



UMEÅ UNIVERSITET

“Social identitet, normbrytande, konflikt och tillhörighet”

En kvalitativ studie om fem personers övergång från köttnorm till veganism

Mikaela Lillbäck
Sociologiska institutionen
Kandidatuppsats, 15 högskolepoäng
Vt 2018

Abstract

Syftet med studien var att utifrån Victor Turners teori om riter och övergångsritualer undersöka övergången från köttnorm till veganism och hur det påverkar och strukturerar individernas sociala identitet.

Semistrukturerade intervjuer genomfördes med fem veganer och analyserades genom tematisk innehållsanalys. Detta gav tre teman; Uppbrott, Konflikt och Tillhörighet.

Utifrån de temana redogör rapporten för individernas övergång från köttnormen till veganism, samt hur upplevelsen av tillhörighet och uteslutning påverkade individernas sociala identitet i övergångsprocessen.

Studien visar att Turners teori om riter och övergångsritualer är applicerbar även på övergången från köttnormen till veganismen. Vidare visar studien att konflikt och tillhörighet kan ses som primära drivkrafter i individens övergång samt starkt påverkar dennes sociala identitet under processens gång. Konsekvenserna av detta, sett i ett bredare sammanhang, kan även tänkas innebära effekter på samhällsstrukturen i stort.

Nyckelord:

Veganism, köttnorm, övergångsritualer, normbrytande, konflikt, social identitet, tillhörighet

Acknowledgement

Jag skulle främst vilja framföra ett tack till Moa Eriksson, min handledare, som under processens gång varit engagerad och smittsamt positiv. Jag skulle även vilja framföra ett tack till Umeå Universitet för att jag fick denna handledning. Slutligen vill jag rikta ett speciellt tack till de personer jag fick glädjen att intervjua, vilka genom att dela med sig av sina personliga resor med öppenhet gjorde denna studie möjlig.

Innehållsförteckning

Inledning	4
Syfte och frågeställningar	5
Bakgrund	6
Veganismens historia och definition	6
Tidigare forskning och köttnormen	7
Teoretisk referensram	8
Ritualer och övergångsriter	9
Metod	11
Förförståelse och metodologiska utgångspunkter	11
Etiska överväganden	11
Respondenterna	12
Upplägg och genomförande	13
Analyseringsverktyg	13
Empirisk redovisning och analys	15
Tema 1. Uppbrott - en ökande klyfta till köttnormen	15
Tema 2. Konflikt (eller Utanförskap)	16
Tema 3. Tillhörighet	19
Diskussion	21
Slutsats & vidare forskning	24
Referenslista	25
Bilagor	27
Bilaga 1. Illustration	27
Bilaga 2. Intervjuguide	28
Bilaga 3. Informationsblad	30

Inledning

Upplever du beslutsångest när du går i din matvarubutik eller sitter med menyn i din hand på en fin restaurang? Det finns så många valmöjligheter. Vad ska man välja? Väljer du det som verkar godast, det billigaste, eller kanske denna gång det mer hälsosamma alternativet? Kanske sitter du och funderar om något alternativ går att få veganskt.

I dagens post-industrialiserade samhälle där både tillgängliga matprodukter och varierade matsituationer ökat, så har den så grundläggande handlingen *att äta* också blivit att förmedla en mängd betydelser för människan (Connors et al, 2001). Denna valfrihet av kost innebär att de beslut som tas kan spegla hur olika människor värderar de skilda möjligheterna som finns vid valet av mat (Connors et al, 2001). Forskning visar att det som främst värderas handlar om faktorer som smak, hälsa, kostnad, tid och sociala relationer men också mindre starka faktorer som symbolik, etik, variation, säkerhet, avfall och kvalitet (Connors et al. 2001). Dessa värderingar förändras under livets gång och formas av individens ideal, personliga faktorer, resurser, sociala relationer och matkontext och påverkar i längden vanor, både medvetna och omedvetna, liksom mer genomtänkta matval (Connors et al, 2001).

Ett ofta mer genomtänkt kostval är att utesluta kött ur sin matkonsumtion, något som genom tiderna förespråkats av vissa religiösa och filosofiska grupper (Suddath, 2008). Orsakerna bakom beslutet baserades då ofta på hänsyn till hälsan, eller att minska djurens lidande (Suddath, 2008). Det var dock inte förrän 1847 som den första vegetariska *föreningen* bildades, och efter det har olika subgrupper av vegetarianer formats (t.ex. lakto-, ovo-, pescovegetarianer), vilka inkluderar och exkluderar olika animalier från sin mat (Suddath, 2008; Boyle, 2007).

Den grupp som är en av de striktaste i sin exkludering är veganerna som så långt som möjligt försöker utesluta *alla* animalier från sin konsumtion. Det gäller alltså inte bara maten de äter utan också kläder, smink o.dy. (Boyle, 2007).

Siffror från en undersökning genomförd 2014 av Demoskop på uppdrag av Djurens rätt visar att sex procent säger sig vara vegetarianer och endast fyra procent av den svenska befolkningen säger sig vara veganer (Djurens rätt, 2016). Utifrån detta kan man argumentera för att det i Sverige råder en "Köttnorm" - normen att äta kött - som är ett av de ord som 2014 hamnade i *Nyordlistan* (Nyordlistan, 2014). Att vara vegan innebär alltså att bryta mot den rådande normen i samhället, något som man i forskning på området har sett kan leda till konflikter med andra i form av exempelvis argumentationer eller i värsta fall alienation från t.ex. en familjemedlem (Hirschler, 2011; McDonald, Cervero & Courtenay, 1999).

Sociala konflikter är alltså en faktor som kan påverka individer i deras beslut att bli veganer, men även andra faktorer har visat sig ha en inverkan på individen - både hämmande och underlättande - i valet att bli vegan (Larsson et al, 2003). De flesta veganer uppger till exempel att djurhållning, avsmak för kött, hälsoskäl samt miljön varit bidragande faktorer till varför de valt att bli veganer (Santos & Booth 1996; Baroni et al, 2007). Men inte bara dessa faktorer har haft en inverkan under processen, och i beslutet att bli veganer utan också deras omgivning, i synnerhet vänner, men även familj, skola, media och musik (Larsson et al, 2003). Detta leder oss in på studiens syfte och frågeställningar.

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka hur övergången från köttnormen till veganismen påverkar och strukturerar individers sociala identitet. Studien utgår från Victor Turners teori om övergångsriter, men i det här fallet för att analysera processen från att vara köttätande till att bli vegan. Genom semistrukturerade intervjuer med fem veganer har följande specifika frågeställningar gjorts sig gällande, och dem ämnar studien svara på:

1. På vilket sätt har individerna genomgått övergången från en struktur till en annan?
2. Under övergångsprocessen, hur har individernas sociala identitet påverkats utifrån upplevelsen av tillhörighet och uteslutning?

Bakgrund

Veganismens historia och definition

Det sägs att den grekiska filosofen och matematikern Pythagoras kring 500 f.Kr. var den förste att nämna vegetarianism (Vegetarian Society, n.d.). Men idén om en växtbaserad kosthållning går längre tillbaka än så. Vissa religiösa babylonier och forntida egyptier verkade redan så tidigt som kring 3200 f.Kr. avhålla sig från kött och kläder från djur utifrån tron på reinkarnation (Vegetarian Society, n.d.). I Bibeln går det också att konstatera att den kost som rekommenderades människan var helt växtbaserad, något som har påverkat vissa gruppers matvanor också i kristendomen – under olika tidpunkter i historien. Även praktiserande buddister och hinduer har förespråkat vegetarisk livsstil, då de ansåg att djur inte bör tillfogas smärta (Vegetarian Society, n.d.).

