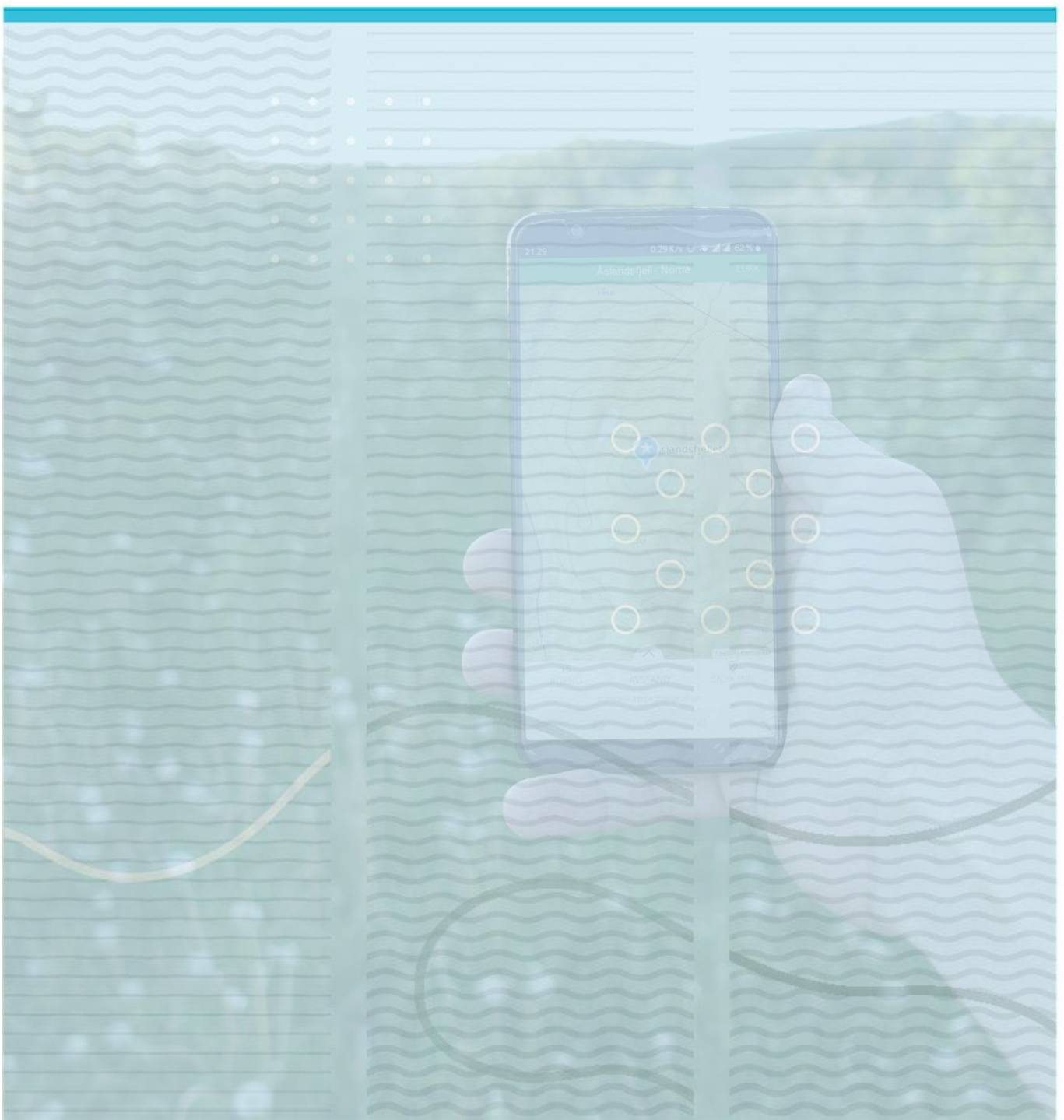


Vidar Lyrstrand

## Når mennesker møder natur med teknologi



Universitetet i Sørøst-Norge

Fakultet for humaniora, idretts- og  
utdanningsvitenskap

Institutt for Friluftsliv, Idrett og Kroppsøving

Postboks 235

3603 Kongsberg

<http://www.usn.no>

## Forord

Jeg sætter selv stor pris på et aktivt friluftsliv, og jeg er selv en glad bruger af trackingdevices og lignende. Digitale teknologier vinder stadig større indpas i verden omkring os og sætter også sit præg på det moderne friluftsliv. Præstationer dokumenteres, kvantificeres og deles gennem digitale medier. Undervejs i arbejdet med dette projekt er jeg ledt til en undren over brugen af de digitale teknologier i så mange grene af friluftslivet, hvordan disse har indflydelse på mit eget friluftsliv, og hvordan jeg selv ønsker at møde naturen. Friluftsliv er et vidt begreb. Det dyrkes og udfoldes på utallige måder, dog altid præget af omgivelserne. Derfor er det interessant at beskæftige sig med, hvordan mødet med naturen påvirkes og forandres.

Der skal lyde en stor tak til informanterne, der har gjort dette projekt muligt. Derudover ønsker jeg at takke mine søstre for deres støtte og gennemlæsning.

Tak til vejlederne Tommy Langseth og Per Ingvar Haukeland.

Vidar Lyrstrand, Juni 2020, Bø i Telemark

## Sammendrag

Formålet med dette projekt har været at undersøge anvendelsen af digitale teknologier i udendørsaktiviteter. Idet der sker en stadig større udbredelse og anvendelse af smarttelefoner, trackingdevices og lignende i friluftslivet, har projektet her undersøgt, hvordan digitale teknologier integreres i fysiske udendørsaktiviteter. Med udgangspunkt i aktivitetstilbuddet Gulltrimmen 2017 er det undersøgt, hvorledes Gulltrimmen 2017 med sin anvendelse af digitale teknologier har påvirket fysiske udendørsaktiviteter. Projektets problemformulering med tilhørende forskningsspørgsmål er som følger:

### **Hvad sker når menneskers møde med natur præges af digital teknologi?**

- Hvordan bliver digital teknologi en integreret del af udendørsaktiviteter?
- Hvordan påvirker Gulltrimmen fysisk udendørsaktivitet?

