



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för folkhälso- och idrottsvetenskap

Examensarbete

Jämställdhetsintegrering på gymmet – En intervjustudie i en
medelstor svensk stad

Pär Stenquist

2019

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp
Folkhälsovetenskap
Folkhälsostrateg för hållbar utveckling
Forskningsmetoder i folkhälsovetenskap II och examensarbete

Handledare: Ola Westin, Agneta Morelli
Examinator: Gloria Macassa

Abstract

Stenquist, P. (2019). *Gender equality integration at the gym – An interview study in a middle-sized Swedish city*. Bachelor thesis in Public Health Science. Department of Occupational and Public Health Science. Faculty of Health and Occupational Studies. Sweden, Gävle: University of Gävle.

Research has shown that gender equality gaps are prominent and experienced when it comes to strength training and gym use. The health benefits of strength training are many, and it is of importance to public health science that any gender inequalities are exterminated so that both men and women can benefit from these. The gym is a common area for practising strength training, but the research done about gender equality from a gym perspective does however seem to be limited, particularly regarding from a gym enterprises point of view. The purpose of this study was hence to explore how different gym enterprises in a medium-sized Swedish city integrated gender equality in their business operation. This was carried out through a total of four individual interviews with a voluntary representative from each different gym. The results displayed five main themes with different aspects, wick all somehow connected to integration of gender equality at the gym. The most characteristic of these themes turned out to be ambiguity, wick could be observed in several of the five main themes and noticed through all four interviews.

The conclusions came to be that the gyms did not see gender equality as one of their specific fields of work, and also that gender equality was not something established or recognized by them. They did however work for inclusion and affinity wick could be seen as some kind of contribution to gender equality. It was shown that the gyms did not seem to consciously integrate gender equality in their business operation.

Keywords: Gender equality, Equality integration, Gym, Sweden

Sammanfattning

Studiens syfte var att undersöka hur olika gym i en medelstor svensk stad integrerar jämställdhet i sina verksamheter. För att undersöka detta användes en kvalitativ metod med intervjuguide-baserade individuella intervjuer. Totalt inkluderades fyra olika gymverksamheter i studien och intervjuerna genomfördes vid olika tillfällen med en frivillig representant för varje verksamhet. Resultatet visade att fem huvudteman kunde urskiljas i den intervjudata som samlades in: *Attraktivt med jämställdhet*, *En god självsyn*, *Könsmönster på gymmet*, *Anläggningens förutsättningar* samt *Tvetydighet*. Samtliga huvudteman var på något sätt länkade till gymverksamheternas integrering av jämställdhet, men belyste olika aspekter. Det mest utmärkande temat var *tvetydighet*, vilket framträdde vid ett flertal tillfällen i samtliga intervjuer och kunde urskiljas i flera av de olika temana. Slutsatserna blev att gymverksamheterna i studien inte såg jämställdhet som ett specifikt område som de arbetar med, samt att begreppet jämställdhet inte var någonting etablerat eller bekant i verksamheterna. De framställde istället hur de arbetar med inkludering och gemenskap på gymmet. Studien visade även att verksamheterna inte medvetet tycks integrera jämställdhetsfrågor som en del i verksamheten.

Nyckelord: Jämställdhet, Jämställdhetsintegrering, Gym, Sverige

Förord

Jag vill rikta ett speciellt tack till min handledare Agneta Morelli för sitt engagemang, sitt stöd och all den feedback och hjälp hon bidragit med under arbetsprocessen för detta examensarbete. Din hjälp har varit otroligt värdefull. Jag vill även tacka min huvudhandledare Ola Westin för bra granskning och feedback. Sist men inte minst vill jag passa på att tacka alla de gymverksamheter som ställt upp med sitt deltagande i den här studien. Utan er skulle det inte varit möjligt. Tack.

Gävle den 6 Juni 2019

Pär Stenquist

Innehållsförteckning

1. Introduktion.....	s.1
Problemformulering.....	s.3
Syfte och frågeställningar.....	s.4
2. Metod.....	s.5
2.1 Design.....	s.5
2.2 Urval.....	s.5
2.3 Datainsamling.....	s.6
2.4 Genomförande och kontext.....	s.7
2.5 Dataanalys.....	s.7
2.6 Forskningsetiska överväganden.....	s.8
3. Resultat.....	s.10
3.1 Attraktivt med jämställdhet.....	s.10
3.2 En god självsyn.....	s.11
3.3 Könsmönster på gymmet.....	s.11
3.4 Anläggningens förutsättningar.....	s.12
3.5 Tvetydighet.....	s.13
4. Diskussion.....	s.17
4.1 Metoddiskussion.....	s.19
5. Slutsats.....	s.22
6. Referenser.....	s.23
7. Bilagor.....	
7.1 Bilaga 1. Informationsblad	
7.2 Bilaga 2. Samtycke	
7.3 Bilaga 3. Intervjuguide	

1. INTRODUKTION

Under de senaste decennierna har mycket forskning bedrivits kring olika bestämningsfaktorer för hälsa. I takt med det har jämställdhet blivit en aktuell folkhälsofråga (Philips 2011). Enligt Philips (2011) är dock jämställdhet och könsrelaterade frågor ett ämne som inte studerats tillräckligt mycket inom folkhälsovetenskapen trots att det ofta förs fram som en inverkan för hälsa (ibid.). Begreppet jämställdhet betonar jämlikhet mellan könen och kan definieras som att kvinnor och män ska ha samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter inom livets alla områden (Jämställ.nu 2017). Enligt Philips (2011) är det en nödvändig förutsättning att jämställdhet mellan könen uppmärksammas som en inverkan för hälsa. Sachs (2015) menar att jämställdhet är av betydelse inte bara för folkhälsan utan även för att möjliggöra en hållbar utveckling. Ett hållbart arbete för jämställdhet skulle kunna gynna samhällen både socialt och ekonomiskt genom bland annat fler och högre utbildade kvinnor på arbetsmarknaden samt mer rättvisa uppväxtvillkor och möjligheter för kommande generationer (ibid.). Riktlinjer och mål för ett sådant arbete har utformats av FN, genom UNDP (United Nations Development Programme) först som en del i de 8 *Millennium Development Goals* (MDG's) som fanns fram till år 2015 (United Nations 2015). Därefter formades 17 nya, mer övergripande, *Sustainable Development Goals* (SDG's) som är mål för en hållbar global utveckling (United Nations 2017). Målområde 5 av dessa 17 handlar specifikt om jämställdhet, och ämnet visas därmed ha hög prioritet. Trots detta har ojämställda förhållanden under lång tid präglat världens samhällen. Traditionellt sett har det ofta handlat om normer som att män sköter arbete och inkomst medan kvinnor ansvarar för hemmet och tar hand om barnen (Sachs, 2015). Frågan har uppmärksammas allt mer och idag påträffas begreppet jämställdhet på en mängd olika områden samt i de flesta samhällsfrågor (ibid.).

Jämställdhet har blivit en allt större fråga även inom sport och fysisk aktivitet och det finns en strävan efter att inkludera en större andel kvinnor (Brown, Mielke & Kolbe-Alexander 2016). Exempelvis finns det mål om att det till år 2020 ska vara 50% kvinnliga deltagare i de olympiska spelen. Anledningen till att jämställdhet blivit en fråga även inom sport och fysisk aktivitet kan kopplas till att många studier gjorts kring just fysisk aktivitet och hälsa under det senaste decenniet (ibid.).

Studier har uppreparade gånger visat att fysisk inaktivitet ger ett flertal negativa effekter på hälsa, vanligast i form av hjärt-kärlsjukdomar (Lim et al. 2013). Det har vidare konstaterats att fysisk inaktivitet är en faktor i den globala sjukdomsburden och antal dödsfall, samt att en god fysisk aktivitet både har hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande egenskaper (Pellmer, Wramner & Wramner 2012). Att båda könen inkluderas i, och obehindrat kan ta del av fysisk aktivitet blir därför viktigt för befolkningens hälsa och dess möjligheter till att förbättras och bli mer hållbar.