I väst har dessa ideal ibland dykt upp i samband med religiösa väckelser eller direkt som (ofta kortvariga) hälsorörelser (Suddath, 2008). Den på 1700-talet utilitaristiska filosofen Jeremy Bentham menade att djurs lidande är precis lika allvarligt som mänskligt lidande, och han länkade samman idén om en mänsklig överlägsenhet med rasism (Suddath, 2008). En annan filosof, John Locke argumenterade för att djur var intelligenta och kännande varelser och reste på så vis moraliska invändningar mot hur man då behandlade djur (Vegetarian Society, n.d.).

Men även om idén om en vegetarisk livsstil har funnits ganska länge, så bildades inte den första vegetariska föreningen förrän 1847 i England (Suddath, 2008). Nästan hundra år senare, 1944, beslöt Donald Watson att skapa en ny term, "vegan", med betydelsen att förutom att utesluta kött även utesluta mejeriprodukter och ägg. Samma år bildades *The Vegan Society* som är den äldsta veganföreningen i världen. När Watson i sin tidning skrev hur ordet Vegan skulle uttalas sägs det att han hade 25 prenumeranter. Vid hans död 2005, 95 år gammal, var det ungefär 250 000 själv-identifierade veganer i Storbritannien och ungefär 2 miljoner i USA (Suddath, 2008).

The Vegan Society blev 1979 en registrerad organisation och definierar veganism som:

A philosophy and way of living, which seeks to exclude all forms of exploitation of, and cruelty to, animals for food, clothing or any other purpose; and by extension, promotes the development and use of animal-free alternatives for the benefit of humans, animals and the

environment. In dietary terms it denotes the practice of dispensing with all products derived wholly or partly from animals.

(The Vegan Society, 1979)

Veganer försöker alltså att så långt som det bara går att exkludera allt animalisk samt det med animalisk härkomst.

Tidigare forskning och köttnormen

Motiven till att bli och vara vegan idag kan vara olika. Forskning på området visar att veganer ofta nämner djurens välfärd, hälsa, upplevd avsmak för kött och blod och försmak för vegetariskt. Man nämner också miljön som motiv (Larsson et al, 2003; Baroni et al, 2007). Men man har också funnit att det hos unga kan vara en rebellisk handling att avhålla sig från kött, vilket i familjen kan ses som att ta avstånd från familjevärderingar (Santos & Booth, 1996; Kenyon & Barker, 1998).

Men det är inte bara familjevärderingar en vegansk kost kan ta avstånd ifrån utan också den rådande samhällsnormen, köttnormen. Joy Melanie, en amerikansk socialpsykolog och professor i psykologi och sociologi, myntade i det här sammanhanget begreppet *karnism* - som beskriver den osynliga struktur och ideologi som ligger bakom valet att äta kött - genom vilket hon poängterar att det inte bara är vegetarianer och veganer som tar med sig sina värderingar till matbordet (Joy, 2012). Veganer blir utifrån detta resonemang att bryta mot karnismen, köttnormen. Man har sett att detta kan leda till konflikter med andra i form av argumentationer eller i värsta fall alienation från familjemedlemmar (Hirschler, 2011; McDonald, Cervero, & Courtenay, 1999).

Men vad får då människor att gå emot köttnormen och bli vegetarianer eller veganer? I doktorsavhandlingen *Becoming Vegetarian: An Analysis of the Vegetarian Career Using an Integrated Model of Deviance* av Joseph E. Boyle (2007) beskrivs och förklaras processen utifrån David Matzas övergripande trestegsteori - affinity, affiliation och signification – som beskriver processen att bli avvikande. Boyle (2007) fann att individerna först utvecklade en önskan (affinity) att bli vegetarianer vilket sedan skapade en gradvis stegrande spänning mellan deras ideal och hur de levde, vilket efter hand skulle komma till en punkt där detta inte längre var hållbart, och de i stället övergick till att identifiera sig med vegetarianismen (Boyle, 2007). Nästa steg i processen (affiliation) innebar för individen att skapa ett emotionellt band med andra vegetarianer och att lära sig hur man ska leva som vegetarian. Boyle (2007) fann här att

det är främst tre källor från vilka nya vegetarianer lär sig att vara vegetarianer, dessa är andra personer, skrivet material och visuell media vilket inkluderar internet. Det sista steget (signification) är den punkt i vegetarianens socialiseringsprocess, där denne har omdefinierat sig själv som en del av den nya livsstilen och beteendet återigen matchar dennes identitet (Boyle, 2007).

En annan studie visar på att man kan dela upp veganer i olika grupper; *conformed*, vilka gör som gruppen de umgås med, *organized*, vilka är övertygade om sin veganism och organiserar sig tillsammans för sin sak, och *individualistic*, vilka är övertygade om sin veganism men inte upplever något behov av att förena sig med andra veganer (Larsson et al, 2003).

Teoretisk referensram

Det har alltså forskats en del om vegetarianer och veganer, utifrån deras identitet och normbrytande. Denna studie ämnar bidra till området genom att analysera intervjuerna utifrån Victor Turners teori om ritualer och övergångsriter. Även om hans teori ursprungligen applicerades på just ritualer och övergångsriter så har andra efter honom försökt använda hans begrepp på andra sammanhang. Denna studie är inte heller ett studium av riter och ritualer, men man kan ändå tänka sig att hans teori om övergångsriter kan vara fruktsam i analysen av veganers övergång från köttkonsumtion till veganism. Detta eftersom de två olika processerna liknar varandra i att det i båda fallen sker en övergång där individen förändrar sitt sätt att leva, sin status samt förflyttas från en plats i den sociala strukturen till en annan. Här följer en presentation av teorin.

Ritualer och övergångsriter

I boken *The Ritual Process; Structure and Anti-Structure* (1997) beskriver socialantropologen Victor Turner olika ritualer hos Ndembu-folket i nuvarande Zambia för att sedan visa på hur riterna påverkar samhällsstrukturen och individernas identitet. Ritualer ses av Turner som ett koncentrerat uttryck för ett samhälles sociala struktur, detta då de gestaltar samhällets värden på deras djupaste nivå. Ett studium av ritualer med deras symboler kan därför skänka förståelse för uppbyggnaden av, och ge inblick i, både samhället och de individer som lever där (Turner, 1997; Eriksen, 2000).

Turner intresserar sig speciellt för *Rit de passage* (övergångsriterna) i sin analys, ett begrepp förknippat med Arnold van Gennep (1960). Gennep beskriver övergångsriter som de riter vilka hänger ihop med förändring av plats, tillstånd, social position i samhället och ålder (Turner, 1997).

Gennep delade upp riterna i tre faser: *Separation*, *liminalfas* och *återintegration*. Den första fasen, separation, innehåller riter som symboliserar separationen av individen eller gruppen från den plats i den sociala strukturen och/eller de kulturella förhållandena de tillhörde (Turner, 1997). När separationen är fullständig så är de inne i liminalfasen. Den karaktäriseras av symboler som gestaltar att de som genomgår ritualen är *utanför* den sociala strukturen, utanför samhället, och de har då varken kännetecknen från den position de hade innan eller den position som de kommer att tilldelas (Turner, 1997). De är "betwixt and between" (mitten mellan) de i samhällsstrukturen ordnade positionerna (Turner, 1997, s 95). Detta sker för att de sedan ska kunna komma in i en ny social position eller kategori utan spår från den gamla.

Återvändandet in i samhället beskrivs med termen återintegrering, där de från att ha varit positionslösa i liminalfasen tilldelas en ny position igen, ofta med högre rang – och åter med en klart definierad position. De som genomgått övergångsritualen får då nya rättigheter och skyldigheter men till andra i samhället utifrån den nya strukturella positionen, och de förväntas handla utifrån den med dess tillhörande sociala normer och värderingar (Turner, 1997).

