

**Kevin Mogensen**

# **UNGE MÆNDS BRUG AF DOPING**

**Risiko / Sundhed / Identitet**



# INDHOLDSFORTEGNELSE

FORORD .....	5
UNDERSØGELSENS FOKUS OG BAGGRUND .....	7
KAPITEL 1 – SYV PORTRÆTTER AF DOPINGBRUGERE .....	11
KAPITEL 2 – HVAD TÆNKER UNGE MÆND OM RISICI VED BRUG AF DOPING? .....	19
KAPITEL 3 – MANGLER UNGE MÆND VIDEN OM DOPING OG RISIKO? .....	23
KAPITEL 4 – HVOR HAR UNGE MÆND DERES VIDEN OM DOPING FRA? .....	25
KAPITEL 5 – UNGE MÆNDS HOLDNINGER TIL DOPINGKONTROL OG SANKTIONER? .....	27
KAPITEL 6 – HVAD ER DE UNGE MÆNDS ERFARINGER MED DOPING? .....	29
KAPITEL 7 – UNGE MÆND OM STEROIDEMISBRUG .....	33
KAPITEL 8 – STEROIDEBRUGENS NEGATIVE SPIRAL .....	41
KAPITEL 9 – RISIKOMASKULINITET – I SUPERMANDS VÆRKSTED .....	45
KAPITEL 10 – RISIKO I DET REFLEKSIVT MODERNE SAMFUND .....	51
KAPITEL 11 – TEORIER OM KROP OG HVERDAGSRISIKO .....	55
KAPITEL 12 – RISIKO, SUNDHED OG MASKULINITET – EN PERSPEKTIVERING .....	63
KAPITEL 13 – DOPINGBRUGENS PARADOKSER – EN FORELØBIG AFSLUTNING .....	67
EKSKURS - JEG ER IKKE STEROIDEMISBRUGER – DET ER JO BARE MIN MEDICIN .....	71
LITTERATUR .....	73
NOTER .....	77



# FORORD

Med denne rapport fremlægges resultaterne fra et forskningsprojekt om unge mænds brug af doping inden for danske motions- og fitnesscentre. Projektets mål var at undersøge dopingbrugernes risikopfattelser og sundhedsopfattelser i relation til brugen af androgyne anabole steroider, samt unge mænds motivation for at anvende disse dopingstoffer.

En stor tak gives til de fitness- og motionscentre der lagde rum til projektets observationer og interviews.

En stor tak til alle deltagerne i projektet. Især alle de unge mænd jeg har talt med, men også en helt særlig tak til fysioterapeut og fitnessinstruktør Camilla Silberbrandt, der indviede mig i fitness-træningen og alle dens mysterier, og gjorde det muligt at komme lidt tættere på.

Rasmus Damsgaard og Torben Hoffeldt fra Anti Doping Danmarks oplysningssekretariat takkes for gode samtaler undervejs i projektet.

Desuden takker jeg mine gode kollegaer på Center for Ungdomsforskning for deres gode humør og tålmodighed og den støtte det har givet i arbejdet.

Sidst skal Sygekassernes Helsefond (SH), Kulturministeriets udvalg for Idrætsforskning (KIF) og Anti Doping Danmark (ADD) takkes mange gange for at have ydet projektet økonomisk støtte. Uden denne ville dette forskningsprojekt ikke havde været mulig.

**Kevin Mogensen**  
**Center for Ungdomsforskning, Learning Lab Denmark**  
**Emdrup, november 2004**



# UNDERSØGELSENS FOKUS OG BAGGRUND

Undersøgelsens fokus er unge mænds brug af androgyne anabole steroider (AAS) og deres perception af risiko og sundhed, som en del af unge mænds styrketræningspraksis og livsstil. Med udgangspunkt i de unge mænds egne subjektive forståelser og handlinger, undersøges de unge mænds konstruktion af risiko og risikorationaler gennem deres styrketræningspraksisser og brugen af steroider (doping)<sup>1</sup>.

Formålet med undersøgelsen er at finde svar på, hvad der motiverer unge mænds brug af doping; hvordan opfatter de unge mænd risikoen forbundet med denne dopingpraksis og hvilken betydning brugen af doping har for de unge mænds sundhedsopfattelse?

## BAGGRUND

Baggrunden for undersøgelsens fokus er, at dopingbrugernes subjektive rationaler for brug af doping hidtil ikke har været undersøgt med udgangspunkt i dopingbrugernes perspektiv og position. Der har været gennemført en række kvantitative undersøgelser, som har afdækket udbredelsen af dopingbrug og kendskabet til doping inden for motions- og fitnessidrætten. Der har været gennemført kvalitative undersøgelser inden for forskellige konkurrenceidrætter med fokus på at afdække kendskab og udbredelsen af doping her indenfor.<sup>2</sup> Men der har ikke været gennemført og af rapporteret kvalitative studier af dopingbrugen i danske motions- og fitnesscentre.<sup>3</sup> Samtidig ved vi fra hvidbogen – *Doping i Danmark* at udbredelsen af og kendskabet til doping er størst blandt den mandlige del af den idrætsaktive befolkning, der dyrker fitness og styrketræning i motions- og fitnesscentre, hvilket gør en undersøgelse relevant på grund af den potentielt 'store' gruppe dopingbrugere, det bliver muligt at komme i kontakt med her.

Dopingbrugens udbredelse anslås til at være mellem 2-6% af den mandlige medlemsskare i motions- og fitnesscentre ifølge Anti Doping Danmark, men der er en vis usikkerhed forbundet med dette tal.<sup>4</sup>

Medlemstallene i danske motions og fitnesscentre er stigende, og aktiviteterne, fitness og motionscentre vurderes nu at være danskernes foretrukne motionsform.<sup>5</sup> En af årsagerne til dette er, at fitness tilgodeser den enkeltes behov for at træne individuelt og på tidspunkter, hvor det passer medlemmet – ikke foreningen. Fitnesscentret har åbent praktisk talt hele døgnet, alle ugens dage. Desuden er medlemmerne i høj grad forbrugere af fitnesscentrets tilbud, og shopper frit og uforpligtende mellem de forskellige tilbud om sundhed, fitness og velvære, der præsenteres i et

fitnesscenter. Fitness er en livsstil, hvor man viser at man ikke skåner sig selv og sin krop, men hvor man med hårdt arbejde, aktivt forsøger at skabe et kropsbillede i overensstemmelse med mediernes fremstilling af den skønne krop og den succesfulde livsstil. Jagten på den perfekte krop og det skønne udseende forenes i den succesfulde personlighed – hvem vil ikke gerne være skøn og succesfuld?

I dansk dopingforskning har man primært fokuseret på udbredelsen af doping – præstationsfremmende stoffer, inden for den organiserede konkurrenceidræt, og dopingpolitikken er hovedsageligt udformet på baggrund af den moderne idræts normer og værdigrundlag. Der er også en åbenlys interesse i at hindre udbredelsen af doping på grund af de sundhedsfarlige risici, en ukontrolleret brug implicerer. Med andre ord er der i den danske dopingpolitik en bestræbelse for at beskytte "idrættens fairplayverden", såvel som en bestræbelse for at beskytte "den enkelte borger" mod sundhedsfare og risiko.

Sociologen og idrætsforskeren Inge Kryger Pedersen mener "at doping fremmer et andet spil end sport"<sup>6</sup>, og at doping derfor er uønsket inden for sportens verden. Det er dog meget interessant at finde ud af, hvad det er, for et "spil", som falder uden for sportens verden og som dopingbrugen skulle fremme.

Den danske dopinglovgivning skelner ikke mellem professionelle sportsfolks, amatøridrætsfolks eller foreningsmotionister og privates brug af doping i af form af Androgyne Anabole Steroider (AAS)<sup>7</sup>. Bruger unge mænd doping for at vinde for enhver pris, som en undersøgelse af eliteidrætsudøvere har vist det?<sup>8</sup>

## **UNDERSØGELSENS DESIGN OG METODE**

For at kunne svare på undersøgelsens spørgsmål er undersøgelsen tilrettelagt og gennemført som et kombineret observations- og interviewstudie. I undersøgelsens empiri indgår et længerevarende feltarbejde i et større københavnsk fitnesscenter, hvor hverdagsammenhængen studeres og den eksisterende fitnesskultur og styrketræningspraksis læres. Formålet har været at observere unge menneskers, og især unge mænds, kropslige aktiviteter og handlinger i form af forskellige træningspraksisser.

Undersøgelsens design har fra start været eksplorativt og eksperimenterende, med en flerstrengt strategi for indsamling og produktion af empiri. Undersøgelsens fokus er unge, styrketrænende mænd med doping erfaring, hvor en definition af unge strækker sig fra 13-30 (-40år). Dette er ikke kun et spørgsmål om pragmatik, men også et udtryk for at ungdom og ungelivsstile i vores samtid tilbydes og anvendes i et stadigt ekspanderende tidsrum.

Rent praktisk skal man i de fleste fitnesscentre være fyldt 18 år for at kunne træne, eller have forældreunderskrift, hvis man er under 15 år. Alderen er ikke det vigtigste udvælgelseskriterium, og da det er brugen af doping og vurderingen af risici forbundet med denne, der er i søgelyset, har det været af stor vigtighed at få etableret personlige kontakter til brugere af doping.

## **AT UNDERSØGE UNGE MÆNDS BRUG AF DOPING**

Det er ikke nogen let opgave at forske i brugen af doping, og andre forskere har observeret, hvor vanskeligt og lukket undersøgelsesfeltet bliver, når talen falder på brugen af doping.<sup>9</sup> Paul Goldstein anbefaler at udføre undersøgelser under dække af andre interesser end netop dopingbrug, da det ellers får mulige deltagere til at klappe i som østers. Bjørn Barland fortæller om, hvordan doping er en stiltiende og tavs praksis blandt de styrketrænende mænd, og hvordan man som udefrakommende ikke ser denne. Dopingbrugen er for uindviede ikke-eksisterende og usynlige praksissammenhænge, hvilket også skyldes at dopingbrugen som følge af at være ulovlig også er omgærdet af et socialt og kulturelt tabu. For at få lov til at stille spørgsmål om denne praksis, må man som forsker gøre sig fortjent til et delt handlingsperspektiv der indeholder et naturligt syn på brugen af doping. Thomas Johansson og Alan M. Klein har også begge vist at det er vigtigt at komme

i tale med dopingbrugeren som person, inden man stiller spørgsmålet om dopingbrug. At komme til en forståelse af, hvordan dopingbrugers verdensbillede hænger sammen som en hverdag med træning, kost og doping, er for både Barland, Klein og Johansson den nøgle, der giver adgang til at forstå disse mænds handlinger for sig, og rationalerne iboende heri.

Metodisk har det ikke været let at få fat i mænd, der vil tale åbent om deres brug af AAS og indvilge i at deltage i et interview. At det er lykkedes at få fat i 7 unge mænd skyldes i høj grad hjælpen fra to nøgleinformanter, som hjalp med at få kontakt til en række dopingbrugere i løbet af undersøgelsesperioden. Det er takket være de to informanter, at det blev muligt at komme ind på livet af de 7 mænd, da det viste sig at være rimeligt svært at finde frem til interesserede deltagere til en undersøgelse af noget så tabuiseret som brugen af doping. Derfor er det også en vis overraskelse at når man først er indenfor, så mødes man af åbenhed og venlighed, hvilket også præger interviewene. Det står i skarp kontrast til den lukkethed, der møder én i motions- og fitnessverden, når talen 'tilfældigt' falder på fænomenet doping. Forskeren er i forskningsfeltet en outsider og en fremmed, en mistænkelig og truende person, der holdes fra livet. For at lære om dopingbrugernes kultur og deres sociale og kulturelle forståelse af risiko og risikohandlinger er det nødvendigt i en eller anden udstrækning at blive i stand til at anlægge et insiderperspektiv.<sup>10</sup>

## **OVERSIGT OVER ANVENDTE METODER OG PRODUKTION AF EMPIRI**

Følgende strategier er anvendt for at bringe feltet i tale med dette empiriske resultat<sup>11</sup>:

- Observerende tilstedeværelse på forskellige dansksprogede hjemmesider og fora for træning, kost og doping
- Observerende tilstedeværelse og deltagelse i forskellige træningspraksisser i stort københavnsk fitnesscenter
- Informantformidlede kontakter til og interviews med 7 dopingbrugere, styrketrænende mænd, heraf 6 mænd mellem 20 og 29 år
- 4 interview med fitness- og styrketrænende mænd mellem 20 og 26 år
- Gruppeinterview med i alt 20 unge mænd om deres holdninger til styrketræning og doping
- Baggrundsinterview med 2 fitnesscenterledere
- Baggrundsinterview med læge Rasmus Damsgaard og Torben Hoffeldt, Anti Doping Danmarks oplysningssekretariat

Undersøgelsens materiale udgøres i alt af 35 interviews, feltsamtaler og feltobservationer med styrketrænende og fitnessdyrkende mænd (og 1 kvinde).



# KAPITEL 1 – SYV PORTRÆTTER AF DOPINGBRUGERE

## **DOPINGSTART, OMSTÆNDIGHEDER OG BETYDNINGER**

Dette kapitel har til formål at præsentere syv forskellige dopingbrugere og deres vej ind i motions- og fitnessstræningscentrene, samt deres første møde med dopingens verden.

Hvert portræt vil beskrive mændenes uddannelsesmæssige og sociale baggrunde, deres idrætsmæssige erfaringer og aktiviteter, samt deres træningspraksisser og hverdagsaktiviteter i relation til nuværende mål og forventninger. Hvert portræt beskriver også, om den enkelte er holdt op med at bruge androgyne anabole steroider, eller om de er i mellempå perioder med doping og helt aktuelt tænker at påbegynde brugen igen. Portrættefterne fortæller om mændenes erfaringer med brugen af steroider og om omfanget af denne brug i selvrapporterede oplevelser af bivirkninger.

Portrættefterne tager udgangspunkt i den enkelte unge og tænkes ind i rapporten - som en viden om hver af disse personer og deres forskellige erfaringer og oplevelser. Portrættefterne udgør således en række beskrivelser af positioner inden for det samlede spektrum af unge mandlige dopingbrugere.

Disse portrættefter forbereder og står i kontrast til de efterfølgende analyser af, hvorledes de unge mænd forstår deres dopingbrug i relation til risiko, sundhed og maskulinitet. Heri vil der blive fokuseret på de unge mænds fælles oplevelser, erfaringer og rationaler, som de bliver italesat og kommunikeret gennem deres hverdagspraksisser. Der vil være et analytisk fokus på lighederne inden for denne gruppe af unge mænd og deres diskurser, omhandlende brugen af doping.

Under hvert portræt er der en faktaboks - en såkaldt kropsstatistik - med oplysninger om deres alder, starttidspunktet for styrketræning, alder, dopingdebut for androgyne anabole steroider, antallet af perioder med doping, højde, normalvægt og vægt efter brug af doping.<sup>12</sup>

Portrættefterne skal give et lille indblik i de unge mænds liv og på den vis supplere de analyser, der sigter på at gøre det muligt at forstå fitnesskulturen, styrketræningskulturen og dopingkulturens betydning for unge mænd og den måde de lever deres hverdag.

### Anders – Handelsskolestuderende

Anders er 21 år og kommer oprindeligt fra Nordsjælland, men er nu bosat i den nordlige del af Storkøbenhavn, hvor han har en lille lejlighed. Anders har en gymnasial uddannelse. Han læser pt. på Handelsskolen og uddanner sig inden for handel og marketing. Anders er single, men ikke afholdende i social henseende og han kan godt lide en god aften i byen eller med vennerne derhjemme.

Anders har altid været aktiv idrætsudøver og spillet alle mulige former for boldspil. De sidste mange år har interessen samlet sig om fodbold, hvor Anders inden for sin årgang har været så god, at han på et tidspunkt spillede på U-17 landsholdet. Anders spiller ikke længere fodbold på konkurrenceniveau, men spiller indimellem lidt hyggebold.

Anders opdagede styrketræningen under et ophold på et sportscollege - som et redskab til at forbedre sin styrke og præstation på fodboldbanen. Her var boldtræning, styrketræning og kost sat i system, så de studerende sikredes de bedste udviklingsmuligheder.

Hjemme igen fra college, genoptog Anders styrketræningen i et lille lokalt motionscenter i omegnen af København. Her mødte han for første gang doping, som en del af en styrketræningspraksis. Han så, hvordan nogle unge styrketrænende mænd i centret udviklede sig meget og hurtigt og blev tiltrukket af muligheden for også at få en stor krop.

Sådan startede det for Anders med hjælp fra en træningskammerat, og efterfølgende har han prøvet at tage doping to gange mere, men holder nu en pause. Om Anders begynder igen eller hvornår vides ikke, men Anders har ingen betænkeligheder ved at skulle prøve igen og han oplever ikke selv, at han har haft bivirkninger ved brugen af doping hidtil. Han har ikke nogen problemer ved at bruge doping, da han ikke finder, at det er i strid med hans eller samfundets moral.

Anders styrketræner for tiden 3-4 gange om ugen, men har som det højeste været oppe på 5-6 gange om ugen i forbindelse med brugen af doping.

<b>Kropsstatistik for Anders</b>	<b>20 år</b>
Træningsstart	17 år
Første erfaring med doping	18 år
Perioder med doping	3
Højde	1,90 m
Vægt	80 kg
Efter brug af doping	90 kg

### Thomas – Hjemmehjælper

Thomas er 20 år og er født og opvokset i Storkøbenhavns nordlige omegn, hvor han stadig bor. Thomas har efter HTX haft drømmen om at læse til ejendomsmægler og indtil det bliver muligt arbejder han som kommunal hjemmehjælper. Thomas er single, han er ryger og han går gerne i byen med sine venner uden at afholde sig fra at drikke alkohol.

Thomas har altid dyrket mange former for idrætsaktiviteter, mest boldspil, men har igennem de seneste år koncentreret sig om at spille håndbold, hvor han har været på udvalgte ungdomshold og siden spillet divisionshåndbold. Det var i forbindelse med håndboldtræningen, at Thomas lærte at styrketræne for at forbedre sin fysiske styrke. Thomas holdt - efter at afsluttet ophold på sportscollege - pause fra håndboldspillet og blev samtidigt indkaldt som værnepligtig.

I hæren fik Thomas muligheden for at genoptage styrketræningen, og sammen med en anden ung mand blev han enig om at prøve at tage doping - for på en hurtig måde at genvinde den styrke og

størrelse han havde, før han holdt pause. Tiden som værnepligtig gav mulighed for at træne og spise disciplineret og dannede gode rammer for Thomas' styrketræningspraksisser.

Det har været Thomas' hidtil eneste forsøg med doping, og fordi han oplevede uønskede effekter med væskeophobning i kroppen, er Thomas ikke sikker på, om han vil prøve igen; ikke at han har det dårligt med stofferne som sådan, men mere med de uønskede effekter.

Thomas træner styrketræning ca. 3 gange om ugen suppleret med kredsløbstræning. Da han trænede mest, var han oppe på 6 gange styrketræning om ugen.

<b>Kropsstatistik for Thomas</b>	<b>21 år</b>
Træningsstart	16 år
Første erfaring med doping	20 år
Perioder med doping	1
Højde	1,86 m
Vægt	86 kg
Efter brug af doping	94 kg

#### Rasmus – Telemarketingskoordinator

Rasmus er 25 år og er bosiddende i Nordsjælland, hvor han også er født og opvokset. Rasmus har efter gymnasiet taget en handelsskoleuddannelse og arbejder nu som telemarketingskoordinator i København. Rasmus går indimellem i byen, men ikke så meget som da han var yngre og han hverken ryger eller drikker alkohol. Rasmus er single.

Rasmus har altid været meget aktiv og glad for at dyrke idræt og forskellige boldspil. Han dyrkede som ung atletik på konkurrenceniveau, og det var som led i vinterforberedelsen, at Rasmus første gang begyndte at styrketræne. Styrketræningen og muligheden for at forme kroppen fangede Rasmus interesse, og han meldte sig ind i et nyåbnet træningscenter.

Rasmus møder i træningscentret andre med samme indstilling til træningen og han begynder at træne sammen med de store mænd. Rasmus prøver her første gang at tage androgyne anabole steroider - som en del af træningen og indsatsen for at få en større og stærkere krop. Træningen og doping følger nu ad med en stram kostplanlægning og en række systematiserede hverdagsrutiner, der kendetegner en bodybuilderlivsstil.

Rasmus har efterfølgende taget doping to gange, men vedbliver med at træne og spise konsekvent uden for perioder med doping. Brugen af doping kom på tale, som følge af ønsket om i endnu højere grad at kunne forme sin krop og skabe stor vækst i kropsmassen. Rasmus har ikke haft nogle oplevelser med uønskede effekter af dopingbrugen, men overvejer ikke for øjeblikket at tage en periode med doping. Det er ikke fordi Rasmus har et problem med doping uden for konkurrenceidræt, men fordi hans nuværende arbejde og den forstørrede krop - som effekt af doping - er en dårlig kombination.

Rasmus træner mellem 4-6 gange om ugen afhængigt af arbejdstider og pres, men under perioder med doping træner Rasmus meget konsekvent 6 gange om ugen.

<b>Kropsstatistik for Rasmus</b>	<b>26 år</b>
Træningsstart	16 år
Første erfaring med doping	17 år
Perioder med doping	3
Højde	1,74 m
Vægt	90 kg
Efter brug af doping	100 kg

### Peter – Blikkenslager

Peter er 29 år og bor alene i en lejlighed på Nørrebro i København, hvor han er født og opvokset. Han har efter folkeskolen taget en håndværksmæssiguddannelse og arbejder som blikkenslagersvend. Peter har tidligere været glad for at gå i byen, men nu bliver det mest til hjemlig hygge med kammeraterne, da han ikke drikker alkohol eller tager stoffer.

Peter har som dreng været glad for boldspil, men tiden som ung brugte han på at dyrke kickboksning. Peters mål var at kunne kæmpe på turneringsniveau, med alt hvad dette indebar af hård træning og kostplanlægning for at holde kampvægten. Lige inden hans første turneringskamp valgte han at stoppe med kickboksningen og kastede sig over styrketræningen. Peter var træt af at være lille og påpasselig med sin vægt, og han ville derfor gerne vinde noget vægt og få muligheden for at træne sig større.

På et tidspunkt stagnerede Peters vægt og størrelse og det følte Peter ikke stod i forhold til den indsats og ihærdighed, han lagde for dagen, så han undersøgte andre muligheder for at få den ønskede vækst. Peter prøvede *en* gang - med stor effekt - at bruge doping med hjælp fra træningskammerat nede i træningscentret, men afbrød efterfølgende en anden periode med doping, da han ikke brød sig om dopingens effekt på hans personlighed. Ikke at han synes, at der er noget galt i at tage disse dopingstoffer, men fordi han savner personligt at vide noget mere om effekter og bivirkninger.

Peter overvejer ikke at starte en ny periode med doping. Han træner alligevel systematisk 4-6 gange om ugen og planlægger sin kost ned i de mindste detaljer og med samme intensitet, som da han brugte doping.

Kropsstatistik for Peter	29 år
Træningsstart	17 år
Første erfaring med doping	19 år
Perioder med doping	2
Højde	1,69 m
Vægt	82 kg
Efter brug af doping	100 kg

### Henrik – It-medarbejder

Henrik er ikke helt ung. Han er 40 år gammel og er født og opvokset på Sjælland. Henrik er bosiddende i København og er single. Han arbejder som it-medarbejder i en privat virksomhed, uden at have nogen speciel uddannelse inden for området. Henrik tilbringer en del tid sammen med sine noget yngre træningskammerater nede i træningscentret, hvor han deler ud af sin mangeårige erfaring med styrketræning og doping.

Henrik er gammel bokser, og før det har han spillet meget fodbold, men det interesserer ham ikke længere. Boksningen holdt han op med, da han var træt af at være lille. Han blev bekendt med styrketræning gennem boksemiljøet.

Henrik begyndte at dyrke styrketræning i mere systematisk form og flyttede ind i træningscentret med de store drenge. Hurtigt blev han introduceret til doping gennem sine venner fra boksning og lærte effekten af doping at kende på egen krop og det blev efterfølgende en hverdagsbegivenhed.

Dopingbrugen har for Henrik været et pågående og uafsluttet forløb - kun afbrudt af 2 års pause fra træningsmiljøet - på et tidspunkt, hvor han var i et fast forhold. Henrik er efter eget udsagn afhængig af androgyne anabole steroider, men har som misbruger erhvervet sig stor viden om, hvad der kan lade sig gøre. Effekten er ikke til at tage fejl af, og Henrik skal have sin årligt tilbagevende periode med doping for at opbygge kroppen til strandsæsonen.

Henrik har det ikke moralsk dårligt med at tage disse stoffer, men han ved, at det ikke er sundt for kroppen og alligevel stopper han ikke.

Henrik træner - som oftest 4-6 gange om ugen - og forsøger at køre en stram kostplan, der ikke altid holder uden for perioder med doping. Når han er på en kur planlægges alt detaljeret – træning, kost og doping går op i en større helhed.

<b>Kropsstatistik for Henrik</b>	<b>40 år</b>
Træningsstart	18 år
Første erfaring med doping	26 år
Perioder med doping	18
Højde	1,70 m
Vægt	85 kg
Efter brug af doping	90 kg

### **René – Fitnessinstruktør**

René er 25 år og født og opvokset i Nordjylland. Her har han taget en handelsskoleuddannelse og de første 5 semestre af en universitets uddannelse i it, som han dog ikke har i sinde at gøre færdig. René er bosat i Københavns sydlige udkant og er netop flyttet sammen med sin kæreste. René arbejder som fitnessinstruktør, men vil gerne søge ind på politiskolen i den nærmeste fremtid.

René har ikke nogen idrætskarriere bag sig og startede tidligt med at styrketræne. Først i et lille lokalt center og siden i et større regionalt center, før han efter et stykke tid fik ansættelse i en af Danmarks største fitnesscenterkæder.

Den grundlæggende motivation var en kammerat som trænede og som delte Renés fascination af den kendte bodybuilder og actionfilmstjerne, Arnold Schwarzenegger, og hans fantastiske krop og muskulatur.