Att specifikt styrketräning har en mängd positiva effekter på individers hälsa har påvisats i flera studier. Exempelvis i en litteraturstudie av Nestler et al. (2017) som påvisat att interventioner med styrketräning för att förbättra kvinnors hälsa på arbetsplatser resulterat i både ökad styrka, smärtlindring och ökat välmående för deltagarna. Utöver det kan styrketräning även bidra till både förbättrad fysisk och psykisk hälsa samt bättre metabolism och ämnesomsättning (ibid.). Belastningsträning med vikter och styrkeövningar förebygger dessutom benskörhet (osteoporos) och stärker kroppen (Salvatore & Marecek 2010). Detta gör styrketräning till en viktig faktor att beakta inom folkhälsovetenskapen, vilket stärks ytterligare genom olika undersökningar av exempelvis Zang et al. (2017) som studerade 141 kvinnor med bröstcancer-relaterad lymfödem (BCRL) i Philadelphia. Kvinnorna fick träna styrketräning med vikter enligt ett interventionsprogram på tolv månader. Resultaten jämfördes med en kontrollgrupp och visade att träningen med vikter gav en rad positiva effekter för de drabbade kroppsdelarnas vävnader samt reducerade allvarliga symptom av lymfödemet. I en femton år lång kohortstudie av Kraschnewski et al. (2016) motiveras dessutom styrketräningens betydelse för mortalitet (ett mått för dödlighet). Denna studie genomfördes inom en äldre population (ålder 65+) i USA och resultaten visade att effekterna av rätt styrketräning kan likställas med vissa medicinska behandlingar samt att en ökad styrketräning hos den äldre befolkningen har potential att minska dödssiffrorna (Kraschnewski et al. 2016). Att hela befolkningen har möjlighet att utöva styrkesport och vistas på gymanläggningar kan därmed anses vara en betydande folkhälsofråga. Tyvärr har det dock visat sig att båda könen inte riktigt har samma förutsättningar när det kommer till fysisk aktivitet och i synnerhet styrkesport. I studier gjorda av Plaza, Boiché, Brunel & Ruchaud (2017) med både studenter och vuxna i Frankrike, förs det fram det att det förekommer tydliga stereotyper kring kön inom sportvärlden och återigen visar det sig att män är överrepresenterade inom

sportvärlden, inte minst inom styrkesport och kontaktsporter som exempelvis fighting. Detta kan i sin tur leda till att individer, i synnerhet kvinnor, begränsas vid valet av sportutövande på grund av könstillhörighet (Plaza et al. 2017). Vidare har studier av Salvatore och Marecek (2010) visat att det existerar en oro kring sociala värderingar kopplat till styrketräning hos kvinnor. Studien genomfördes vid en högskola i USA med hjälp av frågeformulär för att undersöka användandet av gymutrustning bland studenter. Det framkom dessutom i samma studie att kvinnorna valde bort vissa övningar eller kände sig psykiskt obekväma vid styrketräning. Detta har skapat ojämställda förutsättningar mellan män och kvinnor inom styrkesport, och framförallt på gym som är en vanlig arena för styrketräning (Salvatore & Marecek 2010).

För att uppnå en jämställdhet på gym borde alla, både män och kvinnor, kunna vara bekväma med att vistas där. Då det dock råder ojämställda förutsättningar (Salvatore & Marecek 2010) tillsammans med att gym och styrkesport allt för ofta framställs som någonting maskulint (Craig & Liberti 2007), upplever många styrketränade kvinnor utmaningar med både kultur och normer såväl i som utanför gymmen (Brace-Govan 2004). Som kontrast till att gym ofta ses som en slags maskulin institution har det därför utvecklats speciella gym endast avsedda för kvinnor. Utifrån det faktum att det finns sådana könsuppdelade gym har undersökningar gjorts kring huruvida organisatoriska processer och strukturer hos olika slags gym anläggningar har någon betydelse för kvinnors vistelser där. Ett exempel är (Craig & Liberti 2007) som visade i en studie att både utbudet av träningsredskap, organisatorisk struktur och olika normer påverkar det man kanske kan kalla för ”gymkulturen”.

Att styrkesport och gymträning allt för ofta väljs bort på grund av ojämställda förutsättningar (Salvatore & Marecek 2010) är ett stort problem både sett till individ och samhälle. När möjligheten till styrketräning begränsas, begränsas även alla de positiva hälsoeffekterna som det annars medför.

1.2 Problemformulering

Jämställdhet är en aktuell fråga på såväl individuell som global nivå. Ämnet är dock stort och innefattar en mängd olika faktorer som exempelvis inkomst, ekonomi, yrkesliv, sociala relationer och fritidsaktiviteter. När det gäller fritidsaktiviteter behövs mer forskning, speciellt när det kommer till fysisk aktivitet och i synnerhet

styrketräning. Detta för att tidigare forskning och kunskap kring jämställdhet inom sport och fysisk aktivitet visats vara begränsad. När det sedan mer specifikt gäller jämställdhet inom gym är kunskapsluckorna stora och det behövs mer forskning kring detta. Det fåtal studier som tidigare gjorts inom området har vanligtvis utgått från kvinnor och visat att ojämställdhet är ett stort problem inom styrkesport och gymkulturen, samt visat att kvinnor ofta upplever gymmet som något maskulint och kan känna sig exkluderade. Att förbättra jämställdheten på gym blir därför en aktuell fråga och området behöver studeras vidare. Att jämställdhet på gym blir en viktig fråga grundar sig även i att gym är en central arena för utövande av styrketräning.

Kvinnor har framställts vara den grupp som drabbas hårdast av ojämställdhet på gymmen, men för att ta forskningen vidare och få en ökad förståelse kring jämställdhetsfrågan på gym finns behov av att på en mer övergripande strategisk nivå undersöka hur jämställdhet integreras i gymverksamheter. Huruvida tidigare forskningsresultat av bland annat (Craig och Liberti 2007) stämmer angående betydelsen av gymanläggningars struktur, personalbemötande, utbud och normer undersöks närmare i denna studie, dock utifrån gymverksamheternas synvinkel och inte besökarens.

1.3 Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka hur olika gym i en medelstor svensk stad integrerar jämställdhet i sina verksamheter.

Denna studie vill besvara följande forskningsfrågor:

- * *Hur värderas jämställdhet i verksamheterna?*
- * *Vilka faktorer anses vara centrala för att uppnå jämställdhet?*
- * *På vilka sätt integreras jämställdhet på gymmen?*

2. Metod

För att undersöka hur gym integrerar jämställdhet har denna studie fokuserat på olika gymverksamheters upplevelser och synsätt kring jämställdhet. Detta för att kunna ge en samlad bild av flera gymverksamheters integrering av jämställdhet.

2.1 Design

Denna empiriska studie har genomförts med en explorativ/undersökande design (Research methodology 2019) för att utveckla och bidra med grundläggande kunskap kring ämnet jämställdhet på gym. För att undersöka det valda forskningsområdet har kvalitativa intervjustudier använts. Målet för undersökningen har varit att belysa olika gymverksamheters egna upplevelser och synvinklar kring jämställdhet på deras anläggning. I studien medverkade fyra helt olika gymverksamheter i samma medelstora svenska stad med omkring 100 000 invånare. Då syftet inte varit att generalisera resultaten eller direkt jämföra de olika gymverksamheterna mot varandra har en kvantitativ metod uteslutits (Tolley, Ulin, Mack, Robinson & Succop 2016). Att istället en kvalitativ forskningsmetod har använts motiveras av den holism som studien eftersträvat samt den fenomenologiska vetenskapsfilosofi som präglat studien (Olsson & Sörensen 2011). Med ett holistiskt synsätt ville denna studie belysa en större helhet av ämnet jämställdhet på gym genom att fokusera på gymverksamheter istället för enbart män eller kvinnor. Den fenomenologiska vetenskapsteorin i studien motiverade undersökandet av upplevelser och en kvalitativ metod (Kvale & Brinkmann 2014). Utöver fenomenologi har studien även inslag av hermeneutiken, vilket innebär att göra tolkningar och skapa en förståelse (Olsson & Sörensen 2011). Detta framträder i analysen och databearbetningen.

2.2 Urval

För denna studie har ett strategiskt urval använts (Alvehus 2013). Detta dels genom att studiens mål var att undersöka olika gymverksamheter i samma stad samt genom att valet av verksamheter begränsats till att endast vara gymanläggningar med fokus på styrketräning. Totalt bjöds ett tiotal gymanläggningar i samma stad in till intervju och medverkan i studien, endast fyra hade möjlighet att delta vid den period då studien genomfördes. Gym endast avsedda för kvinnor eller träningsanläggningar där styrketräning inte varit huvudfokus har exkluderats. Ett kriterium har även varit att

samtliga anläggningar ska identifiera sig själva som gym och ha individuell självständig styrketräning. Därmed har träningsanläggningar riktade till grupper, dans, aerobics, och styrkesporter som inte är gymträning exkluderats. En annan del i det strategiska urvalet har varit att samtliga gym ska tillhöra olika kedjor och företag, inget av de inkluderade gymmen i undersökningen har därmed tillhört samma verksamhet som något annat gym i undersökningen. För att säkerställa detta genomfördes enklare undersökningar för varje gymverksamhet innan en inbjudan till intervju skickades ut. Dessa undersökningar var till för att se vilken typ av verksamhet det var samt kontrollera att gymträning var det huvudsakliga syftet med anläggningen. För detta kollades hemsidor upp och ett flertal anläggningar besöktes även.