Dessa begrepp använde även Turner, men han fokuserade främst på liminalfasen i ritualerna. I liminalfasen blir deltagarna i övergångsriten ofta förminskade och nerbrutna, så att de kan omformas för sin nya position, vilket innebär att deltagarna ofta blir tvingade att bete sig både passivt och ödmjukt inför varandra. Om det är fler som går igenom en sådan ritual tillsammans så knyter de ofta starka band till varandra av kamratskap och jämlikhet (Turner, 1997).

Detta kamratskap och denna jämlikhet menar Turner länkar samman människor i *communitas* (gemenskap), som ofta uppstår i just en liminal period. *Communitas* kan beskrivas som en av

två modeller av mänsklig sammanlänkning. I *communitas* är människan sammankopplad i en enhet, där jämlikhet och kamratskap ges erkännande som det basala bandet mellan alla människor. Turner använder sedan begreppet *struktur* för att beskriva den andra typen av sammanlänkning av människor, där de istället för att vara jämlikar är strukturerade, differentierade och klassificerade i olika positioner från låg till hög utifrån de sociala kategorier de tillhör.

Dessa två modeller, *communitas* och *struktur*, i vilka människor förflyttar sig genom övergångsriten bildar tillsammans en process i samhället och är, trots varandras kontraster inbördes, beroende av varandra för sin existens (Turner, 1997).

På grund av att samhällsstrukturen indelar individerna i grupper behövs *communitas* för att upprätthålla sammanlänkningsen, eftersom det är just genom dem, *communitas*, som strukturen konkretiseras och stabiliseras. Övergångsriterna, där individer rör sig från struktur till liminalitet och *communitas* till struktur igen låter alltså människor byta statuspositioner i den sociala strukturen, utan att samhället självt blir förändrat (Eriksen, 2000).

Men samhället kan bli förändrat om individerna, när de är i den liminala fasen, väljer att stanna där och inte återintegreras i samhällets struktur utifrån aktuella värden och hierarkisk ordning. Turner beskriver här hur dessa avvikande grupper först bildar *communitas* och att de sedan efter ett tag utvecklar en egen struktur inom den gruppen (Turner, 1997). Därför delar Turner upp *communitas* i tre olika typer 1) Existentiella eller spontana *communitas*, som kan beskrivas som ett övergående ögonblick av en gemensam upplevelse av att vara tillsammans, vilket sen kan övergå i ett 2) normativt *communitas*, där tidens gång gjort det nödvändigt att organisera sig och skapa social kontroll bland medlemmarna för att försöka uppnå ett mål, och 3) ideologiska *communitas*, vilket kan appliceras på en mängd utopiska modeller (Turner, 1997). Dessa blir i samhället en ström av klart formulerade idéer om hur människor bäst bör leva tillsammans i harmoni (Turner, 1997).

Samhället bör alltså enligt Turner ses som en dialektisk process med på varandra följande faser av struktur och *communitas* (Turner, 1997). Övergångsriterna varigenom detta sker blir att både integrera människor i samhällets struktur samtidigt som de ger deltagarna i ritualerna en upplevelse av enhet med varandra genom *communitas* (Eriksen, 2000).

Metod

Förförståelse och metodologiska utgångspunkter

Som forskare strävar man alltid efter objektivitet. Men hur möjliggörs objektivitet i en kvalitativ studie som denna, där frågor ska ställas kring upplevelser, känslor och attityder och svaren senare tolkas? Då det inte går att uppfatta personers känslor och upplevelser helt "objektivt" så tror jag att det handlar om att sträva efter att på bästa sätt återge det man tagit del av, men också att vara medveten om sin egen förförståelse och att ta hänsyn till den i sin analys och att gentemot läsaren vara transparent med den (Lantz, 2007).

Hur ser då min bakgrund ut? Båda mina föräldrar är vegetarianer vilket innebär att jag själv är uppvuxen som vegetarian. Jag har dessutom fortsatt att vara det. Detta *kan* i förhållande till denna studie ses som både negativt och positivt. Jag skulle argumentera för att det för med sig främst möjligheter, då jag med min bakgrund själv har fått uppleva hur det är att vara normbrytande, precis som respondenterna. Därför kan jag troligtvis också på ett bättre sätt finna och ställa passande följdfrågor som hjälper till att fördjupa förståelsen för deras upplevelse. Inom sociologi pratar man ibland om "sympathetic introspektion" vilket handlar just om hur forskaren själv föreställer sig vara i situationen denne undersöker (Lantz, 2007). I mitt fall behöver jag inte alltid föreställa mig, något jag tror kan förbättra intervjusituationen, men även förmågan till analys.

Etiska överväganden

Som i all forskning, där information kring individer används, är det viktigt för mig att ta etiska aspekter i beaktande. Vetenskapsrådet har sammanställt ett dokument med forskningsetiska principer vilka finns att ladda ner från internet. I det presenteras det grundläggande Individskyddskravet i följande fyra rubriker: Informationskravet, Samtyckeskravet, Konfidentialitetskravet samt Nyttjandekravet (Vetenskapsrådet, 2002). Dessa fyra krav tog jag i beaktande på följande vis:

Informationskravet styrker individernas rätt att få kunskap om och kunna styra över sitt deltagande i forskningen (Vetenskapsrådet, 2002). Därför skrev jag ett dokument till respondenterna för att informera om samtalet. I informationsbladet presenterade jag studiens syfte, att samtalet kommer att spelas in och transkriberas, att deras uppgifter kommer att behandlas konfidentiellt och att det alltså inte kommer att framgå att respondenten deltagit. Det

upprepades också att det var frivilligt att delta och naturligtvis också avbryta deltagandet när som helst.

Samtyckeskravet menar att respondenten själv ska ha rätt att bestämma över sitt deltagande (Vetenskapsrådet, 2002). Detta säkerställdes i min studie genom dels informationen som gavs ovan, samt muntligt samtycke att få använda svaren i analysen efter att respondenterna läst informationsbladet (Ahrne, Svensson, 2015).

Konfidentialitetskravet innebär 1) att känslig personlig information som kan spåras till specifika individer inte får lagras, så att de kan spridas till obehöriga och 2) att utomstående inte ska kunna spåra den information som presenteras till de enskilda respondenterna (Vetenskapsrådet, 2002). För att säkerställa detta i denna studie, så kommer inte respondenternas namn att presenteras och inte heller annan information, som jag anser på något vis kan riskera integriteten.

Det sistnämnda kravet, nyttjandekravet, innebär att den insamlade informationen inte får användas till annat än forskningsändamål (Vetenskapsrådet, 2002). Den information som insamlats kommer alltså inte att användas eller ges till obehörig part för något ändamål, utan är strikt för denna studie.

Respondenterna

Via en lokal vegangrupp på sociala media rekryterades intervjupersonerna för denna studie. Man kan tänka sig ett detta innebär ett par begränsningar, man kan t.ex. fråga sig vilka som söker sig till dessa grupper på sociala media. I Diskussionsavsnittet diskuteras relevansen och de möjliga konsekvenserna av detta närmare.

Personerna som var snabbast på att höra av sig och villiga att delta i studien var kvinnor, vilket sannolikt blev att påverka studiens resultat och vilka slutsatser och generaliseringar som kan formuleras. Men generaliseringar är ändå svåra att göra utöver den givna gruppen, då fem respondenter inte kan förväntas "tala för" en hel grupp. Däremot kan vi få kunskap om och förståelse för just deras upplevelser och kanske tänka oss att andra kan ha liknande upplevelser.