Efter nogle år med konventionel træning fattede René interesse for effekten af doping, og han besluttede at prøve det med hjælp fra nogle kontakter i træningscentret. Det blev en blandet oplevelse. På en måde eksploderede Renés krop i vækst, men efterfølgende har han lidt af en overbelastningsskade som følge af træningen i denne periode. Han har været på to perioder, men har ikke nogen aktuelle planer, selv om han godt kan føle sig fristet. Han føler ikke, at han gør noget forkert eller umoralsk, men han føler sig dog noget usikker på bivirkningerne ved brugen af doping.

René træner mellem 3-5 gange om ugen, hvilket er næsten det samme, som mens han trænede intensivt og var på doping. Han lever ikke systematisk i forhold til en kost og træningsplan, men han har, som en del af sit arbejde, sin naturlige gang i træningscentret.

<b>Kropsstatistik for René</b>	<b>25 år</b>
Træningsstart	18 år
Første erfaring med doping	20 år
Perioder med doping	2
Højde	1,85 m
Vægt	95 kg
Efter brug af doping	105 kg

## Kenneth – Ufaglært håndværker

Kenneth er 25 år og fra Nordjylland. Han flyttede til København for et par år siden, hvor han nu bor i hus i den nordvestlige del sammen med sin kæreste, som han venter barn med. Kenneth har taget en HTX-uddannelse, han har været sergent i hæren og arbejder nu som ufaglært håndværker i København. Kenneth vil gerne læse videre, måske på politiskolen.

Kenneth har som yngre spillet en del fodbold, men det stoppede - da han gik ud af folkeskolen, hvor fester og kammerater blev mere interessante. Samtidigt fik Kenneth - sammen med en skolekammerat - interesse for styrketræning og på den måde skabtes grobunden for Kenneths fascination af store muskler og store kroppe.

Kenneth begyndte at træne i et lokalt motionscenter, men det var først, da han kom i hæren som værnepligtig, at det virkelig rykkede. Her blev Kenneth sammen med en anden kammerat enige om at udforske dopingens muligheder, og de skaffede sig adgang til nogle stoffer, der skulle bringe dem de hurtige resultater, de drømte om.

Resultaterne udeblev ikke, og siden har Kenneth været på doping igennem mere end 12 perioder - og det uden at Kenneth selv har registreret nogle former for bivirkninger. Hans praktiserende læge har også undersøgt ham og ikke fundet, at der var noget alarmerende ved hans sundhedstilstand.

Kenneth har sammen med sin kæreste besluttet, at han skal holde sig fra doping og koncentrere sig om familien. Det kan dog være svært ikke at føle sig fristet, når man går og træner med vennerne nede i træningscentret og ser, hvad de kan opnå med doping.

Kenneth skal træne minimum 3 gange om ugen for at holde kroppen ved lige, men det er også væsentligt mindre end de 5-6 gange om ugen, han trænede, da han havde perioder med brug af doping. Kosten går han ikke så højt op i.

### **Kropsstatistik for Kenneth 25 år**

Træningsstart	17 år
Første erfaring med doping	19 år
Perioder med doping	12
Højde	1,79 m
Vægt	83 kg
Efter brug af doping	90 kg

## **MÆND DER BRUGER DOPING**

Der tegner sig en række fælles træk for de unge mænd i portrætterne i forhold til deres træning og dopingbrug.

6 ud af 7 har deres første erfaring med at tage doping i form af AAS i en alder af 17-20 år - inden for en periode på to år - fra de er startet deres styrketræningspraksis. Mens de tager AAS træner de alle 5-6 gange ugentligt, hvorimod alle mindst træner 3 gange om ugen uden for perioder med doping, heraf træner 3 af dem også op imod 5-6 gange om ugen.

Alle de deltagende mænd - bortset fra en - har dyrket organiseret idræt på konkurrenceniveau, da de var yngre, men kun 2 af de yngre mænd dyrker fortsat idræt ved siden af styrketræningen og heraf kun 1 på konkurrenceniveau.

2 af de unge mænd startede med AAS, mens de var i militæret som værnepligtige, og resten af de unge mænd startede, mens de var medlemmer af et motionscenter.

Af deltagerne er:

1 uddannet håndværker, 1 læser på Handelshøjskolen, 1 er selv lært it-medarbejder, 1 er telemarketingskoordinator og 3 er henholdsvis fitnessinstruktør, stilladsarbejder og hjemmehjælper, men ønsker alle at bruge deres ungdomsuddannelser til noget mere på et tidspunkt.

Ud af de 7, er 2 af deltagerne i faste forhold og deler bolig med deres partnere, og de er i øvrigt alle - efter eget udsagn - heteroseksuelle, ligesom de alle 7 er af etnisk dansk oprindelse.



# KAPITEL 2 – HVAD TÆNKER UNGE MÆND OM RISICI VED BRUG AF DOPING?

I denne del er der fokus på de unge, dopingbrugende mænds opfattelser af risiko, og i analysen undersøges der, hvorvidt de unge mænd forholder sig til den oplyste viden og risiko ved brug af doping. Kender de dopingbrugende mænd til risiciene ved dopingbrug, og anerkender de den ekspertkultur og viden der oplyser om risici og farer ved dopingbrug? Hvilke vidensformer og erfaringer fremhæver de dopingbrugende mænd som motiver for deres handlinger. Hvilken form for risikobevindstthed præger de unge mænds risikohandlinger? Alt sammen for at forstå, hvorfor unge mænd doper sig.

Hvad tænker unge dopingbrugende mænd om de risici der er forbundet med brugen af steroider, eller tænker de overhovedet på risiciene? Her er fortæller en 26-årig mand, om han overvejede risici første gang, han brugte doping:

*“Overhovedet ikke – man har hørt noget, men altså det tænker man overhovedet ikke over og så har man hørt meget om gamle dage, hvor det var meget slemmere. Altså, det er ikke så slemt med de ting, man kan få i dag, det tænker jeg ikke særligt meget over.”*

Noget hører man, men den almindelige forståelse af at tingene bliver bedre, gælder åbenbart også for dopingstoffer. De er blevet bedre og sikrere at bruge med tiden, og derfor er det ikke noget, der er værd at tænke over. Men selv om der ikke er noget at være urolig for, så gives der heller ingen garantier og derfor kan en graviditet pludselig give en form for indirekte og foreløbig sikkerhed.

*“Nej, fordi nu er jeg jo stoppet helt med at tage sådan noget (doping). Jeg stoppede i februar, tror jeg. Det er godt nok, det var fordi vi gerne ville have børn, og hun er også lige blevet gravid... Nu er jeg sikker på, at det ikke var helt ødelagt dernede, der er nogen der siger, at det godt kan skade lidt, men jeg håber ikke, at der er nogen skader overhovedet.”*

Graviditeten giver en tilnærmelsesvis tryghed, da den siger noget om, at frugtbarheden ikke er helt ødelagt. Men tvivlen - om der senere skal vise sig noget - kan ikke fjernes. Skadeseffekter af steroidebrug er meget langsigtede og gør det praktisk umuligt at kontrollere for den enkelte, men det er præcis, hvad de prøver at gøre alligevel. En anden 26-årig mand fortæller, at det kunne være rart at få konstateret, hvordan sundhedstilstanden egentlig er:

*"Hvordan min sundhedstilstand er, det vil jeg sagtens kunne finde ud af, ja det kunne jeg da godt være interesseret i at finde ud af. Men nej, jeg har aldrig tænkt så langt, det må jeg være helt ærlig at tilstå. Jeg er ikke kommet derud, hvor der har været problemer. Jeg tror, man tænker meget i, om der er problemer, og så kontakter man lægen, er der ikke problemer, jamen... så lever man i bedste velgående. Det er vel som så mange andre danskere, hvis det ikke gør ondt, så er man som man skal være."*

*Hvis ikke man har problemer, smerter eller en eller anden form for konstaterbare bivirkninger, så er man rask og normal. Det er også en af grundene til, at dopingbrugerne ikke går til lægen - for hvorfor gå til lægen - når der ikke er problemer. Det kan selvfølgelig også være, at man får noget ubehageligt at vide, eller at man bliver konfronteret med de risici, man løber. Lægen skal kun inddrages i allersidste instans, og når man har prøvet at tage steroider nogle gange, så ved man, at der er bivirkninger, og de følger med. Som eksempel på det værste der kan ske ved brugen af steroider, siger denne 29-årige mand, der ikke bruger doping mere:*

*"Ja, jeg synes det værste det er sgu - altså ja, jeg er også en sønderjyde, jeg synes at impotens er slem nok i sig selv, men når det sætter sig op i hovedet og man bliver meget aggressiv eller glemsom, så man bliver bange for sig selv, så..."*

Det er for meget af det gode, hvis steroidebrug medfører personlighedsforandringer. Steroiderne er gode under kontrol og til at forme krop og selvbillede med, men hvis steroiderne betyder, at man mister kontrollen med sig selv, bliver det for meget. Hvilket præcist skete for manden her, der stoppede midt i en kur, fordi han blev skræmt af virkningen.

En anden virkning er den sociale reaktion, den steroide-frembragte krop fremkalder hos andre mennesker. Den store og muskuløse krop bliver stemplet, hvis folk finder ud af, at de bruger steroider for at få en stor krop:

*"Du skal heller ikke gå og råbe og skribe om det (brugen af steroider), altså du bliver fandeme også stemplet, altså, hvis folk de spørger mig, så skal jeg sgu nok være ærlig, men derudover så er det ikke noget jeg går og reklamerer med... Ja, også mere fordi det måske kan påvirke ens fremtidsplaner, med hensyn til det arbejdsmæssige, det kan godt være de siger, han har taget steroider, ham skal vi bare ikke have."*

En anden risiko, dopingbrugerne løber, er at blive stemplet uden for deres træningsmiljø. Steroidebrugere fremkalder ikke gode billeder og deres kroppe forråder dem også. Alle store, muskuløse mænd er potentielle kriminelle steroidebrugere, altså misbrugere. Men hvad får brugerne ud af steroider?

*"Det har jeg prøvet så mange gange, så det ved jeg, hvad det giver, og hvad jeg får ud af det og har det godt med det og har ikke nogen sideeffekter næsten, der er altid nogen, igen det der med at man holder op med sin kur, skal man lige have hypofysen til at fungere igen. For jeg ved, der kan gå 2-3 måneder, så kommer lysten (til sex) også igen langsomt, så snart jeg begynder at producere egne hormoner, men det er selvfølgelig ubehageligt, og noget man tænker over."*

De skadelige effekter og bivirkninger af steroidebrugen indfinder sig altid, men det er jo en normal omstændighed, i og med at dopingbrugerne ønsker effekten, så får de også bivirkningerne. Men med erfaringen så ved man, at de uønskede effekter går væk, når blot de får tid. At få lysten til sex tilbage og at få hypofysen til at virke naturligt igen, tager den tid det tager og hører med til spillet. Men der er større risici på spil, f.eks. udviklingen af afhængighed af steroidemisbrug:

*“Og så kunne det jo ikke gå for stærkt, fordi så tænker man, sådan sker det jo altid i starten, som jeg plejer at sige til mine kammerater, jeg gør det kun lige denne her ene gang, jeg skal bare lige prøve det. Så det er der ikke noget der hedder. Den verden findes ikke inden for det her, man gør det ikke bare en gang, fordi du bliver afhængig af det, fordi det virker så godt på dig. Man får det godt psykisk, fordi man vokser, man ser stor ud, man bliver også stærkere, og har det mentalt rigtigt, rigtigt godt. Så alle de der ting, de opvejer alle de negative ting, der kan være ved at min krop bliver vandet måske, man får bumser, øh man ved, at på længere sigt, kan det skade dine indvolde, ikke. Hjerter, nyre, lever og så er det også, hvordan man tager det, om er det med sprøjte eller er det oralt. Oralt – altså alt hvad du bombarderer din nyre med og lever med ved at indtage gennem munden, ikke, det skader jo på længere sigt.”*

Grunden til at dopingbrugerne accepterer disse bivirkninger er de positive effekter steroiderne har på kroppen og på dopingbrugernes selvopfattelse. Den psykiske tilfredsstillelse er så stor, at det langt opvejer de negative effekter ved steroidebrug. Det er disse følelser og oplevelser, dopingbrugerne bliver afhængige af og efter denne dopingmisbrugerens eget udsagn, så sker det meget hurtigere end de fleste tror. 'Jeg prøver kun en gang' findes ikke, for så prøver man bare noget andet.

Dopingbrugerne kender - i nogen udstrækning - til risici og bivirkninger ved brugen af steroider. De ved, at "risikoen findes", men det er rimeligt at spørge, om dopingbrugerne i virkeligheden ikke mangler viden om, hvorfor det ikke er muligt at observere risici i relation til deres brug af steroider. De kortsigtede og umiddelbare bivirkninger håndteres som noget der nærmest hører sig til. De langsigtede bivirkninger er usynlige og til dels ukontrollable, hvilket fører til at dopingbrugerne konstruerer troen på en risikoskæbne.



# KAPITEL 3 – MANGLER UNGE MÆND VIDEN OM DOPING OG RISIKO?

Det virker, som om de unge dopingbrugende mænd mangler elementær viden om de risici, de udsætter sig for. Ikke at de selv fremhæver deres manglende viden, men den viden og de risici, de fremhæver, fremstår efterfølgende som meget selektive. Et andet karakteristisk træk ved dopingbrugernes risikobevisthed er deres bestemmelse af bivirkninger som fravær af ubehag, smerte og problemer:

*“Det er jo igen det, altså jeg har det sådan, at hvis jeg begynder at mærke noget, som jeg normalt ikke får (når doping ikke bruges), hvis jeg har været på en kur, som har relation til det, men der er også mange ting – du kan jo tage noget i 5 år, så kan jeg lade være med at tage noget i 5 år også – så lige pludselig så får jeg ondt, men det kan jo godt relatere sig til det, jeg tog for 5 år siden, ikke. Men så er der ikke andet at gøre end at gå til lægen.”*

Kroppens funktionalitet bliver det afgørende bevis for, om dopingbrugerne gør det rigtige, eller om der er uønskede effekter af dopingbrugen. Kroppen erstatter den sikkerhed og viden dopingbrugerne mangler ved at blive genstand for dopingbrugerens selvobserverende selvkontrol. Dopingbrugerne mangler viden om risiko, men også om effekten af dopingstofferne:

*“Det kan man heller ikke vide. Det jeg ved, det er, hvad der virker på mig, og det er jo – jeg kan måske stå og sige til en af mine kammerater, du skal gøre sådan og sådan, og på ham virker det måske, ikke, men det er måske direkte skadeligt for ham. Men som jeg igen siger, lyt til din krop, er der noget der gør ondt, eller der sker et eller andet med dig, som du føler ikke er rigtigt, så stop.”*

Regel nr. 1 for dopingbrugerne er - kropsopmærksomhed. For det er den, der fortæller dig, om du gør noget forkert, eller om du ikke får nok effekt ud af dine anstrengelser. Det er ikke muligt med sikkerhed at sige noget om, hvad der virker for andre, men man er nødt til at prøve sig frem med forskellige doser og forskellige stoffer. Dem der har prøvet mest, vejleder på baggrund af deres flere erfaringer, men det giver en falsk sikkerhed, og det er ikke den, der vejleder, der pådrager sig ansvar, det er den enkelte dopingbruger, der bærer ansvaret for at lytte til sin krop og sige stop, når det er nok.

Uoplysthed og manglende erfaring og vejledning fører dog til nogle store misforståelser f.eks. at spise steroider i 'håndkøb' inden man går i byen, i den tro at kroppen vokser af sig selv, mens man står i baren:

*"Men de der venner, jeg så har haft, altså, man kan se på dem, at de har sat sig for, at de vil gøre det. Jamen, så må jeg rådgive dem, ikke, og sige til dem: Nu skal I gøre sådan og sådan. Og der er mange, der tror, at hvis man tager en håndfuld piller fredag aften inden man går i byen, jamen så vokser de, så bliver deres arme kæmpestore, ikke, men sådan spiller klaveret jo ikke, vel."*

En anden myte blandt dopingbrugere er, at steroider i pilleform, der tages oralt, er mere skadelige end steroider, der skal sprøjtes ind i kroppen. Problemet er, at det faktisk er i strid med, hvad medicinske eksperter siger. Pillernes kortsigtede skadelige effekter på lever og nyre kan ikke siges at være mere skadelige end steroider i ampuller, da disse stoffer også skal omsættes gennem kroppens organer. At sprøjte virkningen lige ind i musklen er muligvis at foretrække af andre grunde, men ikke af risiciårsager:

*"Effekten er nok lige god. Men pilleform skader lidt mere, hvis man kan sige det, altså skal vi sige, det er sundere på den anden måde med ampul, det er jo klart, det kommer direkte ind i musklen så er det inde i systemet, men pilleform skal jo spises, det skal ned gennem maven, ikke? Generelt er piller ikke sunde for maven, vel, de skal ned gennem leveren, og ampul det er klart at foretrække."*

Endelig er der blandt dopingbrugerne også en erkendelse af, at blandingsmisbrug er farligt. Dvs. at de, der tilsidesætter sund fornuft og blander stoffer, kan forårsage stor skade på sig selv. De gode stoffer forurenes med de dårlige stoffer og effekten bliver ukontrollerbar:

*"De af dem der er mest fornuftige, de forstår, at de ting ikke kan mikses. Det er farligt. Det er mere farligt end det andet i hvert fald. Sådan som man gradbøjer, hvor farligt det egentligt er i forhold til hvilke præparater man tager, blandingsmisbrug, så det er en kompliceret verden."*

Men det er en kompleks verden at forstå og kende til brugen af doping, og det kan være svært for den enkelte dopingbruger at fastholde, at man er fuldstændig afklaret og fornuftig, når det faktisk er umuligt at kontrollere effekten og kvaliteten af samtlige eksisterende stoffer på dopingmarkedet. En måde at forsøge at sikre sig på er, ved at se på de kroppe, man finder smukke og imponerende, for derefter at undersøge den viden og erfaring der ligger bag resultaterne, og til sidst kopierer man planen. Efterfølgelsen af det gode eksempel tjener som dopingbrugerens foretrukne fremgangsmåde. Og det giver dem en falsificerbar viden. Virker det eller virker det ikke?

# KAPITEL 4 – HVOR HAR UNGE MÆND DERES VIDEN OM DOPING FRA?

Som enhver anden hobby eller fritidsinteresse, så har dopingbrugere også sine mødesteder i det virtuelle rum. Ifølge denne 26-årige, styrketrænende mand, så opleves det som farligere og mere usikkert at være dopingbruger nu:

*“I gamle dage kunne man vælge at stole på den mand, der solgte stoffer eller lade være. Nu er der så meget i omløb, og der er så mange mennesker, du ikke kender, at internettet bliver helt uundværligt.”*

13

*“I dag, der har du internet. Dengang, der måtte du bare stole på det, du fik at vide, enten af dine venner eller af ham der giver dig det, altså, jeg vil næsten vove at påstå, det er sgu farligere at tage noget i dag, end det var dengang, fordi i dag, der er så meget fake. Du ved ikke hvad fanden det er du køber, og du køber katten i sækken. Dengang var det ikke så udbredt at lave sådan nogle fakeprodukter.”*

Det er meget udbredt mellem de dopingbrugende mænd at læse op på litteraturen omkring steroider, og det er som oftest over nettet at det sker. Men det er faktisk først efter den første erfaring med doping, at mændene læser op på lektien. Flere betegner den første oplevelse med doping som noget de gik ind til med bind for øjnene. Og de er også selvkritiske og bebrejder sig selv, at de gjorde som de gjorde:

*“Jeg har læst meget op på det, ja, også mere af ren skær nysgerrighed, ikke også, hvis man sku være så dum at gøre det igen, ikke, så er det godt at vide, hvad fanden det er jeg har gang i, hvad det hedder, hvad risiciene er, hvad bivirkninger er, mulige bivirkninger i hvert tilfælde, så man bare har en ide om det, så man ikke går ind med blinde øjne, havde jeg nær sagt, fordi, det er jo også mange gange der, det går galt.”*

Dopingbrugerne i undersøgelse synes, at de er oplyste om risici, eller i hvert fald ved hvor og hvordan de skal få fat i den viden, de har brug for. Et eksempel på en vigtig erfaringssammenhæng er træningscentret, som er det naturlige omdrejningspunkt for den nødvendige viden relateret til brugen af steroider:

*"Som jeg plejer at sige, jamen i et sådant træningscenter, der kan man skaffe alt. Vil du have en F16, så skal jeg nok skaffe den til dig, ikke. Der er altid en, der kender en, som kan skaffe det ene eller det andet. Når man har været i branchen i så mange år, så møder man mange mennesker, og man får mange venner, både på den ene og den anden måde, ikke, og får altid en del telefonnumre, hvor man kan sige, ham kan jeg ringe til, hvis jeg mangler det og det. Så det er der. Fordi det er igen også sådan, gruppering, ikke, altså af de typer mennesker man møder. Det er lidt – nogen vil nok sætte dem i bås som banditter."*

Selv om der er meget ny teknologi og mange nye måder at få viden på, så er der alligevel ikke noget, der slår den gamle metode. Hvis noget skal undersøges eller checkes ud, så kræver det ikke mere end et par minutters snak nede i centret, så ved man, hvad der skal gøres og hvor man skal gå hen:

*"Nej, så prøver man noget, og så er der nogen der snakker om nogle andre præparater. Der findes simpelthen utallige præparater, nogen der er mere populære end andre, og selvfølgelig skal man prøve noget andet. Nogen siger, det her er rigtig godt, og der er en bestemt person, der har taget på af det der, så det skal du prøve. Man bliver sådan, snakker lige 3 til 4 minutter og finder ud af, hvad for nogen man skal prøve, så kan man blive skuffet, og sige nå det er sgu ikke særligt godt."*

I forhold til viden, erfaring og eksperter på området doping, så er det ligefor at tro, at Anti Doping Danmark fungerer som anerkendt autoritet inden for dopingområdet. Men så enkelt er det ikke. Dopingbrugerne i undersøgelsen er enige om, som denne 26-årige mand også siger:

*"Nej, de ved ingen ting – de kan jo ikke tale af erfaring om noget som helst." (ADD)*

*"Ja, ja de kan jo sikkert sige noget om nogle bivirkninger eller et eller andet, det ved jeg ikke om de kan, altså."*

Dopingbrugerne stoler ikke på ADD, og afviser den viden de tilbyder, som skræmmekampagner og uden hold i virkeligheden. Og han uddyber sin holdning:

*"De har ikke så meget at bygge det på. Jeg tror, jeg tror, jeg hellere vil gå ind i Body House og spørge om nogle ting og sager, de er bundærlige, og hvis de har haft nogen bivirkninger overhovedet, så vil de selv kunne mærke det, ikke, nu er de ikke selv læger, vel, men det, de kan se eller mærke i hvert fald, det kommer de også bundærligt ud med."*

Han vil hellere gå på internettet og spørge en tilfældig fremmed bruger om råd til at sammensætte en kur eller høre om bivirkningerne ved en gængs steroide end konsulere ADD. Dopingbrugere, som de er flest, opfatter ikke sig selv som misbrugere, men det er præcist således, de bliver mødt af ADD: som misbrugere. Derfor vælger de at gå til websites, hvor unge mænd, som de selv, hænger ud og chatter sammen. Dopingbrugere stoler på andre dopingbrugere på grund af den erfaring, de deler.

# KAPITEL 5 – UNGE MÆNDS HOLDNINGER TIL DOPINGKONTROL OG SANKTIONER?

Dopingbrugerne har i de forrige kapitler vist en vis kendskab til risici ved doping, uden at det afholder dem fra at bruge doping. En anden omstændighed, som muligvis har indflydelse på de unge mænds dopingbrug, er naturligvis dopingbrugens ulovlige status. Men hvad siger dopingbrugerne om effekten af dopingkontrol og sanktioner:

*"De kunne smide mig ud, ja, men der er så mange andre centre. Problemet er måden, de gør det på. De gør det jo forkert, kontrol og test og smide dem ud, ja, men der er bare en, der lige pludselig bliver smidt ud, der har penge nok til at åbne sit eget center, ja, hvad vil de så gøre. Det er kun, hvis man tilmelder sig ordningen, for det er jo ikke alle, der er med i den ordning vel. Så det er lidt som at pisse i bukserne, ikke? Det varmer jo til at starte med, og det er også godt og vi har et dopingfrit center, ja måske, så er der bare nogen, der gør noget andet, det kunne lige så godt være en langdistanceløber, der er dopet. Ham ser du bare ikke, det er ham med de svulmende muskler, man falder over. Det kan være hvem som helst. Det er jo problemet. Folk tror kun doping er for bodybuildere eller løbere til OL. Altså, hvis de kommer for at kontrollere mig, så vil jeg nægte det på stedet, for jeg vil tage det som en beskyldning, og det er, i og med at jeg ikke gør det, så synes jeg, at det er forkert, at man kontrollerer det på den måde. Jeg kan ikke rigtigt se, det tjener noget formål at få dem ud af centrene, for man flytter bare problemet. Jeg synes ikke, at det er nogen god løsning, og jeg vil nægte til enhver tid at deltage i de prøver. Uanset hvad konsekvensen er."*

Problemet med disse kontroller er, mener vores unge mandlige dopingbruger, at kontrollen er 'tilfældig' blandt de største og stærkeste i centret. Det er en grundlæggende uretfærdig måde at udvælge på, og det diskriminerer de enkelte alene at betragte måden de at se ud på. Der er meget forskellig doping i omløb og steroider er blot en blandt mange typer der giver forstørret krop.