Det strategiska urvalet användes även vid beslutande av vilka respondenter som skulle efterfrågas. Kriterierna blev att samtliga respondenter skulle ha god översikt över verksamheten, och goda kunskaper i hur dem arbetar där och hur det ser ut på gymmet.

2.3 Datainsamling

Datainsamlingen genomfördes med hjälp av semi-strukturerade individuella intervjuer med frivilliga representanter från totalt fyra olika gymverksamheter. De olika gymverksamheterna representerades av en intervjuperson var. De som intervjuades var antingen platschefer eller annan personal som ansåg sig ha god övergripande koll på verksamheten och som kunde representera sin verksamhet genom intervjun. Själva intervjun var intervjuguide-baserad med strukturerade och samtidigt öppna frågor, som formats för att erhålla så utförliga svar som möjligt. Intervjuguiden som användes utformades speciellt för den här studien. Intervjuerna hade en tidsåtgång på omkring 50 minuter, varav ungefär 25-40 minuter utgjordes av den faktiska intervjun. Samtliga intervjuer spelades in via mobiltelefon och dator. Vid den första intervjun användes två olika mobiltelefoner för inspelning men på grund av tekniska problem fick efterföljande tre intervjuer spelas in via en mobiltelefon och en laptop. Att två enheter användes för inspelning var med syfte att vid eventuella tekniska problem alltid ha en back-up. På så sätt säkerställdes att inspelat material fanns kvar att transkribera.

Både skriftlig och muntlig information kring studien, dess syfte, och användningen av insamlade data gavs till samtliga respondenter. Ett informationsblad kring dataanvändning, lagring, anonymitet och sekretess skickades ut via e-post några dagar innan intervjutillfällena. Samma informationsblad medtogs även fysiskt till varje

intervjutillfälle och gavs till respektive respondent tillsammans med ett skriftligt samtycke att skriva under innan intervjun påbörjats.

2.4 Genomförande och kontext

Samtliga intervjuer genomfördes på plats vid de deltagande gymverksamheterna. En intervju genomfördes i en slags lobby vid gymmets entré på preferens av respondenten. Övriga intervjuer genomfördes på privata kontor och konferensrum, även det på initiativ av respondenterna. Vid förfrågan från respondenterna om var intervjun skulle genomföras gavs svaret att det är upp till dem att välja lokal och miljö, men att det skulle ske vid gymanläggningen. Detta för att underlätta genomförandet av studien och samtidigt stärka att fokus låg vid verksamheten, inte personliga åsikter.

Respondenterna i studien var 2 kvinnor och 2 män. Samtliga respondenter deltog frivilligt på förfrågan. Två var anställda inom verksamheten och hade bra övergripande koll på hur verksamheten fungerar, hur de arbetar samt hur det ser ut på deras anläggning. De resterande två respondenterna var chefer över sina verksamheter. Krav på övergripande kunskap om verksamheten och bra inblick i hur det ser ut hos dem gavs ut till samtliga tillsammans med studiens syfte och information kring att studien riktar sig till området jämställdhet. Allt för detaljerad information och frågeställningar för intervjun gavs inte ut på förhand till respondenterna, inte ens vid förfrågan. Detta för att behålla likvärdiga förutsättningar för varje verksamhet och varje intervju. Detta minimerade även risken för att någon verksamhet skulle kunna förbereda sina svar och genom det rikta svaren på ett sätt som inte speglar verkligheten och deras faktiska upplevelser.

2.5 Dataanalys

Som analysmetod har en tematisk analys genomförts. Genom analysen har ett pluralt analysperspektiv använts, vilket innebar en fenomenologisk-hermeneutisk tolkningsmetod (Olsson & Sörensen 2011). Detta möjliggjorde att bibehålla fokus på de uttryckta upplevelserna men ändå göra mindre tolkningar. En fenomenologisk hermeneutik kan beskrivas som en metod för helhetstolkning där upplevelser och erfarenheter står i fokus tillsammans med undersökningens huvudsakliga område (Olsson & Sörensen 2011). Detta går hand i hand med den abduktion som använts, vilken innebär en kombination av induktiv och deduktiv ansats. Detta gav utrymme för

att delvis ta stöd i tidigare forskning och teorier men ändå utgå objektivt från insamlad data för att generera slutsatser (Alvehus 2013). Tolkningar har gjorts genom kodningsprocessen och tematiseringen i analysen. Uttryck och innehåll i den transkriberade intervjutexten har analyserats med fokus på studiens syfte och forskningsfrågor. Därmed gjordes mer eller mindre omedvetna tolkningar kring vad som är relevanta koder att använda. Ytterligare sådana tolkningar gjordes vid tematiseringen av koderna. Kodningen och tematiseringen granskades oberoende av en neutral utomstående kontakt för att minimera risken för tolkningsfel och förförståelse. Synpunkter från granskningen beaktades och då kodningen ansågs vara bra gjordes endast mindre ändringar för namnen på vissa teman.

De kvalitativa intervjuerna spelades in och transkriberades till text genom ett verbatim/ordagrant tillvägagångssätt. I transkriberingen exkluderades otydliga mumlanden, upprepningar, ifyllnadsord som exempelvis ”liksom/typ”, uttryck och namngivelser som avslöjade den egna eller andra verksamheter, Ortsnamn för anläggningen, samt eventuella stamningar och andra ej väsentliga ljud. Efter transkriberingen kodades innehållet i de skrivna intervjuerna. Koderna valdes ut i förhållande till syftet och forskningsfrågorna och de mest relevanta och centrala faktorerna som framkom formulerades till koder. Koderna blev huvudsakligen i form av uttryck och hela meningar, med undantag för ett fåtal enskilda ord som markerades. Kraven som användes var att samtliga koder inte fick ändra innebörd från den ursprungliga texten eller riktas på något sätt som inte stämmer överens med det ursprungliga som sagt vid intervjun. Tyngdpunkterna och innebörden i texten som kodades behövde därför framträda klart och tydligt för att kodningen skulle kunna göras. Uttryck och meningar omformulerades till mer lättlästa och väldisponerade vid behov, dock ändrades inte den ursprungliga innebörden.

2.6 Forskningsetiska överväganden

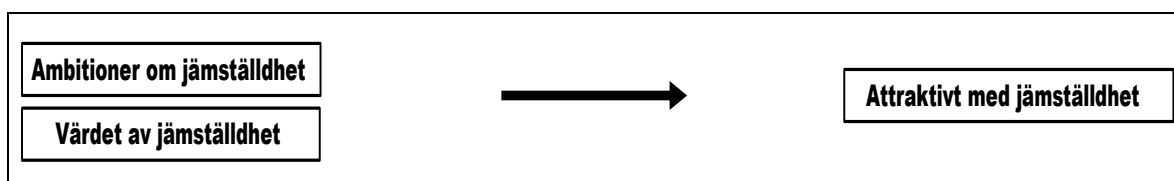
Studien har utgått från de forskningsetiska principer som presenteras i vetenskapsrådets bok *God forskningssed* (Vetenskapsrådet 2017). God forskningssed riktar sig till alla olika forskare i Sverige och tar i beaktning lagar och förordningar, vilket gjorde den till ett bra underlag för detta examensarbets etiska förhållningssätt. I synnerhet beaktades kraven om anonymitet, samtycke, och konfidentialitet. Dessa övervägdes och tillämpades sedan genom hela arbetet. Deltagande respondenter förblev anonyma

genom hela processen och fick ta del av ett utförligt informationsbrev kring deras anonymitet, dataanvändning, lagring och sekretess. Ett skriftligt samtycke utfärdades tillsammans med informationsbrevet innan intervjuerna påbörjades och en godkännande underskrift krävdes för att få medverka i studien. Underskrift och deltagande var helt frivilligt.

3. Resultat

Analysen av intervjuerna sammanställdes från subteman till huvudteman enligt illustrationer från nedanstående figurer. Som framgår av figurerna formades intervjuerna till fem huvudteman; *Attraktivt med jämställdhet*, *En god självsyn*, *Könsmönster på gymmet*, *Anläggningens förutsättningar* samt *Tvetydighet*. Det bildades elva subteman vilka samtliga bygger på direkta primärdata som samlats in genom intervjuer med gymverksamheterna. Var och ett av samtliga huvudteman presenteras tillsammans med respektive subteman och ett urval av citat, koder och uttryck från intervjuerna.

3.1 Attraktivt med jämställdhet

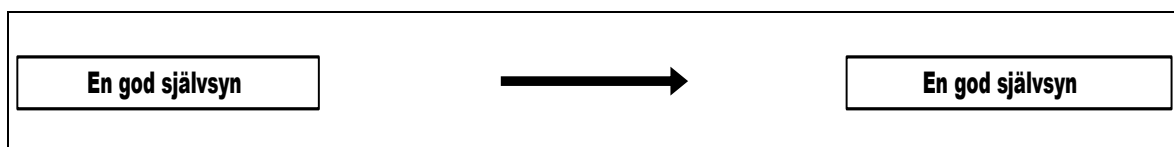


Figur 1. Subtemana "ambitioner om jämställdhet" och "värdet av jämställdhet" bildar huvudtemat "attraktivt med jämställdhet".