Gulltrimmen 2017 er betragtet som et socialt fænomen undersøgt med anvendelse af Bruno Latours aktør-netværks-teori. Med aktør-netværks-teorien har jeg undersøgt, hvorledes humane og non-humane aktører sammen udgør netværker, som skaber Gulltrimmen 2017. Der er gennemført en digital spørgeskemaundersøgelse med det formål at indhente information om deltagelsen i Gulltrimmen 2017.

Fundene i undersøgelsen er diskuteret med anvendelse af aktør-netværks-teorien. Begrebsapparatet fra Deborah Luptons bog *The Quantified Self* er også anvendt til at diskutere anvendelsen af digitale teknologier i det sociale fænomen Gulltrimmen 2017.

Aktørerne er identificeret på baggrund af den app, som er knyttet til Gulltrimmen 2017. På den baggrund er der gennem tre netværksmodeller illustreret aktørernes positioner. Undersøgelsen har vist, at samspillet mellem humane og non-humane aktører under stadig forandring udgøre dynamiske netværker, som skaber det sociale fænomen Gulltrimmen 2017. Ydermere viser undersøgelsen, at der i de dynamiske netværker skabes nye hybrider der kan forandre deltagernes møde med natur, hvor anvendelsen af digitale teknologier har vist sig at præge disse hybrider.

Set i et videre perspektiv ville det være interessant at undersøge de følgende sæsoner af Gulltrimmen og dermed fænomenets forandring. Det ville også være interessant at undersøge, om lignende netværker eksisterer inden for andre lignende aktivitetstilbud.

Forord .....	3
Sammendrag .....	4
1 Indledning.....	8
1.1 Problemområde.....	10
1.2 Problemstilling .....	11
1.3 Valg af forskningsområde .....	11
1.4 Tidligere forskning på feltet .....	12
2 Kvantificeret aktivitet og aktør-netværks-teori.....	14
2.1 Lupton – Kvantificering og selftracking.....	14
2.1.1 Kroppens digitale logbog.....	14
2.1.2 Quantified data - en disciplin .....	15
2.1.3 Dataficering .....	15
2.1.4 Gamificering.....	15
2.2 Latour – aktør-netværks-teori.....	16
2.2.1 Sociologiens opgave .....	17
2.2.2 <i>Associatonssociologien</i> .....	18
2.2.3 Det sociale .....	18
2.2.4 Videnskaben og teknologier skaber natur.....	19
2.2.5 Alle aktørerne skal på banen .....	20
2.2.6 Aktører som vokser fra mikro- til makroaktører .....	21
2.2.7 Netværk skabes af aktører .....	21
2.2.8 Moderne eller aldrig moderne?.....	22
2.2.9 Translation - en skabelse af hybrider.....	23
2.2.10 Anvendelsen af aktør-netværk-teori .....	23
2.2.11 Præciserede forskningsspørgsmål.....	24

3	Kvantitativ metode suppleret med kvalitativ metode .....	25
3.1	Adgang til feltet .....	26
3.2	Udvælgelse af respondenter.....	27
3.3	Godkendelse fra Norsk Senter for Forskningsdata .....	28
3.4	Udvikling af spørgeskema .....	29
3.5	Distribution og besvarelse af spørgeskema .....	31
3.6	Min forforståelse .....	31
3.7	Validiteten og reliabilitet.....	32
4	Præsentation og analyse .....	33
4.1	Information om deltagerne .....	33
4.2	Fritidsaktivitet og friluftsliv .....	35
4.3	Konkurrence/socialt medier/teknologi.....	38
4.4	Opsamlingsspørgsmål .....	44
4.5	Deltagerens egne kommentarer .....	45
4.6	Identificering af aktørerne i Gulltrimmen .....	46
4.7	Identificering af netværk skabt af aktører.....	54
4.8	Deltagerens netværk .....	55
4.9	Med turmål som kerne .....	57
4.10	Et netværk omkring point .....	60
5	Diskussion – går deltagerne nye veje?.....	62
5.1	På jagt efter point - en gamificering.....	62
5.2	Deltagelse i Gulltrimmen - forventninger og frustrationer .....	64
5.3	Friluftsliv og digitale medier.....	66
5.4	En ny hybrid-natur er opstået .....	67
5.5	Forandringer af turlivet .....	68
6	Konklusion .....	71

6.1	Effekten af point.....	71
6.2	Netværksmodeller til forståelse af sociale fænomener .....	73
7	Videre forskning.....	73
7.1	Argumentationen for friluftslivet .....	73
8	Refleksion over egen arbejdsproces.....	74
	Bibliografi .....	76

## 1 Indledning

Mit ur meddeler mig "alt", hvad der er at vide om min færden på min vandretur over fjeldet. Jeg ser, hvordan min puls forandrer sig, når bakkerne bliver stejle - uret gemmer et GPS-spor.

Med et enkelt klik er disse data eller præstationer delt på de sociale medier. De største til de mindste producenter på det kommercielle marked for udstyr til friluftsliv lancerer flere og flere modeller af såkaldte trackingdevices, såsom ure, telefoner, aktivitetslogger osv. Funktionerne er utallige: GPS-positionering, pulsmåling, altimeter og barometer for at nævne nogle få. En kort tur på mountainbike kan beskrives på mange måder, og ved hjælp af et digitalt GPS-ur kan en beskrivelse se ud som dette:

Ascent time: 0:47'13

Descent time: 0:20'25

Flat time: 0:16'04.2

Highest point:1033m

Lowest point: 747m

Temperature:13.5°C

Est. VO2: 48ml/kg/min

Easy: 0:00'42

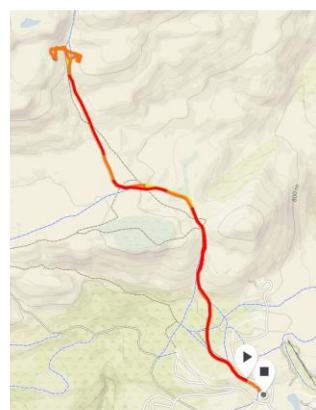
Moderate 0:05'45

Hard: 0:21'22

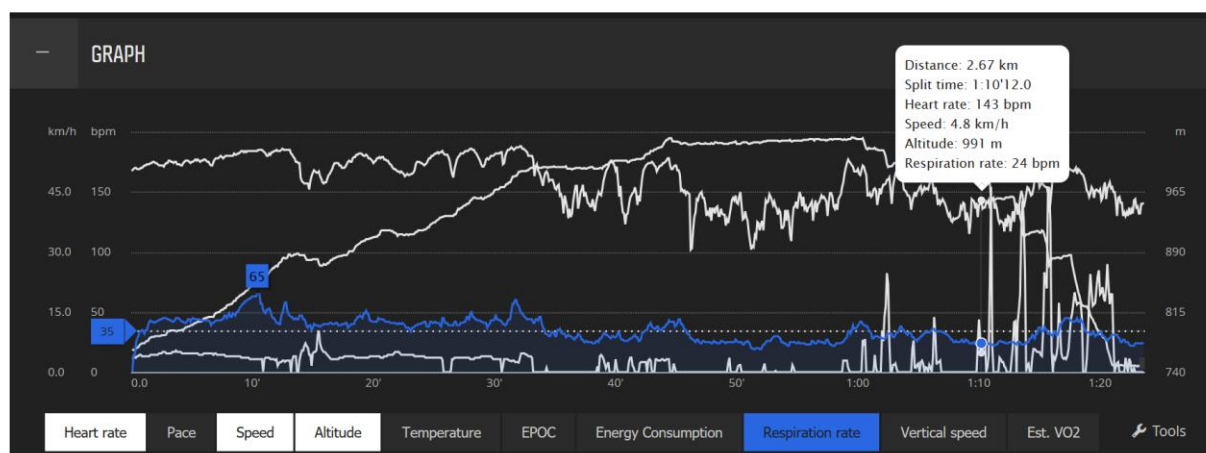
Very hard: 0:18'16

Maximal: 0:37'38

EPOC Peak: 246 ml/kg



Figur 1 GPS-sport på digitalt kort



Figur 2 Grafisk fremstilling af indsamlede data



Sportsfunktionerne, der tidligere var forbeholdt træningsurterne, er lidt efter lidt blevet integreret ind i moderigtige smarture. Sportsfunktioner kan være pulsmåling, VO2-max, pulsintervaller for bare at nævne nogle få. Smarturene skal være så stilsikre i deres udtryk, at de kan bæres alle ugens dage på job eller til træning. Sideløbende er der kommet mange forskellige apps til smarttelefonerne, som tillader brugeren at logge flere forskellige aspekter af hverdagen. Du kan for eksempel logge dit kalorieindtag, din søvnrytme og dine skridt. Tracking er altså blevet en del af den moderne hverdag. Den hastige udvikling af produkter, fremstillingsmetoder og faldne fremstillingsomkostninger fører til, at hvad der før var forbeholdt professionelle og semiprofessionelle udøvere, er blevet både økonomisk tilgængeligt for alle og håndterligt for den bredere befolkning. Udøvere af alle former for aktivitet har mulighed for at samle store mængder data om sig selv og sin færden og efterfølgende eller øjeblikkelig at dele disse informationer på internettets sociale medier og specielle fora. Et eksempel på sådanne er Strava, som er et træningsforum med særligt fokus på cykel- og løbetræning. Her kan brugere, som har trænet på samme distance sammenligne præstationer. Udvalgte segmenter(ruter) har en King of the Mountain (KOM), og denne titel tildeles den bruger, som har forceret en stigning hurtigst.

Nogle brugere tracker alt og hele tiden, mens andre blot tracker bestemte dele af deres liv (Lupton, 2017, s. 31-37). Det at ville måle sine præstationer og sine sportslige fremskridt er ikke en ny tendens. De sidste 30 år har udviklingen inden for forbrugerelektronik gået stærkt. De fleste på min alder nåede lige at opleve diskettedrev og kassettebånd. I dag sidder vi alle med mobiltelefoner, der indeholder avanceret teknologi, som vi tager for givet: GPS-modul, kamera og hurtig internetopkobling på næsten alle steder af kloden. Alt sammen og mere til i en lommevenlig størrelse. Det er altså reglen snarere end undtagelsen, at teknologien vinder frem - også i friluftslivet.

Blandt nogle brugere eller selftrackere er der en grundtanke om, at man kan opnå en større viden om sig selv ved at producere data. Denne data er personlig, og det betyder, at det ikke er sikkert, at den erfaring som én selftracker gør om sig selv, nødvendigvis vil være gældende for andre (Lupton, 2017). Set i et samfundsmæssigt perspektiv er det interessant, hvordan menneskets møde med naturen påvirkes, når digital teknologi bliver inddraget i dette møde. Sker der ændringer, når digitale trackingteknologier inddrages? Hvilke forandringer er der på spil, når digitale

trackingteknologier bliver en del af friluftslivet? Hvorfor vælger nogle at anvende disse teknologier, og hvorfor fravælger nogle teknologierne igen?

## 1.1 Problemområde

Appen Trimpoeng blev lanceret i 2015 og appens funktion er, via GPS-teknologi, at give deltageren mulighed for at dokumentere et besøg af en specifik lokation. Da Trimpoeng er en app, som bruges til mange konkurrencer spredt udover Norge, kan deltagerne vælge at deltage i en eller flere konkurrencer. Appen kan anvendes på forskellige måder til forskellige konkurrenceformer. For at kunne deltage i konkurrencerne må deltagerne oprette en brugerprofil, som de logger ind i appen med. Det er denne profil de deltager i konkurrencen med. Fælles for alle konkurrencerne er, at de har nogle geografiske mål. Når deltagerne er inden for en fastsat radius af et specifikt GPS-koordinat, kan der tjekkes ind. Deltageren vælger en konkurrence og føres til konkurrencens side. Denne side er unik for konkurrencen (Trimpoeng, 2019).