Selve sanktionen, at blive smidt ud af træningscentret, fører ikke nogen konsekvens med sig. Dopingbrugere kan blot afsøge markedet og finde et nyt center at træne i. Men der er en dobbelthed deri. Mænd der doper sig, lader sig ikke skræmme af sanktioner som udelukkelse, når de dagligt ser

meget mere alvorlige sanktioner i øjnene i form af bivirkninger og sundhedsfaren ved at bruge doping. Som en 29-årig mand siger:

*"Hvis de kan afskrækkes, så havde de aldrig nogen sinde taget det. Jeg tror ikke på det der."*

En af dopingbrugerne arbejder selv i et fitnesscenter og fortæller her om kontrolmulighederne i forhold til dopingbrugere:

*"Jeg har ingen beviser, sådan er det bare. Hvis du ikke tager dem med en nål i armen, så kan du ikke gøre en skid. Du kan selvfølgelig sige, at de skal dopingtestes, men så skal du være ret sikker i din sag, og som jeg også lige sagde, det er sgu deres egen sag, jeg har ikke noget imod det, de skal bare holde det for sig selv, og de skal ikke tage det med derned."*

Derfor mener han, at man skal sætte meget kraftigere ind for at stoppe dopingbrugen i fitnesscentrene:

*"Det eneste der hjælper er en skræmmekampagne, og det er dopingkontrol. Jeg har også sagt hele tiden, hvis de skal teste en, så skal de teste dem alle sammen, sådan er det bare, hvis de skal teste en, jeg synes, at det er så latterligt, at de bare kan gå eller de bare tager sådan tilfældige.."*

Test af samtlige centermedlemmer ville sikkert virke præventivt og fange nogen af dopingbrugerne, men det ville også være meget bekosteligt og ikke til at betale for centrene, som selv betaler for dopingkontrollen, der udføres af ADD.<sup>14</sup> Den mest rutinerede af dopingbrugerne i undersøgelsen mener, at dopingkontrollen 'kun' skræmmer de unge og nybegynderne fra at eksperimentere med steroider og andre hårde dopingstoffer:

*"Altså det eneste de kan gøre, hvis man siger nej, det er, at de kan smide dig ud fra det center, ikke, altså så længe man ikke stiller op til konkurrencer og sådan noget, man går og griner lidt af det, men nye unge fyre de tænker jo bare, åh, så må jeg hellere lade være. Så den er jo god nok, det er bare sådan en skræmmekampagne, ikke. Men den er jo god nok. Fordi den afholder mange fra at starte."*

I: "Tror du det virker?"

*"Ja helt sikkert, bestemt. Jeg hører flere der – jamen, så turde de ikke at tage det, tænk hvis der kom kontrol. Selvfølgelig kom der ikke nogen kontrol, det ved jeg da alt om, ikke. Jeg har da aldrig set 7-9-13 eller hvad man skal sige, altså, men nej, det virker da bestemt, for alle de der nye, som ikke ved bedre, men igen, dem der vil have det, de skal nok få fat i det."*

Først afviser dopingbrugeren, at skræmmekampagnen virker på 'de gamle drenge' for dernæst at sige, at kontrollen ikke skræmmer ham, da han godt ved, at den aldrig kommer i hans center. Men det gør den, den kommer bare ikke så tit og ikke i alle centre. Kommunikation og udbredelsen og den konkrete kontrol skal koordineres bedre, hvis det skal virke også på gamle rutinerede dopingbrugere:

*"Det siger de, de gør (tester), men jeg har aldrig hørt om at de har været nogen steder. Ved du om de har været nogen steder endnu?"*

Sanktioner virker ikke, hvis ikke målgruppen for sanktionerne har hørt om dem. Efterfølgende virker kontrollen ikke som kommunikation, hvis ikke den finder sted i nærmiljøet nede i motionscentret. Lige meget hvor lidt påvirkelige dopingbrugerne fortæller de er, det er desto vigtigere at holde fast i, at sanktioner og kontrol er grundlæggende og nødvendige og ikke kun til irritation. Dopingbrugerne tolker fraværet af kontrolhandlinger som inkonsekvens, når kommunikationen i medierne over for dopingbrugere er meget mere konsekvent.<sup>15</sup>

# KAPITEL 6 – HVAD ER DE UNGE MÆNDS ERFARINGER MED DOPING?

Hvilken slags erfaringer har dopingbrugerne med brugen af steroider, og hvorledes tolker de deres erfaringer. Nedenstående dopingbruger har trænet længe og benyttede sig af muligheden for at få tilføjet ekstra vægt til sin krop ved at tage steroider over en periode. Årsagen er, at han ønsker at ændrer sit udseende og sin krops form fra at havde været en lille tynd knægt til en stor mand:

*“At være i form og det at træne kroppen udstråler jo personlig sundhed, jo, ikke, altså det er jo også sundt for dig – på lang sigt – dengang man startede, var det selvfølgelig fordi man ønskede at ændre kroppens udseende. Fordi fra at være - jeg var ekstrem tynd, meget, meget tynd, jeg vejede en 56-57 kg, da jeg var 17 år. Det gjorde det, at vægten var mit mål, jeg øgede også 20 kg det første år - 15 kg på et år det første år, Jeg var altså undervægtig, for jeg dyrkede kampsport forinden ikke, så – så det var derfor.”*

At komme tættere på sit kropsideal legitimerer brugen af steroider. Men som del af en styrketræningspraksis er steroider ikke bare en let genvej; det kræver hårdt arbejde at være i form, og kravene mindskes ikke, når man er på kur - tværtimod så øges de. Dopingbrugen systematiseres og indpasses i træningsregimet, der inddeler dagen i perioder for træning og perioder for kostindtag, perioder for dopingbrug og hvile. Alle fire komponenter er afgørende for effekten af at træne målrettet, og det er gældende for samtlige dopingbrugere i undersøgelsen; de er meget forpligtede og ansvarsfulde over for deres krop og deres træning. Det bliver en livsstil, og den disciplinerede afholdelse er afgørende for om livsstilens mål opnås:

*“For mig er det velvære at være i form. Jeg ved, hvad det betyder for mig, altså, jeg gør så mange andre ting, øh, eller jeg gør ikke så mange andre ting, som mange andre unge mennesker gør: altså jeg ryger ikke, jeg drikker ikke, jeg tager ikke stoffer, jeg går ikke i byen, og jeg spiser sundt og ja, jeg prøver at holde en sund livsstil. Så også, fordi på lang sigt er det jo absolut det der tjener mig selv bedst, ingen kager, ingen slik, ingen sodavand, det smager mig ikke. Jeg kan godt gøre det en gang imellem, så slår jeg mig også løs i en uge, og så... Men der går halve og hele år uden, men det er først*

*de seneste år jeg har gjort det – de seneste 4–5 år, 4 år. Før spiste jeg bare, hvad der passede mig. Men så gik jeg i stå med træningen, og så må der så komme noget nyt."*

Dopingbrug er grundlæggende et individuelt problem, og det opleves som et personligt ansvar, ingen andre skal blande sig i. Derfor kan man heller ikke fordømme andres kriminelle handlinger eller rettere, hvis folk kun er til skade for sig selv og sin egen krop, så er der ikke noget galt i det. Dopingbrugerne i undersøgelsen siger hermed, at de ikke er unormale, og at de ikke er kriminelle og at de nok skal passe sig selv, hvis alle andre så også bare passer sig selv:

*"Det er den enkeltes eget ansvar. Jeg har ikke noget imod det, hvis de selv kan styre det. Det er sgu op til dem selv, altså, om de går ned og tager en ordentlig dosis af et eller lort i byen alligevel, altså det er kun dem selv de skader ikke nogen som helst andre. Det er jo ikke værre end, ligesom man også bliver nødt til at tvinge folk til at holde op med at ryge, ikke også, det er sgu da ligeså skadeligt, og det går endda ud over os andre. Altså hvis folk de har behov for at prøve det, så skal de da også prøve det, for hvis ikke du prøver det, så er det som regel, at det bliver endnu mere interessant, jo."*

Det er den enkeltes eget ansvar om de vil prøve at få erfaringer med doping, ligesom det er den enkeltes eget ansvar, om de vil ryge eller drikke alkohol. Og hvis ikke dopingbrugeren får mulighed for at prøve steroider, så bliver de unge så meget mere nysgerrige og interesserede, at det kan blive for meget for hurtigt. Stadigvæk er det den enkelte, der gør sig sine egne erfaringer uden fare for andre, og dopingbrugerne i undersøgelsen mener, at det er uforståeligt, at samfundet vil intervenere over for dette:

*"Så er det jo ikke – Det er jo ikke kriminelle som så, altså et eller andet sted så er det selvfølgelig, ikke også? I og med, hvis man begynder at sælge et eller andet, så er det kriminelt. Altså jeg er ret dobbeltmoralisk på det område, jeg har ikke det fjerneste mod folk der tager det, de skal bare ikke stille op til konkurrencer."*

Brugen af steroider er, ifølge denne dopingbruger helt i orden, så længe at man ikke sælger til andre og derved pådrager sig ansvaret for det man sælger og de skader det evt. kan give. Det er først, når man sælger og tjener penge på steroider, det bliver kriminelt, eller hvis man beslutter sig for at stille op i konkurrence. Moralisk oplever denne dopingbruger ingen konflikt mellem sig selv og andre der bruger steroider ligesom han, og så samfundet med sine normer og love.

Personligt får den enkelte dopingbruger meget ud af sine steroider. Ifølge denne mand, så har verden ændret sig efter at han begyndte at tage steroider, og det har skabt en afhængighed af at have tilstrækkelige store overarme:

*"... det har noget at gøre med, at ens selvværd ligger i ens overarm, og jo større overarme, jo større selvværd. Det er jo på grund af manglende selvværd og komplekser af en eller anden art, at man gør de her ting. Mit kompleks er jo selvfølgelig, at jeg har været en lille lort. Jeg var træt af altid at blive skubbet til, når jeg var ude et eller andet sted. Men det holdt de op med, da jeg fik nogle store overarme, så blev jeg sgu ikke skubbet rundt med, underligt nok, ikke."*

Denne helt grundlæggende erfaring af status, respekt og anerkendelse er tæt forbundet med de effekter, steroiderne giver, og som legitimerer brugen af steroider for dopingbrugeren. Viljen til at fastholde sådanne oplevelser, får konsekvenser for dopingbrugerens valg af livsstil, og som den snart 40-årige dopingbruger fortæller, så:

*"Er det også fordi, de fleste af mine kammerater er jeg jo ældre end. Dem på min egen alder, de har fået koner og børn, og er i mine øjne pissekedelige. Ikke at der er noget i vejen med det, de har deres liv, men jeg har bare mit liv, der er lidt mere fest og farver, træning og hygge, og de venner jeg har, er træningsvenner, som jeg har mødt til træning, og som er 10/15 år yngre end mig selv, men det er der,*

*hvor jeg har det sjovest, ikke. Det er der – den bås er jeg altså i øjeblikket, fordi jeg ikke har lyst til det andet endnu, og har ikke haft det. Hver gang jeg bare kommer ind og møder en pige, og hun kommer ind på det emne, så løber jeg skrigende væk og siger stop, jeg skal ikke – mit liv stopper altså ikke her – jeg skal stadigvæk lige nå en masse ting."*

Livet i træningscentret fører en række spændende oplevelser med sig, som ikke direkte passer ind i en stille og rolig hverdag med kone og børn. Faktisk betyder denne dopingbrugers betoning af en bodybuilderlivsstil, at grundlæggende intime relationer til kvinder vælges fra på grund af, at de ikke passer ind. Eller rettere han vil ikke tilpasse sit liv til en hverdag og en virkelighed, hvor der ikke er plads til den daglige styrketræning og vennerne nede i motionscentret.

At vokse og blive større er det vigtigste for ham, og der er ikke andre end ham selv, der kan vurdere, hvornår han er stor nok. Han bliver blind for sin egen størrelse og kan simpelthen ikke blive stor nok.

*"Nej, jeg har aldrig haft noget mål med det, andet end jeg selv var tilfreds. Men det er fandeme svært, og det er jo det der altid gør, at folk de fortsætter. Det er, at man kan ikke selv se, hvornår man er blevet stor nok. Man kan ikke sige, der er meget, meget få der siger, nu er jeg stor nok, og der er også meget, meget få der siger, nu er jeg blevet for stor. Fordi man lægger ikke så meget mærke til det, når man ser sig selv hver dag. Men der er mange, når jeg ikke har set nogen af mine venner i lang tid og er på en kur, så kommer de over og siger, hold kæft, nu skal du altså ikke være større. Og så er det man tænker, fedt nok at vide, men man kan bare ikke selv se det. Det er så en af ulemperne, der også er ved det. For du lægger ikke mærke til det selv."*

*l: "Hvad er det for en grænse, eller hvad er det for en størrelse man ikke må overskride?"*

*"Det er også igen det der med, hvis man begynder at gå, som om man har to store stykker franskbrød under hver arm, og også når man træner benene så meget, så bliver lårene for store, så de støder mod hinanden, når man går, ikke. Så man kommer til at gå som en gorilla, ikke. Og så er det, man begynder at sige, der er man altså for stor, ikke. Men det er sådan, man egentlig gerne vil se ud, når man ser de der billeder af de der store bodybuildere, så tænker man – det er sådan jeg gerne vil se ud – ikke. Men det er det jo egentlig ikke, når man så siger – hvis man kigger på – jeg vil gerne have en pige skal kunne sige, åh han er lækker, ham der - men de fleste piger kan ikke lide store bodybuildere, de kan godt lide, at man er utrolig veltrænet og muskuløs, men er man alt for stor, så synes de, det er frastødende. Der er selvfølgelig også piger, der kan lide det, men det er de færreste. Så det er sådan noget med at gå på kompromis med sig selv og sige hertil, eller sige 85 kg eller 90 kg eller 100 kg eller 130."*

Der er en grænse for, hvor stor man kan blive uden at blive grim eller for stor. For at undgå dette, må man sætte sig nogle grænser for, hvor mange kilo man vil veje for at have noget at sammenligne med, ellers bliver det umuligt at se. En anden indikator for, hvornår man er stor nok er så længe kvinderne kan sige, at man er flot uden at være for stor. Kvinderne er altså interessante som mål for, hvornår man som mand er for stor, og vores dopingbrugere er også interesseret i, at kvinderne finder dem attraktive. Kvinderne fungerer i den henseende lidt som et redskab og viser også tilbage til problemet med at indgå i et parforhold.

Dopingerfaringer er mange ting, og når man har været længe i dopingmiljøet, så kender man til et og andet. De mest uønskede konsekvenser, for denne dopingbruger, er alle dem der kan ødelægge hans udseende eller hans oplevelse af at have en flot krop. Fejlen er, når man ikke har erfaring nok, så bliver man utålmodig og forcerer processen med de sværeste bivirkninger til følge.



# KAPITEL 7 – UNGE MÆND OM STEROIDEMISBRUG

I starten træner man blot og synes, at dem der tager stoffer og bruger doping er nogle tabere, men så sker der noget:

*“Der hvor man begynder at træne, der syntes man, at det simpelthen er taberagtigt at tage sådan noget. Det er pissefarligt, men jo ældre man bliver, jo mere viden får du, og desto mere man træner, desto mere lyst får man også til at tage det. For det er jo vidunderligt, og det kan saftsus’me gøre ting og sager.”*

Det er typisk for de deltagende i undersøgelsen, at samtlige er gået fra at styrketræne til, på et tidspunkt, at blive fristet af steroidernes effekt. Der er en erkendelse af, at steroider er farlige og at, når man kender til risikoen, så ved man og synes, at dem der bruger AAS er nogle tabere. Men det ændrer sig med tiden og med den hårde træning i centret. Holdningen til brugen af AAS ændrer sig som følge af, at brugerne får mere viden, hvilket her givetvis betyder mere specifik træningskundskab, men også et nærmere kendskab til nogen, der har prøvet at bruge AAS. Derfor bliver man mere og mere nysgerrig på træningskammeraternes træningsfremskridt, for til sidst at få lyst og mod til at kaste sig ud i brugen af doping, fordi AAS er så ’fantastisk’ et tilskud til træningen, så ændrer dopingbrugerne holdning til såvel det sociale aspekt, som til opfattelsen af risiko forbundet med brugen af doping. Effekten er fantastisk, mener dopingbrugerne, og det skaber og forandrer kroppen i en grad, man troede var umulig:

*“... jeg har altid været lille og tynd, så ville jeg have at der skulle ske noget, og det var jo en nem genvej, altså nemt var det ikke, for det var hårdt, virkeligt hårdt for kroppen, men i og med at jeg var så ung, så tror jeg ikke, at jeg er blevet så medtaget, som dem der har gjort det mange gange siden hen.”*

*“Man kan ikke beskrive det, hvis man ikke har prøvet det. For mig var det et kæmpe, kæmpe, kæmpe kick, man var ikke høj af det, man var heller ikke skæv af det, altså, man var faktisk lidt høj af det. Jeg ved ikke, om man kan sidestille det med en narkoman, der har taget sine stoffer, for man var ikke til at slå ned, man bliver afhængig af det, hvis ikke man selv er vågen omkring det, fordi mere vil have mere.”*

*“Hvis man kigger rundt... Det lyser jo ud af alle topatleter, eller for den sags skyld, det behøves ikke engang at være topatleter, det kan også bare være på klubplan, det lyser så langt væk, at størstedelen*

*af dem der yder noget idræt på et niveau, der er højere end bare fitness, eller hvad hedder det, den almindelige hr. og fru Jensen, så er de som regel, enten så har de, det behøver ikke at være anabolske steroider, men det kan være mange andre stimulanser, de indtager for at nå resultater hurtigere."*

*"For mit vedkommende, da jeg tog hormonerne, jeg har ikke haft nogen bivirkninger, jeg har heller ikke haft nogen humørsvingninger. Jeg var faktisk temmelig meget mig selv ud over at jeg blev tyk og større på 18 uger, så jeg var lige pludselig røget fra et par og 80 kg til lige omkring 100 ikke. Så det var voldsomt som 19-20-årig. Men, jeg har haft kammerater, der er kollapsede efter de har taget noget, nogen røg på psykiatrisk hospital, fordi det var gået op og skadet deres hypofyse og de har simpelthen fået psykisk sammenbrud."*

Vores unge mand her er holdt op med at bruge AAS, selv om det kan være svært at forstå hvorfor, når man følger hans fortælling. Han tog doping for at blive større, faktisk tog han 18 kg på efter kuren. Heldigvis har han - efter eget udsagn - ikke haft nogen bivirkninger, men det har hans kammerater været meget mere uheldige med. Det centrale heri er den oplevelse af rus og det kæmpe kick, det gav at bruge AAS, samtidigt med styrketræningen, og den manglende oplevelse af risiko forbundet med situationen. Faktisk bortforklarer han de mulige risici af dopingbrugen med at han var så ung, da han prøvede det; i modsætning til dem der kommer galt af sted, som prøver det mange flere gange end de to gange interviewpersonen har brugt AAS. Samtidigt normaliserer han sin erfaring med dopingmidler ved at sammenligne den med andre lidt mere end almindelige idrætsudøvere, der ønsker resultater. De er efter hans udsagn alle sammen doped, og det er kun hr. og fru. Jensen, der ikke i disse tider benytter sig af enhver mulighed for at forbedre sine præstationer. Dog er der lige det faktum, at dopingbrugerne tager voldsomt på og forandrer udseende eksplosivt. Flere af de interviewede fortæller, at de oplevede deres krop som frastødende efter den første steroidekur, hvilket indtil nu har afholdt dem fra at prøve igen lige med det samme. Men der er en alvorlig risiko allerede første gang, man bruger AAS:

*"Du kan aldrig vide dig sikker, det kan man ikke, personligt så har jeg altid ment, og det mener jeg også stadigvæk, at jeg sagtens selv kunne kontrollere det, for jeg tror, at det er der, det går galt for mange, det er det der med, at de konsekvent hele tiden skal have mere og mere næste gang, ikke også, fordi de ikke ligesom føler.. Det er ligesom at være en narkoman, hvor de får et kick den første gang, og så anden gang, så er det egentlig ikke så godt, så tager de bare mere eller hårdere stoffer."*

Med det samme skaber brugen af AAS forventninger til kroppens vækst, og det kick, de interviewede taler om, er en kortvarig glæde, hvis ikke de følger op med endnu kur kort tid efter. Så det er risikoen ved at blive afhængig af at vokse, der kan føre den enkelte ud i yderligere brug og forsøg med AAS for at fastholde fremgangen og oplevelsen af vækst. Det er misbruget og afhængigheden, der er den store fare for de unge, men det er også de positive følelser forbundet med brugen.

En af undersøgelsens mænd fortæller, at han har været på AAS i 6 uger, hvor han dagligt skulle tage en pille hver anden time. Han holder nu en pause, fordi leveren trænger til en pause pga. pillernes skadelige bivirkninger. Han fortæller, at man max. kan køre 6 måneders AAS-kur<sup>16</sup> på et år, uden at det giver varige skader:

*"I alt må du ikke være påvirket (af AAS) i mere end 6 måneder, for så går det ind og ødelægger din lever og hjerte."*

Han tog testosteron og rådførte sig med sin træningskammerat, der var væsentlig mere erfaren end han selv om, hvilke præparater der ville være bedst til ham, hvad der kunne betale sig, og hvad der var mindst skadeligt, men selvfølgelig virkede godt:

*"Du skal altså investere en masse penge og en masse tid, og du skal have læst meget nøje op og du skal afmåle tingene for at finde ud af, hvor meget man kan klare, og hvor meget man kan tage og*

*hvor lang tids pause, man efterfølgende skal holde. ..Pausen er broen, så du kommer ned på dit eget normale niveau igen, altså din hormonbalance."*

Han fortæller, at han ingen bivirkninger eller næsten ingen negative effekter har haft af brugen af AAS. Han har oplevet, at hans tærskel over for andre blev sænket, og at han blev mere opfarende og lettere blev ophidset. Men det virker, som om at han ikke selv forbinder det med risici:

*"Lige præcis det [testosteron] jeg tog, det var der ikke så mange negative sider ved. Andet end, f.eks. din tærskel, ikke at kunne blive ophidset seksuelt, men over for mennesker. Det kunne være helt små ting, der pludselig gør dig helt vildt aggressiv. Men jeg vidste det godt og kunne lade være med at "at gå derover"<sup>17</sup>.*

Velvidende at stoffet har bivirkninger, men ud fra en vurdering af at de ikke er alvorlige, foretager dopingbrugereren her et tilvalg af risici. Det virker som om risiko hører med til den form for stofbrug, og at det kan forsvares, for så vidt at han kan kontrollere brug, effekt og risici:

*"Altså mine bivirkninger er ikke noget særligt, jeg har haft kammerater, der både er blevet impotente og udviklede bryster. At der kommer mange af de her bivirkninger bunder simpelthen i uvidenhed, så hvis du passer på, kan en, måske to kure godt gå hen og være uskadelige. Men hvis du kører over en årrække, så er det klart, at du får bivirkninger på langt sigt."*

Her taler han mod bedre viden og mod den viden, han selv præsenterer i interviewet. Det er umuligt at sige noget om, hvordan risici indfinder sig, og hvor kraftige de bliver, da effekten, både den gode og den dårlige, handler om, hvordan AAS spiller sammen med individuelle biologiske dispositioner. Men i almindelig forstand, slider man mere på kroppen ved at indtage mere frem for mindre af et stof. Han er holdt op nu efter at have oplevet effekten, og han har hele tiden set brugen af AAS som en genvej til at opbygge kroppen hurtigt, som et tilskud til den træning, han i forvejen udfører. Hans motiv var utilfredshed med sin krops størrelse, og han kunne overveje at tage AAS igen, men kun som et supplement. En af grundene hertil er, at han synes, at den naturlige måde at opnå resultatet af en flot krop på er bedre end den, der betjener sig af snyd.

## **AT BLIVE STOR OG GRIM ER OGSÅ EN BIVIRKNING**

En af træningskammeraterne har også forsøgt sig med AAS, da han ikke følte, at hans træning havde nok effekt på hans kropsstørrelse. Han havde et ønske om at blive større, for ikke at være den der en sommerdag ligner en pind ved siden af de andre venner. Han havde set et par af sine venner opnå store fremskridt på AAS. Men han tog på af AAS, på en måde der fik ham til at se fed og grim ud:

*"Når jeg ser billederne [af mig], tænker jeg, "Hold kæft, hvor var jeg grim" og det ser helt forfærdeligt ud."*

En af grundene til at kuren mislykkedes eller ikke levede op til hans mål om at komme til at se bedre ud var, at han efter eget udsagn ikke lavede kredsløbstræning for på den måde at komme til at mindske kropsvæksten målt i kg. Men som han siger, så er der ingen der kommer med enkle svar omkring brugen af AAS, og man bliver selv nødt til at finde ud af det på den hårde måde:

*"Dem der træner for at blive flotte, de tager nogle andre ting, som ikke er så hårde. De opbygger stille og roligt, og det er dem man ser blive pænere. Den dag i dag tænker jeg, hvorfor gjorde jeg ikke det i stedet for? Fordi jeg blev bange lige efter og besluttede at smide det hele igen. Hold kæft, hvor så jeg dum ud!"*

Han blev forskrækket over effekten af de AAS han brugte, og den måde han kom til at se ud på, hvilket fik ham til at holde helt op med at træne, for at komme af med den masse han havde lagt på. Men det afholdt ham ikke fra at begynde på ny, da han fandt ud af, hvad han havde gjort forkert:

*"..det var den helt forkerte måde jeg gjorde det på. Så måtte jeg hellere købe en kur til og så kørte det derud af, kørte og kørte og kørte. Altså, det gik enormt hurtigt, og du kan ikke stoppe igen, når du først er startet, fordi du tænker, mere, mere, mere."*

Brugen af AAS udvikler sig til et afhængighedslignende forhold, hvor væksten bliver altafgørende og de negative effekter af kuren nedtones eller bortforklares. Han fortæller, at han ikke tænkte over bivirkningerne, da han startede med at bruge AAS. Man ved, at der er en risiko ved alt, og hvis andre kan gøre det, så kan man også selv. På spørgsmålet om han har haft bivirkninger, svarede han følgende:

*"Men altså, 7-9-13 jeg har ikke fået nogen bivirkninger!"*

Og lidt senere forklarer han om de forskellige AAS virkninger og effekter, som f.eks. væskesamlinger i kroppen, og siger følgende:

*"..den bivirkning som jeg fik, man kan få tævepatter.. det fik jeg i starten, fordi jeg tog så mange kg på, på en gang, og meget af det er østrogen, man får i kroppen, og så begynder man at danne kvindelige former og hele mit bryst begyndte at hænge nede på [brystkassen], og min brystvorte poppede faktisk lidt ud."*

## **DEN MANGLENDE ERKENDELSE AF BIVIRKNINGER**

Dopingbrugeren fortæller altså først, at han ingen bivirkninger har og efterfølgende at han har udviklet bryster. Men erfaringen med de kvindelige former hører til i starten af hans dopingkarriere, og den underbygger således dopingbrugeren fortælling om vigtigheden af at tilegne sig læring og viden gennem erfaring, der ydermere gør ham i stand til nu og i fremtiden at træffe mere kvalificerede valg. Dette er en udviklingshistorie, der inkluderer held til overlevelse. Det er en risikoskabne.