Figur 1 illustrerar ett huvudtema från intervjustudien som kom att kallas *attraktivt med jämställdhet*. Detta huvudtema formades utifrån två subteman; *ambitioner om jämställdhet* samt *värdet av jämställdhet*, som i sin tur formats direkt utifrån de koder som kunde utläsas i analysen av den primärdata som samlats in i intervjuerna.

Detta huvudtema grundar sig i uttryck under intervjuerna som exempelvis: "Vi tycker att det är viktigt att det ska vara jämställt" och "Jämställdhet är en viktig fråga hos oss". Jämställdhet tycktes därmed ses som någonting viktigt och högt värderat inom gymverksamheterna. Utöver detta tycktes jämställdhet även framstå som någonting eftersträvansvärt och attraktivt rent affärsmässigt sett. Detta genom uttryck som: "Vi kanske får fler medlemmar på det" samt "Det kanske blir mer attraktivt att köpa ett kort." Det visade sig även finnas vissa ambitioner kring att skapa och förbättra jämställdhet på gymanläggningen genom att verksamheterna uttryckte dels "Vi vill ha in mer tjejer" samt "Vi försöker få att alla kan träna på ett och samma ställe".

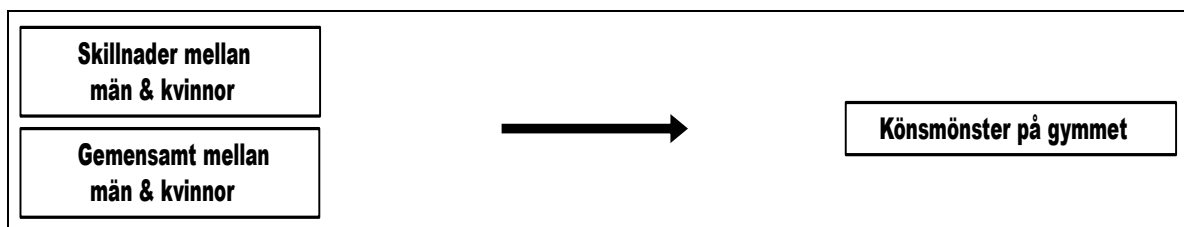
3.2 En god självsyn



Figur 2. Subtemat "en god självsyn" bildar huvudtemat "en god självsyn".

Huvudtemat i figur 2 skiljer sig mot de andra då det utgörs av endast ett subtema, och dessutom fick behålla samma namn. Detta huvudtema grundar sig i direkta uttryck och citat från intervjuerna som på något sätt representerar det som valts att kallas för en god självsyn. Bland annat framkom synpunkter kring den egna verksamheten som exempelvis "Vi gör inte skillnad på någon" och "Vi särbehandlar ingen". Detta gav en inblick i hur verksamheten ser på sig själva i jämställdhetsfrågan. Samtidigt framfördes synpunkter kring hur verksamheterna upplever jämställdhet sett till medlemmarna. Här framkom uttryck som "Jämställt bland de som är här" samt "Ingenting som sticker ut för någon". Jämställdheten tycktes därmed framstå som god på anläggningen, utifrån verksamhetens egna upplevelser och erfarenheter.

3.3 Könsmönster på gymmet



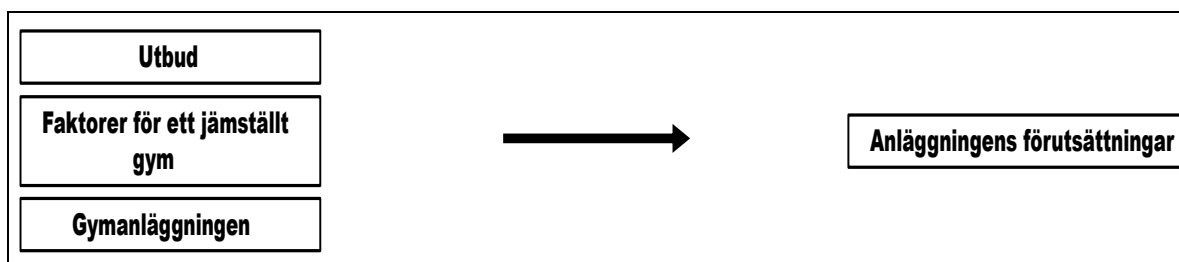
Figur 3. Subtemana "skillnader mellan män och kvinnor" och "gemensamt för män och kvinnor" bildar huvudtemat "könsmönster på gymmet".

Huvudtemat *könsmönster på gymmet* som illustreras av figur 3 omfattar två subteman; *skillnader mellan män och kvinnor* samt *gemensamt mellan män och kvinnor*. Subtemat som berör skillnader mellan män och kvinnor grundar sig i att det tycktes framträda uttryckta skillnader mellan de båda könen sett till vilka medlemmar verksamheten tilltalar. Exempelvis genom uttryck som: "Vi har en majoritet kvinnor". Dock skilde sig detta mellan de olika verksamheterna då andra istället uttryckte att "Vi har ju mest killar som tränar". Det framstod därmed som en skillnad de olika verksamheterna emellan huruvida en majoritet av kvinnor eller män präglar deras gym. Utöver detta framträdde även skillnader i hur gymmet används av män och kvinnor. Det uttrycktes

exempelvis att *"Många tjejer står på konditionsmaskinerna mer än vad killar gör"* samt *"Lite vanligare med kvinnor på löpbanden"*. Några andra intressanta uttryck som berörde skillnader mellan män och kvinnor var: *"Killar har naturligt för att lyfta vikter från början"* och *"Killarna är lite bättre när det är drag och press då de generellt är starkare i överkroppen"*.

Det andra subtemat som berör det gemensamma mellan män och kvinnor grundas på data som exempelvis: *"Vi ser inga normer eller skillnader i språk och bemötande mellan män och kvinnor"*, *"Inga upplevda normer kring män och kvinnor"*, *"Maskinerna används lika mycket skulle jag säga"* samt *"Vi har väldigt många män och kvinnor som tränar tillsammans"*.

3.4 Anläggningens förutsättningar



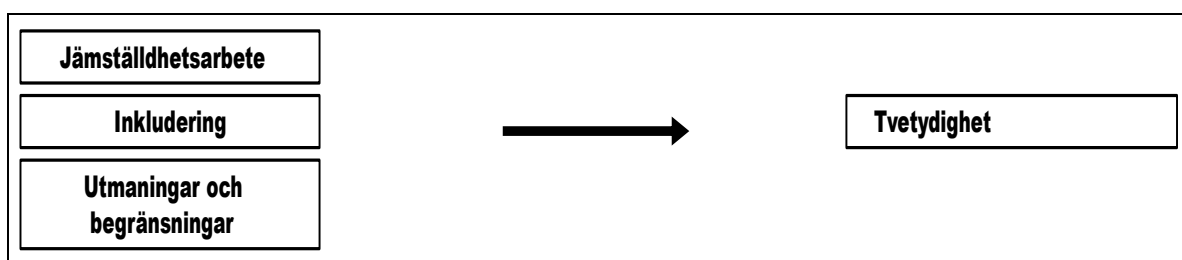
Figur 4. Subtemana "utbud", "faktorer för ett jämställt gym" och "gymanläggningen" bildar huvudtemat "anläggningens förutsättningar".

Huvudtemat *anläggningens förutsättningar* är format utifrån tre subteman; *utbud*, *faktorer för ett jämställt gym* samt *gymanläggningen*, vilka alla byggs upp och stärks av direkta uttryck från intervjuerna. Under intervjuerna framkom uttryck som exempelvis: *"Utbud är inte speciellt riktat mot något av könen"*, *"Vi har samma utbud för alla"*, *"Vi försöker erbjuda gym-miljöer för alla"*, *"Vi har valt att ha det ljust, luftigt och fräscht"* samt att *"Det enda som är anpassat är omklädningsrummen"*. Detta är endast ett urval av de uttryck som utgjorde subtemana *utbud* och *gymanläggningen*. Det tolkades i och med uttryck som dessa att gymverksamheterna såg både utbud och själva anläggningen som förutsättningar för att nå en mer jämställd gymverksamhet samt att det fanns tankar kring att inte dela upp gymmen i olika avdelningar eller ha ett utbud av maskiner som passar den ena könet bättre. Det framkom även mer specifika faktorer som gymverksamheterna ansåg vara centrala för ett jämställt gym. Exempelvis uttryckte de att *"Det måste finnas ett stort utbud"*, *"Ett jämställt gym ska vara stort luftigt och fräscht"* samt *"Det ska inte vara att gym är för killar"*. Verksamheterna framförde även

att det skulle vara "Lättillgängligt", "Hög kvalitet", "Öppna ytor" och "Välplanerat". Dessa faktorer tycktes ha att göra med både gymanläggningen och utbudet som fanns, och därmed kunde alla tre subteman i detta huvudtema sammanlänkas. Resultaten sammanställdes till att *anläggningens förutsättningar* tycktes kunna påverka jämställdheten på gymmen.