Som et lokalt eksempel på, hvordan Trimpoeng kan anvendes, valgte Kulturinstitutionen Gullbring A/S at igangsætte motionstilbuddet *Gulltrimmen* i 2015. Gulltrimmen præsenteres som en konkurrence, som Gullbring i samarbejde med Frisklivssentralen i Bø, Nome og Sauherad var arrangør af<sup>1</sup>. Frisklivssentralen er en kommunal sundhedstjeneste, som har til hensigt at fremme sundhedstiltag (Nome kommune, 2020). Gulltrimmen er en motionskonkurrence, som er et gratis tilbud til alle i Midt Telemark. Den første konkurrence varede tre måneder fra 1. august - 31. november 2015. Grundformen for konkurrencen, som den blev introduceret i den første sæson, blev videreført til de efterfølgende sæsoner (Frisklivssentralen, 2020; Gullbring Kulturinstitution, 2018). Derfor omtales denne konkurrenceside for Gulltrimmen 2017 fremover som "appen".

Digitale teknologier udvikler sig og bliver implementeret i flere og flere aktiviteter. Meget af udviklingen har primært været rettet mod sport og træning og i mindre grad direkte mod friluftslivsaktiviteter. Dette har også gjort, at den primære forskning om disse teknologier har fokuseret på sport og træning uden at have friluftslivsaspektet med.

---

<sup>1</sup> (pr. 1.1.2020 sammenlagt til Frisklivssentralen Midt-Telemark).

Nu til dags kan alle der rejser på tur medbringe et trackingdevice, der tillader kommunikation over satellitnetværk. Direkte opdatering af vandringsmandens position deles gennem internettet. Hvilken forandring sker der, når disse teknologier implementeres i flere og flere grene af friluftslivet?

## 1.2 Problemstilling

Denne undren har ledt mig til problemstillingen:

### **Hvad sker, når menneskers møde med natur præges af digital teknologi?**

Jeg ønsker at undersøge dette gennem følgende forskningsspørgsmål:

- Hvordan bliver digital teknologi en integreret del af udendørsaktiviteter?
- Hvordan påvirker Gulltrimmen fysiske udendørsaktivitet?

## 1.3 Valg af forskningsområde

Gulltrimmen er en konkurrence, som er knyttet til Midt-Telemark med *turmål* fordelt i Bø, Lunde og Nome. Turmål er et destinationsforslag, et geografisk punkt som deltageren kan besøge. Siden 2015 har der været en årlig afvikling af Gulltrimmen. Gullbring har valgt at lave forandringer fra år til år og teste forskellige konkurrencestrukturer. Blandt andet har der være forandringer af konkurrencens varighed, tilføjelse/fjernelse af turmål og justering af turmålenes værdier for blot at nævne nogle tilpasninger. Det som kendetegner hovedparten af turmålene er, at de ofte har etablerede stier. Turmålene spreder sig over forskelligt terræn og Gullbring har tilstræbt, at mængden af point afspejler længden på turen. Gulltrimmen var altså en ny tilgang til en velkendt aktivitet; det at gå på tur, hvor trackingteknologier anvendes i aktiviteten. Det har vist sig, at der er en god tilslutning til denne konkurrence og stigende deltagelse år efter år. 2017 var der over 30.000 indtjekninger fra maj til oktober (Gullbring, 2019). Gulltrimmen er et eksempel på, hvordan teknologi bliver brugt i udendørsaktiviteter i naturen.

Det som bl.a. er interessant ved Gulltrimmen er, at brugerne er nødt til at bruge GPS-teknologien for at deltage. I 2017-sæsonen var der 969 registrerede deltagere og frem til maj 2020 31345 registrerede ture på 214 turmål, og der blev totalt indsamlet 2.600.796 point. Hver eneste deltager i Gulltrimmen har registret sig selv og sine

turer. De må altså have en smarttelefon med sig, der har mulighed for at installere Trimpoeng-appen, som har minimumskrav til både hardware og software på smarttelefonen (iBooking AS, 2020).

Siden 2015 og frem til maj 2020 har deltagerne hos Trimpoeng samlet set tjekket 3.000.000 ture ind. Disse indtjekninger er gjort på kryds af alle de forskellige konkurrencer over hele Norge med Trimpoeng som platform (Trimpoeng, 2019). Hvert turmål har en GPS-lokation, denne bruges i det interaktive kort, som er i appen. Når man er logget ind i appen og har valgt, hvilken konkurrence man deltager i, vises en liste over de nærmeste turmål, eller der kan vælges ud fra det interaktive kort i appen. Ved at besøge et af disse turmål kan der "tjekkes ind." For at kunne tjekke ind, skal man altså være inden for en given radius af GPS-positionen, som er knyttet til turmålet. Tjekker du ind, tildeles du den fastsatte mængde point for dette turmål, som er i intervallet 5-300 point. Hver enkelt deltager må altså selv udvælge og besøge turmål, og deltageren er så at sige selvkørende. Det er også op til deltageren selv at vælge, hvordan de når frem til turmålet, og om de vælger at tjekke ind.

Hvordan konkurrencen afvikles, er op til administratorerne, i dette tilfælde Gullbring. I sæsonen 2017 var der en gennemløbende konkurrence fra maj til oktober. Formatet på konkurrencen har varieret hen over de foregående år, men grundmodellen om at indsamle point ved at tjekke ind på turmål har været fælles for alle sæsonerne.

Det er muligt at gå baglæns i sæsonerne ved at besøge den hjemmeside, som blev brugt til konkurrencen den sæson. Her er der en kopi af, hvilken information, der var tilgængelig i appen. Det er denne hjemmeside jeg vil anvende som en del af mit empiriske materiale. I afgrænsning af mit empiriske materiale valgte jeg ved påbegyndelse af dette projekt den senest afviklede sæson, Gulltrimmen 2017 (Gulltrimmen henviser efterfølgende til sæsonen 2017, hvis ikke andet er nævnt).

#### 1.4 Tidligere forskning på feltet

Jeg vil i følgende afsnit give en kort gennemgang noget tidligere forskning på feltet. En rapport udarbejdet for Norsk Friluftsliv, der til dels berører emnet, viser, at der er interesse for dette felt, men samtidigt at dette et relativt nyt område med stor mulighed for videre forskning. Den seneste rapport ser specifikt på sociale medier og motivation.