*"Man kan godt blive meget aggressiv af det [AAS], men nu var jeg så dum, at jeg drak samtidigt med, at jeg var på kur og der vidste jeg ikke, hvor alvorligt det egentlig var at drikke alkohol sammen med. Man blev helt bims.. og så kunne man faktisk blive fuldstændig vild oven i hovedet. Der var mange af mine venner, der ikke ville snakke med mig, de sagde jeg blev helt anderledes og ændrede personlighed af det."*

De oplever at have psykiske og sociale problemer i forbindelse med deres brug af steroider, men alligevel vil de ikke sige, at det er forkert at tage AAS, det har bare sommetider nogle uheldige bivirkninger. Efter uheldet med den store væskefyldte krop, kører dopingbrugeren to kure mere, for at blive mere markeret og hård, og det har han det ikke dårligt med. Nok har han valgt at tage hensyn til sig selv ved ikke at tage flere AAS efter den sidste kur og for ikke at skade sig selv, men i løbet af sine tre kure har han registreret følgende faresignaler: uren hud, væske i kroppen, byldevækst, nyresmerter og en begyndende tendens til at hans stemme lysnede, og alligevel fastholder han, at AAS hjælper ham:

*"Den dag i dag har jeg det på samme måde. Man ved godt, at det er skadeligt, og det ene med det andet, men det kan folk selv vælge."*

Dopingbrugeren fastholder den enkeltes frihed og ret til at vælge brugen af AAS. Men som historien også viser, så vælger man ikke selv sine risici, de vælger dig. Om man ønsker at se det i øjnene eller

ej, så indfinder bivirkningerne og de ukontrollerbare effekter af steroidebrug sig med sikkerhed. I hvert fald er det de selv samme symptomer, dopingbrugerne kan registrere som kropslige forandringer, ud over det der er synligt for øjet. For som det hedder i det gamle ordsprog: 'det skal gøre ondt, før det gør godt'.

## **DET ER MISBRUGERNE DER FÅR ALVORLIGE BIVIRKNINGER**

Her fortæller en af dopingbrugerne om hvilke forhold, der spiller ind når risici og bivirkninger rammer den enkelte bruger af AAS:

*"..mange af dem der får bivirkninger, er folk der har lavet blandingsmisbrug, altså som har blandet eller taget store mængder, mange flere piller, mange flere ampuller, som har haft bivirkninger, så har de fået tævepatter, eller de har ikke kunnet fungere sådan helt seksuelt som de godt ville, de har været aggressive [fået] humørsvingninger o.l. og det har jeg aldrig haft, og jeg tror, at det har noget at gøre med mængden du tager. [Hvis] alt gøres med måde, jamen så burde det heller ikke give de voldsomme eftervirkninger."*

*"Altså, det er svært for mig lige at sætte mig ind i det, for jeg har aldrig selv været udsat for det [bivirkninger]. Men jeg kunne da forstille mig hvordan, hvis jeg selv havde været udsat for, at jeg havde fået tævepatter o.l. Jamen, så ville jeg helt klart have ærgret mig over det, det er da helt sikkert, men det er noget andet at sidde og have det, som jeg har det nu, fordi jeg aldrig selv har været udsat for det. Så på den måde, tror jeg folk har vidst, at det var en kalkuleret risiko."*

Distanceret og løftet op over alle former for bekymring over bivirkninger ved steroidebrug fortæller han os, at bivirkninger indfinder sig blandt de dopingbrugere, der ikke har styret doseringen af AAS og som har overdrevet mængderne og derved ikke udvist mådehold. Mådehold er på en gang et både materielt og et moralsk begreb og viser, at ved efterlevelse hæver man sig over almindelige brugere af steroider og faktisk indfører en skellen mellem dem der pusher og misbruger steroider, og dem der blot benytter AAS som et kontrolleret tilbud uden oplevelsen af risici.

## **ARNOLD SCHWARZENEGGER – DEN STORE INSPIRATION**

Interessen for at styrketræne opstod, da den interviewede som dreng begyndte at se actionfilm med den tidligere Mr. Universe i bodybuilding, Arnold Schwarzenegger og den mangedobbelte verdensmester i karate, Jean Claude van Damme. I film uden megen dialog, men med mange kampscener ser man, hvordan rigtige mænd ser ud i bar overkrop og slår fra sig mod fysisk overmagt og social uret. Alle drengebørn af 80'erne og 90'erne kender disse to aktionshelte. Det fortæller om fascinationen af at træne kroppen, men også om, hvad der driver hans interesse:

*"..jeg syntes bare, det var spændende... Jamen, jeg har altid været stor fan af, ja først var det Jean Claude van Damme.. da man var yngre, ikke, jeg synes det var rimeligt pænt at være muskuløs, og så blev det så Arnold Schwarzenegger, jeg synes at han har en rimelig pæn krop."*

*"Det er primært sådan noget som idealer og bedre velvære, selvfølgelig også for at blive lidt stærkere, ikke også, og forøge ens styrke, ikke, men der er mange, de siger, de tror, man gør det for pigernes skyld, men altså, sådan er det sgu ikke altid. Jeg gør det kun for min egen. Simpelthen for at blive bomstærk, for at blive stærkere, selvfølgelig og så nå nærmere mit kropsideal, altså, og det når du aldrig."*

*"Nu er jeg altså skadet, ikke også, på fjerde år, så er det jo, det er meget svært. ..når du skader dig, så stopper alt, med en skulderskade, så stopper det meste, fordi du bruger skulderen til alt, om du kan*

*lide det eller ej, måske lige på nær benene, ikke også, men altså som mænd, der er det ikke altid det mest interessante at træne..."*

Udover den umiddelbare fascination og interesse i at se ud på en bestemt måde, kan træning også ses som forsøg på både at forme et personligt og maskulint udtryk i retning af nogle bestemte egenskaber og karakteristika. At blive stærk, ja bomstærk og ganske enkelt bare stærkere og få en krop der udtrykker denne styrke, er det primære mål for træningen.

Det er ikke, som nogen tror, for at tækkes kvinder, men for selv at føle styrke og tilfredshed ved sit udseende. Så kan det selvfølgelig være en god sideeffekt, at kvinder finder den interviewede attraktiv. At udtrykke en attraktiv krop som mand hænger sammen med en stor og veltrænet overkrop, noget som er meget svært at udvikle for den interviewede nu pga. en skade i skulderen. Det får direkte indflydelse på, hvor langt han kan nå med træningen, og hans ideale kropsbilleder bliver endnu mere umulige at opnå. Det er praktisk taget umuligt at opnå disse forestillinger om den perfekte mandekrop uden brug af ulovlige hjælpemidler, som steroider.

## **DEN HELBREDENDE BRUG AF STEROIDER**

Han fortæller om sin anvendelse af steroider, at han efter den første kur forsøgte at bruge steroider mod den skade, han havde fået i skulderen. Steroider findes i mange udformninger, og opleves som om den har en næsten mytisk effekt og virkning af brugerne. Selv til skadesforebyggelsesformål og i helbredelsen af allerede påførte skader anvendes steroider:

*"Reelt set så har jeg kun været på en gang, det var sådan noget, at nogle af steroiderne har en – jeg vil ikke sige – helbredende effekt – men de har en god positiv virkning på skader og sådan noget, så jeg har prøvet et år efter, eller sådan noget, og så prøvet at tage det direkte på skaden..."*

Dopingbrugeren oplevede ikke den ønskede helbredende effekt, men han var presset og frustreret og oplevede ikke selv at have flere muligheder inden for den traditionelle behandlingsverden. Derfor har han, i et forsøg på at få sin skade væk, indsprøjet steroider direkte i skuldermuskulaturen for at få "smurt" sit skulderled. Årsagen til at skaden i første omgang opstod var, efter hans eget udsagn, at anvendelsen af steroider eksplosivt havde øget hans muskelstyrke, mens ledbåndenes styrke ikke tilsvarende fulgte med, og derfor blev han udsat for en type overbelastningsskade:

*"Men jeg har af god grund ikke taget noget i lang tid, fordi jeg har været skadet, ikke også, så jeg har ikke haft belæg for at bruge steroider. Så nu vejer jeg mindre, men er stadig blevet større, ikke også, så det viser jo bare lidt, jeg har bare ikke haft behov for det, så, men det er jo stadigvæk fristende. Din muskel bliver rigtig sindssyg stærk, og den kan også følge med og det hele, men det kan dine led bare ikke, eller dine ledbånd, for den sags skyld, lige pludselig så kommer der altså bare en overbelastning."*

I fortællingen sniger sig en usikkerhed ind omkring anvendelsen af steroider, som omhandler risikoen for, at anvendelsen af steroider kan have givet ham skulderskaden. Den usikkerhed kan han ikke få væk og ej heller skaden. Det er en grundlæggende erfaring, at netop kropslig erfaring ikke let kan generaliseres og kategoriseres, men bliver præget af undtagelsestilstande og meget personlige forudsætninger og udtryk. Måske var det bare en forkert bevægelse, måske var det systematisk overtræning, måske var det hans krop der ikke var stærk nok til at tøjle kraften fra steroider, måske, måske, måske. Han bliver aldrig sikker og det traditionelle sundhedssystem kan ikke afklare for ham, hvad der var årsagen. At have påført sig selv smerte gennem fire år, en smerte, der holder ham vågen om natten, vil af almindelige mennesker blive opfattet som dumt. Det er noget han er rimelig bevidst omkring, og i hans fortælling kan vi se en splittelse mellem den fornuftige og besindige tilgang til træning, og så det forbudte ønske om hurtig og fantastisk vækst som følge af steroidebrug: En mirakelkur, der ikke hjælper i denne situation, da han ikke vil kunne træne hårdt nok på grund af skaden til at få nytte heraf.

## **DEN TABUFYLDTE BRUG AF STEROIDER**

Åbenheden omkring brugen af steroider er ikke udbredt, og dopingbrugerne i denne undersøgelse er meget ambivalente omkring deres brug af doping. På den ene side betoner informanterne deres personlige integritet og autonomi, og som en del heri vedstår de sig deres handlinger og handlingernes konsekvenser i åbenhed – i hvert fald over for den spørgende forsker. I deres egen vurdering er dopingbrugerne åbne over for deres venskabs- og kammeratskabskreds, om end det ikke er en total åbenhed, der inkluderer alle og enhver, så indeholder denne åbenhed om brugen af steroider typisk en reservation over for netop forældre og arbejdskolleger og fremmede i almindelighed. Som ukendt og fremmed mødes forskeren med skepsis. Der er lige dele ængstelighed i forhold til, hvad denne interesse kan føre til af sanktioner mod brugere af doping eller om det overhovedet vil føre noget godt med sig. De grundlæggende motiver for at medvirke i denne undersøgelse er, udover en vilje til at hjælpe også det mere personlige motiv, at få muligheden for at fremstille sig selv og steroidebrugere som andet og mere end blot et stereotypet billede af bodybuildere, som værende dumme, grimme og unormale mænd.

*I: "Var I sammen om det, så I sad sammen og hjalp hinanden med at tage pillerne og snakkede om, hvordan I skulle gøre, eller var det noget I gjorde hjemme?"*

*"Det var bare noget vi gjorde der hjemme."*

*I: "Og så talte I om det, når I mødtes til træning, eller?"*

*"Ja, nej det tror jeg sgu ikke, havde bare en ide om, hvordan og hvorledes det skulle gøres, det er sgu ikke sådan noget, man snakker om."*

Her er det endda endnu mere tydeligt, at åbenheden er til forhandling og afgøres i den enkelte situation, men ikke i en social kontekst. Brugen af steroider implicerer den tavse anvendelse og hemmeligholdelse selv blandt to kammerater, der er blevet enige om i fællesskab at starte på steroider. Med dopingbrugerens egne ord: *"Det er sgu ikke sådan noget, man snakker om."*

Med andre ord, står unge, nybegyndende dopingbrugere meget alene med brugen af steroider, og de bliver tvunget til at søge information gennem andre kanaler, som internettet, hvor der efterhånden er et stort udvalg af hjemmesider, der omhandler træning, kost og brugen af doping.

## **KOST OG TRÆNING I HVERDAGEN**

Den interviewede er 29 år og arbejder til hverdag som håndværker, men i øvrigt er hans hverdag struktureret af vigtigheden af at få styrketræning og kost til at hænge sammen. Han fortæller om sin daglige kostplan:

*"Så lige nu spiser jeg, ja det er meget, meget spændende, det er rå grønsager, det er kartofler, pasta, ris, kylling, oksekød - tørstegt."*

*I: "Skal du have meget at spise?"*

*"Ja, jeg spiser rigtigt meget. Ja, jeg spiser, ja, det svinger også lidt, nogen dage gider man jo ikke, så er man hel færdig – jeg spiser vel – ja 8-10-12 måltider om dagen, nogen store og nogen små. Jeg har det bedst ved at gå på arbejde og så får jeg min daglige rutine den kører, med morgenmad kl. 6, mellemmåltid kl. 9, frokost kl. 11, mellemmåltid kl. 13, mellemmåltid lige inden træning ved 15-tiden. Så til træning og så protein bagefter og så hjem og spise og så protein igen, og så, jo nogen gange spiser jeg om aftenen, og så frugt ind imellem i løbet af dagen."*

I: *"Så du spiser proteiner?"*

*"Ja, jeg spiser mange, rigtig mange."*

I: *"også proteintilskud?"*

*"Ja, jeg spiser rigtigt meget, jeg spiser det tre gange om dagen, 2, 3, 4 gange. Det gør jeg og jeg spiser proteinbarrer."*

Denne unge mand træner 4-6 gange om ugen og fremhæver det som alle deltagerne i undersøgelsen også har fortalt om styrketræning, at det handler om hård disciplin og viljestyrke, hvis man vil noget med sin træning.

# KAPITEL 8 – STEROIDEBRUGENS NEGATIVE SPIRAL

For denne 25-årige dopingbruger blev det hurtigt interessant at styrketræne og arbejde med at forbedre sin fysik; et arbejde der kom til at handle om mere end blot at forøge sin fysiske styrke, men simpelthen om muligheden for at forme selve kroppens fremtoning i overensstemmelse med et ideelt selvbillede:

*"... Jeg tror ens billede forandrer sig. Jo ældre man bliver, jo mere muskelmasse man tager på, jo større man bliver, jo anderledes bliver ens billede af en selv."*

*"Så det er klart, jeg tror med alderen, så bliver det billede man har selv, det bliver større, større og større. Det bliver sådan en form for en mega-reksi eller en eller anden form for at mere vil have mere. Man vænner sig til at have en vis størrelse, det er naturligt og derfor vil man gerne forbedre sig. Vi vil også godt se bedre og bedre ud, så på den måde så er det ligesom, der er ikke nogen grænse for partout, hvornår nok er nok, men det bliver ligesom en pige med anoreksi, som ikke synes hun er tynd nok, sådan har vi andre det også i en vis form, der er nogen der er mere outreret end andre, og nogen går længere ud i periferien end andre, men billedet det forandrer sig hele tiden."*

*"Jeg er godt klar over, at os der træner styrketræning, bodybuilding på et vist niveau, vi kan kun sammenligne os med de folk, som er i samme center, eller folk vi ser de steder vi kommer Og de er jo præget af, at størst er bedst, og derfor bliver det meget hurtigt sådan noget med, at man kommer ind i den der dårlige spiral med, især i de her omgangskredse, hvor der bliver brugt ting, som ikke er lovlige, altså steroider o. lign."*

Denne passage indeholder mange af de komponenter, der hører med til historien om, hvorfor mænd styrketræner og bruger ulovlige stoffer som steroider. Det fortæller os, hvordan dopingbrugeren gennem styrketræningen ændrer sit kropsbillede i en retning af sine skønhedsideal, der på en og samme tid fører ham ind i en handlingssammenhæng, hvor større er mere - og mere er bedre. Han er bevidst om, at han og andre bodybuildere ikke ligner gennemsnitsdanskeren, hvad angår træningsindsats og kropsudseende, men ikke desto mindre oplever han ikke, at der er så stor en

forskel, på det liv han lever, og de mål han har set i forhold til, f.eks. en maratonløber, der også træner og lever for at løbe hurtigere og hurtigere tider.<sup>18</sup>

Man værner sig som dopingbruger og styrketræner til at have en vis størrelse, og den fortsatte udvikling af størrelsen bliver en del af den personlige udvikling. Samtidigt skaber udviklingen og forandringen af kroppen en frustration hos dopingbrugerne. De kan ikke blive store nok, for der er hele tiden en muskelgruppe, der ikke er lige så symmetrisk eller markeret som resten af kroppen, og denne tilstand af utilfredshed og utålmodighed med kroppen er som en omvendt form for anoreksi. Dopingbrugeren udviser en bevidsthed om, at sådanne kropsbilleder er forvrængede og sygelige, men betonere at denne også findes i mange grader, dog har alle en flig af den, selv om han selv ikke hører til de værste.

Det er også selve omgangen med andre store og større mænd, der nærer ønsket om at blive "lige så store som de andre" og det er her, at man selv ser sammenhængen mellem udviklingen af lysten til at blive større og motivationen til at prøve at blive større - med den hjælp man kan få af at anvende steroider. Størrelsen alene giver muligheden for at få adgang til et fællesskab af styrketrænende mænd, hvor andre elementer, som hård træning, kostdisciplin og forbudte stoffer på forskellig vis også kan være adgangsgivende.

## **HARDCORE OG SOFTCORE MENNESKER**

En anden del af kropsfascinationen næres af mediernes fremstilling af perfekte kroppe, og det sætter man sig så for at efterligne. Han tegner i sin fortælling en model af, at interessen for krop og styrketræning startede med indflydelse fra billedmedierne og blev fulgt op af indtrykkene fra træningscentret og træningskammeraterne, hvorefter nybegynderen, i mødet med de store drenge, som i en spiralbevægelse bliver suget længere ind og ned i styrketræningsfællesskabets kultur og livsstil:

*"Det er klart, rent træningsmæssigt så tilhører jeg den sådan lidt mere hardcore gruppe."*

*"Men nej, jeg passer nok ind, sådan træningsmæssigt ind i hardcore efter 10 års træning, men rent socialt, verbalt, intelligensmæssigt uddannelsesmæssigt, øh, der passer jeg mere den anden vej. Så det kan godt være noget med en sjov balancegang, fordi mange af de her typer, er nogen typer som jeg ikke vil gå med i min dagligdag."*

*"Nej det gør jeg faktisk ikke, øh.. jo med hardcore, det kan kategoriseres på mange måder, fordi hardcore kan både være rent staturmæssigt, altså vægtmæssigt, men det kan også være i forhold til livsstilen bag, og der kan du sagtens være en hel normal hr. Jensen nede fra naboen dernede."*

*"Så min træningsmakker, han er faktisk helt, stort set næsten normal, han har bare.. han synes, at det er spændende og sjovt, og ser ikke ud af statur som jeg selv gør. Men, der er god kemi, og han synes også, det er sjovt at træne, og vi ligger selvfølgelig på samme niveau på nogen steder, men andre steder gør vi slet, slet ikke. Men interessen er der, og det er det, der ligesom er båndet eller trænings- eller makkerskab."*

Her beskrives tilhørsforholdet til den gruppe, der dyrker "hardcore" styrketræning, som værende et spørgsmål om at træne på en bestemt måde og have opnået et bestemt niveau ud i styrketræningen. Derudover forholder dopingbrugeren sig distanceret til de "hardcore" bodybuilders gruppe, som han i væsentlige aspekter som social og uddannelsesmæssig baggrund mener at han adskiller sig fra. Derfor har han også fundet en træningsmakker, der ikke deler karakteristika med "hardcore" gruppen, og som han kalder "stort set normal". Man er hardcore, enten ved at være en meget stor bodybuilder eller ved at leve bodybuilderlivsstilen fuldt ud, og det

er her, at man kan være en helt almindelig ikke-steroide bruger, der interesserer sig for at styrketræne lidenskabeligt, og så kan man være bodybuilder med brug eller misbrug af steroider.



# KAPITEL 9 – RISIKOMASKULINITET – I SUPERMANDS VÆRKSTED

Lysten og motivationen til at prøve doping hæmmes ikke af unødigt tænkning og refleksion over mulige negative og langsigtede konsekvenser af handlingen, når man er ung. Livserfaring og modenhed eller mangel på samme har stor indflydelse på om unge tager chancen, og de mener selv at trangen til at eksperimentere aftager med årene, og at refleksionen over mulige konsekvenser tiltager med alderen og erfaringen:

*“Jeg tror, jo tidligere man kommer i gang med det her, jo nemmere er det, fordi ja, når man er ung, så ja, hvad der sker i morgen, det sker i morgen, man tænker ikke så meget over konsekvenserne i den lille aldersgruppe, så mange 16-17-årige inklusiv mig selv der, 18-årige, man tænker ikke over konsekvensen.”*

*“... Jeg gjorde af den årsag, det er jeg ret overbevist om, at jeg godt ville ligne dem, jeg trænede sammen med. Så føle sig ”in” i gruppen, hvis man sådan prøver at analysere sig ud af det. For at føle sig med inde i gruppen.”*

Det specifikke ønske om at komme til at ligne de andre store mænd, fik denne unge mand til at bruge steroider. Altså var det en kombination af ønsket om at få et kropsbillede, der svarede til hans selvforståelse, samt at få adgang til et bestemt socialt træningsfællesskab, et særligt maskulint praksisfællesskab med tilhørende kropspraktikker og kropsbilleder.

## **TRÆNINGSCENTRET SOM MASKULINT RISIKOFÆLLESSKAB**

Det er spørgsmålet, om brugen af doping er en almindelig og accepteret dagligdagspraksis og som sådan indgår i et homogent miljø, eller om man bliver nødt til at differentiere mellem forskellige grupper af dopingbrugere og dermed forskellige dopingmiljøer og kulturer. Hardcore og softcore styrketrænende unge deler på et område fælles interesser og det er med henblik på dyrkelsen af den muskuløse krop. Men der er flere ting der adskiller end der forener gruppen af unge, styrketrænende mænd.

*"Jeg tror, jeg trænede i et center dengang, hvor der var 1.000 medlemmer, vil jeg skyde på, i det her center, og der har været den her hardcore kerne på de her 10-15, nej, så mange har der nok ikke været, 10, hvor det florerede."*

*"... Det kan deles op i mange ting. Det har meget at gøre med, der er de rigtige dygtige af dem, som stiller op til konkurrencer og som har styr på kosten, altså midt i kosten har du kroppen, og så dem som er fritidsbodybuildere, som synes at det er sjovt, og som typisk er... der er bøller, som dem man ser på gaden med store guldkæder, udsmidere på diskoteket, det er sådan [en] type, og så er der så dem, der gerne vil være en af delene, enten bøllen eller ham der stiller op. Så og jeg synes, at jeg tror, at jeg passer ind – jeg var ikke fascineret af bøllen på nogen måde, jeg var mere fascineret af bare det fysiske aspekt i det, at man kunne ændre sin krop."*

Der er altid nogen, der er længere ude, nogen der er mere fremmed eller dårligere mennesker end de, der er som dopingbrugerne selv. Gruppen af styrketrænende mænd har brug for at differentiere billederne af afvig, misbrug og kriminelle kroppe, således at de selv fremstår som om de tilhører en homogen kulturel enhed, hvor der hersker en bestemt social orden og bestemte sociale værdier. Hvis ikke man overholder reglerne for god, anstændig og fornuftig dvs. kontrolleret steroidebrug, så ryger man uden for fællesskabet og mister sine rettigheder og sin selvindlysende status.

Bøllen er den upolerede fritidsbodybuilder uden finesse, en mand der udseendemæssigt er karakteriseret ved at have tunge guldkæder omkring halsen, kropstatoveringer, kort hår og varetager manuelt og fysisk arbejde. Dette billede svarer til insiderbodybuilderens stereotype karakteristik af den uønskede misbrugsidentitet, der imod hans vilje alligevel klæber til ham selv via hans store og muskuløse krop. Derfor forsøger dopingbrugerne at unddrage sig sammenligningen med det, de selv forbinder med en tabertype: de kriminelle, misbrugerne og afvigerne. I forhold til deres selvforståelse giver de udtryk for at være mere på forkant – avantgarde – end marginaliseret, og her finder vi et tydeligt udtryk for, at de, som så mange andre styrketrænende mænd, opfatter sig som eksemplariske hvad angår træning, kost og sundhed.

Dopingbrugerne ønsker ikke at blive betragtet som underlegne eller medlidenhedskrævende. De ser tværtimod mere sig selv som det moderne samfunds nye mandetype 'super-mænd'. Opretholdelsen af dette magtfulde selv billede og udtryk for maskulin overlegenhed er kun mulig under særlige forhold og i bestemte situationer, som når der fx trænes i motions- og fitnesscentret. I mødet med andre mennesker, som ikke deler samme livsstil som deres familie, deres arbejdskolleger og forskeren, fremstår denne supermandsidentitet som mangelfuld og modsætningsfyldt og dermed svær at håndtere i en kompleks dagligdag. Selv om træningscentret kan fungere som et heterotopia, hvor særlige former for maskulinitet kan afprøves og styrkes, så er det kun en begrænset del af disse mænds sociale kontaktflader, der udgøres heraf. Derfor kan kostplanlægning, diæter og afholdenhed ses som rumlige udvidelser af dette af dem oplevede frirum<sup>19</sup>, gennem planlægning og strukturering af ritualer i forbindelse med deres identitets- og kropsprojekt.

## **SUNDHED SOM MASKULIN PRÆSTATION**

Målet for den enkelte styrketræner og dopingbruger er ikke først at fylde kroppen med gift, for så derefter at ødelægge kroppen med træning. Selv om de styrketrænendes egne malende beskrivelser af træningens funktion i forhold til kroppens muskulatur indeholder termer, som at "slå musklen ihjel" og "dræbe musklen", så er rationalet i denne handling i sig selv indlysende, som hele forudsætningen for at kunne udvikle og overskride grænsen for muskelvækst.