Respondenterna var mellan 23 och 30 år, samtliga hade växt upp med konsumtion av animaliska produkter men definierar nu sig själva som veganer. Fyra av dem blev vegetarianer innan de blev veganer och en gick direkt från att vara köttätare till att bli vegan. Perioden de har varit veganer sträcker sig från ett och ett halvt år till fyra år.

Upplägg och genomförande

För studiens syfte och utifrån de aktuella frågeställningarna ansåg jag det lämpligt med en kvalitativ studie byggd på intervjuer med veganer. För att formulera frågor till respondenterna i avsikt att täcka hela processen från att tillhöra köttnormen till att bli en självdefinierade vegan, så användes avhandlingen *Becoming Vegetarian: An analysis of the vegetarian career using an integrated model of deviance* (Boyle, 2007) som inspiration.

Först genomfördes en pilotintervju med en bekant som blivit vegan och efteråt fördes ett samtal om frågorna. Det resulterade i vissa justeringar. Innan de faktiska intervjuerna genomfördes vidtogs praktiska förberedelser, såsom att bestämma tid och plats med de aktuella personerna.

Frågorna som skulle ställas lästes igenom en extra gång och värderades, så även möjliga följdfrågor. Före intervjuerna började fick respondenterna läsa informationsbladet (se bilaga 2) om studiens syfte och om deras frivilliga deltagande. Efter det samtalade vi en stund och respondenterna fick därmed möjlighet att veta lite mer om mig, så att det skulle kännas bekvämt att sedan bli intervjuad. Hela intervjuerna spelades in och transkriberades efteråt.

Intervjuerna genomfördes individuellt i en för dem trivsam miljö, vilket innebar att fyra intervjuer utfördes i förbokade grupprum på universitetet och en intervju hemma hos respondenten. Frågorna var med fokus på upplevelsen av att bli och vara vegan. Varje intervju var *Riktat öppen*, vilket innebär att varje intervjuperson fick ungefär samma frågor, men att det ändå fanns möjlighet för intervjuaren att ställa för ögonblicket passande följdfrågor, om sådant som var extra intressant för studien (Lantz, 2007). Det lämnades också möjlighet för deltagaren att själv styra över vilka erfarenheter personen berättade om och att samtala fritt, samt att kommentera i slutet hur intervjun hade känts och om de skulle vilja tillägga något. Detta upplägg valdes för att 1) få den nödvändiga informationen men ändå 2) också ha möjligheten att få information som inte efterfrågats, alltså sådant som kanske inte hade varit påtänkt innan.

Analyseringsverktyg

Transkriberingen av de fem intervjuerna utgör empirin för studien. Den har sedan bearbetats genom en *tematisk innehållsanalys*. Detta sätt att analysera ansågs passande, eftersom tillvägagångssättet hjälper till att identifiera betydelsefulla mönster utan att komplexiteten i materialet försvinner (Braun & Clarke, 2006).

Analysen gick till så att intervjuerna lästes igenom och kodades i flera omgångar. Första gången var det för att bli bekant med materialet. Då strök jag under det jag upplevde var det väsentliga av det som sades i respektive yttrande. Nästa genomgång kopierade jag det som var av intresse, la det i ett nytt dokument, där de olika meningarna grupperades utifrån vad de handlade om. Den sista genomgången gjordes för att få till ett mer selektivt urval från intervjuerna just utifrån syftet med den här studien (Graneheim & Lundman, 2004). Detta urval kodades sedan, kategoriserades och tematiserades.

Detta är ett exempel på hur processen gått till:

Textutdrag	Kod	Kategori	Tema
“ (...) <i>kul. Powerful! Nu gör jag någonting viktigt.</i> ”	Positiv och stark känsla av att göra något viktigt	Positiv känsla av upplevd mening	Tillhörighet

I första kolumnen under textutdrag har vi alltså till exempel citerat “ (...) *kul. Powerful! Nu gör jag någonting viktigt.*” som jag sedan kodat till “*Positiv och stark känsla av att göra något viktigt*”. När allt kodats så delade jag upp koderna i olika kategorier. Man kan tänka sig att koden ovan handlar om vilka känslor individerna upplever, då de nu tillhör en rörelse som aktivt försöker förändra samhället till det bättre, kategorin skulle då vara “ *Positiv känsla av upplevd mening*”. Detta blev sedan lagt under temat “*Tillhörighet*”, detta då det var tillsammans med gruppen individen kände denna mening och positiva känsla av att kunna göra skillnad.

Empirisk redovisning och analys

Denna studies fokus ligger på att försöka förstå övergången från köttnormen till att bli utövande vegan utifrån hur individerna själva har uppfattat och hanterat det, och hur det i sin tur påverkat dem. Redskapet för analys blev Victor Turners teori om ritualer och övergångsriter. Analysen av intervjuerna har lett till ett antal relevanta teman som kommer att presenteras nedan.

Tema 1. Uppbrott - en ökande klyfta till köttnormen

Vid övergången från att äta och leva enligt köttnormen till att bli vegan, så krävs det en brytning från köttnormen och det gamla sättet att leva. Detta kan man beskriva som ett uppbrott, vilket det finns olika sätt att hantera och ta sig igenom. För individerna i denna studie verkade speciellt deras *vänner* vara centrala i uppbrottet och tjänade dessutom som en brygga mot veganismen.

Ingen av individerna i denna studie hade ursprungligen intentionen att göra uppbrott från köttnormen och sitt gamla sätt att leva för att bli vegan. De beskriver att det riktigt viktiga för dem och det första steget i deras övergång till att bli vegan var att komma i kontakt eller dialog med veganer, veganismen. Även om de kände till livsstilen redan tidigare, så beskrev de att det behövdes något som bröt ner de allmänna fördomarna kring den och visade på att det både är möjligt och rimligt att vara vegan.

Denna kontakt fick individerna främst från vänner i sin omgivning som antingen var eller hade blivit veganer och som både visade tålamod, men ibland också ilska, när det kom till individernas animaliska konsumtion.

Denna ilska, som faktiskt visades av *en vän*, gjorde det svårare att avvisa den utan att också skapa långvarig spänning i vänskapskretsen. Därför - för att undvika konflikt och för att passa in bland sina vänner - ändrade de till viss del sitt beteende och efter hand också sin inställning till veganismen. Den var inte längre något konstigt för dem utan blev med tidens gång normaliserat. Även om de först inte beskrev sig som veganer, så kunde de anpassa sig till de sammanhang de befann sig i.

Utifrån Turners teori om övergångsriter är det här av intresse att notera just hur individen här anpassar sig och sitt sätt att leva i förhållande till ilskan och de starka åsikterna från sina vänner i stället för att argumentera emot eller ta avstånd från dem. Jag skulle därför vilja argumentera att detta är början på deras *separation* från köttnormen och, utifrån Turners teori, början på inträdet i den *liminala* fasen. Turner beskriver hur individer i den fasen ofta beter sig just passivt och ödmjukt och accepterar godtyckliga straff utan att klaga (Turner, 1997). Man kan alltså se

att den initiala kontakten med vegan-vännerna – både som positivt exempel men också på grund av ibland ilsken kritik – fick individerna att börja separera sig från köttnormen, bli mer och mer vana med veganismen och på så vis röra sig in i den liminala fasen av sin övergång.

I det här skedet, när de från företrädarna för det omgivande samhället, för köttnormen, blev mer och mer kritiserade på grund av sitt sätt att leva, och befann sig i ytterligare en konfliktsituation, så började de ta reda på mer information kring veganismen via internet, böcker, grupper och organisationer såsom *Djurens rätt*. Utifrån den information de kom i kontakt med, så började de att se på animaliska produkter och djurindustrin på ett nytt sätt. Köttbiten på tallriken var inte längre mat för dem utan ett djur som blivit dödat. De började reflektera över vad skillnaden egentligen är mellan husdjuren och “mat”-djuren - karnismen - och varför vi värderar liv så olika. En av respondenterna beskriver köttindustrin så här:

“Ur mitt perspektiv så ser jag det som en stor fruktansvärd apparat, där vi utnyttjar individer som inte har möjlighet att göra någonting åt det, och helt i onödan.”