Någonting annat intressant som nämndes som faktorer för ett jämställt gym var "Den etablerade kulturen" samt uttryck som: "Väldigt viktigt med vilka medlemmar man har" och "Du vill ju ha den medlemmen som bidrar till jämställdheten och tycker det är en bra grej". Med detta tolkades att även den rådande kulturen och medlemmarna ansågs vara en viktig faktor för jämställdhet på gym. Det framkom dock ingenting mer utförligt kring kultur i intervjuerna.

3.5 Tvetydighet



Figur 5. Subtemana "jämställdhetsarbete", "inkludering" samt "utmaningar och begränsningar" bildar huvudtemat "tvetydighet".

Figur 5 illustrerar formandet av huvudtemat *tvetydighet*, vilket kom att bli det mest centrala och utmärkande temat av alla. Detta huvudtema handlar om ett dubbelt perspektiv eller en dubbelsidighet. Genom analysen kunde motsägelser urskiljas och det gavs dubbla uppfattningar i intervjuerna, inte bara mellan de olika intervjuerna, utan även i en och samma intervju. Motsägelserna noterades i analysen och vid kodningen framstod mönstret tydligare. Detta illustreras mer översiktligt av figur 5.1 sist i resultatet.

Subtemat som kallas *jämställdhetsarbete* innefattar koder, uttryck och citat som exempelvis: "Vi har klädkod på gymmet", "Vi har ingen tjejavdelning för det tycker vi inte om", "Vi har försökt pusha lite när det varit Pride" samt "Vi ligger ganska lågt i pris för att fler ska kunna träna". Dessa uttryck framstod i intervjuerna som någonting

verksamheterna själva såg som jämställdhetsarbete eller ställningstaganden som gynnar jämställdheten. Att exempelvis en tjejavdelning inte uppskattades var just på grund av att den verksamheten tycktes vilja få alla medlemmar att träna tillsammans och inte dela upp dem på anläggningen. Utöver detta markerade verksamheterna jämställdhet som att *"Det ligger i allt det dagliga som vi gör"*, *"Det vävs in i resten"* samt *"Det ingår i övriga konceptet"*. Dessa uttryck framställde jämställdhet som någonting som genomsyrar verksamheterna. Samtidigt framkom dock även en annan bild av jämställdhet i samma verksamheter genom uttryck och synpunkter som exempelvis: *"Inget specifikt hur vi jobbar med jämställdhet"*, *"Det är absolut ingenting uttalat hos oss med jämställdhet"* samt *"Egentligen så arbetar vi ingenting med jämställdhet"*. Detta gav en annan bild av jämställdhetsarbetet, och därmed uppstod ett dilemma kring hur verksamheterna ställer sig själva i jämställdhetsfrågor, om ett jämställdhetstänk är någonting som finns i verksamheterna samt om de olika verksamheterna ser jämställdhet som någonting aktuellt och är medvetna om vad det innebär. Några förde fram att *"Jämställdhet är inte någonting vi tagit aktiv ställning för eller emot"* samt *"Inget som vi separat plockar ut och diskuterar"*, vilket gav uppfattningen att det kanske finns kunskap och tankar kring jämställdhet bara att det inte är så omtalat och erkänt av gymverksamheterna. De dubbla synsätt som framkom skapade en ovisshet och konfundering kring hur jämställdhet integreras i gymverksamheterna. Därmed uppstod temat *tvetydighet*, vilket symboliserar den dubbelsidighet och skilda synsätt som framkommit under intervjuerna.

Tvetydigheten slutar dock inte där, utan verksamheterna för dessutom fram att *"Alla har samma möjlighet till den träning som finns"*, *"Anpassat för alla"* samt *"Vi är en verksamhet för alla"*. Det uttalades även att *"Mångfaldsbiten ingår i det här med jämställdhet"*. Detta gav en uppfattning av att verksamheterna försöker inkludera så många som möjligt och fånga in en bred kundbas. Uttryck som handlade om "alla" var vanligt förekommande i intervjuerna och syftade på medlemmar med olika förutsättningar och preferenser. Det tycktes framstå som viktigt hos samtliga verksamheter att föra fram att de ser till den breda massan och vill erbjuda något för alla. Detta framkom direkt i intervjuerna genom uttryck som *"Vi ska locka den stora massan"*. Vidare framfördes några mer konkreta exempel på hur verksamheterna beskrev sig själva och deras tankar kring inkludering: *"Hit kan du komma precis som du är"*, *"Gymma är inte bara för killar, det är för tjejer också"*, *"Oavsett religion"* samt

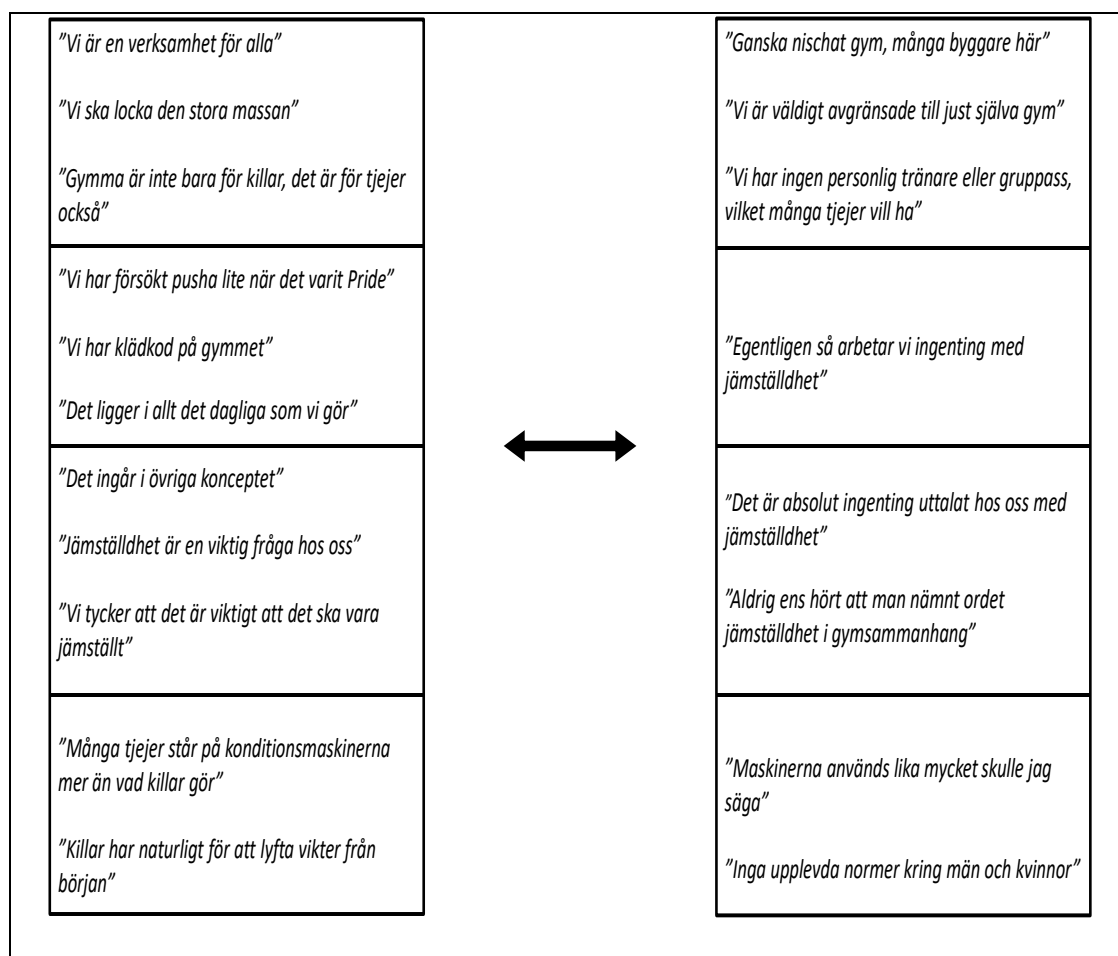
att *"Icke-binära är också välkomna"*. Att detta subtema sammanfattningsvis kom att kallas för *inkludering* kändes därför ganska självklart. Det som dock blev konfunderande var att innehållet i subtemat *utmaningar och begränsningar* antog en riktning som inte tycktes stämma överens med det som framkommit i *inkludering*. Det framkom nu uttryck som exempelvis: *"Vi vet inte riktigt hur vi ska få in tjejer"*, *"Vi kanske inte får in de som förväntar sig gruppträning"*, *"Ganska nischat gym, många byggare här"* samt *"Vi är väldigt avgränsade till just själva gym"*. Detta indikerade på att "alla" kanske inte var så självklart som det först verkade. Ett splittrat synsätt kunde urskiljas där verksamheterna dels värnade om mångfald och en verksamhet för alla, men samtidigt tycktes välja att avgränsa sig till en viss typ av gymträning eller en begränsad målgrupp av medlemmar. Utöver detta framställde verksamheterna gym som någonting för både tjejer och killar, som beskrivs tidigare, men nu framträdde en bild av att det är en utmaning att få in tjejer i sin verksamhet och att de inte riktigt tycks veta hur det ska gå till. En verksamhet tycktes dock ha teorier kring varför deras verksamhet kan ha svårt att få in tjejer: *"Vi har ingen personlig tränare eller grupplass, vilket många tjejer vill ha"*.