Hele træningscentrets indretning af teknologi og funktion er designet til at tilvejebringe de bedst mulige forhold for det enkelte medlems udførelse af den optimale muskel-, krops-, krafts- og viljesanstrengelse. Den optimale præstation indebærer i træningscentret på engang overskridelsen af grænsen for kropslig ekspansion og sammentrækning. Udvikling, hastighed og omfang er nøgleord for den styrketrænende. Som det fortælles herunder, så handler det om at kunne forme kroppen, at

magte forandringen og udviklingen af kroppens fysik og derigennem få mulighed for at udtrykke personlig karakter og sundhed:

*“At være i form og det at træne kroppen udstråler at man jo er personlig sundhed, jo, ikke, altså det er jo også sundt for din – på lang sigt – dengang man startede var det selvfølgelig fordi man ønskede at ændre kroppens udseende, fordi fra at være, jeg var ekstrem tynd, meget meget tynd, jeg vejede en 56-57 kg da jeg var 17 år. Det gjorde det, at vægten var mit mål, jeg øgede også 20 kg det første år - 15 kg på et år det første år.”*

Sundhed er ligesom andre ting et udpræget individuelt anliggende og det er en gevinst ved styrketræning som motionsform, at den kan tilrettelægges fuldstændigt individuelt. Dopingbrugeren siger:

*“Ved styrketræning, der bestemmer du selv, hvor meget karakter man selv har, ikke. Og der er det jo, altså jeg har trænet mindst 4 dage om ugen, 4-6 dage om ugen.”*

Det er også den enkelte mand selv, der bedømmer kvaliteten af indsatsen for at opnå større fysisk velbefindende og tilfredshed med kroppens udseende:

*“Jeg kigger på min krop, og jeg måler den og vejer den og forskelligt, ser hvad jeg løfter, man har jo altid gode perioder og dårlige perioder, så det er sådan lidt forskelligt, hvad jeg gør. Men det er det visuelle, der tæller, det er det som regel. For alle kan da godt se om de er tynde eller tykke, eller slanke eller trænede.”*

Det allervigtigste er det æstetiske udtryk som kroppen har, for det er det alle mennesker kan se og vurdere. Derfor bliver udseendet også det væsentligste udtryk for, om den enkelte er sund og rask og fit – det kan aflæses direkte af kroppens udtryk og form. Det vigtigste er dog, at man selv er tilfreds med kroppens udseende og ikke bruger tid på, hvad andre tænker:

*“For mig er det ikke et spørgsmål, hvad andre synes, selv om det er mange, der tror, når man styrketræner, så er det fordi andre skal synes, at man ser godt ud, eller man synes, at det skal være store muskler.”*

For de dopingbrugende og styrketrænende mænd indtager den daglige opmærksomhed på træning, krop og kost, karakter af at blive en eksklusiv livsstil, hvor opmærksomheden på kroppen samles i rutiner og systemer, der sikrer den enkelte styrketræner mest mulig kontrol med kroppen og med hverdagen:

*“For mig er det velvære at være i form, jeg ved hvad det betyder for mig, altså, jeg gør så mange andre ting, eller jeg gør ikke så mange andre ting, som mange andre unge mennesker gør, altså jeg ryger ikke, jeg drikker ikke, jeg tager ikke stoffer, jeg går ikke i byen, og jeg spiser sundt og ja, jeg prøver at holde en sund livsstil.”*

Træningens mål har ændret sig, i starten var træningen til for at tage en masse kilo på, og nu er det mere træning for at forme den opnåede masse. Det handler om at opnå en følelse af velvære og en følelse af at være i form og af at leve sundt i modsætning til andre, også unge mennesker der forgifter deres kroppe med alt muligt. Denne udprægede vilje til kontrol og magt går gennem en systematisk og erfaringsbaseret viden om kroppens underkastelse og disciplineringsformer.

## **DEN MASKULINE IDENTITETS PRÆSTATIONSTVANG**

Samtidigt er det vigtigt at forstå, at træningen har en værdi i sig selv ud over de afledte sundhedsmæssige og udseendemæssige effekter. Træningen og den fysiske formning af kroppen, som den enkelte persons genvej til at udtrykke, skabe og kontrollere det selv-billede og den personlige identitet, der kommunikerer gennem kroppen konstant og uafbrudt. Hvis den er noget, så er kroppen og kommunikationen et ekstremt udtryk for en betoning af en traditionel, hegemonisk maskulinitetsopfattelse.<sup>20</sup> Og træningen bliver så der, hvor sådanne identiteter kan hvile i sig selv uantastet og uimodsagt.

I denne bevægelse væk fra det ungdommelige som uansvarlig livsførelse, oplever og konstruerer de unge nye myndighedsformer i relation til deres styrketræningspraksis. De er ikke bare unge drenge med fuglebrystkasser, nej de er fuldt udvoksede og flyvefærdige, hvilket de til enhver tid vil og kan hævde. Det er også på den måde, at de ikke træner for nogen andres skyld eller for at tækkes nogen, nej, de træner i egen ret og for sig selv; at pigerne så tilfældigvis godt kan lide store muskler, er en behagelig sideeffekt.

De er mænd der træner styrke, træner og styrker deres maskulinitet som en mulighed blandt mange muligheder for at konstruere særlige maskuline identitetstræk, som de lægger vægt på, og som deres omgangskreds lægger vægt på. Derfor kan unge mænds brug af steroider måske forstås som en integreret del af deres maskuline identitetspraksis og konstruktion.

Steroidebrug har nogle klare karaktertræk til fælles med megen anden fascination af det ulovlige og det forbudte, som tiltrækker mænd på grund af en utvetydig og klart symbolsk og historisk maskulinitetsrefererende betydning. Udover at risikovillighed forbindes med en særlig opfattelse af mandlighed, så er muskelstyrke og størrelse også et traditionelt maskulint symbol, som konnoterer traditionelle mandlige egenskaber.

## **KROPPEN SOM SKJOLD MOD PRES FRA OMVERDENEN**

Fremkomsten og forædlingen af den nytraditionelle mandetype er en civiliseret mod-kulturel modstand mod fornuftens eroderende møde med erfaringen. Men den er individualiseret og ikke kollektivt bæret som kultur og indgår derfor i skiftende diskursive formationer uden retning og samling. Tillid til andre er svær at opretholde, hvis det ikke en gang er muligt at nære tillid til sig selv. Det er første skridt i erfaringsprocessen at finde frem til grænsen mellem dig og mig, og mig og de andre. Når det er for faretruende at overskride sin egne grænser og komme omverden i møde, så kan vi sikre os ved at forstærke oplevelsen af at have en grænse: En fysisk og kropslig markering af hertil og ikke længere. Her til går og når jeg ud til, og du skal ikke være i tvivl om, hvornår du når til, rammer eller støder ind i min grænse, for den er hård, skarp og markeret – det er sådan én, man slår sig på!

*"Det ved jeg ikke, dengang, det var også fordi man gik mere i byen dengang, og så gav det noget selvtillid."*

*"Altså, ikke mig selv, men min lillebror, har slet ikke fundet samme interesse som mig, han er 2 år yngre end mig, men hvis – sådan vil jeg nok se ud, hvis jeg aldrig havde trænet. Han er spinkel, helt spinkel, han vejer 65 kg, samme højde som mig. Han er helt spinkel, han valgte bare en anden levevej, det var ikke interessant for ham åbenbart, ser meget op til mig!"*

*"Man han er da tit altså blevet forulempet, ved nogen der skubber til ham eller et eller andet der, hvorimod mig, når jeg går i byen, der har der aldrig været nogen, der sådan ville slås med mig, der er en vis respekt på den måde, så deraf får man selvfølgelig også noget selvtillid. Man ved hvad man er."*

*"Ja det gør det også, det giver mig tryghed, ja, man kan mærke, at man får lidt mere respekt rundt omkring på den her måde, og det er også en dejlig fornemmelse på den måde."*

Respekt er en af de mest grundlæggende sociale handlinger og mellemmenneskelige statusbeskrivelser vi historisk set har opereret med. Respekt er således en meget værdifuld og symbolsk betydningstilskrivelse, der understøtter såvel integrations- og differentieringsprocesser. Oplevelsen af respekt tilskrevet ens person og handlinger er således en forudsætning for social og individuel myndiggørelse. Det handler om at være nogen og noget, en person der aftvinger respekt ved sin blotte fysiske fremtoning er en karakteristisk maskulin fremtrædelsesform og med et klassisk symbolsk magtudtryk. Tænk bare på skikkelser som hærføreren og kongen.

## **I DEN FAGRE NYE VERDEN ER DOPINGBRUGEREN IKKE AVANTGARDE – MEN HELT ALMINDELIG**

Men vores samtid er meget mere kompleks end vores fortid, og det har ændret på nogle grundlæggende strukturer, der hidtil har været maskulint kodet. Derfor stilles der øget krav til vores refleksivitet, valg og handlekompetence i en globaliseret, individualiseret og moderniseret ny samfundsorden. I denne fagre nye verden er den traditionelle kønsrollefordeling i opbrud, og køn er nu blevet en inklusiv frem for en eksklusiv størrelse. Kultur, værdi, identitet er ubesatte betydninger, der venter på at blive reartikuleret eller reformuleret, eller bedre endnu nyfortolket gennem sociale handlingspraksisser:

*“Man er for dårlig til at gå ind og kigge på det positive aspekt, det er sådan [en] typisk dansk jantelovsmentalitet, at vi kun kigger på de negative sider af sagen, men det er det, der er interessant, det er, hvad der skaber røre, det der skaber forsider, men de kigger ikke på alle de positive aspekter. Det mangler lidt, og det kan jeg godt blive skuffet over, ked af det, eller irriteret over at høre, at man i medierne kun fokuserer på misbrugerne, [de] rigtigt gulle [tilfælde], og når det er sådan, ”så skal dem ude i centrene sgu også testes, fordi sådan må det også være derude”. Og det er jo ikke tilfældet, ikke altid altså. Selvfølgelig, der er altid folk, der er længere ude end andre, men...”*

Hvordan fortæller man en modhistorie om unge mænds brug af doping, mod den forståelse, at unge mænd der anvender muskelopbyggende stoffer i forbindelse med deres idræt og motionsaktiviteter, er kriminelle, afvigere og misbrugere, der dumt udsætter sig selv og deres krop for sundhedsskadelige virkninger af dopingbrug.

Dopingbrug strider jo også ydermere mod grundlæggende moralske principper inden for idrættens verden, og bliver betegnet som snyd og bedrag af alle idrætsdeltagende og konkurrencebetragende folk.

Svaret ovenover kan tjene som et eksempel på, hvorledes samfundets og forskerens interesse for doping, som et negativt fænomen, som kriminelt misbrug og moralsk afvigelse ikke opleves som en dækkende beskrivelse eller vurdering, men i stedet giver anledning til at formulere en modkritik af samfundets almindelige sundhedsforestillinger. Vigtigere endnu tager dopingbrugerne til genmæle mod den ensidige typificering af alle brugere af doping som misbrugere og af den følgende informationskampagne som ren skrækeffekt. Modsat undrer det, at dopingbrugerne ikke ændrer deres handlinger for at undgå stempelingen som misbruger og kriminel, når de kender til den viden, der præsenteres af eksperterne om sundhedsrisici og skadesvirkninger ved brugen af Androgyne Anabole Steroider. Derfor er de dopingbrugende mænds svar interessante og udfordrende: Interessante, fordi de konstruerer rationaler og handlingsformer, der integrerer og differentierer forskellige risici, der igen indeholder forskellige grader af ambivalens, da ikke alle attributter er lige attråværdige; Udfordrende, fordi dopingbrugerne viser nye måder at stille spørgsmål – nye svarformer, der alle peger i retning af nye afslutninger.



# KAPITEL 10 – RISIKO I DET REFLEKSIVT MODERNE SAMFUND

Den teoretiske ramme for undersøgelsen af unge mænds dopingbrug er en sammentænkning af flere modernitetsteoretiske begreber. Disse beskrivelser udgør en fælles diagnose af den samfundsskabte virkelighed og dens konsekvenser for den enkelte individs hverdagsliv og skaber et overblik over det historiske nymoderne ved samfundet og individets eksistens. Gennem præsentationen af en række sociologiske teorier, omhandlende individ og samfund, fastlægges en ramme som er udgangspunkt for denne undersøgelses analyse. Fremstillingen af de teoretiske positioner skal på forskellig vis give indsigt i og begreb om, hvilke moderne livsvilkår unge mennesker lever under og med i det moderne samfund, og give os et bredere indblik heri. Undersøgelsen vil desuden fokusere på væsentlige forhold for unge mænds livsstil og hverdagsliv.

Her vil teoridelen fokusere på en række begreber hentet fra Ulrich Beck og Anthony Giddens centrale teorier om henholdsvis det risikomoderne og det sen- eller højmoderne. Elisabeth Beck-Gernsheim supplerer begreberne om risiko, individualisering og refleksivitet, og Anthony Giddens begreber om selvidentitet, disembedding, refleksivitet, 'time-space' separation, tillid, risiko og ontologisk sikkerhed vil også være omdrejningspunkter. Ud over disse to (tre) hovedtænkere, vil der blive inddraget en række teoretiske positioner og argumenter, der udvikler de centrale begreber om risiko, tillid og selvidentitet og kontekstualiserer disse i forhold til undersøgelsens 3 fokusområder: Dopingbrug som risikohandling, sundhed som kropslig fitness og maskulinitet som symbolsk praksis.

## **RISIKO, TILLID OG SELV-IDENTITET**

Den britiske sociolog Anthony Giddens beskæftiger sig med det, han kalder for de forandrede forhold for individets liv i det senmoderne og han frembringer en række karakteristiske grundtræk og beskrivelser.

Giddens opererer med to forskellige betydninger af refleksivitet, som henholdsvis den form der kendetegner den dagligdags handling og så den anden mere grundlæggende form som indlejret i moderniteten fordrer refleksivitet og som medtænker refleksivitet over handlingens refleksivitet.

Et andet begreb er disembedding, der henviser til det forhold, at mennesket er revet ud af sine traditionelle personlige rutiner og mødes af abstrakte systemers viden og udtryk. Eksempler er den

stigende fremvækst af symbolske tegn, der refererer og refereres i uendelighed samt fremkomsten af eksperter til hvilke vi uddelegerer mere og mere ansvar og tiltro.

Desuden er den hverdagslige sociale interaktion berøvet sin naturlige enhed pga. at 'time/space' enheden af de sociale forhold er sprængt. Ny teknologi og skabelsen af globale standarder skaber muligheden af at være separeret i tid og rum, men stadig i kontinuerlig social interaktion. Faren for individet og hverdagslivet er fragmentation.

Disse udviklingsforhold relaterer sig også til en gennemgående aftraditionalisering, som også den tyske kultursociolog og ungdomsforsker, Thomas Ziehe, har vist gennem sine studier, og fraværet af en selvfølgelig gentagelig traditionsbunden struktur, rutine og handling skaber nogle helt særlige orienteringsvanskeligheder for individet i det moderne samfund.<sup>21</sup>

I al væsentlighed sætter det sig igennem i spørgsmålet om individets hverdagsliv og selvidentitet. Her kan introduktionen af risiko eksemplificere denne udvikling. Risikoen i det moderne samfund er, ifølge Giddens, reelt tilstede, men verden er ikke mere risikabel nu end førhen. Når verden så opleves som mere risikabel af det moderne individ eller som mere usikker, kan det godt hænge sammen med den generelle samfundsudvikling og produktionen af risiko og viden om risiko.<sup>22</sup>

Tillid, risiko og ontologisk sikkerhed er grundlæggende begreber i Giddens teori. Individets forudsætning for at håndtere risiko placerer Giddens på individets udviklede tillidsformer, der både kan give sig udtryk i tillid til en person eller tillid til et system. Tillid som grundlag for handling bliver mere og mere betydningsfuld, når der er mange valgmuligheder og generel usikkerhed tilstede.

*"Tilliden til de abstrakte eksperter skaber tillid i vores dagligdag, men den kan hverken erstatte gensidigheden eller intimiteten som den personlige relation tilbyder. Tillid til anonyme andre og upersonlige principper er uundgåelig og nødvendig, hvilket skaber en ny fare for psykisk sårbarhed."*<sup>23</sup>

Ontologisk sikkerhed grundlægges af det tillidsfulde personlige forhold til betydningsfulde andre. Individets oplevelse af ontologisk sikkerhed er vigtig for oplevelsen af selv-identitet. Selv-identitet skal hele tiden produceres og reproduceres som en biografisk fortælling, der diskursivt integrerer fortællingen om selv-identiteten som reflektivt projekt, der omhandler den personlige og individualiserede betydning og mening af at vælge og beslutte det rette. Selv det forkerte valg skal reflektivt kunne rummes i individets fortælling og selv-identitet.

Kroppen er en integreret del af vores selv-identitet og indgår som en naturlig del i selvets reflektive overvejelser. En af de måder, hvorpå individet forsøger at tage kontrol over sit eget liv, er gennem kropsregimer. Kropsregimer er områder for praksis og indlæring af forhold, der kan kontrollere vores organiske behov, fx mad, tøj og seksualitet. Kroppen forsøges kontrolleret, så den passer ind i selvets reflektive projekt. Spisevaner og fødevarerindtag er midlet til at opretholde en særlig selv-identitet. Fx er diæt et eksempel på individets ønske om at opretholde et bestemt udseende og kropsudtryk. Når selvet taber kontrollen til kroppen og kroppen tager magten, bliver resultatet patologiske tvangsformer, som Anoreksi og Megareksi.<sup>24</sup>

Livsstil vælges og besluttet gennem hverdagens rutiner, og individet udtrykker sit reflektive selvidentitetsprojekt herigennem. Fx er det selv-identitetens eget ansvar at skabe intime tillidsrelationer, og de forekommer langt fra lige så naturgivne, historisk overleveret eller traditionsbundne som førhen. Aftraditionaliseringen har ramt selvfølgeligheden ved forholdet mellem mand og kvinde og skabt ideen om det, Giddens betegner som det rene forhold. Her i skal alting altid kunne forsvares som personligt meningsfuldt og udbytterigt af begge parter for at forholdets berettigelse opretholdes. Forholdet er rensat for sociale funktioner og står tilbage som selv-identitetens rene forhold til forholdet. Kærlighed og det at stifte familie har ikke nogen mening uden for individet selv.

## INDIVIDUALISERING OG RISIKO

Ulrich Beck fremsætter følgende påstand om risiko:

*“Risk may be defined as a systematic way of dealing with hazards and insecurities induced and introduced by modernisation itself.”<sup>25</sup>*

Men hvordan påvirker den systematiske håndtering af usikkerhed og fare individet, og på hvilket niveau kan individet gøre risici til en del af sit eget hverdagsberedskab og handlingsmulighed?. Er det ikke kun risiko som abstrakt begreb, Beck taler om?

Ulrich Beck og Elisabeth Beck-Gernsheim har beskrevet individualisering som selvets tvangsmoderniserede svar på den institutionaliserede individualisering. Det forhold at individet er samfundets grundlæggende enhed, og at individet kan gøres ansvarlig for alle valg og beslutninger i forhold til at passe ind i institutionernes strukturelle rammer, er ikke kun et diskursivt forhold.<sup>26</sup>

Teorien om risikosamfundet fremføres på baggrund af det fælles arbejde, Beck-Gernsheim og Ulrich Beck har udført, men den kan grundlæggende udtrykkes gennem tre overordnede teser: selve risikotesen, tesen om øget individualisering og tesen om reflektiv modernisering<sup>27</sup>.

*“Individualisation in this sense therefore very certainly does not mean ‘a form of activity carried out skilfully and without constraint in a virtual void’, and neither does it mean mere ‘subjectivity’, leaving out of account the fact that ‘behind the surface of the life worlds there is a highly efficient, close-meshed society of institutions’. On the contrary, modern subjects, with their choices, exist in a space in which society is anything but absent.”<sup>28</sup>*

*“In the individualized society, the individual must learn, on pain of permanent disadvantage, to conceive of himself or herself as the centre of action, as the planning office with respect to his/her own biography, abilities, orientations, relationships and so on.”<sup>29</sup>*

I det risikomoderne samfund eller kultur er samfundet altid nærværende med sin individualiserings- og handlingstvung, og det forplanter sig til individets selvbiografi, der udvikler sig til en individuel risikobiografi frataget traditionelle sociale strukturers selvfølghed.

I det følgende argumenterer Beck-Gernsheim for at anlægge et risikoperspektiv på individualiseringen af unge menneskers opfattelser af ansvar og sundhed. Elisabeth Beck-Gernsheim sammenkæder betydningen af sundhed som en individuel opgave og ekspansionen af den personlige ansvarligheds omfang. Hensigten med Gernsheims argument er at vise, hvorledes opfattelsen af sundhed forandres i relation til udviklingen i det moderne individualiserede samfund, og hvorledes det individuelle ansvar her nu gælder selve livet i sin helhed.<sup>30</sup> *“What is of central importance is the tendency towards planning and rationalisation in the conduct of life, which is increasingly becoming the task of individuals.”<sup>31</sup>* Og:

*“What remains is the individual in the here and now and his or her physical condition. When faith in a world beyond has been dissolved, health gains in significance and value, it turns into the expectation of earthly salvation. Increasingly, the body is shifting into the focus of attention. For good health and a well-functioning body now constitute ‘the one and only guarantee of our life, that is of our entire life. Once the body wilt, our life will automatically wilt along with it.’<sup>32</sup>*

Denne udvikling vinder i gennemslagskraft, fordi sundhedsbevidsthed og sundhedsfremme passer ind i det livsforløb, der forventes i moderne individualiserede samfund. Det er nødvendigt at folk kan udstille sundhed og fitness for at kunne møde konkurrencekravene og have succes på arbejdsmarkedet. Beck-Gernsheims eksempel herpå er, hvorledes den store tyske industrigigant Siemens allerede i 1938 udformede følgende slogan: *“Health is not your private affair. Health is your obligation”*.<sup>33</sup>

Ingen har i dag råd til at blive forkølet, og alle bliver nødt til at være 100% raske og 'fit'. Sundhed bliver en opgave og pligt for den ansvarlige borger. Det er nødvendigt at beskytte, kontrollere og at tage vare på sundheden og kroppen og hvis ikke, må man selv svare for konsekvenserne. Det er den fare, der truer alle. Det skaber et klima af latent, men udbredt, usikkerhed, der modsat giver sundhed sin høje status i den offentlige mening og medierne. Den moderne kamp for sundhed er ikke kun et produkt af personlige ønsker eller frygt, og den peger på sundhed som en del af det moderne liv og på nye mønstre i livsforløbet, dets muligheder og dets krav.

I arven fra oplysningsfilosofien og i særdeleshed Kant, betones ansvarligheden som et middel til autonomi og som en måde at tage skæbnen i egen hånd. Ikke at tage vare på sin sundhed med alle tilgængelige redskaber og metoder bliver det samme som at handle uansvarligt, uoplyst og dumt. Ligesom sundhed, er ansvar en ubetinget god værdi i det moderne samfund.

Derfor vokser presset med det stigende niveau for ansvar, og des flere muligheder for social og moralsk pres der er, jo større er potentialet for skyld. Det bliver individets eget ansvar og egen skyld. Inden for sundhedssystemet pålægges risikogrupper et endnu større ansvar og dermed et endnu større pres og til sidst uendelig skyld, hvis de som udpeget risikogrupper ikke retter sig ind efter samfundets fordring på ansvarlighed for egen sundhed.<sup>34</sup>

## **INDIVIDUET ANSVAR FOR SUNDHED, KROP OG FITNESS**

Beck-Gernsheim opsummerer perspektiverne af individualiseringens betydning for individet på følgende vis: *"The tendency towards the individualisation of lives means new opportunities, but simultaneously also new dependencies, controls and pressures."*<sup>35</sup>

Friheden udfordres, og det gør begreberne om sundhed og natur også. De nye teknologier vil producere flere nye risici, men også flere nye muligheder. I fremtiden er det ikke kun private beslutninger der er på spil, for allerede nu er det muligt at se begyndende konflikter i det offentlige rum, der fører til *"competition between concepts of risk."*<sup>36</sup> Risikogrupper i dag tænkes i form af sociale risici og som de grupper, der er ude af stand til at holde trit med fordringerne fra det individualiserede bedrifts samfund. Som en mulig fremtid vil humangenetikken opfatte risikogrupper som de mennesker, der bærer en specifik genetisk risiko, fx en arvelig sygdom. Dette er et risikobegreb, der allerede er indeholdt i den medicinske videnskab. Det er spørgsmålet, om det også bliver det styrende politiske risikobegreb?

Derfor bliver spørgsmålet om, hvilket sundhedsbegreb og hvilket ansvarlighedsbegreb vi taler om på det her tidspunkt, mindre betydningsfuldt. Det bliver nemlig ikke et spørgsmål om vi vil eller ikke vil have sundhed eller ansvarlighed, men snarere hvilken form for sundhed og hvilken form for ansvarlighed vi ønsker?<sup>37</sup>

# KAPITEL 11 – TEORIER OM KROP OG HVERDAGSRISIKO

## INDIVIDETS JAGT PÅ SUNDHED OG FITNESS

Zygmunt Bauman og Tim May behandler i deres bog *At tænke sociologisk* det, de kalder jagten på sundhed og fitness og fremhæver, at begge betydninger rummer ideen om at træffe foranstaltninger for at beskytte, træne og motionere kroppen. Problemet er blot, at de to mål er forskellige og undertiden kommer på tværs af hinanden.<sup>38</sup> Ifølge Bauman og May kendetegnes sundhed ved at indeholde en idé og norm som den menneskelige krop skal leve op til og samtidigt betyder fravigelser herfra, at kroppen er i uligevægt og er tegn på sygdom og fare. Derfor er vi sunde, hvis vi ligger omkring normen og hverken falder uden for den nedre eller den øvre grænse og opretholder en konstant tilstand af sundhed. Til at holde os inden for normen opererer vi med en masse statistiske gennemsnitstal og målinger, der fortæller os, hvornår vi er inden for det acceptable normalområde for sundhed.