I sitt medvetande, sina känslor och ställningstaganden blev individerna nu än mer separerade från köttnormen, även om de fortfarande i stort levde i enlighet med den. De intervjuade beskriver att det var jobbigt att tänka på, och aktiviteter i vardagen som att t.ex. tillaga kött blev att göra dem äcklade. Ett sätt att hantera detta var att försöka stänga av känslorna. Men insikten fanns där att de behövde ta ställning. Insikten fanns också att vad de än valde så skulle det inte vara populärt för alla i deras omgivning.

Vännerna blir också i detta fall betydelsefulla i vad Turner (1997) skulle beskriva som *communitas*. För individerna handlade det om att försöka hitta sociala band med andra individer som förstod dem i deras situation och med vilka de kunde känna sig som jämlikar trots sitt utanförskap. Därför började de söka sig till olika vegan-grupper och gå med i grupper på sociala media för att få kontakt med personer som liksom dem gått eller gick igenom samma process. Senare skulle detta i sin tur leda till att ”normalsamhället” med sina normer, fick ta ett steg tillbaka på grund av de nya sociala banden till andra veganer.

Tema 2. Konflikt (eller Utanförskap)

Individerna var vid denna tidpunkt i en situation, där de kände sig äcklade, inte bara av kött, men också av sig själva. De beskrev hur de upplevde sig smutsiga under denna tid och hade

dåligt samvete, när de efter vad de nu visste ändå fortsatte att konsumera animalier. Deras känslor av äckel och dåligt samvete ledde vissa av dem till att sluta konsumera animalier hemma, och på till exempel sina arbetsplatser kunde de säga att de var vegetarianer eller allergiska för att så långt som möjligt undvika de inre och yttre konflikterna. En av individerna beskriver det så här:

“Jag var ju som vegan hemma, men jag var ganska rädd för vad folk skulle säga, för vad folk skulle tycka, så när jag var och hälsade på folk så var jag vegetarian. Så höll jag på i ett år.”

Men det var svårare att hantera sin familj och vänner, där det inte gick att använda samma taktik. Individerna beskriver här hur det kändes jobbigt att behöva berätta om sin situation, då de inte visste vad reaktionerna skulle bli, men trodde att de skulle bli negativa.

Vid denna tidpunkt i deras uppbrott från köttnormen upplevde individerna att de befann sig i en konflikt mellan främst sin egen inre övertygelse och rädslan för en yttre konflikt i form av ett icke-godkännande från sin familj, om de skulle leva utifrån sin övertygelse. Man förstår utifrån intervjuerna att detta måste ha varit en jobbig tid i deras liv. I diskussioner med köttätare försvarade de nu veganismen samtidigt som de med sina vegan-vänner inte längre kunde motivera sina val att ibland konsumera animalier. De befann sig nu på ett mycket konkret sätt som *mittemellan*.

En av dem beskriver hur hon i en diskussion med en vegan kände sig inträngd i ett hörn och att hon egentligen inte hade några argument för att leva enligt köttnormen. Det var förödmjukande och kritiken kom från alla håll - både från veganer och köttätare.

“jag kände väl att jag blev inträngd i ett hörn och att jag kanske egentligen inte hade så mycket på fötterna, det är väl det som är själva grejen, att man känner sig anklagad och man vet att.. någonstans så vet man ju att det är en industri, där djur dödas och så dära..”

Detta att vara mittemellan är också en tydlig koppling till den liminala fasen i Turners teori om Övergångsriter. Turner (1997, s 95) använder i det sammanhanget beskrivningen att vara *“betwixt and in between”* för att beskriva hur individerna i liminaliteten inte går att klassificera in i den rådande strukturen, de är mittemellan och passar inte riktigt in någonstans. De tillhör

nu varken köttnormen, då de inte längre anser att det är rätt att leva så, inte heller veganismen, eftersom de inte ännu lever som veganer. De står utanför.

I detta utanförskap kommer individen att utstå förödmjukande beteende från de runtomkring dem, detta enligt Turners teori som ett sätt att bryta ner den gamla statusen och få individen att bli som ett "blankt papper" - redo att bli inpräntad med kunskap och visdom från den nya gruppen personen väljer att tillhöra (Turner. 1997, 103). När de väl började berätta för sin omgivning att de tänkte bli veganer, så är det inte förvånande att det inte var lätt för dem. En av individerna beskrev hur hon upplevde sig förlöjligad och att hon upplevde det som att omgivningen trodde sig ha rätt att bete sig kränkande mot henne på grund av sitt beslut. En annan upplevde sig bli behandlad som att vegan var det enda hon var. En tredje berättade så här hur hon upplevde den första tiden som vegan:

"... dom tyckte att det är okej att behandla mig på ett visst sätt, och det är ganska hårt när man har varit en person som har blivit behandlad på ett sätt att helt plötsligt, utifrån det här, så är det väldigt mycket motstånd och det blir väldigt hätska diskussioner. Så det tycker jag var ganska jobbigt..."

Så från köttätare fick de uppleva sig förödmjukade, men det var inte alltid bara köttätare som betedde sig kränkande, när de nu berättade om beslutet att bli vegan. En av individerna beskriver hur några av hennes vegan-vänner skrattade åt henne och inte tog henne på allvar, när hon berättade för dem att hon tänkte bli vegan.

Det fanns också familje-medlemmar som inte var positiva över deras beslut och individerna beskrev i intervjuerna hur de upplevde sig själva som ett problem, då de inte längre åt vad familjen förväntade sig att de skulle äta.

I detta kan man tydligt se hur de fick uppleva att omgivningen inte längre bemötte dem som unika individer utan att de nu var "merely entities in transition, as yet without place or position" (Turner 1997, s 103). Man kan också tydligt i deras beskrivning se vad Turner beskriver kring detta skede som att omgivningen visar dem att de är bara lera eller damm – obetydliga, och att det är samhället som avgör deras plats.

Tema 3. Tillhörighet

Trots motståndet så fortsatte just de här personerna att vara veganer. De beskrev hur de upplevde sig befriade och att de nu hade ett rent samvete istället för ångesten och äcklet över sig själva och vad de åt, alltså de känslor som de upplevt innan. De ägde nu en stark övertygelse angående vad som var rätt och fel att konsumera, och de beskrev hur de nu hade fått en större mening - att kämpa för djurens och naturens skull - vilket kändes positivt och kraftfullt. Så här beskrev en av personerna hur det kändes att kämpa för djuren och naturen genom att leva som vegan:

“ (...) kul. Powerful! Nu gör jag någonting viktigt.”

