De unge ser sig selv som en mere progressiv generation. En generation, der har en ny dagsorden – og som gerne vil redefinere, hvad det vil sige at være mand. Men netop denne fortælling – at ‘vi er bedre nu’ – risikerer at blive en overfladisk diskurs. For bag de flotte ord og bevidste refleksioner gemmer sig en hverdag, hvor gamle normer og sociale mekanismer stadig sætter dagsordenen langt hen ad vejen.



Billede fra
serien ‘En af
drene’

Loyalitet og tavse regler

Undersøgelsen viser, at gruppepres ofte optræder i mere implicitte former, end hvad der typisk ville portrætteres som karikerede optagelsesritualer.

“Så følger man dem, fordi ellers så passer man ikke ind”, siger Ruben fra Frederiksberg Gymnasium. Han taler om de usagte regler, som stadig præger mange drengefællesskaber – det, han kalder for “rammerne”.



Så følger man dem, fordi ellers så passer man ikke ind

Ruben, Frederiksberg Gymnasium

Og konsekvensen, hvis man træder udenfor dem? “Så står man alene” siger Mikkel, en anden elev.

Heller ikke på Den Jyske Håndværkerskole er gruppepres et nyt begreb. Det er snarere noget, man griner af – fordi det er så genkendeligt. “Det kan være med at drikke, tage snus, ryge. Alt muligt,” lyder det fra en af eleverne.

“Og vape er der også nogle gange,” tilføjer en anden. De unge er klar over strukturerne – men ikke nødvendigvis parate til at bryde med dem.

Et fællesskab med høje krav

Maskulinitet er i høj grad noget, der forhandles i relation til andre unge mænd. Det er i fællesskabet, man bliver til “en rigtig mand”. Men her er der ofte mere plads til styrke og risikoadfærd end til sårbarhed og ærlighed.

Søren beskriver, hvordan 18 års-fødselsdage kan udvikle sig til små ritualer med store konsekvenser: “De bliver presset til at tage 18 shots... og så ender de med at blive helt væk”

At sige fra er vanskeligt. For det betyder også at sige nej til fællesskabet – og dermed risikere eksklusion.

Når kroppen bliver et svar på kontrol

For dem, der ikke finder plads i det følelsesmæssige rum, bliver kroppen et andet sted at søge kontrol. Træningscenteret bliver ikke kun et sted for sundhed, men for anerkendelse og selvværd.

“Man laver jo typisk også kosten om, når man træner...”, “man bliver jo også forbedret som menneske selv,” siger Daniel fra Høje-Taastrup Gymnasium.

Træning bliver en strategi for at føle sig god nok – og en måde at bevise, at man har styr på sig selv. Et håndgribeligt modsvar til den indre tvivl, man ellers sjældent får sat ord på. Flere af eleverne bruger mange timer i træningscentre på at jage den perfekte krop, men står alligevel ofte tilbage med en følelse af ikke at være god nok.

Mellem styrke og sårbarhed

Undersøgelsen viser, at unge mænd i dag balancerer mellem modsatrettede krav. På den ene side ønsker de at bryde med stereotype kønsroller og give plads til sårbarhed. På den anden side eksisterer der stadig stærke normer om loyalitet, risikovillighed og fysisk præstation, som styrer deres sociale liv.

Det efterlader et paradoks: De unge ved, hvad der burde ændres. De kan tale om det. Men i praksis lever de stadig med mange af de samme begrænsninger som mandlige generationer før dem.

Så selvom noget er i bevægelse, er maskulinitet i dag stadig et minefelt. Ét, hvor ønsket om forandring ofte må vige, for behovet for at høre til.

Mere end snak – et kald på fællesskaber

De unge mænd i undersøgelsen lever ikke i en boble uden refleksion. Tværtimod. De er klar over, at maskulinitet i dag handler om mere end muskler og dominerende manderoller, men også om at være i kontakt med og kunne tale om det, der er svært. Alligevel sætter usynlige normer og fællesskabets uskrevne regler rammerne for, hvad man kan sige – og hvem man kan være.