I subtemat *utmaningar och begränsningar* stärktes det som tidigare framkommit i subtemat *jämställdhetsarbete* angående att jämställdhet inte är någonting omtalat i gymvärlden. Detta genom uttryck som: *"Tror inte att jämställdhet är någonting som det pratas om särskilt mycket i gymsammanhang"* och *"Aldrig någonsin hört att man ens nämnt ordet jämställdhet i gymsammanhang"*. Dessa svar tycks tala för gymbranschen generellt och konstruerade en bild av att det kan finnas begränsningar i hur jämställdhetsfrågor framträder och värderas i gymvärlden. Dock kunde det urskiljas motsägelser även här genom att detta inte ansågs stämma överens med den bild som tidigare gavs över att jämställdhet är någonting som genomsyrar de intervjuade verksamheterna.

Den tvetydighet som kunde urskiljas i detta huvudtema gällde dessutom inte endast de subteman som ingår i huvudtemat, utan tvetydigheten framstod även i andra huvudteman. Tidigare i resultatet beskrevs huvudtemat *attraktivt med jämställdhet* där det bland annat fördes fram att *"Vi tycker att det är viktigt att det ska vara jämställt"* samt att *"Jämställdhet är en viktig fråga hos oss"*. Detta mötte nu motsägelser som bland annat: *"Det är absolut ingenting uttalat hos oss med jämställdhet"*, *"Egentligen*

så arbetar vi ingenting med jämställdhet” samt ”Aldrig någonsin hört att man ens nämnt ordet jämställdhet i gymsammanhang”, vilket gav kontraster. Även i huvudtemat könsmonster på gymmet framträdde kontraster genom att det delvis uttrycktes att ”Många tjejer står på konditionsmaskinerna mer än vad killar gör”, ”Lite vanligare med kvinnor på löpbanden” samt att ”Killar har naturligt för att lyfta vikter från början”. Samtidigt framkom uttryck i samma intervjuer som exempelvis: ”Maskinerna används lika mycket skulle jag säga” och ”Inga upplevda normer kring män och kvinnor”. Uppfattningen blev att det även här fanns motsägelser och en tvetydighet i den information som gavs vid intervjuerna. Att mer än ett huvudtema involverades i tvetydigheten samt att motsägelser påträffades vid ett flertal tillfällen i intervjuerna gjorde detta huvudtema till ett mer centralt och övergripande huvudtema än de övriga.

Kontrasterna i huvudtemat *tvetydighet* illustreras mer sammanfattat och tydligt av figur 5.1 där ett urval av tidigare presenterade uttryck och citat samlats för att förtydliga den koppling som urskildes i studien.



Figur 5.1. En illustration över några av de kontraster och motsägelser som formade huvudtemat ”tvetydighet”.

4. Diskussion

Resultaten från studien utgörs av fem huvudteman; *Attraktivt med jämställdhet*, *En god självsyn*, *Könsmönster på gymmet*, *Anläggningens förutsättningar* samt *Tvetydighet*.

Dessa huvudteman är en sammanställning av insamlad data samt genomförd analys och ska tillsammans besvara studiens syfte som var att undersöka hur olika gym i en medelstor svensk stad integrerar jämställdhet i sina verksamheter. Det finns ett flertal resultat som bör lyftas fram i denna studie. Den information som framkom i intervjuerna var ganska spretig, men trots det var all information länkad till området jämställdhet på något sätt och svaren pekade på olika aspekter av området jämställdhet, därav uppstod hela fem huvudteman. Det mest framträdande temat i denna studie var *Tvetydighet*. Temat påträffades vid ett flertal tillfällen genom samtliga intervjuer, samt berörde flera huvudteman. Tvetydigheten handlar om motsägelser, en dubbelhet och kontraster. Särskilt intressant var att samtliga gymverksamheter i den här studien tycktes vilja visa framfötterna och föregå med gott exempel när det gällde frågor om jämställdhet, men samtidigt tycktes vara osäkra kring begreppet jämställdhet och dess tillämpning på deras gym. Det indikerades även på att samtliga verksamheter såg jämställdhet som någonting positivt, eftersträvansvärt och attraktivt, vilket framträder i huvudtemat *attraktivt med jämställdhet*, men samtidigt framställdes det generellt sett som ett främmande begrepp i gymsammanhang. Flera av gymverksamheterna framställde deras gym som inkluderande, att normer om män och kvinnor inte uppfattats, samt att gymmen präglas av en god gemenskap och att det inte är uppdelat mellan män och kvinnor. Detta kan kopplas till huvudtemat *en god självsyn*. Dock avslöjade intervjuerna samtidigt att det upplevdes utmanande att inkludera kvinnor, och att det trots allt verkade finnas tendenser till vissa uppdelningar i gym användandet.

Brace-Govan (2004) förde fram i sin artikel att många styrketränande kvinnor upplever utmaningar med kultur och normer både i och utanför gymmen. I och med den tvetydighet och goda självsyn som framkommit som mönster i denna studie så väcks därmed funderingar kring hur gymvärlden generellt ska kunna förändras och kvinnor känna sig tryggare med gymträning, när gymverksamheterna själva inte alltid tycks se problemen och tendenserna till uppdelningar. Resultaten i denna studie är dock för begränsade för att kunna generaliseras till andra länder eller andra städer i Sverige. Parallellerna till studien av Brace-Govan (2004) blir därför vaga då den studien genomfördes i Australien, och den här studien i Sverige. Mer omfattande forskning

skulle därmed behövas, där ett större och mer geografiskt utspritt urval används och generaliserande slutsatser kan genereras.

Resultatet visar också att det påträffats vissa skillnader mellan män och kvinnor på gymmen, även om det inte var uttalat i någon större grad. Gymverksamheterna framställde män och kvinnors gym användande som snarlikt och gemensamt. Genom huvudtemat *Könsmönster på gymmet* framkom det dock exempelvis att kvinnor vanligtvis vistas mer på löpband än män samt att det skiljer sig mellan de olika gymverksamheterna huruvida de har en majoritet av män eller kvinnor som medlemmar. Dessutom framträder tendenser till vissa associationer mellan att lyfta vikter och det biologiska manliga könet. Detta är intressant då det kan jämföras med vad tidigare forskning indikerat på. I studier av Plaza et al. (2017) framkom det att tydliga stereotyper kring kön påträffas inom sportvärlden och att män är överrepresenterade inom styrkesport. Tankar uppstår i och med detta kring att bilden av män som framträder i den här studien kan vara en bakomliggande faktor till de stereotyper som Plaza et al. (2017) menar på. Att det framkommit uttryck som att ”*killar har mer naturligt för att lyfta vikter*” i den här studien, kanske går in i de stereotyper Plaza et al. (2017) syftar på. Kan isåfall dessa stereotyper och associationer även länkas ihop med att det i studier av Salvatore och Marecek (2010) visades att kvinnor väljer bort vissa övningar och kan känna sig psykiskt obekväma vid styrketräning? Kan det i sin tur vara en anledning till varför gymverksamheterna i denna studie upplever att kvinnor är mer frekventa användare av konditionsmaskiner och löpband än män? En hypotes som har uppstått i samband med detta är att de värderingar och uttryck som så vagt framträder i den här studien, i själva verket kan vara av stor betydelse till varför det upplevs vara ojämställda förutsättningar i gymvärlden samt varför många kvinnor tar avstånd till vissa typer av styrketräning. Vidare forskning skulle behövas för att bekräfta alternativt förkasta denna hypotes. Huruvida män skulle vara överrepresenterade inom styrkesport som Plaza et al. (2017) menar, ifrågasätts i den här studien då det framkommit att olika gymverksamheter upplevde en majoritet av antingen kvinnor eller män, beroende på vilken verksamhet det gällde. Det är dock viktigt att notera att den här studien fokuserade på styrkesport specifikt i form av gym, inte styrkesport generellt sett.