En annan av dem beskrev det så här:

“ ... just känslan för mig att veta att jag faktiskt gör skillnad (...) att man kan gå ihop jättemånga och faktiskt få förändring från jättestora företag genom att bara gå ihop och vara väldigt rak på sak. De det är så härligt att.. ja, just kunna kunna förändra, kunna påverka! ”

Men även denna känsla av mening och starka övertygelse kan leda till förtvivlan, när största delen av samhället konsumerar animalier, vilket för dessa individer är väldigt fel. Detta kan man koppla samman till Turners beskrivning av ideologiska communitas, vilka kännetecknas av att förespråka och sprida tydligt formulerade idéer om hur vi som människor bör leva tillsammans för att skapa harmoni (Turner, 1997). För veganismen är det gemensamma målet främst att – för djurens och naturens skull – försöka utesluta animalier från sin konsumtion, och på så vis skapa en bättre värld för alla. Denna starka etiska ståndpunkt i vilken de tillsammans bildar vad Turner (1997) beskriver som ideologiskt communitas påverkar inte bara synen på samhället, den majoritet av omedvetna individer som lever i dissonans och fränkopplade den brutala verkligheten som de själva kommit att bli medvetna om, utan också sin syn på sig själva och vad som är rätt och fel. Ett exempel på denna starka känsla av rätt och fel kan gestaltas i hur en av individerna råkade äta fisk och efter det fick starka skuld-känslor, trots att det var omedvetet. Samma individ beskrev så här vad veganismen betyder för henne:

“(...) det är ju som vad hela mitt, hela min etiska ställnings- tagande, hela mitt.. inte det hela mitt liv baseras runt, men pretty much. Ja, det är det bästa valet jag gjort i hela mitt liv, jag kommer aldrig att vika ifrån det. Det är så fint community runt det hela också, jag aldrig träffat så fina och öppna människor som de inom vegankretsar, så.”

Som veganer har de i detta skede av sin övergång inte längre bara en känsla av mening och övertygelse att falla tillbaka på, när det är tufft (den jag nämnde om ovan), men som citatet visar, har de också en grupp, som de tillhör och kan hämta styrka från. De är inte längre mittemellan utan har en tillhörighet med mening och mål. Turner skulle beskriva detta som återintegreringen till samhällsstrukturen, vilket innebär att övergångsfasen är över (Turner, 1997). Turner beskriver hur situationen nu kännetecknas av att personerna återigen har en stabil position bland andra positioner - att de har funnit sin definierade plats - med de förväntningar och rättigheter som gäller för dem i samhällsstrukturen eller deras ideologiska communitas.

I sin nya position med tillhörighet i grupper av ideologiska communitas, som t.ex. *Djurens rätt*, kan de tillsammans kämpa för sitt mål och få styrka och utlopp för sin förtvivlan, men också känna att de faktiskt kan göra märkbar skillnad för djuren och naturen. Det finns också olika vegan-grupper på sociala media dit de kan komma för att få ventilera och berätta om det som är tufft – och få uppmuntran. Något riktigt viktigt med dessa grupper verkar också vara just att förmedla kunskap och driva på varandra att leva helt och hållet i enlighet med veganismen, alltså helt och hållet utan animalier, för det handlar ju inte bara om mat, utan också om smink, kläder, lim i skor o.d.

Genom sådana grupper kan de få kunskap och lära av varandra i sin nya identitet. Där fungerar de ungefär som en familj och får vara en del av en norm igen. Denna nära relation till varandra, som många av dem beskriver i termer av att de är en familj, trots att de inte har någon annan koppling än sin identitet som veganer, kan man förstå utifrån Turners beskrivning att de som går igenom en liminal-fas tillsammans ofta utvecklar ett starkt kamratskap och känsla av jämlikhet dem emellan (Turner, 1997).

Så även om de fortfarande möter motstånd och kritik från vissa personer i omgivningen så är de inte ensamma, och kanske kan man tänka sig att det är just detta motstånd från omgivningen som från början ledde dem tillsammans och sammansvetsade dem som grupp som nu fortsättningsvis hjälper dem att hålla ihop, stärker den nya identiteten och gör att de utvecklas vidare tillsammans.

Diskussion

Syftet med studien var att undersöka hur övergången från köttnormen till veganismen påverkar och strukturerar individers sociala identitet. Utifrån semistrukturerade intervjuer med fem veganer och Victor Turners teori om ritualer och övergångsriter så genomfördes en tematisk analys för att besvara syftet genom följande två frågeställningar:

1. På vilket sätt har individerna genomgått processen från en struktur till en annan?
2. Under övergångsprocessen, hur har individernas sociala identitet påverkats utifrån upplevelsen av tillhörighet och uteslutning?

Analysen resulterade i tre teman vilka kan beskriva individernas övergång från köttnormen till veganismen. Dessa teman var 1) Uppbrott - en ökande klyfta till köttnormen, 2) Konflikt och 3) Tillhörighet.

Det första temat, **Uppbrott**, visar i enlighet med Turners (1997) teori att individerna först blev *separerade* från köttnormen. Detta skedde genom; kontakt med veganer, anpassning till, och normalisering av veganismen, stegrande social konflikt, ifrågasättande av köttkonsumtion, sökande efter information, inre konflikt och kontaktsökande. Jämför man detta med vad Boyle (2007) fann i sin studie utifrån Matzas teori om avvikande, visar analysen att första steget i övergången inte nödvändigtvis är en önskan (affinity) att bli vegetarian utan snarare kan handla om att individen försöker anpassa sig till sin sociala situation, och att det är genom det processen påbörjas.

Det andra temat var **konflikt** och intervjuerna gjorde det tydligt att individernas övergång kännetecknades av både inre och yttre konflikter. Dessa konflikter försvårade övergången men fungerade samtidigt som en pådrivande piska.

Detta går att likna med det Boyle (2007) beskrev som en stegrande spänning på grund av diskrepansen mellan dennes ideal och sitt faktiska sätt att leva. Dock så visar min analys att det inte bara handlar om en inre spänning utan spänningen, eller konflikten, finns även i individens sociala kontaktnät, vilket Turner (1997) tar upp som en viktig del i den *liminala* fasen av en individs övergångsprocess. Detta, enligt Turner (1997), därför att det är i den fasen individen blir "rentvättad" och av omgivningen berövad sin gamla position så att denne sedan kan gå in helt och fullt i den nya positionen i samhällsstrukturen.

Konflikten med omgivningen och det förödmjukande beteendet som omgivningen uppvisade mot individerna skulle också kunna förstås utifrån att de av omgivningen betraktas som avvikande, normbrytande från *båda* strukturerna. Individen är "betwixt and between",

mittemellan, och får därför också uppleva sanktioner från båda hållen i ett försök av omgivningen att få dem att rätta sig efter någon av de respektive normerna igen.

Individen försöker så klart hantera dessa konflikter, bland annat genom att börja laga vegetarisk mat i sina hem och i sociala sammanhang använda tekniker såsom Goffmans (2009) *passning*. Men att leva så var inte hållbart i längden, och personerna skapade nu relationer till likasinnade för att uppleva tillhörighet. Denna del av processen kan man koppla samman med Boyle (2007) som i sin studie fann att det andra steget (affiliation) var att skapa ett emotionellt band med andra vegetarianer. I min analys visade det sig att kontaktsökande med nya grupper främst handlade om att få styrka i sin situation som "mittemellan" och inte uppleva sig ensamma, inte nödvändigtvis att skapa ett emotionellt band i sig själv för att medvetet underlätta övergången. Trots allt så var de ju vid denna punkt utanför - både köttnormen och veganismen.

Sista temat och steget i individernas övergång var **Tillhörighet**, vilket Turner (1997) skulle beskriva som *återintegrering*. I detta steg började den upplevda konflikten att minska, men den egentligen främsta skillnaden för individerna är nog trots allt att de nu vet sin plats och utifrån den kan agera i det sociala rummet samt veta hur de ska tänka och förhålla sig till andra. Tillhörigheten kan dock te sig olika. Individerna i min analys verkar tillhöra vad Turners (1997) skulle beskriva ideologiska *communitas* på grund av sin utopiska modell och klart formulerade idéer om hur människor - och djur - bäst bör leva tillsammans för samspelet att fungera harmoniskt. Detta kan intressant nog också kopplas samman med Larsson et al. (2003) beskrivning av att det finns olika typer av veganer - *conformed*, *organized* och *individualistic*. De som bildar ideologiska *communitas* skulle i detta fall ses som *organiserade* veganer, vilka tillsammans förespråkar solidaritet, jämlikhet och djurens rättigheter. Detta skulle i sin tur kunna styrkas av att det nog är mest troligt att det är organiserade veganer som deltar i studier som denna, eftersom de gärna vill berätta och sprida sitt budskap i jämförelse med en *individualistisk* vegan som inte skulle se något behov av det och de som är *conformed* som bara sällar sig till gruppen men egentligen inte själva har en önskan att sprida gruppens budskap.