Der er en tydelig længsel efter fællesskaber, hvor sårbarhed ikke koster status, og hvor man kan være ærlig uden at miste sin plads i gruppen. Men de rum opstår ikke af sig selv. Det kræver tryghed, anerkendelse og tillid – og ikke mindst voksne og strukturer, der tør lytte og inddrage drenge og unge som ligeværdige mennesker.

For skal der for alvor ændres på de idealer, der holder mange unge mænd fast i følelsen af utilstrækkelighed, så kræver det, at vi ikke bare taler om dem – men *med* dem.

9. Litteraturliste

9.1 Værker

Anderson, E. (2009). *Inclusive masculinity*. Routledge.

Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.

Connell, R. W. (1987). *Gender and power: Society, the person and sexual politics*. Stanford University Press.

Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. University of California Press.

Groes, C. (2023). *Da MeToo ramte manden*. Gads forlag.

Heede, D. (1992). *Det tomme menneske – introduktion til Michel Foucault*. Museum Tusulanums Forlag.

hooks, b. (2004). *The will to change: Men, masculinity, and love*. Atria Books.

Johansen, T. R., Olesen, B. R., & Phillips, L. (2018). Med dialog som metode og analysegenstand: problematikker på tværs. I R. Olesen, L. Phillips, & T. R. Johansen (Red.), *Dialog og samskabelse: Metoder til en reflektiv praksis* (kap. 8). Akademisk Forlag.

Kimmel, M. S. (1996). *Manhood in America: A cultural history* (2. oplag). Oxford University Press.

Kimmel, M. S. (2008). *Guyland: The perilous world where boys become men*. Harper.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview*. Gyldendal.

Lander, J. R. (2008). "Not that there's anything wrong with that...": Perceptions of masculine men and feminine men as a breadwinner or caregiver (ProQuest Dissertations & Theses). Miami University.

Leavy, P. (2020). *Method meets art: Arts-based research practice* (3. udg.). The Guilford Press.

Lynggaard, S. (2022). *Mandsforræder*. Grønningen.

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2. oplag). Sage.

Olesen, B. R., Johansen, T. R., & Phillips, L. (2018). Med dialog som metode og analysegenstand: problematikker på tværs. I R. Olesen, L. Phillips, & T. R. Johansen (Red.), *Dialog og samskabelse: Metoder til en refleksiv praksis* (kap. 1). Akademisk Forlag.

Phillips, L. J. (2011). Med forskel som forandringskraft: En introduktion til dialogisk kommunikationsteori. I P. Almlund & N. B. Andersen (Red.), *Fra metateori til kommunikation* (kap. 5). Hans Reitzels Forlag.

Søndergaard, D. M. (2006). *Tegnet på kroppen: Køn, koder og konstruktioner blandt unge voksne i Akademia*. Hans Reitzel.

Tanggaard, L., & Brinkmann, S. (2020). *Kvalitative metoder: En grundbog* (3. oplag). Hans Reitzels Forlag.

Whiteside, A. (2024). "Guys are going to be guys": How fraternity men discursively construct masculinity and navigate perceptions of toxic masculinity (ph.d.-afhandling). Kent State University.

9.2 Forskning

Aveling, E.-L., Gillespie, A., & Cornish, F. (2015). "A qualitative method for analysing multivoicedness." *Qualitative Research*, 15(6), s. 670–687.

<https://doi.org/10.1177/1468794114557991>

Bates, T. R. (1975). "Gramsci and the theory of hegemony." *Journal of the History of Ideas*, 36(2), s. 351–366. <https://doi.org/10.2307/2708933>

Connell, R. W., & Messerschmidt, J. W. (2005). "Hegemonic masculinity: Rethinking the concept." *Gender & Society*, 19(6), s. 829–859. <https://doi.org/10.1177/0891243205278639>

Demetriou, D. Z. (2001). "Connell's concept of hegemonic masculinity: A critique." *Theory and Society*, 30(3), s. 337–361. <https://doi.org/10.1023/A:1017596718715>

Duncanson, C. (2015). "Hegemonic masculinity and the possibility of change in gender relations." *Men and Masculinities*, 18(2), s. 231–248.