Slutligen visade studien att det fanns vissa faktorer som gymverksamheterna ansåg vara viktiga för att uppnå jämställda gym. Dessa samlades i huvudtemat *anläggningens*

förutsättningar och handlar om både utbud, gymanläggningens utformning samt andra faktorer. Intressant är att detta tycks peka i samma riktning som studien av Craig och Liberti (2007) där det framkom att bland annat utbudet av träningsredskap och den organisatoriska strukturen påverkar gymkulturen. Detta huvudtema ger även svar på studiens frågeställning ”*vilka faktorer anses vara centrala för att uppnå jämställdhet?*”. Frågeställningen ”*hur värderas jämställdhet i verksamheterna?*” besvaras också, dock genom huvudtemat *attraktivt med jämställdhet*, där det framkom att jämställdhet ses som attraktivt och eftersträvarsvärt för samtliga gymverksamheter. Den kvarstående frågeställningen ”*på vilka sätt integreras jämställdhet på gymmen*” är den frågeställning som är tydligast riktad direkt till studiens syfte. Denna frågeställning kan dock inte anses ha några konkreta svar som de andra två, på grund av den tvetydighet som upptäcktes genom studien. Å ena sidan framställs det som att jämställdhet är integrerat genom exempelvis gemenskap, inkludering och bra strukturering av gymmen, men å andra sidan möter detta vissa motsägelser, som tidigare beskrivits. Studiens syfte är dock formulerat för att undersöka HUR jämställdhet integreras i de olika gymverksamheterna, vilket möjliggör vissa slutsatser trots den oklarhet som uppstått genom tvetydighet. Slutsatserna och svar till syftet blir kortfattat att gymverksamheterna tycks värdesätta jämställdhet som någonting attraktivt och vill visa ett gott engagemang i frågan, men det genomsyrar inte riktigt verksamheterna. Det finns även tankebanor kring att gymmens utformning och utbud är förutsättningar för att skapa jämställdhet, men att själva begreppet jämställdhet inte är riktigt etablerat i verksamheterna. En slutledning som kan dras är att jämställdhet inte integreras på ett direkt medvetet sätt i gymverksamheterna, men att det finns arbetsätt och tankesätt som gynnar jämställdheten. Med en bättre inblick och kunskap i ämnet jämställdhet skulle de brister som påträffats kunna upptäckas och hanteras av verksamheterna.

4.1 Metoddiskussion

För att värdera studiens styrka och tillförlitlighet har de fyra begreppen *dependability*, *transferability*, *credibility* och *confirmability* (Tolley et al. 2016; Jakobsson 2011) beaktats. För att stärka den här studiens *dependability* har tolkningsfel och subjektivitet försökt minimeras genom att involvera oberoende granskning av tematiseringen och kodningen. *Transferability*, som handlar om överförbarhet, stärks genom att metoden för genomförande och intervjuernas kontext beskrivits detaljerat samt att en medvetenhet kring studiens begränsningar påvisats genom diskussionen och

slutsatserna. För att bemöta kvalitetskraven *credibility* och *confirmability* har studiens val av metod och urval detaljerat beskrivits, motiverats och granskats. Resultaten som framkommer har dessutom förankrats väl i insamlade primärdata och stärkts med flera exempel för att motivera och visa hur tolkningsprocessen genomförts, samt påvisa distanstagandet till eventuella förförståelser som skulle kunnat påverka resultaten.

Det finns en risk för tolkningsfel på grund av förförståelse i denna studie, men genom att samtliga resultat är väl förankrade i direkt insamlade data och noggrant påvisar detta kan risken minimeras. Resultaten kan även ha påverkats av att ämnet jämställdhet ofta framställs som någonting positivt associerat i samhället och därmed kan verksamheterna ha framställt en bild av sig själva som kanske varit riktad för att framstå som ett gott exempel i frågorna. För att minimera risken för detta gavs ingen information ut i förväg kring vilka frågor som skulle komma under intervjun eller hur de skulle vara riktade. Däremot informerades samtliga deltagande verksamheter om att ämnet skulle vara jämställdhet och hur det integreras i verksamheterna. En risk finns därmed för att respondenternas inställning var att göra bra marknadsföring för sin verksamhet.

Studiens största svaghet är att urvalet var litet. De resultat som framkommer kan därmed inte generaliseras på ett rättvist sätt, dock var det aldrig intentionen med denna studie. En annan svaghet är att det forskningsstöd som studien lutar sig emot har genomförts i andra länder och andra kontexter. Kopplingarna mellan den här studiens resultat och tidigare forskning blir därför relativt vaga och osäkra. Området *jämställdhet på gym* påträffades dessutom ha begränsad utforskning tidigare, vilket kan vara en svaghet genom att det därmed fanns en begränsad mängd studier att ta stöd av och motivera denna studie med. Det kan dock även vara en styrka genom att det påvisar vikten av att området behöver utforskas mer. En styrka blir även att den här studien bidrar med ny kunskap inom ett område med begränsad tidigare forskning, därmed kan den verka som en utgångspunkt för kommande studier och ge riktlinjer till vad som kan behöva studeras vidare utifrån de resultat som framkommit. Andra styrkor i studien är att den behållit god precision genom hela processen, uppnått svar på syftet och tagit stöd av oberoende granskning vid analysen, vilket reducerat risken för tolkningsfel och uttryckt förförståelse. Det är även en styrka att den valda metoden gav utrymme för gymverksamheterna att uttrycka sig öppet och fritt kring ämnet i frågorna. Hade frågorna varit för strukturerade och slutna eller metoden kvantitativ så hade troligtvis

inte samma information framkommit. Att det lyste igenom motsägelser och en tvetydighet i intervjuerna blev ett av studiens viktigaste fynd. Detta hade troligen inte framkommit vid exempelvis en kvantitativ enkätundersökning. Metodvalet tycks därmed ha varit helt rätt för denna undersökning.

Det finns ett behov av att vidare studera området jämställdhet på gym med avseende att framställa ett mer generaliserbart resultat. Då kanske en kvantitativ forskningsmetod med ett betydligt större urval av gymverksamheter är mer lämplig. Den här studien kan med fördel användas som ett underlag till sådana vidare forskningar och ger även exempel på frågor att undersöka närmare.

5. Slutsats

Denna studie har belyst hur olika gymverksamheter i en medelstor svensk stad integrerar jämställdhet i sina verksamheter. Resultaten har visat att verksamheterna värderar jämställdhet som någonting attraktivt och eftersträvansvärt samtidigt som de upplevts framställa en god men otydlig bild av sig själva i frågor kring jämställdhetsarbete. Ett av de viktigaste fynden i studien var att det råder en tvetydighet kring hur verksamheterna integrerar jämställdhet. Å ena sidan framställdes det som en viktig del i arbetet, och som att situationen på gymmen var jämställd. Å andra sidan framträdde det dock som ett obekant ämne och det visades finnas utmaningar med integreringen av jämställdhet. Slutsatserna blir därför att gymverksamheterna i studien inte såg jämställdhet som ett specifikt område som de arbetar med, begreppet jämställdhet var heller ingenting etablerat eller bekant i verksamheterna. Istället såg de snarare hur de arbetar med inkludering och gemenskap på gymmet. Huruvida detta dock faktiskt är en typ av jämställdhetsarbete kan ifrågasättas, men utifrån vad den här studien fått fram tycks inte verksamheterna medvetet integrera jämställdhetsfrågor som en del i verksamheten.

Det finns behov av att undersöka hur jämställdhet integrerar i gymverksamheter på en större nivå, med ett större urval, och därigenom framställa ett mer generaliserbart resultat. Det finns även behov av att generellt undersöka frågor om jämställdhet på gym mer i Sverige, då inga tidigare svenska studier kring det har påträffats. Utifrån denna studies resultat väcktes även några frågor som vidare forskning skulle kunna undersöka närmare: Vilken kunskap har olika gymverksamheter i ämnet jämställdhet? Hur upplever gymmedlemmar jämställdhet på gym? Hur kan ämnet jämställdhet bli mer erkänt och etablerat i gymvärlden?

6. Referenser

Alvehus, J. (2013). *Skriva uppsats med kvalitativ metod: en handbok*. Stockholm: Liber.

Brace-Govan, J. (2004). Weighty matters: control of women's access to physical strength. *The Sociological Review*, 52(4), ss. 503–531. doi:10.1111/j.1467-954X.2004.00493.x

Brown, W. J., Mielke, G. I., & Kolbe-Alexander, T. L. (2016). Gender equality in sport for improved public health. *The lancet*, 388(10051), ss. 1257-1258. doi:10.1016/S0140-6736(16)30881-9

Craig, M. L. & Liberti, R. (2007). “Cause that’s what girls do” the making of a feminized gym. *Gender & Society*, 21(5), ss. 676-699. doi:10.1177/0891243207306382

Jakobsson, U. (2011). *Forskningens termer & begrepp – en ordbok*. Lund: Studentlitteratur.