Intressant i min analys är hur centralt konflikten är i hela processen av individernas övergång till veganismen (för visuell förklaring av fortsättningen, se bilaga 1). Det börjar med att individerna upplever konflikt i en vänskap, vilket leder till en anpassning för att undvika konflikt. Men i sitt försök att förstå båda sidorna uppstår en inre konflikt av att de börjar tycka att veganismen är rätt. När de så också börjar ändra sitt sätt att leva och vara "mittemellan" upplever de konflikt från alla håll, både inre och yttre, vilket är ohållbart. Därför blir individerna

mer eller mindre tvungna att välja sida, som i de intervjuades fall blev veganismen. Den inre konflikten verkar då försvinna, medan den yttre konflikten fortsätter - men i mindre skala. Den motsättningar de nu får uppleva från köttnormen blir nu - istället för att dra dem ifrån veganismen - att dra dem än starkare tillsammans som grupp. Även konflikt inne i gruppen motiverar och pushar individerna att bli allt striktare i sin livsstil och identitet som vegan.

Utifrån detta går det att argumentera att individernas sociala identitet är starkt kopplat till upplevelsen av uteslutning i form av konflikt i övergångsprocessen, men även tillhörighet är en viktig del för att den sociala identiteten ska hållas stabil över tid. Tillhörigheten utgör också de olika gruppernas dragningskraft som utövas över individen i denna process. För om inte individen skulle uppleva att den tillhör sin familj eller sin vänskapskrets eller i slutet, veganismen, så skulle antagligen inte konflikten kunna uppstå, med en dragningskraft till dessa grupper.

Även i den liminala fasen - då individerna upplevde som mest konflikt med alla redan existerande relationer - så fann studien att de sökte sig till andra grupper med individer som möjligen upplevt samma utanförskap. Denna grupp kommer genom den gemensamma upplevelsen av utanförskap att skapa starka band. Kanske kan man beskriva det som så att en starkare tillhörighet kom att formas i detta stadium av generellt utanförskap. Dessa band, följer med individen när denne får en tillhörighet igen och blir på så vis att göra den nya tillhörigheten starkare, precis som Turner (1997) menar att individer som gått igenom den liminala fasen tillsammans ofta bildar ett starkt band till varandra.

Slutligen bör det kort nämnas att analysen för övrigt visar att Turners (1997) termer och begrepp, som generellt används i analys av för samhället önskade övergångar, även kan appliceras på en individs process att bli normbrytande. Den främsta skillnaden mellan en traditionell övergångsrit och en individs byte av livsstil utifrån mötet med en ny norm verkar vara att det i det *senare* fallet inte finns någon medveten, kulturellt fastslagen strategi att styra skeendet för att övergången ska bli lyckad. Istället är det just konflikten mellan de båda normerna i ett socialt sammanhang som blir att tvinga fram ett ställningstagande hos individen. Att det finns likheter mellan övergångsriter och övergångsprocessen i bytet från köttnorm till att bli vegan verkar bero på att det finns likheter i utmaningarna, att de inblandade styrs av liknande reaktionsmönster och psykologiska krav samt att likheter medförs på grund av att de båda innebär ett positionsbyte i den sociala strukturen.

Slutsats & vidare forskning

Utifrån syftet med studien, frågeställningarna och Victor Turners (1997) teori om övergångsriter kan man dra slutsatsen att individerna i övergången från köttnormen till veganismen först gick igenom ett uppbrott från köttnormen, vilket försatte dem i en växande konflikt. Denna konflikt och utanförskap ledde i sin tur till att individerna valde grupp och tillhörighet, i detta fall veganismen.

I övergången visar min analys att individernas upplevelse av uteslutning i form av konflikt och tillhörighet var drivande. Vidare skulle man därför kunna argumentera att konflikt och tillhörighet även fortsättningsvis kommer att vara drivande och påverka individerna i sin sociala identitet.

Turners (1997) begrepp och termer visade sig alltså vara fruktsamma vid analys av individernas övergång från köttnorm till veganism. Ett förslag för vidare forskning på området vore att applicera andra teorier och infallsvinklar på fenomenet för att förstå det ur andra perspektiv. Det vore även av intresse att undersöka vilken roll uteslutning och tillhörighet har hos individer som efter att ha varit veganer går tillbaka till att konsumera kött. Upplevelsen av konflikt och de sociala band som under liminaliteten skapas med nya individer skulle också kunna vara av intressant att forska mer kring. Om konflikten inte är lika stor, vad händer då med sociala identiteten och tillhörigheten? Blir den även då lika stark? Eller är både upplevelse av tillhörighet och konflikt vad som behövs för att individen ska byta social position, ideal och livsstil?

Referenslista

- Ahrne, Göran. Svensson, Peter. *Handbok i kvalitativa metoder*. Liber. 2015.
- Baroni, L. Cenci, L. Tettamanti, M. & Berati, M. 2007. Evaluating the environmental impact of various dietary patterns combined with different food production systems. *European Journal of Clinical Nutrition*. 61, 279 - 286.
- Braun, Virginia. Clarke, Victoria. Using Thematic Analysis in Psychology. 2006. *Qualitative Research in Psychology*. 3(2), 77-101
- Boyle, Joseph E. 2007. *Becoming Vegetarian: An analysis of the vegetarian career using an integrated model of deviance*. Diss., Virginia Polytechnic Institute and State University.
- Connors, M. Bisogni C, A. Sobal, J & Devine, C, M. 2001. Managing Values in Personal Food Systems. *Appetite*. 36, 189-200.
- Djurens rätt. 2016. *Hur många vegetarianer/veganer finns det i sverige?*
<https://www.djurensratt.se/node/57> (Hämtad 2017-05-22)
- Eriksen, Thomas H. 2000. *Små platser - stora frågor: En introduktion till socialantropologi*. Nora: Bokförlaget Nya Doxa.
- Gennep, van Arnold. 1960. *The Rites of Passage*. Chicago : Univ. of Chicago Press.
- Graneheim, Ulla H. Lundman, Berit. 2004. Qualitative Content Analysis in Nursing Research: Concepts, Procedures and Measures to Achieve Trustworthiness. *Nurse Education Today*. 24(2), 105-112.
- Goffman, Erving. 2009. *Stigma: Den avvikandes roll och identitet*. Norstedts Akademiska Förlag.
- Hirschler, C. A. 2011. "What pushed me over the edge was a deer hunter": Being vegan in North America. *Society & Animals*. 19(2), 156-174.
- Institutet för språk och folkminnen. 2014. *Nyordlistan*.
<http://www.sprakochfolkminnen.se/download/18.cbc0f5b1499a212bbf1d2a/1419832595190/nyordslista+2014.pdf> (Hämtad 2017-05-22)
- Joy, Melanie. 2012. Dis-ease of the Heart: The Psychology of Eating Animals. *Forks over Knives*. 23 Maj.

<https://www.forksoverknives.com/dis-ease-of-the-heart-the-psychology-of-eating-animals/>
(Hämtad 2017-05-22)

Kenyon, P. M., & Barker, M. 1998. Attitudes towards meat-eating in vegetarian and non-vegetarian teenage girls in England—an ethnographic approach. *Appetite*. 30, 185–198.