I masteropgaven *Tjenstedesign som tilgang for å tilrettelegge for naturopplevelser* af Une Nordli og Sigrid Thoresen Sandnes fra 2014, behandles Trondheims Turistforenings arbejde med frivilligt arbejde udført af hyttegæster gennem en analyse og på baggrund af en aktør-netværk-teoretisk tilgang. Projektet omhandler, hvordan der kan skabes mere frivillig indsats i et tjenstedesignperspektiv for at kunne forbedre Trondheims Turistforenings tjenestetilbud. Dette projekt fokuserer på, hvordan folk tager på tur til Trondheim Turistforenings hytter, og hvordan de kan tilføje en ny aktivitet - en frivillig indsats mens man besøger hytten, og hvordan enkelte elementer kan bidrage til dette.

Igennem deres projekt arbejder de med implementering af nye elementer til de ubetjente hytter. Disse artefakter skal lede til nye handlinger hos gæsterne og indbyde til mere frivilligt arbejde. Indføringen af en fysisk anerkendelse af gæsternes indsats skal lede til øget frivillighed (Une Nordli, 2014).

En rapport udarbejdet af Ipsos for Norsk friluftsliv maj 2020 omhandler sociale mediers evne til at inspirere til friluftsliv. Rapporten viser, at 1 av 2 unge i alderen 15-24 motiveres til friluftsliv gennem sociale medier. Denne rapport viser, at de digitale teknologier kan spille en rolle i friluftslivet, og hvordan de sociale medier motiverer. Rapporten har særligt fokus på sociale medier. Da størstedelen af brugerne tilgår de sociale medier gennem deres smarttelefoner, er smarttelefonerne ofte er med på tur. De bruges til at tage billeder og dele opslag fra ture på sociale medier. Det er derfor relevant at se nærmere på, hvordan smarttelefoner og andre digitale teknologier finder plads i friluftslivsaktiviteter (Norsk Friluftsliv, 2020).

Flere trackingteknologier er blevet anvendt med fokus på sundhedsmæssige livsstilsvalg eller ændringer. Artiklen *"My fitbit thinks I can do better!" Do health promoting wearables Technologies support personal autonomy?* Af John Owens og Alan Cribb diskuterer, hvordan trackingteknologier, der anvendes til at fremme en sund livsstil, påvirker brugerens autonomi (Owens & Cribb, 2019). I denne artikel viser de, at trackingteknologier kan bruges i et sundhedsfremmende perspektiv, og de diskuterer, hvordan disse teknologier påvirker brugeren. På nogle områder kan Gulltrimmen ses om et sundhedsfremmende aktivitetstilbud, der udnytter trackingteknologier. Men Gulltrimmen har ikke nogen tracking af deltagerens fysiske præstation.

## 2 Kvantificeret aktivitet og aktør-netværks-teori

### 2.1 Lupton – Kvantificering og selftracking

Deborah Lupton har undersøgt, hvordan digitalisering påvirker sociale relationer, og hvordan såkaldt 'Big Data' påvirker samfundet. Noget af dette arbejde har bl.a. ført til bogen *The Quantified Self* (Lupton, 2017), hvor Lupton beskriver selftracking-fænomenet både i et politisk, socialt og kulturelt perspektiv.

Gulltrimmen kan anskues som et fænomen, hvor både det sociale og digitale mødes i friluftslivet. Ved at knytte Luptons arbejde til aktør-netværks-teorien, opstår der et samspil mellem de to perspektiver, som kan bidrage til at diskutere fænomenet Gulltrimmen. I Gulltrimmen indsamler deltagerne data om egen aktivitet, og de kan derfor med rimelighed anskues som selftrackere velvidende at flere af deltagerne nok ikke vil identificere sig som "selftracker". Luptons begreber kan hjælpe med at kortlægge og forstå trackingaspekterne af Gulltrimmen (Lupton, 2017).

De følgende begreber skal anvendes til at diskutere fænomenet Gulltrimmen.

#### 2.1.1 Kroppens digitale logbog

*Selftracking/personal data* betyder at indsamle data om sig selv for at få en større forståelse om sig selv. Det være sig fysisk præstation, kost eller andre vaner. Den indsamlede data er personlig og har kun til formål at hjælpe individet, og den kan indsamles på mange forskellige aktiviteter. Selftracking havde sine rødder i Silicon Vally og har taget mange former og er konstant under udvikling. Dette skyldes, at brugerne selv er med til at udvikle nye måder at tracke sig selv på og udforske nye områder at samle mere viden om.

Quantifiedself.com er en internetbase, hvor der deles viden og kollektivt udvikles nye metoder til selftracking (About Quantifiedself, 2020). Dette har også betydet, at fænomenet har haft mange forskellige navne, selvom de i grunden er ens. Eksempler kan være lifelogging, quantified self og selftracking.

Det, at selftracking er et socialt fænomen i udgangspunktet, kan synes selvmodsigende (Lupton, 2017, s. 9-16). Men det ligger i kulturen at dele sin data og derved hjælpes ad til at anvende og analysere den på nye måder. Der er skabt et netværk af trackere,

som deler både data og metoder til at indsamle data (About Quantifiedself, 2020; Wolf, 2020).

### 2.1.2 Quantified data - en disciplin

'To quantifi' betyder at kvantificere, og med kvantificerede data henvises der til, at der laves systemer, sådan at det bliver muligt at kvantificere de handlinger, man ønsker at måle. Det kan gøres med stort set alle handlinger og aktiviteter, og det er op til brugeren selv, hvordan denne handling kvantificeres. Som eksempel kan en cykeltur kvantificeres på mange forskellige plan: hvor mange km der er tilbagelagt, hvor mange kalorier der er forbrændt, hvor mange højdemeter der er bestøget osv. Det kan også være mindre traditionelle kvantificeringer såsom, hvor mange gearskift eller hvor mange vejskilte man har passeret. Handlingen knyttes altså til et tal eller en sum. I den rene form af kvantificering foretages der ikke en analyse af disse tal, aktiviteten tilskrives blot den rene værdi. Hvis denne værdi skulle analyseres og vurderes, vil det betegnes som dataficering.