Fitness<sup>39</sup> derimod, handler om at overskride normer ikke om at tilpasse sig dem. Sundhed indbefatter en forestilling om en normalfunktion, som kroppen bør kunne yde. Fitness stiller spørgsmålet om, hvad kroppen i sidste instans kan yde og formår at gøre. Fitness som idé gør kroppen til et redskab for at opnå oplevelser, der gør livet nydelsesrigt og spændende, underholdende og behageligt. En slap og dvask krop uden livskraft har ikke noget håb om at nå frem og begiver sig derfor ikke ud på rejsen. En veltrænet krop er adræt og smidig og lever muligheder fuldt ud. Fitness er et nøgleideal, i forhold til hvilket kroppens almene kvaliteter vurderes. Kroppen er ikke kun nødt til at være i fin form, den skal også se sådan ud. Den skal være overbevisende, slank, veltrimmet og fremstå som en sportstrænet krop rede til alle former for udfoldelse og byrder, som livet måtte pålægge den. Som Bauman og May afslutter deres analyse af sundhed og fitness med spørgsmålet, om sundhed og fitness overhovedet gør os lykkeligere: "Hvad enten vores optagethed af kroppen giver sig til udslag i omsorg for sundheden eller i fitness, kan det gennemgående resultat stort set blive det samme: flere bekymringer frem for færre, selv om det oprindelige motiv for at pleje og gøre en indsats for kroppen var en trang til den sikkerhed og tryghed, som så åbenlyst mangler i verden – derude."<sup>40</sup>

Kroppen er redskab til at opnå tryghed i verden, hvor kroppen selv bliver en kilde til utryghed. Kroppens fremtræden skaber tryghed gennem kommunikation, men på samme tid utryghed ved kroppens uønskede egenskaber. Fitness udtrykker nogle i kroppen iboende kvaliteter på en måde,

som sundhed ikke gør eller kan på grund af de forskellige betydninger kroppen tillægges som lighed med eller forskel fra det normale.<sup>41</sup>

## **BETYDNINGEN AF RISIKO, RISIKOHANDLING OG HVERDAGSLIVSRISIKO**

Robert Lawy har, i modstrid med den fremherskende diskurs om risiko som en teknisk kalkulerbar aktivitet, der kan måles og vurderes ud fra eksterne og faste kriterier og dermed reduceres eller fjernes, fastholdt et væsentligt andet perspektiv. Lawy interesserer sig for individets tolkning af risiko, som en relation mellem hverdagsrisici, identitet og deres effekt på læring.<sup>42</sup> Lawy er inspireret af Giddens beskrivelse af, hvordan individet investerer sig selv i sin selv-identitet for at fastholde en fornemmelse af ontologisk sikkerhed, som ellers er fraværende pga. af oplevelsen af manglende kontrol med hverdagens farer og risici.<sup>43</sup>

Lawy siger, at interpretative undersøgelser med unge i relation til stoffer, sundhed og uddannelse og deres forståelse af risiko har givet væsentlige indsigter i unges handlingsrationaler:

*"Young people may normalize certain types of behaviour and activities that, in a different community or in a different era, would be regarded as high risk. They may simply drift and engage in such activities as they arise: perhaps because they are bored or, in case of drinking and recreational drug-use because they are seeking 'flow and escapism'. Alternatively, they may view risk-taking as a source of pleasure and/or as means of establishing a sense of self and identity."*<sup>44</sup>

Derfor sætter Lawy sig for at undersøge den socialt konstruerede og relative karakter af risiko, og de forståelser unge har af disse, frem for at besvare spørgsmål, som hvordan undgås risiko, og hvordan kan risiko beregnes og håndteres?

Lawy konkluderer, at: *"Risk calculation and risk management are not incompatible with the notions of 'fate' and 'chance' in relation to different spheres of people's lives; risk calculation may be a routine element of young people's accomplishment of identity."*<sup>45</sup> Unge fortolker risiko i hverdagslivet relativt og de vurderer, beslutter og vælger inden for denne hverdagskontekst, pragmatisk frem for mekanisk og teknisk. Unges udfordring består i at holde risiko, identitet og læring sammen inden for en sammenhængende fortælling, velvidende at balancen mellem de strukturelle begrænsninger og konkurrerende interesser fortællingen møder, kan skifte, hvornår det skulle være.<sup>46</sup>

En anden engelsk sociolog, Steven Miles, skriver sig op imod den forståelse, at det er muligt at tilskrive risiko generelt til en gruppe, fx alle unge, som om denne var en homogen størrelse:

*"[T]he notion of youth should not attempt to pigeon-hole young people, least of all according to their age. In other words, young people do not go through easily identifiable rites of passage. This proposition has been discussed in some depth by Jeffs and Smith<sup>47</sup> who point out that because of male dominance in the public domain and the perceived threat young men are seen to have in respect of the dominant order, the notion of youth has acquired predominantly masculine connotations."*<sup>48</sup>

Det er selvfølgelig rigtigt, at det ikke er muligt at generalisere over en hel generations risikopfattelse og risikoadfærd. Men dette kapitel har også til hensigt at vise, at alle unge gennem deres liv, i det moderne samfund, lever under nogle fælles samfundsmæssige strukturer, der stiller nogle bestemte krav til unge i dag. Hvordan disse krav opfattes og tolkes ind i en hverdagskontekst, afhænger naturligvis af denne hverdag og de unges sociale baggrund, deres køn, deres livsforløb og deres familie og uddannelsesmæssige historie.

Det der er interessant at tage med videre ind i analysen er, om unge mænds risikopfattelser og handlinger i samspil med unge mænds opfattelser af eksisterende dominerende maskuline udtryk giver mulighed for at skabe nye, nutidige rituelle passager fra ungdom til voksendom, fra barndom til manddom?

## RISIKOHANDLINGER SOM OVERGANGSRITUALER

Willy Pedersen beskriver i sin artikel, 'Rites of passage in high modernity'<sup>49</sup>, forekomsterne og betydninger af nye rituelle passager, overgangsriter,<sup>50</sup> i det moderne i relation til unges transition fra ungdomsliv til voksenliv. Med reference til Anthony Giddens<sup>51</sup>, beskrives nutidige riter som svar på moderne problemer med fravær, distance og tillid. Problemet er:

*"Trust is related to absence in time and space. If a person were continually visible, and if his or her thought processes were transparent, trust would be unnecessary. The prime precondition for trust is not the lack of power, but the lack of information. And the mechanisms we have outlined above, the disembedding – lifting events and actions out of the traditional, local, framework – implies just this: a loss of information. The bonds between language and practice and experience become less transparent and obvious. Absence, distance and lack of transparency are thus typical characteristics of modernity. Trust, confidence and reliance become necessary attributes of the people who live under these conditions. The question is trust in what?"<sup>52</sup>*

Svaret er for Pedersen nye sociale sammenhænge og overgangsriter, der kan være med til at sikre måder, hvorpå unges socialisering kan foregå under tillidsfulde og sikre forhold.<sup>53</sup>

Overgangsriterne giver på en gang muligheden for nærhed, forskel og identitet. Overgangsriter etablerer grænser og brud i de psykologiske identitetsprocessers kontinuitet og fokuserer yderligere på vigtigheden af status, pligter og rettigheder. Inden de unge indtræder og socialiseres fuldt i det nye fællesskab af voksne, er der en såkaldt overgangsfase. Den liminale position opretholdes, indtil den unge har tilegnet sig den sociale viden, der gør det muligt at træde ind og ud af fællesskabet og at kunne skifte mellem de forskellige sociale roller – mellem individualitet og fællesskab.<sup>54</sup>

Selv om det er den almindelige opfattelse, at sådanne overgangsriter svækkes i det moderne, hænger det sammen med, at samfundet netop ikke har nogle klart definerede voksenroller at tilbyde unge. Men at benægte ritualernes berettigelse er med antropologen, Mary Douglas ord, "a denial of the expressive and symbolic aspects of our life," men betyder blot som den norske antropolog Marianne Gullestad siger at: "The meaningful and symbolic actions are merely being moved from the more obvious rituals, ceremonies and etiquette across to everyday life."<sup>55</sup>

## RISIKO OG HVERDAGSLIV

John Tulloch og Deborah Lupton har i en interviewundersøgelse af henholdsvis udvalgte britiske og australske befolkningsgrupper undersøgt, hvordan hverdagsrisiko opleves af lægmanden og ikke-eksperten. Med udgangspunkt i almindelige hverdagsoplevelser spørges ind til opfattelsen af risiko og konstruktionen af risiko som henholdsvis noget negativt og uønsket, men også noget positivt og eftertragtet. Grundlæggende havde de interviewede en forhøjet opmærksomhed omkring risiko i relation til sundhed, fysik, økonomi og kriminalitet. De undersøgende der tog del i risikohandlinger, omtalte disse i særlige vendinger, som følelsesintensitet, bevægelse, 'flow', 'wave':

*"These tropes suggest that the pleasures invoked by risk-taking for some are also implicated with transgression of the 'civilized' body image. Against the ideal of the highly controlled 'civilized' body/self is the discourse which valorizes escape from the bonds of control and regulation, the body that is more permeable and open to the world[...] For some people, notions of control remain central to risk-taking and constitute an important part of its pleasures. Indeed if successfully undertaken without disaster striking, voluntary risk-taking can lead to a greater sense of control, resulting in a feeling of accomplishment and agency. Risk-taking, therefore, is far more complex than is suggested in most writings on risk. It may be based just as much on knowledge – of the self, of one's own bodily capacities and desires – as on ignorance."<sup>56</sup>*

Helt i overensstemmelse med Becks teori finder Tolloch og Lupton, at risikohandlinger udført i hverdagen af helt almindelige mennesker lige så ofte er udført på grundlag af viden om risiko, som

risikouvidenhed. Det er Becks hovedpointe, at risikosamfundets grundkategori ikke er viden, men netop ikke-viden.

## **INDIVIDUALISERING SOM SOCIAL RISIKO**

Ian Culpitt er til gengæld kritisk over for Ulrich Becks begreb om risiko og påpeger, at begrebets realistiske karakter på markedsindividualismens grund, gør risiko til et individuelt forhold og ansvar på grund af dens iboende refleksivitet. Culpitt spørger, om ikke refleksivitet antager en form, der kan opfattes som en legitim social risiko:

*"Risks are not intrinsically individual. Engaged in by individual actors, yes; but in as much as they can be generalized, risks are not individual. Risks are collective; it is accidents, which are irreducibly personal. They are taken within, and are a response to, a social context. If Beck is right and the state of reflexivity is a recognition that now is caught up in a contest of social risk over which we can have no control, then why should that not equally be conceived of as a legitimate social risk?"*<sup>57</sup>

Med Culpitt får vi således, udover et første ordensbegreb om risiko, hverdagslivets farer og trusler, yderligere et andet ordensbegreb om risiko, som en refleksiv bevidst og tvungen anerkendelse af ukontrollerbare risici, hvor refleksiviteten bliver afgørende for individets personlige handlinger og orienteringer.

## **RISIKO, EKSPERTVIDEN OG SOCIAL ORIENTERINGSUSIKKERHED**

Refleksiviteten bliver en afgørende faktor i hverdagslivet, men der opstår også problemer med at begribe og håndtere den moderne ekspertkulturs vidensfremstillinger, og det skaber, ifølge den danske sociolog Kurt Aagaard, nye usikkerheder:

*"De [problemerne med risiko] er mere sofistikerede, fordi problemerne eller ubehaget ikke blot er diffust, men i sit indhold er problemerne uvirkelige i forhold til sanselige og genstandsmæssige erfaringer i hverdagslivet, hvilket implicerer nye sociale orienteringsusikkerheder."*<sup>58</sup>

Der opstår nogle kulturelle modsætninger mellem individets hverdagsliv og eksperterens viden:

*"Ekspertkultur er et begreb, der udtaler sig om den viden, som vi benytter os af i sociale handlinger og orienteringer. Det er en særlig form for viden, som adskiller sig fra, hvad vi med et bredt begreb kan kalde "naturgroet" viden, dvs. viden der slet og ret opstår i forbindelse med omgangen med genstandsverden og det progressive liv." og "Det er også den viden (videnskabernes selvstændige evne til at beherske både den første og den anden natur – den målrationelle eller instrumentelle fornuft red.), der udvikles til en ideologi eller kultur, som udgrænser eller nedvurderer erfaringen og det hverdagskulturelle, som "det traditionelle" eller "det lokale" selvregulerer sig igennem. Det betyder også, at ekspertviden implicerer et videnshierarki; ekspertviden er højere rangeret end viden, der udgår fra erfaringer. Ja, den har endog "ret til" at objektivere og fragmentere erfaringer med henblik på at udvikle ny ekspertviden."*<sup>59</sup>

Ifølge Aagaard sker der således en umyndiggørelse eller en desorientering af de traditionelle vidensformer, og erfaringen, der udsættes for ekspertkultur, fragmenteres og mister sin kropslige betydning. Det er et krisetegn, der tillige forstærkes af at risikosamfundet producerer endnu større problemer end de problemer videnskaben og samfundet løser:

*"Risikosamfundet er et krisefyldt samfund. Det er en betegnelse for, at ekspertkulturen er blevet et synligt problem – også for den selv. Det er et samfund, hvor mange kræfter satses på skabelse af sikkerhed og tryghed, men hvor satsningen alligevel ikke virker efter hensigten, fordi den medproducerer et endnu større problem: erfaringstab og tab af social orienteringsevne."*<sup>60</sup>

Erfaringstab og tabet af den sociale orienteringsevne gør folks hverdagsliv til en stressfuld og frustrationsramt risikovirkelighed uden nogen former for endegyldig sikkerhed.

## RISIKOBEGREBER

Risikoforskningen har, ifølge Thomas Breck, almindeligvis talt om fire forskellige positioner og risikobegreber, der historisk set viser en udvikling fra en teknisk/økonomisk opfattelse af den accepterede risiko, over en psykologisk opfattelse af den oplevede risiko, en kulturteoretisk opfattelse af den konstruerede risiko og endelig en sociologisk opfattelse af den forhandlede risiko. Risikoteoriernes positioner lægger henholdsvis vægt på risikobegrebets objektivitet, subjektivitet, konstruktivitet og produktivitet/kommunikativitet.

Teknisk /økonomisk	acceptabel risiko	Chauncey Starr (1969) Objektivitet
Psykologisk	oplevet risiko	Paul Slovic (1980) Subjektivitet
Kulturteoretisk	konstrueret risiko	Mary Douglas (1982) Konstruktivitet
Sociologisk	forhandlet risiko	Ulrich Beck (1986) Produktivitet-kommunikativitet

Men i det moderne samfund findes samtlige risikoopfattelser side om side, således at:

*"Myndighedernes og borgernes risikoopfattelse står over for hinanden i spændingsfeltet mellem videnskab og politik. På den ene side står teknikernes målinger og den videnskabelige kundskab om stoffernes farlighed, på den anden side et overordnet krav om prioritering af indsatsen og beboernes subjektive opfattelse af risikoen."*<sup>61</sup>

Her indenfor finder man en række fælles træk hidrørende oplevelsen af risiko, der refererer til fire forskellige positioner eller dimensioner og risikooplevelsen kan puttes ind i følgende skema<sup>62</sup>:

### Kendskab og fortrolighed

Mindre risikooplevelse	gammel, velkendt, fortrolig med
Større risikooplevelse	ny, ukendt, ikke fortrolig med

### Indflydelse og kontrol

Mindre risikooplevelse	frivillig, kontrollerbar, selvvalgt
Større risikooplevelse	ufrivillig, ikke kontrollerbar, påtvunget af andre

### Nytte og retfærdighed

Mindre risikooplevelse	personlig fordel, nyttig, retfærdig
Større risikooplevelse	ingen personlig fordel, unyttig, uretfærdig virkning og konsekvens
Mindre risikooplevelse	forsinket, kronisk, ikke dødelig
Større risikooplevelse	umiddelbar, katastrofal, dødelig

Thomas Breck ser som følge af udviklingen af risikosamfundet nødvendigheden af, at risikokommunikationen inddrages i den demokratiske og politiske proces, i hvilken risiko produceres, prioriteres og anerkendes.

*"[R]isici kan principielt set erkendes på to forskellige måder: Enten ved at videnskaben bliver klogere, hvorefter den ny viden formidles til befolkningen og samfundet, eller ved at befolkningen bliver klogere, og deres erfaringsbaserede viden formidles til og anerkendes af de videnskabelige eksperter. Den første måde er ganske vist den mest anerkendte, men absolut ikke den eneste. Derfor er det også alt for forenklet at se lægfolks risikoopfattelse som en vildfarelse, der bør korrigeres med korrekt*

videnskabelig information. Mødet mellem eksperter og lægfolk må i stedet ses som et møde mellem en videnskabelig og en social rationalitet, som bør resultere i en gensidig social læreproces.”<sup>63</sup>

Hertil får Breck støtte af Scott Lash, som siger: *”I want to argue that the notion of risk society presumes a focus on society and the social. The idea of society presumes a determinate, institutional, normative, rule bound and necessarily hierarchical ordering of individual members in regard to their utilitarian interest. Risk cultures, in contrast, presume not a determinate ordering, but a reflexive or indeterminate disordering. Risk cultures lie in non-institutional and anti-institutional sociations. Their media are not procedural norms but substantive values. Their governing figurations are not rules but symbols: they are less a hierarchical ordering than a horizontal disordering. Their fluid quasi-membership is as likely to be collective as individual, and their concern is less with utilitarian interest than the fostering of the good life.”*<sup>64</sup>

## **MASKULINITET I KRISE**

Lars-Henrik Schmidt fortæller, at mænd nu er blevet udsatte og knytter udsathedens sammen med en krise i moralen, der fordrer en ny synlighed, der igen fordrer et nyt grundlag og et nyt udsigtstårn:

*”Ja vi er nået så vidt, at vi må konstatere, at det er problematisk at være mand. Vi må konstatere, at i dag er mandigheden en risiko. Efter de fleste parametre er der næppe gode udsigter forbundet hermed. Den store løsning ses som oftest i små materielle tiltag: Som bekendt er vi igen i færd med at indføre rundkørsler over det ganske land; argumentet er næppe energiforbrug og unødigt motortomgang med tilknyttet miljøtrussel; nej, vi ændrer perspektivet, således at vi ikke forlader os på den tidligere lyskrydsmoral, hvor man var henvist til at stole på den andens adfærd. Nu fordrer vi at kunne se, hvordan den anden opfører sig. Sagt lidt kryptisk: Etikken er blevet æstetisk, den kan ses, og den kan ses på den enkeltes fremtoning, som ikke længere er en fremtrædelse af noget, af et væsen, men blot og bar fremtoning. Jeg spørger ikke til, hvordan du forholder dig til dig selv, jeg kan nemlig – og vil nemlig kunne – se det umiddelbart på dig.”*<sup>65</sup>

Kroppen <sup>66</sup> bliver hjemsted for moralen og tilliden, og det bliver et afgørende forhold, at man ser ud som man gør, og at man gør, som man ser ud. Moralens krise betyder, at der også er andre områder, der er i krise.

Den engelske kultursociolog, Paul Willis, finder at samfundets hastige udvikling og forandring sætter især den traditionelle arbejdermaskulinitet i krise:<sup>67</sup>

*”But especially for young men, expecting perhaps but not yet having experienced the pattern of sacrifice-reward-dignity, there are some other possibilities. One form of the resolution of the gender crisis among young men may be an aggressive assertion of masculinity and masculine style for its own sake. If the essential themes, values and personal identities of masculinity concern toughness, resilience, personal power and the expectation of respect, and if they are no longer supported by the secret guarantees, then they must be worked for and secured through more direct display and the making of home-grown transitions and rites of passage. [T]his may involve a physical, tough, direct display of those qualities not now automatically guaranteed by doing productive work and being a breadwinner. Dare to say I'm not a man!<sup>68</sup> Respect me, not for what I do, but for what I am. Setting their own tests and standards for being a man, phalanxes of unemployed and other men in the subsidized gyms are perfecting their biceps, six-packs and body contours, working on if not with the body.”*<sup>69</sup>

Willis kæder risikomaskuliniteten sammen med den kropsliggjorte fitnessaktivitet og selvpåmærksomhed. Det er på engang en selvdeterminerende og ekskluderende kropsaktivitet, men hvis de unge mænd er i stand til at håndtere den individuelle udfordring og refleksivitet, er der en mulighed for, at det kan blive en kreativ symbolsk og meningsfuld praksis. Dette kan installere nye statusformer og oplevelser af respekt i de unge mænds træningscenterkultur:

*“Gym culture men needs to find some other to reveal practical ways out of the involuting tautology of an identity project which proclaims masculinity for masculinity's sake... working class men may seem*

*well placed to adapt to a physically based masculine expressivity. Perhaps they may really be able to convert male working class culture to individual body culture.”<sup>70</sup>*

## **RISIKO, KROP OG MASKULINITET**

Thomas Johansson, svensk kultursociolog, har gennem mange år beskæftiget sig med studier af fitnesskultur, kropsformning og kønskonstruktioner, og han er især interesseret i fitnesscentret og dets praksisser som konstruktioner af maskuline kroppe og identiteter.<sup>71</sup>

Træningscentret er også gjort til fokus for en analyse af Kari Steen-Johnsen, der finder frem til, at træningscentret fungerer som rum for og producent af komplekse og flertydige forestillinger om individ og træning, hvor tyngdepunktet ligger på en forståelse af træning, som individualitet og instrumental handlen.<sup>72</sup> I en cross-over analyse spørger Berit Johnsen, om kroppe kan være kriminelle og viser efterfølgende, hvorledes indsatte mandlige fanger producerer og konstruerer identitet og maskulinitet gennem deres styrketræningspraksisser. Berit Johnsen viser også, hvorledes de indsattes kroppe tilskrives moralsk uansvarlighed, som følge af deres domme, og at følgen af denne kropsindlejrede kriminalisering er, at kroppen virker ukontrollerbar og farlig. Jo større kroppen bliver, jo potentiel mere kriminel bliver fangen. Kroppen bliver i fængslet yderligere en måde at udtrykke heteroseksualitet og dermed normalitet på, selv om man er sat i fængsel og vægttræningen er redskabet, der former kroppens budskab.<sup>73</sup>



# KAPITEL 12 – RISIKO, SUNDHED OG MASKULINITET – EN PERSPEKTIVERING

Hvad har vi lært om de unge mænd, der begynder at bruge doping, og om deres motiver som kan bringe os til en bedre forståelse af deres risikohandlinger?

For det første kan det siges, at der generelt er tale om, at dopingbrugerne fremstiller en bestemt form for fortælling, der diskursivt italesætter bodybuildingslivsstil og steroidebrug, som en normal, maskulin og rationel praksis. Det er ikke bekendelseslitteratur, men snarere fortællinger om retfærdiggørelse, anerkendelse, indignation og marginalisering i forhold til oplevelser af identitet og maskulinitet. Men fortællingerne er præget af dyb ambivalens i relation til den enkeltes møde med omverden og omverdens kategorisering af særlige kroppe og særlige handlinger, som afvigende, kriminelle og unaturlige. De er også præget af paradoksale forestillinger og oplevelser, der knytter sig til de særlige handlings- og erfaringsrum, der udgør rammerne for deres primære sociale fællesskaber.

I deres opfattelse af risici forbundet med brug af steroider er det særligt fremtrædende, at handlingen paradoksalt ikke forbindes med risiko. Risiko, som faren for uønskede negative bivirkninger, opleves ikke personligt, men tilskrives generaliseret til misbruges ukontrolleret brug og afhængighed af AAS. Når bivirkninger så alligevel indfinder sig, tilskrives de forskellige uforudsete, tvungne og utilsigtede omstændigheder, de grundlæggende ikke er herre over, og som alligevel i en eller anden form ville have indtruffet sig før eller siden. En form for moderne risikoskæbne. Bivirkningen bliver registreret som en del af den kontrollerbare effekt ved brugen af AAS. Dette gælder dog mest udbredt for lette bivirkninger, som overproduktion af akne og hævede kirtler og deslige. Hvis der for de unge mænd er en uønsket effekt af brugen af AAS og dermed en risiko, så er det faren for, at den muskelsvulmende og hårdtpumpede maskuline krop opløses og erstattes af en blød og kurvet feminin krop. Det er denne risiko, dopingbrugende mænd forholder sig til, og *ikke* risikoen for ødelagte organer, hjerneskader, blodpropper og lign.

De dopingbrugende mænd oplever risiko på et personligt og subjektivt erfaringsbaseret plan, og de afviser dopingeksperternes advarsler om sundhedsfaren ved dopingbrug, som abstrakt, uvirkelig og generaliseret statistik i modsætning til den sande og erfaringsbaserede viden de praktisk og individualiseret skaber igennem hverdagen. Men det er ikke kun oplevet risiko og risikohandling

udført på baggrund af tilvalg af viden, men faktisk også fraværet af viden der kan være årsagen til, at undersøgelsens mænd bruger doping. Såvel fraværet, som tilstedeværelsen af viden om risiko, legitimerer på forskellig vis risikohandlingen.

Risikovilligheden hos de unge mænd er mere end blot dumdristighed, set ud fra deres perspektiv handler det om funktionalitet, rationalitet og om muligheden for at udvikle deres personlige potentiale. Det handler om at turde tage chancen og få det meste ud af det. Hvis der er en risikobevidsthed, så er det en meget sammensat bevidsthed.

Når risiko ikke aktivt indtænkes i de dopingbrugendes handlinger som mulige konsekvenser, men som positive muligheder for at vinde, gøre en forskel og opleve noget positivt, så bliver sundheden heri også en underordnet betragtning. Underordnet i forhold til oplevelsen af kontrol med kroppen og til oplevelsen af positiv selvidentitet. Derfor er risiko grundlæggende ikke en potentiel fare, men en god mulighed. Flere bruger begrebet om kalkuleret risiko, men der er snarere tale om instrumentelle og funktionelle handlingsrationaler. Begrebet om den kalkulerede risiko går ud fra muligheden af at erkende den reelle risiko eller fare ved en given handling, men Ulrich Beck viser netop, at det kun er en førmoderne mulighed, og at det moderne samfund producerer risici, det er umuligt at erkende omfanget af, hvis det indtræffer, og hvis sandsynlighedsberegning eller risikokalkulation ingen sikkerhed giver for almindelige mennesker. I den forstand udfører de unge mænd ikke risikokalkulationer, men afviser dem og finder trygheden i erfaringsnære handlingsammenhænge, der genetablerer forbindelsen til kollektive vidensformer, der formidler konkret og praktisk viden om risiko inden for det tilhørende kulturelle fællesskab. Sandheden med stort S installeres for en kort stund igen på bekostning af sandsynligheden (hvem havde regnet med det).