Jämställ.nu (2017). *Jämställdhet*. <http://www.jamstall.nu/fakta/jamstalldhet/> [2019-02-26]

Kraschnewski, J. L., Sciamanna, C. N., Poger, J. M., Rovniak, L. S., Lehman, E. B., Cooper, A. B., Ballentine, N. H. & Ciccolo, J. T. (2016). Is strength training associated with mortality benefits? A 15 year cohort study of US older adults. *Preventive medicine*, 87, ss. 121-127. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.02.038>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3. uppl., Lund: Studentlitteratur.

Lim et al. (2013). A comparative risk assessment of burden of disease and injury attributable to 67 risk factors and risk factor clusters in 21 regions, 1990–2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010. *The lancet*, 380(9859), ss. 2224-2260. doi: 10.1016/S0140-6736(12)61766-8

- Nestler, K., Witzki, A., Rohde, U., Rütter, T., Tofaute, K. A. & Leyk, D. (2017). Strength Training for Women as a Vehicle for Health Promotion at Work. *Deutsches Arzteblatt international*, 114(26), ss. 439–446. doi:10.3238/arztebl.2017.0439
- Olsson, H. & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen*. 3. uppl., Stockholm: Liber.
- Pellmer, K., Wramner, B., & Wramner, H. (2012). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. 3 uppl. Solna: Liber.
- Phillips, P. S. (2011). Including gender in public health research. *Public health reports*, 126(3), ss. 16-21. doi:10.1177/00333549111260S304
- Plaza, M., Boiché, J., Brunel, L. & Ruchaud, F. (2017). Sport = Male... But not all sports: investigating the gender stereotypes of sport activities at the explicit and implicit levels. *Sex roles*. 76(3-4), ss. 202-217. doi:10.1007/s11199-016-0650-x
- Research methodology (2019). *Exploratory research*. <https://research-methodology.net/research-methodology/research-design/exploratory-research/>
- Sachs, J. (2015). *The age of sustainable development*. New York: Columbia University Press.
- Salvatore, J. & Marecek, J. (2010). Gender in the gym: evaluation concerns as barriers to women's weight lifting. *Sex roles*, 63(7-8), ss. 556-567. doi:10.1007/s11199-010-9800-8
- Tolley, E. E., Ulin, P. R., Mack, N., Robinson, E. T. & Succop, S. M. (2016). *Qualitative methods in public health: a field guide for applied research*. 2. uppl., San Francisco: Jossey-Bass.
- United Nations (2015). *The millennium development goals report 2015*. New York: United Nations.
https://www.undp.org/content/dam/undp/library/MDG/english/UNDP_MDG_Report_2015.pdf

United Nations (2017). *Transforming our world: the 2030 agenda for sustainable development*. New York: United Nations.

<https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/21252030%20Agenda%20for%20Sustainable%20Development%20web.pdf>

Vetenskapsrådet (2017). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Zhang, X., Brown, J. C., Paskett, E. D., Zemel, B. S., Cheville, A. L. & Schmitz, K. H. (2017). Changes in arm tissue composition with slowly progressive weightlifting among women with breast cancer-related lymphedema. *Breast Cancer Research and Treatment*, 164(1), ss. 79-88. doi:10.1007/s10549-017-4221-9

7. Bilagor

7.1 Bilaga 1. Informationsblad

Informationsblad

- Intervjustudie jämställdhet på gym

Denna intervju genomförs av mig som student på Högskolan i Gävle inom programmet *'Folkhälsstrateg för en hållbar utveckling'*. Intervjun kommer att vara en del av mitt examensarbete, vilket är en kandidatuppsats som kommer att publiceras offentligt i forskningsdatabasen *Diva portal*. *Intervjuns syfte är att undersöka hur olika gym i en medelstor svensk stad arbetar med jämställdhet*. Intervjutiden är beräknad till mellan 40 och 60 minuter. Det är viktigt att du som respondent är insatt i verksamheten på ett övergripande sätt så att svaren speglar verksamheten och inte dina personliga åsikter. Intervjun kommer att spelas in, transkriberas och sammanställas av mig personligen. Du som intervjuas kommer att kunna läsa den färdigställda och publicerade versionen på *Diva portal*, men inte ta del av det inspelade materialet. Genomförandet av studien kommer att följa de etiska riktlinjer som rekommenderas av vetenskapsrådet. Du som deltar är anonym och ditt deltagande är helt frivilligt. Du kan avbryta intervjun när som helst om du så önskar. All data från intervjun kommer att lagras som inspelning och skyddas till dess att examensarbetet är inlämnat, godkänt och publicerat. Därefter kommer allt insamlat material att raderas. Sammanställd text från intervjun kommer att kunna visas för handledare, examinator och andra studenter inom samma utbildning under examensarbetets gång. Den färdiga rapporten förblir offentlig.

Pär Stenquist

Student på Högskolan i Gävle - folkhälsstrateg för en hållbar utveckling

E-post: perstu@hotmail.com

7.2. Bilaga 2. Samtycke

Samtycke till deltagande

- Intervjustudie jämställdhet på gym

Nedan ger du ditt samtycke till att delta i den studie där Pär Stenquist, student på Högskolan i Gävle undersöker hur gym arbetar med jämställdhet. Läs igenom detta noggrant och ge ditt medgivande genom att skriva under med din namnteckning längst ned.

Medgivande

Jag har tagit del av informationen kring studien och är medveten om hur den kommer att gå till.

- Jag har fått tillfälle att få mina frågor angående studien besvarade innan den påbörjas och vet vem jag ska vända mig till med frågor.
- Jag deltar i denna studie helt frivilligt och har blivit informerad om syftet med mitt deltagande.
- Jag är medveten om att jag när som helst under studiens gång kan avbryta mitt deltagande utan att behöva förklara varför.
- Jag ger mitt samtycke till att informationen lagras och bearbetas under studiens gång.

Jag ger detta medgivande förutsatt att inga andra än den student, handledare och handledningsgrupp som är knutna till studien kommer att ta del av det insamlade materialet.

Gävle den _____ April, 2019

.....

Namnteckning

.....

Namnförtydligande

7.3 Bilaga 3. Intervjuguide

Intervjuguide

Denna intervju består av sex olika temaområden: *Bakgrundsfrågor*, *Övergripande inledande frågor*, *Centrala faktorer för jämställdhet på gym*, *Utbud och nyttjande*, *Bemötande och normer* samt *Vikten av jämställdhet*. Varje temaområde har i sin tur ett antal frågeställningar varav några är väldigt övergripande och några är mer preciserade. Intervjun strävar efter att belysa gymverksamheten med fokus utåt kunderna, och vill därför försöka undvika personliga åsikter och tankar från dig som respondent. Intervjun kommer att spelas in via mobil och sparas till dess att studien är färdigställd. Du har rätt att ta en paus eller avbryta intervjun om du så önskar.

Bakgrundsfrågor

- * Vilken typ av verksamhet är ni? Del av större kedja/fristående?
- * Hur länge har er verksamhet funnits i Gävle?
- * Hur skulle verksamhetens visioner och mål beskrivas sammanfattat?

Övergripande inledande frågor

- * Vad innebär jämställdhet för er?
- * Vad innebär ett jämställt gym enligt er?
- * Beskriv hur ni arbetar för jämställdhet?
- * Är jämställdhetsfrågor någonting som marknadsförs av er? I så fall på vilket sätt?

Centrala faktorer för jämställdhet på gym

- * Finns det några speciella faktorer som ni anser utmärker en jämställd gym-miljö?
Vilka?
- * Vilka erfarenheter har ni av utmaningar med att skapa jämställdhet på gym?

Utbud och nyttjande

- * Hur anser ni att er gymverksamhets träningsutbud kan påverka jämställdheten?
- * Hur anser ni att redskapsutbudet kan påverka jämställdhet på gymmet?
- * Hur är er gymlokal organiserad för kvinnor och män? (Avdelningar, omklädningsrum etc)
- * Upplever ni att det finns det skillnader mellan hur kvinnor och män använder gymmet?

Bemötande och normer

- * På vilket sätt bemöts nya kunder hos er? Några regler/policys?
- * Hur ser bemötandet ut mellan personal och gamla medlemmar?
- * Upplever ni några uttryckta normer om kvinnor och män på gymmet? Vilka?

Vikten av jämställdhet

- * Vilken betydelse anser ni att jämställdhet på gymmet kan ha för er verksamhet?
- * Vilka fördelar/nackdelar skulle ett jämställt gym kunna medföra enligt er?

Avslut

- * Har du någonting du skulle vilja tillägga till denna intervju?