### 2.1.3 Dataficering

*Dataficering* er processen, hvor komplekse handlinger, følelser og forhold gengives gennem digitale data. Ofte når noget kvantificeres, bliver der efterfølgende eller samtidigt dataficeret. Denne data bliver ofte indsamlet og skabt gennem statistiske værktøjer. For at dette kan lade sig gøre, må denne data behandles, og efterbehandlingen er altid med til at forme og påvirke data. Selve dataindsamlingen er også styret af teknologien der anvendes, og denne kan sætte grænser for hvilken data, der kan indsamles. Her er en reel udfordring, siden de fleste kvantificeringer vil være forbundet med en norm, altså en forudindtaget holdning til, hvad der vil være idealværdien (Lupton, 2017, s. 54-57). Hvis vi kvantificerer aktiviteten at cykle, så vil det være forbundet med en bedre præstation at have cyklet længst muligt på kortest tid, og allerede her behandles tallene.

### 2.1.4 Gamificering

*Gamification*, herefter gamificering, betyder implementering af spilfunktioner i aktiviteter. Dette kan gøres i mange forskellige aktiviteter, og et eksempel kan være *Kiwi Plus Sundhedslotteri*. Her kan kunderne vinde hele værdien af eget indkøb. For at deltage, må kunden først udvælge nogle varer ud fra lotteriets regler. Ved kassen må kunden scanne sit medlemskort, som også er et krav for at kunne deltage. Der er altså

tilføjet enkelte "quests" eller opgaver til indkøbet, som vi kender det fra computerspil, hvor spilleren må opfylde nogle krav i hvert segment af et spil for at gennemføre opgaven. På denne måde tilføjes der spilelementer, som hjælper til at motivere til en given handling. I Sundhedslotteriet bliver det altså det at handle en kombination af ferske grøntsager eller frugter samt et fiskeprodukt, og desuden skal man være medlem af Kiwis kundeklub. Gamificering anvendes i mange forskellige former og med mange forskellige hensigter. På andre områder kædes dette sammen med dataficering og deles gennem sociale medier og internetfora (Lupton, 2017, s. 23-27; KIWI.no, 2020). På de sociale medier og fora kan der laves opgaver, mål og lignende som deltagerne kan gennemføre ved at dokumentere deres egen aktivitet. Strava, beskrevet tidligere, er også eksempel på dette.

Den moderne form for tracking, som Lupton omtaler, kræver implementeringen af teknologi. Det er derfor gavnligt at anvende et teoretisk perspektiv, som inkluderer teknologierne og deltagerne på lige fod.

## 2.2 Latour – aktør-netværks-teori

For at kunne besvare mine forskningsspørgsmål og udforske min undren, har jeg valgt at anvende Bruno Latours *aktør-netværks-teori*, da jeg gerne vil komme til en bedre forståelse af det sociale fænomen Gulltrimmen

Bruno Latour (1948) er fransk filosof, antropolog og sociolog. Han advokerer imod moderniteten og for en nedbrydning af grænserne mellem natur og det sociale med sin non-moderne tilgang.

Feltet, teknologier og mennesker, som også dette projekt omhandler, er tidligere blevet behandlet særskilt via disse tilgange. Aktør-netværks-teori har været brugt inden for Science and Technology studies (STS forskning), som er et interdisciplinært forskningsfelt af teknologi og videnskabsstudier (Blok & Jensen, 2009, s. 13).

Et tidligere eksempel på, hvordan aktør-netværks-teori kan anvendes, kan ses hos Anne Gry Gudmundsdotter Sturød i hendes forskningsprojekt omhandlende turisme i Kirgisistan (Sturød, 2019). Sturød vælger at bruge aktør-netværks-teori i sit arbejde med naturbaseret turisme i Kirgisistan som en metode til at analysere og forklare en igangværende proces. Aktør-netværks-teorien kan rumme både mennesker og omgivelserne og derved kan helheden komme frem (Sturød, 2019, s. 30-37). Med mit



fokus på implementeringen af digitale teknologier i friluftslivsaktiviteter – altså en igangværende proces, finder jeg det passende at anvende aktør-netværks-teorien for netop at kunne undersøge og forklare, hvad der er på spil mellem mennesker og omgivelser – og digital teknologi. Hensigten er at kunne sige noget om Gulltrimmen som fænomen og aktivitet.

### 2.2.1 Sociologiens opgave

Latour mener, at sociologiens opgave er at vise, hvordan det sociale skabes. Det gør han ved konsistent at følge aktører og kortlægge deres ageren, og ved at vise, hvordan komplekse netværker opstår i en kompleks verden. Hans analysebegreber kan bruges til at undersøge en udvikling (Blok & Jensen, 2009). Et af Latours centrale spørgsmål er: Hvordan drives udvikling og forandring?

Selvom han er svær at placere i det videnskabsteoretiske landskab, er det meningsfuldt at placere ham under konstruktivisme, amodernisme og relationalisme og systemteori. Han er særlig kendt for sit arbejde med videnskab- og teknologistudier (STS), og for sit arbejde med at udvikle aktør-netværks-teori sammen med Michael Callon og John Law i 1980'erne. Med afsæt i aktør-netværks-teori har han undersøgt, hvordan naturvidenskabelig forskning bliver til (Blok & Jensen, 2009).

For Latour handler hans egen forskning om at udvide fornemmelsen for virkeligheden, at øge respekten for mangfoldigheden af virkeligheder samt at nægte at anerkende at 'virkeligheden' skulle udgøre det sidste endegyldige udsagn. Virkeligheder skabes konstant og genskabes og lader sig praktisere på nye måder. Og derfor bliver aktør-netværks-teori relevant, når det som undersøges er i forandring. Metodisk lægger Latour stor vægt på, at en undersøgelse af et fænomen først og fremmest blot er en beskrivelse af det undersøgte. Latour argumenterer konsistent for, at aktører kan følges og deres ageren kortlægges – og herigennem vise, hvordan det sociale skabes. Det vil være et mål at udpege alle dele af et netværk. Disse kan være både mennesker og genstande. Ifølge Latours aktør-netværks-teori, er det ikke muligt, at et netværk består udelukkende af mennesker (Blok & Jensen, 2009, s. 56).