<https://doi.org/10.1177/1097184X15584912>

Gleerup, J., & Egmos, J. (2022). "Fremtidsværkstedet som metode til erkendelse og forandring: Metodologiske erfaringer med kritisk utopisk aktionsforskning." *Tidsskrift for Arbejdsliv*, 24(4), s. 59–74. <https://doi.org/10.7146/tfa.v24i4.135163>

- Haug, F. (1985). "Memory work." *Psyke & Logos*, 44(1), s. 85–115.
- Hughes, R., & Huby, M. (2004). "The construction and interpretation of vignettes in social research." *Social Work & Social Sciences Review*, 11(1), s. 36–51.
<https://doi.org/10.1921/swssr.v11i1.428>
- Kandemir, A., & Budd, R. (2018). "Using vignettes to explore reality and values with young people." *Forum: Qualitative Social Research*, 19(2). <https://doi.org/10.17169/fqs-19.2.2914>
- Kimmel, M. S. (1997). "Masculinity as homophobia: Fear, shame and silence in the construction of gender identity." I M. M. Gergen & S. N. Davis (Red.), *Toward a new psychology of gender* (s. 223–242). Routledge.
- Krøjer, J. (2019). "Erindringsværksted – at intervenere i meningsskabelse." I J. Krøjer & P. Hagedorn-Rasmussen (Red.), *Meningsfuldt? Kritiske perspektiver på social intervention* (s. 146–172). Frydenlund Academic.
- Lucy, S. (2024). "Slippages in the application of hegemonic masculinity: A case study of incels." *Men and Masculinities*, 27(2), s. 127–148.
<https://doi.org/10.1177/1097184X241240415>
- Marková, I. (2006). "On 'the inner alter' in dialogue." *International Journal for Dialogical Science*, 1(1), s. 125–147.
- O'Dell, L., Crafter, S., de Abreu, G., & Cline, T. (2012). "The problem of interpretation in vignette methodology in research with young people." *Qualitative Research*, 12(6), s. 702–714. <https://doi.org/10.1177/1468794112439003>
- Padovan-Özdemir, M., Krøjer, J., Louhela, H., Nielsen, B. W., Schjølberg, A., & Wrang, N. (2023): "Power Plays erindringsværksted: Forebyggelse af sexistiske krænkelser i omsorgsarbejdet." *Jämställd Utveckling Skåne*. <https://www.jamstalldutveckling.se/power-plays-erindringsvrksted>
- Raun, T., & Petersen, M. N. (2025). "Masculinity as plasticity: Exploring masculinity in times of mediatization and biomedicalization." *Journal of Gender Studies*, s. 1–20.
<https://doi.org/10.1080/09589236.2025.1234567>
- Roberts, S., Jones, C., Nicholas, L., Wescott, S., & Maloney, M. (2025). "Beyond the clickbait: Analysing the masculinist ideology in Andrew Tate's online written discourses". *Cultural Sociology*. <https://doi.org/10.1177/17499755241307414>

Søndergaard, D. M. (2003). "Subjektivering og nye identiteter – en psykologi i et pædagogisk felt." *Kvinder, Køn & Forskning*, 4, s. 31–47.

Swain, J., Gurian, M., & Garbarino, J. (2004). "Masculinities in education." I M. S. Kimmel, J. Hearn & R. W. Connell (Red.), *Handbook of Studies on Men & Masculinities* (s. 213–229). Sage Publications.