Giddens har, som beskrevet, givet en analyse af det, han kalder for ontologisk usikkerhed, der støtter denne pointe. Det er tilstedeværelsen af en usikkerhed, der har plantet sig ved roden af menneskets liv i det moderne samfund, og som skaber grobund for det, man med et andet ord kan kalde for individets orienteringsusikkerhed. Her fremhæver Giddens, at det moderne menneske tiltrækkes af udførelsen af risikofyldte handlinger, som en ny måde at orientere sig efter handlingsegne valg på. Ikke at være dumdristig, men snarere at gøre en nødvendighed ud af livet kendetegner dopingbrugen. Det er blevet så svært at tage den afgørende beslutning eller at træffe det rigtige valg. Derfor skaber især unge en ny orden og et nyt erfaringsgrundlag gennem risikohandlinger og risikokalkulationer, der intensiverer indsatsen og anstrengelsens intimitet og nærvær. Det handler om personlig mening og succes, for intet mindre er værd at dø for.

Ungdomskulturer og unge i det hele taget kan betragtes fra to modsatte perspektiver, som henholdsvis en ressource eller et problem, og således forholder det sig også med forholdet til kroppen. I den vestlige verden har opfattelsen af kroppen, som en problematisk krop, en risikabel krop, der skal rettes ind, kureres og repareres, været fremherskende.

Risikomaskulinitet knytter sig til risikolivsstil og risikohandlinger, men hvori består risici som de unge mænd ser dem, og hvorledes kan vi beskrive konsekvenserne af deres valg af livsstil og handlingsmønstre?

Det har været belyst tidligere, og det kan ikke siges klart nok. De unge mænd orienterer sig grundlæggende, ikke efter steroidebrugens sandsynlige medicinske bivirkninger, men efter den fysiske funktionalitet, de vinder derved. Risikoen perciperes af de unge dopingbrugende mænd mere som identitetens dysfunktion, ikke som livsvigtige organers, nyrer, lever og hjertet, dysfunktion, men den hegemoniske maskulinitets dysfunktion og opløsning, der medfører en slap, blød og udefineret krop. En krop med feminine former kendetegnet ved 'tævepatter og krympede boller'.<sup>74</sup>

Naturligvis indtræffer disse dysfunktioner som følge af steroidebrug, men den opfattes ikke i de dopingbrugende og styrketrænendes diskurs som et sundhedsproblem, men som et identitetsproblem. Hvorledes opretholdes det positive selv billede af en stærk og magtfuld heteroseksuel mandlighed, når kroppen samtidig bedragerisk opløser dette billede i spejlet for øjnene af mig?

Analysen har vist, hvordan hård træning, disciplin, viljestyrke og masochisme indgår som aktive bestanddele i konstruktionen af en hegemonisk maskulinitet, der skabes gennem styrketræningspraksis i motions- og fitnesscentret. Denne hegemoniske maskulinitet fødes også af brugen af anabolske steroider, men det er mere end blot små mænd i store kroppe; det handler om social magt og status.

Identiteten truer på en gang med at fryse fast i et fikseret billede og blive opløst. I denne tilstand bliver kroppens plastiske egenskab selve det tingsliggjorte redskab, der på samme tid udgør grænsen for maskulinitetens vækst og den mulige overskridelse af identitetens grænser.

Her er det interessant, at en norsk undersøgelse af mandlige fanger i et lukket fængsel finder frem til, at alle dem der styrketræner, betoner vigtigheden af at have et attraktivt udseende i forhold til at gøre kvinder interesseret i sig. Undersøgelsen analyserer dette udsagn, som nødvendigheden af at konstruere en normal heteroseksuel maskulinitet i modsætning til definitionen af de indsatte, som kriminelle. Det er uden tvivl rigtigt, men som indsat i et mandefængsel kan der være andre udtalte grunde til at betone en heteroseksuel orientering, der også handler om styrke og magt og om at kunne stå imod omverdenens pres. Handel med seksuelle ydelser mand til mand imellem kan i fængslet være en alternativ overlevelsesstrategi. Derfor kan betoningen af styrketræningen og den heteroseksuelle forfængelighed i den kontekst forstås som en positioneringsstrategi, der sikrer den rette identifikation.<sup>75</sup>

Inden for træningscentrets rammer finder vi også den heteroseksuelle forfængelighed og maskuline æstetiske praksis, men her står den ikke alene, som indenfor i fængslet. Nok kan de indsatte gå i træningscentret og forme krop og maskulinitet, men de kan ikke undslippe fængslet. De styrketrænende mænd - heri undersøgelsen - betoner så vel styrketræningens rationalitet og motivation ved dens værdi i sig selv, som dens funktion i konstruktionen af et positivt selv billede af en særlig hegemonisk maskulinitet. Men æstetikken og magten er parallelle omdrejningspunkter og langt mere narcissistisk i sit udtryk end hos de indsatte. Vores mænd er ikke prisgivet den kollektive maskulinitet, som i fængslet og derfor heller ikke i samme grad isoleret. Homoseksualitet, som mistanke eller strategi uden for fængslet er langt fra lige så tvingende, da mænd har rig mulighed for at socialisere med kvinder i det omfang, det nu passer dem.

Men man kan godt blive i tvivl om det virkelig passer de dopingbrugende mænd at socialisere med kvinderne. Det virker faktisk som om at de er tilfredse med at være sig selv og sammen med andre mænd i træningslokalet. Motionscentret som virker som et frirum for de unge dopingbrugende mænd kan godt på en og samme tid viser sig at være et fængsel. Et fængsel, hvor mændene slider og slæber for at få deres kropsbillede og selv billede til at hænge sammen, og hvor spejlet bliver den ensidige dommer heraf. Intimiteten og evnen til at relatere sig til det andre personer og andre virkeligheder bliver afkoblet i og med den ekstremt individualiserede og fikserede bevidsthed lukker sig om sig selv.

Det er ikke en god og sikker hegemonisk, maskulin strategi indenfor i et mandefængsel, at signalere at man er ligeglad med, hvordan kvinder opfatter ens udseende, hvorimod det er en særdeles velbevandret og farbar strategi uden for mandefængslet. Konteksten betyder alt for det mandlige subjekts konstruktion og positionering og både traditionelle og alternative maskuliniteter forandres i overensstemmelse hermed.

Bodybuildere benytter træningscentret som et rum, hvor eksisterende bindinger og strukturer ophæves, og hvor eksperimenter med alternative maskuliniteter afprøves. Alternativ skal her forstås i forhold til dagligdagens, arbejdets, uddannelses, og familielivets almindelige maskulinitetspraksis, som det mulighedsrum Michel Foucault betegner for et "heterotopia".

Den pædagogiske og demokratiske opgave består i at muliggøre integrationen af heterotopia og homotopia, så ikke de unge mænd foretager en tilbagetrækning fra det samfund der indeholder begge og stopper dialogen.

De unge mænd i denne undersøgelse styrketræner for at opnå en mægtiggørelse i forhold til deres krop og liv, og de får en konsoliderende oplevelse af at udføre kontrollerede handlinger som et klassisk udtryk for magt. Styrketræning definerer kroppen i forhold til omverden, der modsat viser sig påvirkelig og fleksibel og dermed har de unge styrketrænende mænd opnået en ny orienteringsform og et nyt styringsredskab gennem deres krop.

Flere diskurser blander sig i talen om brugen af muskelopbyggende stoffer, som anabole steroider og styrketræning af store kroppe. Et interessant eksempel finder vi, når motivationen for at bruge steroider hænger sammen med lysten til et bestemt kropsbillede, der igen implicerer og udtrykker en særlig form for hegemonisk maskulinitet. Risikohandlingen forklares rationelt med handlingens instrumentelle nytte og funktion, nemlig mere symbolsk maskulinitet, men risikohandlingen, at tage steroider er allerede en særlig integreret del af en styrketræningens og bodybuildingens hardcore hegemoniske maskulinitetskultur. I dette mandefællesskab forenes moderne risikokulturelle elementer med en traditionel mandligheds egenskaber og herved skabes der en selvrefererende handling, hvor steroidebrug på en gang er et middel til at producere sand hegemonisk maskulinitet, og allerede et symbolsk udtryk for at man er en del af en sådan maskulinitets fællesskab.

Mænds steroidebrug konnoterer risikovilje og stræbsomhed og den indgår aktivt i de unge mænds samlede anstrengelser og integrerede maskulinitetspraksis bestående af den disciplinerede styrketræning, den kontrollerede anvendelse af anabolske steroider og den regulerede diet og kostindtag.

Opsamlende kan unge mænds fortællinger om deres identitets og maskulinitet i relation til dopingbrug lære os, at de parallelt konstruerer en normalitetsdiskurs og en herredømmediskurs, der på *en* gang integrerer dopingbrugen, risikohandlingen i en individualiseret modernitetsdiskurs og på samme tid differentierer imellem forskellige typer og grader af risiko. Således konstruerer unge mænd marginale, men normaliserede maskulinitetspositioner som modstrategier til samfundets identifikation af dopingbrugere som en homogen gruppe af uoplyste, dumme mænd i kriminelle, misbrugte kroppe.

Dopingmisbrugets fordømmende billede skabes gennem mediebarne diskurser og politikker, der bedst eksemplificeres ved TV2s sportsmagasins portræt af en steroidemisbruger og de fysiske og psykiske konsekvenser af steroidemisbrug og ved ADDs kampagne mod doping i motions- og fitnesscentre, der fremstiller dopingmisbrugeren som en bodybuilder, der forsøger at gemme sig forskellige steder i et træningscenter.

Sådanne skræmmebilleder holder de oplyste unge mænd væk, der enkelt afkoder kampagnens budskab om "afvig fra normalitet og tab af status" ind i bodybuilding-kroppen. De ser en kriminel krop og slutter til en afvigende identitet. Resultatet af dopingbrug bliver en dysfunktionel social identitet.

Modsat forholder dopingbrugende unge mænd sig til billedet af den dysfunktionelle krop som et udtryk for misbrug og tolker dette, som udtryk for uoplysthed, uvidenhed, manglende erfaring og seriøsitet, manglende mådehold og kontrol, afstumpethed og afvigerbevidsthed.

Dopingbrugende mænd ser sig selv som normale mennesker med en ekstrem livsstil. De er ikke kun marginale unge, men også almindelige mænd med hyper-maskuline kroppe.

# KAPITEL 13 – DOPINGBRUGENS PARADOKSER – EN FORELØBIG AFSLUTNING

Afslutningen vil opsummere undersøgelsens perspektiveringer og følgende optegner undersøgelsens vigtigste problemstillinger:

- Dopingbrugernes viden om risici ved brug af steroider er kendetegnet ved at være kompleksitetsreducerende og erfaringsbaseret. Andenhåndserfaringer er lige så troværdige, som egne erfaringer, så længe der er tale om erfaringer, der er gjort inden for egen styrketrænings- og dopingkultur.
- Det er kendetegnende, at dopingbrugere derfor opfatter Anti Doping Danmark som stående uden for denne dopingkultur, hvorfor Anti Doping Danmarks oplysningsindsats i forhold til denne gruppe dopingbrugere rammer ved siden af.
- Dopingbrugernes opfattelse af sundhed i relation til brugen af steroider konstrueres som fravær af synlige og mærkbare symptomer, og sundhed opfattes som fravær af problemer.
- Sundheden opleves ved at kroppen konstant gøres til den sidste reference og dermed individualiseres såvel risiko som sundhed hos den enkelte dopingbruger.
- Dopingbrugere normaliserer de androgyne anabole steroiders bivirkninger og ser de kortsigtede bivirkninger som uønskede, men i nogen grad uundgåelige.
- Dopingbrugere erkender generelt ikke steroidernes langsigtede sundhedstruende virkninger, men bortforklares med andre 'dumme' styrkeløfteres misbrug, folk der mister kontrollen, folk der overdriber indtaget af steroider og blander med andre stoffer.
- Dopingbrugere deler en grundlæggende opfattelse af, at kontrolleret steroidebrug ikke er sundhedsskadeligt. Kontrolleret steroidebrug forudsætter tilliden til at handle med en ikke-sikker viden om steroiders sundhedsrisiko.
- Spørgsmålet om sundhed og risiko bliver et individuelt anliggende for dopingbrugere, og de bevæger sig mellem en tillid til sig selv og egen krop og en social tiltro til dopingbrugernes skæbne og risikofællesskab.

- Motions- og fitnesscentre har tilsyneladende ikke mulighederne for at stille de kritiske spørgsmål, der kan få unge mandlige dopingbrugere til at stoppe op og reflektere over konsekvenserne af deres dopingbrug.
- Tværtimod fremstår motionscentrene sammen med internettet, som globaliserede og virtuelle mulighedsrum, hvor unge mænd - som få andre steder - kan arbejde med og udtrykke deres maskuline symbolske kroppe og identiteter, på måder der fritager dem fra hverdagens kontingens og kærlighedens kaos.
- Dopingbrugerne styrketræner for deres egen skyld og de får en personlig narcissistisk tilfredsstillelse ud af at forme og skabe en smuk og stærk krop: En krop der giver de unge mænd den fortsatte mulighed af at føle sig som medspiller i verden.
- De dopingbrugende unge mænd bruger mange kræfter på at gøre det moderne samfund til et genkendeligt og trygt sted at være, og det antager forskellige, mere eller mindre, tvangsmæssige former. Træning, kost og doping udgør et systematiserede og organiserede hverdagsnetværk, der sikrer de unge mænd et kontrolleret forhold mellem selvidentiteten, kroppen og omverden. Kroppen er dopingbrugerens fæstning.

## **STYRKETRÆNING OG SUNDHED**

Unge mænds vægt- og styrketræning kan som motionsaktivitet helt naturligt regnes for en sundhedsforbedrende træningsform, på lige fod med andre træningsformer, som løb, cykling, svømning og gymnastik. Ganske vist betones styrkelsen af kroppens muskulatur til dels på bekostning af kredsløbs og konditionsforbedrende effekter. Men styrketræning er godt for kroppen og kan medvirke til at forbedre den enkeltes sundhedstilstand på kort og på lang sigt. Styrketræning giver de unge mænd større fysisk og psykisk velvære, de føler sig mere sunde og de opnår objektivt en bedre sundhedstilstand som følge af deres styrketræning.

Men det er ikke det eneste de gør. De unge mænd træner også for at opnå en flottere krop med et æstetisk udtryk, der gør dem attraktive i forhold til de skønhedsideal, den samfundsskabte virkelighed og medierne producerer og kommunikerer om og for mænd. En flot krop ER ikke sundere, men den SER mere sund ud, og vi afkoder naturligt, at indre personlige egenskaber giver sig udtryk i ydre kropslige karakteristikker. På den måde kan vi aflæse mediernes billeder af ideale, succesfulde og smukke kroppe og sammenligne enhver krop hermed, for at se om der er noget om snakken. Det er muligt med en sådan form for æstetisk etik, at dømme en person på sit udseende og allervigtigst kan man se, om en anden person tager sin krop alvorligt og kontrollerer dens udseende og udtryk. Hvis ikke man kan tage vare på sin krop, som er det mest fundamentale et menneske har, så kan man nok heller ikke tage ansvar for sin sundhed, identitet, parforhold, arbejde. En person der ikke tager ansvar for sin krop, er en person der ikke kan tage ansvar for sit liv, og i den verden vi lever i, er der en ting, man skal kunne tage og det er sit ansvar.

Så det er fint at opnå et fysisk og psykisk velvære, en følelse af sundhed og kontrol, men det er endnu vigtigere for den enkelte, at man kan kommunikere denne fysiske og psykiske følelse via sin krops udseende og aktivitet.

Efter et stykke tid i træningslokalet og med blikket stift rettet mod sit spejl billede fortøner den positive følelse af sundhed sig til fordel for en ny og mere fokuseret følelse af vækst og forandring. Kroppen skal stadig vise indre egenskaber gennem ydre aktivitet, men nu skal aktiviteten måles i præstationer. Målet er stadig at få en flot krop, men heri indlejres ønsket om at få en stor og muskuløs krop. Træningen bliver ikke et spørgsmål om at bevare et bestemt kropsbillede, men kommer til at handle om at overskride det eksisterende billede af inkorporeret identitet.

## **SUNDHED OG DOPINGBRUG**

Et sted mellem forskellige måder at dyrke styrketræning og mellem forskellige mål for denne træning, bliver brugen af doping af afgørende betydning for nogle mænd. Hvis man kan tale om tre forskellige måder at styrketræne på, som henholdsvis en **wellness**, en **fitness** og en **bodybuilding**-

orientering, så bliver doping aktuelt for dem, der træner inden for henholdsvis fitness og bodybuilding positionerne. Det er her, der er fokus på aktivitet og præstation, hvor *at kunne* og *at ville* smelter sammen med *at være* noget bestemt. At gøre forskel og blive genkendt som MAND og være mere end blot enhver anden mand. Derfor træder sundhed i baggrunden og bliver en sekundær effekt, en bivirkning af de unge mænds dopingbrug og identitetsskabelse.

Den sundhedsopfattelse som eksperter tilbyder i form af objektiveret viden og sikkerhedsberegninger kræver en udviklet abstrakt tillid til disse vidensformer og ekspertsystemer, der igen forudsætter en reflektiv kropspraksis for at blive integreret i hverdagslivets rutiner og handlingsmønstre. Vi ved, blandt andet fra flere amerikanske undersøgelser, at frygten og angsten for ukendte farer er langt mere udbredt blandt mennesker end frygten for det kendte; og det selv om at det kendte objektivt kan være langt mere farligt for den enkelte person.

Med Ulrich Becks teori om risikosamfundet og dets individualisering, kontingens og refleksivitet af samfundsmæssige farer og risici, bliver det enkelte menneskes biografi til et spørgsmål om at vælge til og fra, og således bliver den enkeltes valgbiografi til en risikobiografi, hvor den enkelte person selv har ansvaret. Det er dette træk, der mere end noget andet adskiller de moderne risici fra de førmoderne farer.

I denne individuelle ansvarliggørelse bliver enhver sikkerhed fraværende og risici i kontrast hertil mange og nærværende. Derfor giver det mening for den enkelte at søge mod nye tryghedsformer og handlinger, der kan hjælpe med til at reducere hverdagens kompleksitet og oplevelser af at være udsat på ubestemt tid. Der søges mod sociale identiteter og kulturelle handlingspraksisser, der kan sikre den enkelte i sin hverdag.

I denne søgen efter ny sikkerhed og tryghed bliver oplevelsen af social anerkendelse og selvtillid midlerne, der muliggør personens orientering. Gennem den enkeltes erfaringsdannelse bliver kontrol mulig, og kontrol som udgangspunkt er orienteringspunktet for al individuel handling, men fører som en konsekvens til afvisning af eksperternes autoritative viden.

Åbenhed/lukketheds-problematikken udgør sammen med insider/outsider-perspektivet, to meget indsigtfulde nøgler til at forstå unge mænds dopingbrug. Dopingbrugen er undersøgt fra insiderens perspektiv kombineret med en opmærksomhed på, hvorledes risiko, sundhed og maskulinitet konstrueres i relation til dopingbrugernes møde med de(t) kendte og de(t) fremmede. Dopingbrugernes relative åbenhed og imødekommenhed over for tilskrivningen af afvig og misbrug til dem viser klar moralsk erkendelse af samfundets sociale normer. Dopingbrugerne oplever ikke, at disse normer i et reflektivt moderne samfund kan gælde for alle, men nødvendigvis må individualiseres. Retten til usundhed påberåbes lige som ansvaret for den individuelt konstrueret risikobiografi påhviler den enkelte. Sundhed og risiko til- og fravælges, mens den gensidige samfundsmæssige forpligtelse tilsyneladende fortøner sig i et forvrænget spejlbillede.

## **FIRE KROPSORIENTERINGER OG HANDLINGSRATIONALER**

*Den æstetiserede krop* kendetegnes ved at orientere sig mod doping som et middel til at forme kroppen på linje med andre kropsteknologier. Udsmykning via tatoveringer og tøj er nu erstattet af kropsteknologien, der gør det muligt at præge skønhed og magt-egenskaber direkte ind i kroppen.

*Den risikable krop* kendetegnes ved at orientere sig mod doping som en måde at skabe orden og tryghed på i en usikker verden. At vælge risici til giver den enkelte oplevelsen af personlig kontrol og frihed over kroppen og over livet.

*Den kriminelle krop* kendetegnes ved at orientere sig mod doping som et middel til at opnå social anerkendelse, respekt og status. Kroppen strammes op så den kan modstå eller true andre kroppe og miskendelsen er bedre end ingen kendelse.

*Den sunde krop* kendetegnes af at orientere sig væk fra doping ved at tage afstand fra brugen heraf og dens bivirkninger. Det er en sikker og udbredt position, men der er en gråzone henimod brugen af lovlige kosttilskud, hvor sundhed forandrer sig til fornemmelser.

# **EKSKURS - JEG ER IKKE STEROIDEMISBRUGER – DET ER JO BARE MIN MEDICIN**

Sidste opsamling af rapportens pointer og resultater omhandlende doping og dopingbrugere:

1. Dopingbrugere er almindelige mænd med kortere tekniske og handelsorienterede uddannelsesbaggrunde, men alle med livsstilsbaggrund i fitness og motionscentre.
2. Dopingbrugere styrer og kontrollerer hverdagen, træningen og kosten gennem deres viden og erfaring, men steroidernes risici lader sig ikke styre eller erkende gennem kompleksitetsreduktion.
3. Dopingbrugere ved reelt ikke, hvor farlig brugen af steroider er den første gang og de kender ikke til bivirkningerne, men bortforklarer dem.
4. Dopingbrugere henter deres viden om doping og risiko fra træningskammerater, træningscentre og internetsider om træning og doping.
5. Dopingbrugere oplever dopingkontrollen i træningscentre, som irritationsmomenter og som diskriminerende pga. den måde de udføres på. Dopingkontrol virker på de unge nybegyndere, men ikke på undersøgelsens dopingbrugere, der er for rutinerede til at lade sig skræmme.
6. Dopingbrugernes vigtigste positive erfaringer med steroider er deres formbare effekt på kroppen, der følges med begejstring. De vigtigste negative erfaringer er dopingbrugernes forskrækkelse og overraskelse over kroppens opløsning i form af svigtende organer og vigende maskulinitet.
7. Dopingbrugere opfatter ikke sig selv som steroidemisbrugere, da misbrug og afvig kun opstår for dem der mister kontrollen med sig selv, deres krop og deres indtag af stoffer.
8. Dopingbrugen udgør sammen med træningskammeraterne og træningscentret en kraftig socialiserende effekt på de unge mænd og styrketræningskultur bliver let til steroidemisbrug.
9. Dopingbrugeren konstruerer sideløbende en slags supermandsidentitet, der skal forsøge at løse de problemer og kriser mændene udsættes for i den moderne hverdag.

10. Det senmoderne samfund producerer risiko og ignorance som de vigtigste kulturelle frembringelser og det kræver en grundlæggende evne til reflektivt at kunne håndtere hverdagens nye uoverskuelighed.
11. Kroppen er selvets nye centrum og kroppen internaliserer og udtrykker hverdagens risici gennem sine handlinger. Erfaringen bliver kroppens fineste orienteringsredskab og bortviser den videnskabelige viden.
12. Dopingbrugernes forstærkning af kroppen er udtryk for en grundlæggende mandlig usikkerhed, der søges overkommet med en fitness-livsstil og genvej til det gode liv. Mænd er i krise og dermed i sundhedsfare.