Latour har flyttet sig fra at have været optaget af specifikke temaer såsom videnskab, til at blive mere optaget af at udvikle en alternativ samfundsteori under overskriften *Aktør-netværks-teori* - selvom disse teorier ikke umiddelbart ligner andre sociologiske teorier men mere en metode.

Latour gør op med det styrende samfund, fordi han mener, at det er netværkene i sig selv, der skaber, former og forandrer sig. Og dermed bliver samfundet en række af forskellige *netværk*, som kan forandre og skabe sig selv. Disse netværk udgør så samfundet og skaber i fællesskab samfundet. Alle aktørerne, humane og non-humane, skaber samfundet og påvirker hinanden. Dette kalder Latour for *fællesskab* og *kollektiv*. Latour snakker om fællesskab i stedet for samfundet (Latour, 2006, s. 23; Blok & Jensen, 2009, s. 158). Gulltrimmen som socialt fænomen kan betragtes som et kollektiv. Derfor bliver Latours begreber som analysebegreber anvendelige for en forståelse af Gulltrimmen.

### 2.2.2 *Associatonssociologien*

*Associatonssociologien* lader forskerne følge aktørerne og finde forbindelserne mellem dem. Derved kan der afdækkes et netværk, hvor aktørernes påvirkning af hinanden beskrives. Det er altså det at afdække *associationer*, som er forskerens opgave. Dette er et opgør med den traditionelle sociologiske videnskabstradition, hvis hovedfokus har været på mennesket og relationerne mellem mennesker. *Associatonssociologien* hører til aktør-netværks-teorien og inddrager andre aktører end blot mennesket (Blok & Jensen, 2009, s. 41).

Med *associationer* henviser Latour ikke til vildtvoksende idéer, men til forbindelser og sammenføjninger. Og man må i den sammenhæng, ifølge Latour, forstå, at mennesker ikke er alene i samfundet. Selvfølgelig udgør menneskelige handlinger, kommunikation, symboler m.v. centrale dele af samfundet, eller rettere af det sociale/kollektive. Men på linje med mennesker er der en række ikke-menneskelige aktører, herunder objekter og teknologier. Et eksempel på dette kan være miljøproblemer som ikke kan diskuteres uafhængigt af, hvordan de skabes gennem f.eks. målinger, risikovurderinger og emissioner, og her spiller teknologiske komponenter og fysiske objekter en aktiv rolle. Latours store fortjeneste er at argumentere konsistent for, hvordan vi kan følge disse aktører og kortlægge deres ageren – og herigennem vise, hvordan det sociale skabes (Blok & Jensen, 2009, s. 15-160).

### 2.2.3 Det sociale

Sociologi om *det sociale* handler om sociale strukturer, social differentiering og social orden – kort sagt: samfundet som et domæne af virkeligheden. Det sociale opfattes som en slags materiale således, at bestemte ting kan være sociale, ligesom bestemte

ting kan være lavet af træ. I Latours associationssociologi findes der ikke et 'socialt stof'. Det sociale betyder simpelthen det, som er forbundet eller *associeret*. Sociologien kan derfor kun beskrive 'det sociale', ved at opspore de konstante bevægelser, eller forbindelserne mellem heterogene elementer. Det sociale er ikke blot menneskeligt fællesskab, det betegner i stedet enhver association mellem aktører. Mere præcis den proces eller bevægelse, hvormed nye typer forbindelser skabes (Blok & Jensen, 2009, s. 156-160). F.eks. kan der skabes nye forbindelser mellem vandrere, vandrestier og sociale medier.

#### 2.2.4 Videnskaben og teknologier skaber natur

"Naturen må anskues som produktet af, ikke som årsag til videnskabelig praksis" (Blok & Jensen, 2009, s. 9). Med dette mener Latour, at videnskaben former og skaber naturen, fordi det vi ved om naturen er fundet ved brug af instrumenter og redskaber. Disse redskaber er altså styrende, og hvis de ikke fandtes, ville naturen heller ikke findes som det naturbegrebet indeholder.

Latour udfordrer altså den binære skelnen mellem natur og teknologi, og han udfordrer vores vante opfattelse af, hvad der skaber hvad. Hans analytiske blik kan anvendes til at undersøge og beskrive, hvad der er på spil i Gulltrimmen, når teknologi inddrages i mødet med naturen.

Samfund og natur genfinder Latour som ét samlet kollektiv. Aktør-netværks-teori er en radikal ontologisk position i videnskaben, som forkaster det normale binære skille mellem kultur og natur, human og non-human. Med dette tages der afstand fra, at hver af disse er grundlæggende, og at de ikke alene bruges til forklaring af hændelser i verden. Han antager ikke, at der er "sociale" kategorier såsom stat, marked og magt, der eksisterer uafhængigt af mennesker. Derfor vil aktør-netværks-teori altid lede efter, hvilke forbindelser der er mellem de forskellige aktører, som indgår i det fænomen der undersøges (Sturød, 2019, s. 30-37; Blok & Jensen, 2009, s. 7).

Begrebet samfund finder Latour ikke længere gavnligt og erstatter det med kollektiv. 'Samfund' indikerer ideen om et stabilt socialt domæne og er derfor for snævert. Associationssociologien udgør et alternativ ved at anvende fællesskab/kollektiv.

Med aktør-netværks-teori ses verden ikke som et produkt af værdier og ideologier, men mere som en proces i konstant udvikling og under konstruktion. Aktør-netværks-teori vil fremhæve de komplekse og snørklede relationer mellem humane og non-

humane aktører, og handlingsmulighederne vil være noget, der skabes i relationerne mellem aktørerne i netværkene.

For at kunne kortlægge hvilke elementer, der er centrale i Gulltrimmen, vil jeg bruge aktør-netværks-teori, da den giver mig mulighed for at inkludere alle typer af elementer, både mennesker og teknologier.

Når jeg i denne opgave anvender aktør-netværks-teori er dette med udgangspunkt i Latours metode for empirisk udforskning af en hybridverden i stadig forandring. Hans analytiske redskaber vil jeg i denne opgave bringe i anvendelse i bearbejdning af min empiri. Min empiri er et udsnit af verden, hvori interaktionen mellem mennesket og teknologien bliver synlig gennem en aktivitet. Aktør-netværks-teori gør det muligt at fremanalysere, hvordan de enkelte elementer af Gulltrimmen som fænomen er i forbindelse med og påvirker hinanden. Derved kan der skabes et billede af, hvordan netværket Gultrimmen fungerer.