Yang, Y. (2020). "What's hegemonic about hegemonic masculinity? Legitimation and beyond." *Sociological Theory*, 38(4), s. 318–333. <https://doi.org/10.1177/0735275120963996>

9.3 Artikler

Auken, I. (2024). "Manglen på mandlige forbilleder er gift for ligestillingen". *Berlingske*. <https://apps-infomedia-dk.ep.fjernadgang.kb.dk/MedieArkiv/link?articles=ea21fa70>

DTU. (2025). "Unge, træningsaktive mænd indtager mange kosttilskud". <https://www.food.dtu.dk/newsarchive/2023/05/unge-traeningsaktive-maend-indtager-mange-kosttilskud>

Elmose-Østerlund, K. & Toft, J. (2024). "Lektor: Unge mænd tiltrækkes af doping på grund af en stigende kropsfiksering". *Altinget*. <https://www.altinget.dk/idraet/artikel/lektor-unge-maend-tiltraekkes-af-doping-paa-grund-af-en-stigende-kropsfiksering>

Hall, R. (2025). "Beyond Andrew Tate: the imitators who help promote misogyny online". *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/media/2025/mar/19/beyond-andrew-tate-the-imitators-who-help-promote-misogyny-online>

Justesen, M. H. (2024). "Studerterpræst: De unge mænd har brug for et klassisk maskulint ideal". *Politiken*. <https://apps-infomedia-dk.ep.fjernadgang.kb.dk/MedieArkiv/link?articles=ea2c3bce>

9.4 Undersøgelser

Børns Vilkår. (2023a). *Unge mænd i mistrivsel*. https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2023/06/Unge-maend-i-mistrivsel-hvorfor-soeger-de-ikke-hjaelp_final9.pdf

Børns Vilkår. (2023b). *Årsmagasin*. https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2023/04/Aarsmagasin_2023_web.pdf

Børns Vilkår. (2024a). *Drenge skjuler deres mistrivsel bag sixpacks*.

<https://bornsvilkar.dk/nyheder/drenge-skjuler-deres-mistrivsel-bag-sixpacks/>

Børns Vilkår. (2024b). *Snævre normer i børne- og ungefællesskaber*.

<https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2024/05/Snaevre-normer-i-boerne-og-ungefaellesskaber-1.pdf>

Børns Vilkår. (2024c). *Børn og unges liv på sociale medier* [https://bornsvilkar.dk/wp-](https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2024/05/Boern-og-unges-liv-paa-sociale-medier_enkeltsidet.pdf)

[content/uploads/2024/05/Boern-og-unges-liv-paa-sociale-medier_enkeltsidet.pdf](https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2024/05/Boern-og-unges-liv-paa-sociale-medier_enkeltsidet.pdf)

Sex og Samfund. (2023). *Gammeldags mandeidealer forhindrer mænd i at være dem, de*

gerne vil være. <https://sexogsamfund.dk/om-os/nyheder/gammeldags-mandeidealer-forhindrer-maend-vaere-dem-gerne-vil-vaere>

Sex og Samfund. (2024). *Unge forhold til kropsidealer og sammenligningskultur på sociale*

medier. https://sexogsamfund.dk/files/media/document/SexSamfund_UgeSex%202024_Web%20FINAL.pdf

Sex og Samfund. (2025). *Krop og udseenets betydning for unge i skolen*.

https://sexogsamfund.dk/files/media/document/UGE%20SEX%202025_digitalUGE%20SEX%202025_002_0.pdf

9.5 Hjemmesider

Danmarks Radio. (2025). Lokaliseret d. 18. maj 2025. [DR.dk](https://www.dr.dk)

9.6 Videomateriale

Andem, J. (2016). *Skam* [TV-serie]. NRK.

Kåss, O. S. (2023). *Bæst* [TV-serie]. DR.

Leclerc, D. (2023). *Sex Education* [TV-serie]. Netflix.

Risvig, J. (2021). *Grænser* [TV-serie]. YouTube.

Risvig, J. (2022). *Drenge* [TV-serie]. Viaplay.