Lantz, Annika. 2007. *Intervjumetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Larsson, Christel L. Rönnlund, Ulla, Johansson, Gunnar. Dahlgren, Lars. 2003. Veganism as status passage; The process of becoming a vegan among youth in Sweden. *Appetite*. 41(1), 61-67.

Matza, D. 1969. *Becoming Deviant*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

McDonald, B., Cervero, R. M., & Courtenay, B. C. 1999. An ecological perspective of power in transformational learning: A case study of ethical vegans. *Adult Education Quarterly*. 99, 5-23.

Santos, M., & Booth, D. 1996. Influences on Meat Avoidance Among British Students. *Appetite*. 27, 197–205.

Suddath, Claire. 2008. A Brief history of Veganism. *Time*. 30 Oktober.
<http://time.com/3958070/history-of-veganism/> (Hämtad 2017-05-22)

The Vegan Society. *We've come a long way!* N.d.
<https://www.vegansociety.com/about-us/history> (Hämtad 2017-05-22)

Vegetarian society. *World history of vegetarianism*. N.d.
<https://www.vegsoc.org/page.aspx?pid=830> (Hämtad 2017-05-09)

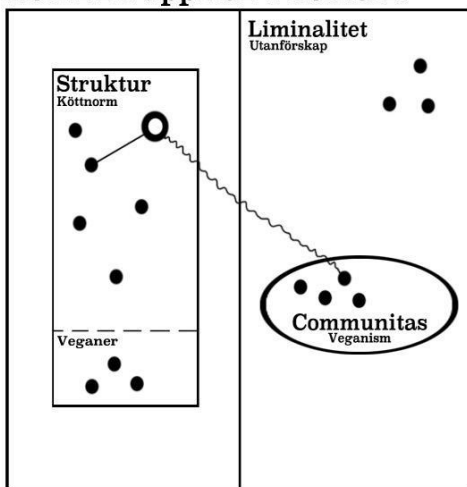
Vetenskapsrådet. 2002. *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm. Elanders Gotab.

Bilagor

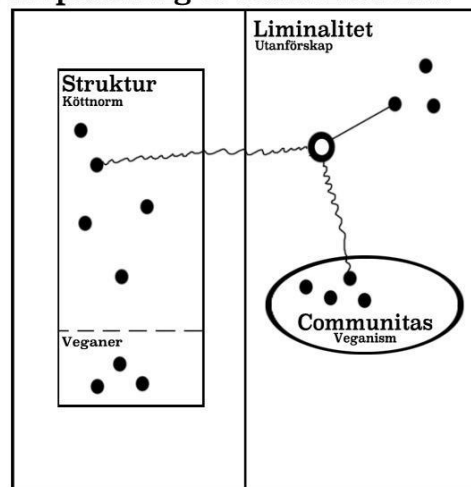
Bilaga 1. Illustration

Individens övergång från köttnorm till veganism En illustrering av konflikten i processen

1. Konflikt uppstår i kontakt

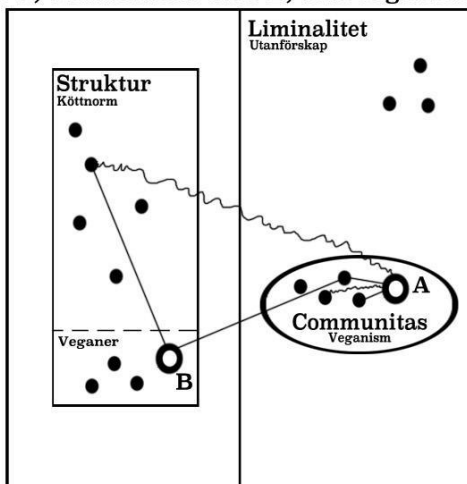


2. Anpassning & stark konflikt



3. Tillhörighet:

I A) communitas eller B) som vegan i strukturen



Symbolförklaringar:

- Individ
- Andra individer
- Konfliktfri kontakt
- ~~~~~ Konflikt i kontakt

Illustration av Mikaela Lillbäck

Bilaga 2. Intervjuguide

Personfakta

- Ålder?
- Hur länge har du varit vegan?
- Familjens matvanor?

Semistrukturerade frågor:

1. Vilken typ av mat/livsstil har du växt upp med?

2. Hur kom du först i kontakt med veganismen?
Hur reagerade du då på de tankar som presenterades för dig? Vad kände du?
Hur lärde du dig om vad det innebar att vara vegan?
Upplever du att omgivningen på något sätt påverkade dig i ditt val att bli vegan? I sådana fall hur? Berätta.

3. Vad fick dig att slutligen besluta dig för att bli vegan?
Hur trodde du att din omgivning skulle reagera? Pratade du med andra om dina funderingar på att bli vegan?
Trodde du att du skulle möta på några svårigheter? I sådana fall vilka?

4. Vad betyder det att vara vegan för dig?
Hur upplever du att samhället i allmänhet ser på praktiserande veganer?

5. Vilka motiv ligger bakom ditt val att vara vegan idag?
Hur kommer det sig att det är så viktigt för dig?
Har det alltid varit så för dig?

6. Hur kändes det när du beslutade dig för att bli vegan?

7. Hur upplevde du att andra i din närhet tog ditt val?
Hur reagerade du på det?
Mötte du motstånd? Uppmuntran?

8. Har din sociala umgängeskrets förändrats sen du blev vegan?
I sådana fall hur och varför?
9. Hur upplever du att du blir bemött när personer får veta att du är vegan? Någon specifik händelse som du kan berätta om..
10. Har du någon gång undvikit att berätta att du är vegan?
11. Har du haft perioder efter att du blev vegan, då du inte praktiserat veganism eller då du konsumerat något animaliskt?
Vad berodde det på och hur kändes det?
12. Om ser tillbaka på det som har hänt sedan du först började fundera på att bli vegan till idag, fanns det någon gång du ångrat dig eller det känts för motigt? Vad berodde det på i sådana fall? Varför gav du inte upp?
13. Vad tänker du är svårigheter många veganer och sådana som vill bli veganer möter idag? Har det blivit lättare att vara vegan tycker du?
14. Berätta om vad du upplever positivt med att vara vegan.
15. Vad skulle du säga/ge för råd till någon som funderar på att bli vegan?
Varför tycker du det är viktigt?
16. Hur kändes intervjun? Är det något du skulle vilja tillägga eller så innan vi avslutar?

Bilaga 3. Informationsblad

Informationsblad till intervjudeltagarna innan intervjun genomförs

Mitt namn är Mikaela Lillbäck och jag läser Sociologi på Umeå Universitet och skriver nu min kandidatuppsats. Uppsatsen kommer handla om processen och upplevelsen av att bli vegan i dagens samhälle där det finns en form av förväntan att personer ska äta kött och konsumera animaliska produkter.

Intervjuerna beräknas ta 30-60 minuter. Samtalet kommer att spelas in och därefter skrivs ut för att underlätta analysen. Efter detta kommer jag att makulera inspelning och det skriftliga materialet från samtliga intervjuer.

Dina uppgifter kommer vara konfidentiella, jag kommer alltså inte använda ditt namn i uppsatsen och dina svar kommer inte kunna förknippas med dig. Det är frivilligt att delta och känner du under intervjuens gång att du inte vill svara på en fråga eller helt avbryta ditt deltagande, så går det självklart bra.

Resultaten av studien kommer att redovisas i min uppsats som beräknas vara klar i början av nästa år. Du som deltar kommer att få tillgång till det färdiga arbetet.

Känns detta bra och du är redo så kör vi!

Kontaktuppgifter till mig om du skulle ha några frågor efter den genomförda intervjun:

Mikaela Lillbäck

Tel. 073-81 989 42

E-mail. mikaela@lillback.com