# LITTERATUR

- Adam, B., Beck, U. & van Loon, J. (red.). (2000). Health and Responsibility: From social Change to Technological Change and Vice Versa. The risk society and beyond – critical issues for social theory, London: SAGE
- Barland, B. (1997). Gymmet: En studie av trening, mat og doping. Oslo: : Dr. Scient avhandling, Norges Idretshøgskola (NIH)
- Bauman, Z. & May, T. (2003). At tænke sociologisk (2. udg.). København: Hans Reitzels Forlag.
- Beck, U. (1992). Risk society: towards a new modernity. London:SAGE
- Beck, U. (2002). Slagmark. Tidsskrift for idéhistorie. Forår 2002 nr. 34. Aarhus: Forlaget Modtryk.
- Beck, U. og Beck-Gernsheim, E. (2002). Individualisering i moderne samfund – en subjektorienteret sociologis perspektiver og kontroverser. SLAGMARK nr. 34
- Becker, H. S. (1963). Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance. New York: The Free Press
- Becker, H.S. (2001). Drugs. What are they? Lokaliseret den 13. januar 2004 på World Wide Web: <http://home.earthlink.net/~hsbecker/>.
- Bengs, C. (2000). Looking Good: A study of gendered body ideals among young people. Doctoral thesis at the Department of Sociology. Umeå: Umeå Universitet
- Benjaminsen, L. (2002). Doping i den danske befolkning og i danske idræts og motionsmiljøer. Sociologisk rapportserie, 5. København: Sociologisk Institut KUA
- Benjaminsen, L. & Pedersen, I. K. (2002). Doping og anvendelse af andre præsentationsfremmende midler blandt brugere af danske motions- og fitnesscentre – en statistisk analyse. Sociologisk Rapportserie nr. 9. København: Sociologisk Institut KUA
- Body, The.(red.) The Aberdeen Body Group (2004). Critical Concepts in Sociology (Vol. I-V) Vol. IV. Living and dying bodies. London: Routledge.
- Breck, T. (2001) Dialog om det usikre: Nye veje i risikokommunikation. København: Akademisk Forlag.
- Craib, I. (1998). Experiencing Identity. London: SAGE
- Crawford, R. (2004). A cultural account of 'Health': control, release and the social body. The Body: Critical Concepts in Sociology (red.). By The Aberdeen Body Group, vol. 4. London: Routledge
- Doping i Danmark. En hvidbog.(1999). København: Kulturministeriet

- Giddens, A. (1996). Modernitet og selvidentitet: selvet og samfundet under sen-moderniteten. København: HRF.
- Goldstein, P. J. (...) Anabolic Steroids: An Ethnographic Approach
- Hølge-Hazelton, B. (red.). (2003) Perspektiver på ungdom & krop. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Illeris, K. et al. (2002). Ungdom, identitet og uddannelse, Frederiksberg: Roskilde Universitets Forlag
- Jacobsen, E. T. (2002). Retten til usundhed? Social Kritik nr. 84 (s.90-97) 14. årgang.
- Johansson, T. (1996). Gendered spaces: The gym culture and the construction of gender. Lokaliseret den 10. februar 2004 på World Wide Web: [www.alli.fi/nyri/young/1996-3](http://www.alli.fi/nyri/young/1996-3)
- Johansson, T. (1997). Den skulpterede kroppen – Gymkultur, friskvård och estetik. Stockholm: Carlsson Bokforlag
- Johansson, T. (2001) Den hårda kroppen – et oinfriet löfte?. In Sernhede, O. & Johansson, T. (red). (2001). Identitetens omvandlingar. Göteborg: Bokförlaget Daidalos
- Johnsen, B. (2000). Kan kroppe være kriminelle?: Vægttraining, krop og maskulinitet i fængsel. Sociologi i dag. (årg. 30) nr.4. Novus Forlag
- Klein, A. K. (1993). Little big men: Bodybuilding Subculture and Gender Construction. Albany: State of New York Press
- Larsen, K. (2003). Idrætsdeltagelse og idrætsforbrug I Danmark. Århus: Klim
- Lash, S., Szerszynski, B. & Wynne, B. (1996). Life as a planning project. Risk, Environment and Modernity. London: SAGE
- Lawy, R. (2002). Risky Stories: Youth Identities, Learning and Everyday Risk. In Journal of Youth studies vol. 5 no.4
- Lov om forbud mod visse dopingmidler: Lov nr. 232 af 21/04/1999 (Gældende). Lov nr. 69 af 04/02/2004 § 16
- Messerschmidt, J. W. (2000). Nine Lives: Adolescent Masculinities, the Body and Violence. Boulder: WP.
- Mogensen, K. (2002). Livet begynder ved 150 km/t: en ungdomskulturel undersøgelse af unge trafikanters motivation for at foretage risikohandlinger i trafikken. Center for Ungdomsforskning/Ribe Amt
- Mogensen, K. (2003). Unge mænds krops- og trafikrisiko. In Hølge-Hazelton, B. (red.). (2003). Perspektiver på ungdom & krop. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag.
- Nielsen, K. Aa. (1997). Ekspertkultur og orienteringsusikkerhed . In Weber, K., Nielsen, B. S., Olesen, H. S. (red.). (1997) Modet til fremtiden – inspirationen fra Oscar Negt. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag, s.129-151
- Pedersen, I. K. (2003). Lægemedlers indtog i sport og motion. Social Kritik nr. 90
- Pedersen, I.K. (2004). Kropslige perfektioneringseksperter: Om doping og andre præstationsfremmende midler i motions- og fitnessmiljøer. In Kvinder, Køn & Forskning nr. 2-3.
- Pedersen, I. K. (2004). Doping fremmer et andet spil end sport. Lokaliseret den 1. august 2004 på World Wide Web: [www.idrottsforum.org](http://www.idrottsforum.org) 02/2004
- Rasborg, K. (2002). Den anden modernitet – en kritisk diskussion af Ulrich Becks teori om risikosamfundet. SLAGMARK nr. 34
- Simonsen, S. S. (2000). Sundhedens filosofi: Klinisk videnskabsteori med særligt fokus på sundhedsvidenskabernes metodeproblematik. Århus: Forlaget Klim

- Schmidt, L.H. (1999). *Diagnosis III*. DPU
- Steen-Johnsen, K. (2001). *Treningscenteret – en arena for individualiseret træning?: En sosio-semiotisk fortolkning*. *Sociologi i dag*. (årg. 31) nr. 1. Novus Forlag
- Spradley, J. P. (1979a). *The ethnographic interview*. Harcourt Brace Jovanovich College Publishers, Orlando
- Spradley, J. P. (1979b). *Participant Observation*. New York: Holt, Rinehart and Winston
- Symbolic interaction and cultural studies (1990)* edited by Howard S. Becker and Michal M. McCall, Chicago: University of Chicago Press.
- Tulloch, J. & Lupton, D. (2003). *Risk and Everyday Life*. London: SAGE Publications Ltd.
- Turner, B. S. (1992). *Kroppen i samfundet: Teorier om krop og kultur*. København: Politisk Revy
- Williams, S. J. & Bendelow, G. (1998). *The lived Body: Sociological Themes, Embodied Issues*. London: Routledge
- Willis, P. (2000): *Ethnographic Imagination*. Blackwell Publishers Ltd.
- Waadegaard, M (2003). *Krop og kontrol – unge og spiseforstyrrelser* In Hølge-Hazelton, B. (red.). (2003). *Perspektiver på ungdom & krop*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag.
- Ziehe, T. (1994). *From living standard to life style*. Lokaliseret den 30. august 2001 på World Wide Web: [www.alli.fi/nyri/young/1994-2](http://www.alli.fi/nyri/young/1994-2)
- Aagre, W. et al. (2002). *Nordiska Tonårsrum. Vardagsliv och samhälle i det moderna*. Lund: Studentlitteratur



# NOTER

---

<sup>1</sup> **Definition af doping:** "Ved doping forstås tilstedeværelsen i den menneskelige organisme af stoffer, der er forbudt i henhold til WADA's liste over forbudte stoffer. Brug af sådanne stoffer, tilstedeværelsen af sådanne stoffer i urin- eller blodprøve, samt anvendelsen af metoder til at ændre analyseresultatet af en urin eller blodprøve, er forbudt."

Anabole androgene steroider (AAS) er et begreb, der omfatter kroppens eget testosteron, syntetisk fremstillet testosteron og syntetisk fremstillede forbindelser, som har en testosteronlignende struktur.

<sup>2</sup> ADD står for Anti Doping Danmark og Hvidbogen er ADD og Kulturministeriets arbejdsgrundlag, som kortlægger Doping i Danmark gennem en række kvantitative og kvalitative undersøgelser blandt danske idrætsudøvere, både motionister og elite inden for Dansk Idræts-Forbund og Danske Gymnastik og Idrætsforeninger. ADD har både til opgave at kontrollere for dopingbrug og oplyse om doping. Anti Doping Danmark og Kulturministeriets Hvidbog – Doping i Danmark (1999)

<sup>3</sup> Med en undtagelse: Inge Kryger Pedersen har i et nyrapporteret studie undersøgt brugen af doping i relation til styrketræningspraksis i DK. Se Pedersen I.K. (2004): Kropslige perfektioneringsekspert: Om doping og andre præstationsfremmende midler i motions- og fitnessmiljøer. *Kvinder, Køn & Forskning nr. 2-3*. s.63-80

<sup>4</sup> Tre danske undersøgelser har vist, at doping er mest udbredt i motions- og fitnesscentre og i elitesporten.

Undersøgelserne viser, at det generelt er meget få, der benytter doping. Dette baseres på undersøgelser foretaget blandt eliteidrætsudøvere under Danmarks Idræts-Forbund (DIF), brugere af motions- og fitnesscentre, gymnaster fra Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI) og deltagere i Copenhagen Marathon 1999. Faktisk giver kun 0.6% af deltagerne udtryk for personligt at have nogen som helst erfaringer med doping, og kun 0.3% af deltagerne har anvendt muskelopbyggende hormoner.

Men inden for enkelte områder virker doping alligevel udbredt. 3% af brugerne i motions- og fitnesscentre giver udtryk for selv at bruge eller have brugt anabole steroider. Hvis man kun kigger på de mandlige brugere af centrene, udgør andelen af dopingmisbrugere 5%. Ifølge Danmarks Cykle Unions (DCU's) undersøgelse af sine medlemmers erfaring med doping har 10% forsøgt og prøvet dopingmidler i en eller anden form - hovedsageligt [stimulerende stoffer](#).

I forbindelse med ovenstående undersøgelser spurgte man deltagerne, om de kendte nogle, som benyttede doping. I fitness- og motionscentre svarede 20% af de adspurgte, at de personligt kender nogen der anvender dopingmidler, mens ca. 20% af marathnløberne og gymnasterne fra DGI svarede, at de enten havde kendskab til

---

eller havde mistanke til nogen, som brugte doping. Stofferne er tilsyneladende ikke svære at få fat på. I hvert tilfælde mente 25%, at det var muligt for dem at skaffe de dopingmidler, de ønskede, på mindre end tre dage.

<sup>5</sup> Knud Larsen (2003)

<sup>6</sup> Doping fremmer et andet spil end sport: Pedersen I. K. 19.okt. 2004 på:

<http://www.idrottsforum.org/articles/pedersen/pedersen.html>

### <sup>7</sup> Anabole steroider

Anabole steroiders medicinske anvendelse, anvendelse som doping samt bivirkninger. Anabole steroiders medicinske anvendelse Anabole stoffers medicinske anvendelse er begrænset til sjældne tilfælde, hvor organismen ikke selv producerer testosteron og lignende hormoner. Dette kan være ved svær nyresygdom med knogletab og blodmangel. Anabole steroiders anvendelse som doping. Selv om anabole steroider ikke er tilladt at benytte i forbindelse med udøvelse af idræt, har man gennem mange år set et misbrug inden for sportsverdenen. De fleste idrætsudøvere producerer selv naturligt mindre end 10 milligram testosteron om dagen. Enkelte udøvere kan i løbet af dage med store kraftanstrengelser være i stand til at bruge flere hundrede milligram; en mængde, som overstiger selv den anbefalede dosis til syge patienter. Ved doping med anabole steroider indtages doser, der altså ligger 10, 100 og endda 1.000 gange over det niveau, som benyttes i forbindelse med medicinsk behandling. Der anvendes typisk to til flere anabole steroider samtidig - såkaldt "stacking". Steroiderne kan indtages i tabletform eller i flydende form ved indsprøjtninger i muskler. Steroiderne indtages i "kure", typisk seks til ti uger, hvorefter der holdes pause i uger til måneder. Ofte suppleres forbruget med fx insulin, væksthormon og stofskiftehormoner i et forsøg på at få en endnu større effekt på musklerne. Efter afsluttet kur ses et forbrug af andre stoffer, fx hCG og tamoxifen, for at fjerne nogle af de uønskede bivirkninger, som fx nedsat produktion af testosteron i testiklerne og brystudvikling.

Anabole steroider er kun udtalt virksomme i forbindelse med intensiv vægttræning. Efter afslutning af en kur vil den øgede muskelmasse igen svinde ind. I nogle tilfælde tilbage til udgangspunktet og i visse tilfælde svinde endnu mere.

#### **Anabole steroiders bivirkninger:**

Der er et bredt spekter af både fysiske og psykiske bivirkninger forbundet ved at benytte anabole steroider.

#### **Fysiske bivirkninger:**

Nogle de fysiske bivirkninger er ens hos både mænd og kvinder. Det drejer sig om udvikling af bumser (akne), leverskader, hurtig vægtforøgelse, hjerteanfald, stigning i kolesterolindholdet i blodet og nedsat forplantningsevne. Anabole steroider gør kroppen hurtigere modtagelig for træning, og den øgede aggressivitet gør, at man træner hårdere længere. Dette medfører risiko for skader i muskler og sener, fordi styrken i muskulaturen øges hurtigere end den gør i sener og knogler.

Derudover er der en række fysiske bivirkninger, som kun ses hos mandlige brugere. Det drejer sig om impotens, skrumpning af testiklerne, prostataforstørrelser (blærehalskirtlen), lysere stemme samt væskeophobninger i kroppen. Yderligere forringes sædkvaliteten kraftigt, så længe stofferne indtages og i op til seks måneder efter. Det er eksempler på at anabole steroider har medført varig sterilitet.

For kvinder medfører brug af anabole steroider blandt andet øget udvikling af kønsbehåring, mindskning af bryststørrelse, clitorisforstørrelse og nedsat forplantningsevne. Kvinder, som indtager anabole steroider kan yderligere få en række maskuliniserende eller viriliserende bivirkninger i form af skægvekst og øget behåring, tendens til skaldethed og dybere stemme. Der ses hyppige menstruationsforstyrrelser, som kan udvikle sig til udeblivende menstruation.

#### **Psykiske bivirkninger:**

Misbrug af anabole steroider har også en række psykiske bivirkninger, som opleves af både mandlige og kvindelige misbrugere og særligt af deres omgangskreds. Jo højere mængde af testosteron man tager, jo større bliver de psykiske ændringer. Man får som bruger af anabole steroider svært ved at styre sit temperament.

---

Humørsvingninger, voldelighed, ukontrollabel adfærd, psykotiske træk samt ændringer i seksualdriften er blandt de hyppigste psykiske bivirkninger. Nogle rammes af så svær depression, at de begår selvmord.

#### **Afhængighed:**

Der eksisterer desuden en reel risiko for, at man bliver både fysisk og psykisk afhængig af at benytte anabole steroider. Når man indtager anabole stoffer kan der ske det, at kroppen helt eller delvist stopper med at producere stofferne selv. Når misbruget så på et tidspunkt ophører, går der et stykke tid før kroppen producerer den normale mængde testosteron igen. I overgangsperioden kan man derfor opleve muskel- og mavekrampe, sløvhed, forstoppelse, hovedpine og kraftige depressioner. For at undgå disse symptomer kan det føles nødvendigt at påbegynde endnu en anabol steroid-kur, og så er man inde i en egentlig misbrugscirkel.

Kilde Anti Doping Danmarks hjemmeside 1. november 2004: [www.doping.dk](http://www.doping.dk):  
<http://www.doping.dk/visArtikel.asp?artikelID=1484>

<sup>8</sup> En række olympiske mestre blev spurgt om de ville risikere deres førlighed og få afkortet deres liv for til gengæld at vinde en olympisk guldmedalje og svaret var over hele linjen: JA!

<sup>9</sup> Goldstein P. J.: *Anabolic Steroids: An Ethnographic Approach*;

Barland B. (1997): *Gymmet – en studio av trening, mat og dop*, Oslo;

Johansson T. (1997): *Den skulpterede kroppen – Gymkultur, friskvård och estetik*, Stockholm;

Klein Alan M. (1993): *Little big men – Bodybuilding Subculture and Gender Construction*, New York

<sup>10</sup> Becker H. S. (1963). *Outsiders: Studies in the Sociology of deviance*. New York: The free press

<sup>11</sup> Interview og observationer er udført efter retningslinjerne i: Spradley J. P. (1979a). *The ethnographic interview*. Harcourt Brace Jovanovich College Publishers, Orlando og Spradley J. P. (1979b). *Participant Observation*. New York: Holt, Rinehart and Winston

<sup>12</sup> Til sammenligning er undertegnede 35 år gammel, har styrketrænet i et halvt år, vejer 71 kg fordelt på 1,79 meter og har ingen personlige erfaringer med brugen af AAS.

<sup>13</sup> Den danske hjemmeside [www.bodyhouse.dk](http://www.bodyhouse.dk) er kommet i modvind, fordi den indeholder en del fora, der tilbyder hjælp til steroidebrugere. Om det handler om at verificere steroiders ægthed eller hjælp til at lægge diæter og træningsplaner, så er hjemmesiden leveringsdygtig, hvilket har bragt den på kant med Anti Doping Danmark.

<sup>14</sup> Det er også en af årsagerne til, at det er svært for ADD at få tilknyttet motionscentre til deres frivillige ordning med dopingkontrol. Indtil nu er kun ca. 30 centre med i ordningen ud af de mere end 200 centre der findes i Danmark.

<sup>15</sup> ADD gennemfører langt den største andel af sine kontroller i forbindelse med elite- og konkurrenceidræt, hvilket dopingbrugerne i denne undersøgelse også synes er i orden, da det er her problemet med unfair konkurrence findes.

<sup>16</sup> Kuren er dopingbrugernes egen betegnelse for den dosering og mængde AAS og andre stoffer, de indtager efter en tilrettelagt plan, der inddeler hele perioden med doping i uger, dage og timer. En kur er en periode med doping.

<sup>17</sup> At holde sig væk fra ballade for ikke at skabe konfrontation.

<sup>18</sup> Det olympiske motto: hurtigere, højere, længere indeholder netop ikke tungere og større, om end vægtløftere kæmper om at løfte tungest, så er der ingen disciplin, hvor det for idrætsdeltagerne gælder om at tage hurtigst på i vægt eller blot at være stor eller bedre størst. Det betyder selvfølgelig ikke, at højde, størrelse og vægt ikke har betydning for succes inden for de forskellige discipliner.

<sup>19</sup> Mogensen, K. (2002)

---

<sup>20</sup> Connell, R. (2004)

<sup>21</sup> Ziehe, T.(1989). *Ambivalenser og Mangfoldighed: Tekster om ungdom, skole, æstetik, kultur*. København.

<sup>22</sup> Pointen er, at der i traditionelle samfund tidligere var en masse farer, som mennesket ikke var bevidst om og ikke havde viden om: Men det betød jo modsat ikke, at disse farer ikke eksisterede eller ikke var virkelige og sandsynlige. Det nye er, ifølge Beck, at samfundet som følge af sin produktion af viden også producerer risici, og det kræver en stadig refleksivitet at håndtere det faktum: At mere viden om risici, skaber flere risici – og ikke som common sense-forståelsen vil have det, at mere viden fjerner og afhjælper risici. Giddens finder ikke, at der er flere risici, men knytter til at det enkelte individ, som del af sit hverdagsliv som lægmand, inddrager og integrerer ekspertsystemernes viden i deres refleksionsprocesser over muligheder og sandsynligheder. Det moderne er, at individet foretager kalkulative sociale handlinger på baggrund af ekspertviden om iboende risici ved netop disse handlinger. Risiko er for det enkelte individ det samme som viden om risiko. For efterfølgende vil individet gennem sine refleksive handlinger forsøge at kontrollere det der lader sig kontrollere, og her er det kroppen kommer ind.

<sup>23</sup> Kaspersen, L. B. (2001). *Anthony Giddens*, København, s.147

<sup>24</sup> Anoreksi er en form for nervøs spiseforstyrrelse, der indebærer en konstant og tvangsmæssig fokusering på krop og vægt der ofte resulterer i et livstruende vægttab; En sygdom der typisk udvikles blandt unge piger og kvinder. Megareksi - også kaldet storspiseri - er en spiseforstyret adfærd, der kan udvikles som resultat af ekstreme træningsmetoder og diæter, typisk blandt styrketrænende mænd, de såkaldte bodybuildere. Waadegaard, M (2003). *Krop og kontrol – unge og spiseforstyrrelser* s.27-44

<sup>25</sup> Beck, U. (1992). *Risk society: Towards a new modernity*, London, s.21

<sup>26</sup> Beck, U. og Beck-Gernsheim, E. (2002). Individualisering i moderne samfund – en subjekt-orienteret sociologis perspektiver og kontroverser. *SLAGMARK nr. 34* s.13-38

<sup>27</sup> Rasborg, K. (2002). Den anden modernitet – en kritisk diskussion af Ulrich Becks teori om risikosamfundet. *SLAGMARK nr. 34* s.39-60

<sup>28</sup> Beck-Gernsheim, E. (1996) s.140

<sup>29</sup> Beck, U. (1992). *Risk society: towards a new modernity*. London, s.135

<sup>30</sup> Edt. Lash, Szerszynski and Wynne. (1996). *Life as a planning project. Risk, Environment and Modernity*, London (s.139-153) og edt. Adam, Beck and van Loon. (2000). *Health and Responsibility: From social Change to Technological Change and Vice Versa. The risk society and beyond – critical issues for social theory*, London, s.122-135

<sup>31</sup> Beck-Gernsheim, E. (1996) s.139

<sup>32</sup> Beck-Gernsheim, E. (2000) s.124

<sup>33</sup> Beck-Gernsheim, E. (2000) s.124

<sup>34</sup> Beck-Gernsheim, E. (2000) s.132

<sup>35</sup> Beck-Gernsheim, E. (1996) s.149

<sup>36</sup> Beck-Gernsheim, E. (1996) s.151

<sup>37</sup> Beck-Gernsheim, E. (2000) s.133

<sup>38</sup> Bauman, Z. & May, T. (2003). *At tænke sociologisk*. København

<sup>39</sup> Barry Glassner afdækker begrebet og fænomenet fitness, der ikke handler om nationens frelse, men om selvets frelse. Fitnessideologien tilbyder erfarings af et intimt og holistisk ægteskab mellem selv og krop. Selvet i kontakt med, omsorg for, kontrol af kroppen, behøver ikke længere blot at erfare kroppen som en anden ting i verden. "In appearances selves are established and mobilized, and through fitness, selves are truly embodied.

---

The physique becomes a cardinal sign of the self in a way that add-ons such as fashion and cosmetics no longer can. People do not 'have' fitness, like they do a 'look', they *are* fit. Fitness is totalizing, it has no opposite. It is, it does but it does not mean". Glassner, B. (1990) *Fit for Postmodern Selfhood*. Becker & McCall. s.215-243

<sup>40</sup> Bauman & May (2003) s.143

<sup>41</sup> Se Crawford for en undersøgelse af, hvordan oplevelsen af kontrol medfører en øget fornemmelse af sundhed. Crawford, R. (2004). A cultural account of 'Health': control, release and the social body. In *The Body: Critical Concepts in Sociology* (edt). By The Aberdeen Body Group, vol. 4. s.275-308

<sup>42</sup> Lawy, R. (2002). Risky Stories: Youth Identities, Learning and Everyday Risk. *Journal of Youth Studies* vol. 5, no.4, s.407-424

<sup>43</sup> Lawy, R. (2002). s.408

<sup>44</sup> Lawy, R. (2002). s.408-409

<sup>45</sup> Green, E., Mitchell, W. & Bunton, R. (2000). Contextualizing risk and danger: an analysis of young people's perception of risk. In *Journal of Youth Studies* vol. 3, no.2., s.109-126

<sup>46</sup> Lawy, R. (2002). s.421

<sup>47</sup> Jeffs, T., & Smith, M. K. (1998) The problem of 'youth' for youth work. In *Youth and Policy*, 62, (s.45-66)

<sup>48</sup> Miles, S. (2000). *Youth*. In *Lifestyles in a changing world*. s.147-148

<sup>49</sup> Pedersen, W. (1994). Rites of passage in high modernity. In *YOUNG nr.1*, s.1-12

<sup>50</sup> Den norske idræts og dopingforsker Bjørn Barland har anvendt begrebet overgangsrite til at beskrive og indfange betydningen af norske bodybuilders skifte fra forberedelse, til deltagelse i bodybuildingskonkurrencen efter at have gennemgået en række standardiserede kulturelt betingede ritualer. Se Barland, B. (1997)

<sup>51</sup> Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity*

<sup>52</sup> Pedersen, W. (1994) s.7

<sup>53</sup> Men spørgsmålet om, hvad der kan stoles på, kan være meget vel være kroppen som Giddens selv peger på, da kroppen indeholder alle mulige grader af synlighed og symbolsk kommunikation. Derfor er det også let at tænke i forlængelse af Pedersens argument om de sociale overgangsriter og formulere det særligt moderne som kroppens betydning i unges rituelle passage til manddom.

<sup>54</sup> Pedersen, W. (1994) s.8

<sup>55</sup> Pedersen, W. (1994) s.11

<sup>56</sup> Tulloch, J. & Lupton, D. (2003). *Risk and Everyday Life*. s.133

<sup>57</sup> Culpitt, I. (1999). *Social Policy & Risk*. s.131

<sup>58</sup> Nielsen, K. Aa. (1997) S.130

<sup>59</sup> Nielsen, K. Aa. (1997) s.131-132

<sup>60</sup> Nielsen, K. Aa. (1997) s.137

<sup>61</sup> Breck T. 2001 (s.121)

<sup>62</sup> Breck T. 2001 (s.38)

<sup>63</sup> Breck, T. (2001) (s.39)

<sup>64</sup> Lash, S. (2000), *Risk Cultures*(s.47)

<sup>65</sup> Schmidt, L.H. (1999), *Diagnosis III* (s.293)

---

<sup>66</sup> For mere grundlæggende diskussioner og analyser af kroppens sociologiske betydning henvises til Turner, B. S. (1992). *Regulating Bodies: Essays in Medical Sociology*. og Turner, B. S. (1992). *Kroppen i samfundet: Teorier om krop og kultur*. For en teoretisk og empirisk baseret undersøgelse af udseendes betydning for unge(kvinder), men med god anvendelse denne maskuline kontekst henvises til: Bengs, C. (2000). *Looking Good: A study of gendered body ideals among young people* .

<sup>67</sup> Willis, P. (2000), *Ethnographic Imagination* (s.91-98)

<sup>68</sup> Se også Connell for diskussion af den særlige hegemoniske maskulinitetsforestilling: Connell, R. W. (2004). *Men's Bodies*. In *The Body: Critical Concepts in Sociology*. Edt. By *The Aberdeen Body Group*, vol. 4. s.227-245

<sup>69</sup> Willis, P. (2000), *Ethnographic Imagination* (s.93)

<sup>70</sup> Willis, P. (2000), *Ethnographic Imagination* (s.95)

<sup>71</sup> Johansson, T. (2002), *What's behind the mask? Bodybuilding and masculinity* Daidalos.

Johansson, T. (2001) *Den hårda kroppen – et uinfriat löfte?* Daidalos

<sup>72</sup> Steen-Johnsen, K. (2001) *Treningscentret – en arena for individualiseret træning? En sosio-semiotisk fortolkning*.

<sup>73</sup> Johnsen, B. (2000), *Kan kropper være kriminelle? Vekttrening, kropp og maskulinitet i fengsel*.

<sup>74</sup> Slang for udviklingen af kvindelige bryster og skrumpede testikler.

<sup>75</sup> Johnsen, B. (2000), *Kan kropper være kriminelle?*