#### 2.2.5 Alle aktørerne skal på banen

Ved at inkludere ikke-menneskelige (*non-humane*) aktører i sin teori, fremhæver Latour, hvordan det materielle (ikke-menneskelige) kan have indvirkning på, hvordan et fænomen former sig. Disse ikke-menneskelige aktører dækker så at sige alt, som ikke er menneskeligt; objekter, naturen, teknologi, infrastruktur osv. Aktører deles i humane og non-humane. Ingen aktør er noget i sig selv, men opnår kun sin betydning igennem forbindelser med andre aktører.

En *aktør* identificeres ved en handling, og ud fra teorien kan f.eks. en app eller en sti (et artefakt) også være en aktør. I teorien vendes der om på den gængse forestilling om det individualistiske menneske som et fritænkende og uafhængigt subjekt, da det enkelte menneske må betragtes ud fra de fællesskaber, som mennesket indgår i.

En pointe hos Latour er, at hver enkelt aktør kun kan defineres i en konkret situation ud fra og sammen med andre aktører. Det betyder, at mening og betydning afhænger af konteksten og ikke kan være fikseret og defineret én gang for alle, i tid og rum. Ved at anvende aktørbegrebet vil det være muligt at ordne/identificere de forskellige dele, som udgør Gulltrimmen. Det kunne undersøges, hvilke påvirkninger enkelte aktører kan have på hinanden, og på hvilke måder de er afhængige af hinanden. Det teoretiske afsæt gør det muligt at undersøge Gulltrimmen som et fænomen og inkludere alle de artefakter, som er en del af Gulltrimmen. Det er mit ønske at kunne identificere

tilføjelser og forandringer i relationerne mellem artefakterne og deltagerne. I mine analyser ønsker jeg at kunne identificere aktører og derigennem få indblik i, hvordan fænomenet fungerer og udvikler sig.

#### 2.2.6 Aktører som vokser fra mikro- til makroaktører

De resultater, som skulle komme af et forskningsprojekt, vil blot være aktuelle i en kort tid, hvor det, som er blevet forsket på, er uforandret. Det vil altså ikke kunne sige noget om, hvordan lignende fremtidige eller fortidige fænomener er opstået eller vil opstå, da hvert eneste netværk er unikt. Fælles for alle fænomener er netværk, og at aktørerne har forskellige roller. Når hver enkelt aktør identificeres og aktørens forbindelser beskrives, viser det kun associationerne, men giver ikke forklaring på, hvorfor eller hvordan disse associationer er blevet til (Latour, 2008, s. 302-304; Blok & Jensen, 2009).

Det er et grundspørgsmål, hvordan en aktør udvikler sig fra at være mikroaktør til at være makroaktør. Når dette undersøges, vil det komme frem, at en makroaktør repræsenterer en lang række aktører. Den ene makroaktør kan altså ikke være til uden andre aktører. Denne position er altid i spil, makroaktøren er afhængig af at alle de andre aktører ikke forandrer sig (Blok & Jensen, 2009, s. 181-186). Et eksempel på dette kan være en kaptajn for et amatørhold. Rollen som kaptajn er tildelt af holdkammeraterne, fordi de ser vedkommende som en god repræsentant for dem og han eller hun har nogle taktiske evner eller er en dygtig spiller. Det er kaptajnens rolle at indgå i dialog med dommeren og kaptajnen fra modstanderholdet. I rollen som kaptajn skal vedkommende klare at varetage alle de andre spillere på holdet, så de vil forsætte med at bakke op om valget af kaptajnen. Hvis kaptajnen ikke klarer det, eller at vedkommendes taktiske evner ikke slår til, er rollen igen til forhandling. Er der en anden spiller, der besidder disse evner og klarer at overtale de andre spillere om at han eller hun bør være kaptajn, kan den nuværende kaptajn miste opbakning, og miste positionen som kaptajn og de opgaver, der er knyttet til rollen.

#### 2.2.7 Netværk skabes af aktører

Et andet centralt begreb inden for aktør-netværks-teori, er *netværk*. Netværk skal opfattes som værende heterogent og indeholder derfor ikke kun mennesker, men også ikke-mennesker, og ud fra Latour er det afgørende, at både mennesker og artefakter bliver repræsenteret og inkluderet i analysen. Netværksbegrebet kan bruges til at

afdække, hvordan de forskellige aktører påvirker hinanden og hvilke relationer der er mellem mennesker, teknologier (artefakter) og natur og kultur (Latour, 2006, s. 151).

Netværket forandres og aktørerne er altid i forhandling med hinanden. Dette skaber netværket og styrer, hvordan det fungerer. Aktørerne kan godt indgå i flere forskellige netværk. Samtidigt kan de være repræsentanter for flere aktører eller lade andre aktører repræsentere sig. Det bliver altså afgørende for analysen at identificere aktørerne. Det kan være, at der er aktører, som handler anderledes i Gulltrimmen end andre steder.

### 2.2.8 Moderne eller aldrig moderne?

*Vi har aldrig været moderne*, er titlen på et essay af Latour (Latour, 2006). Men hvad vil det sige at være moderne, og hvorfor mener Latour, vi aldrig har været det?

At være moderne betyder ifølge Latour at skelne mellem kultur og natur. Mellem det menneskelige og det ikke-menneskelige. Det, at være moderne, kræver, ifølge Latour, at der er tydelige grænser mellem natur og kultur. Han har observeret, hvordan videnskabelige fakta er blevet til på et laboratorium, og hvordan den egentlige arbejdsgang var. Nogle af hans observationer tyder på, at dataproduktionen var knyttet tæt til nogle bestemte instrumenter, som var i laboratoriet. I nogle tilfælde har det været teknologier, der har banet vejen for nye opdagelser. Teknologien var en præmis for at denne viden ville blive fundet/fremstillet af forskerne.

Derved blev det synligt for Latour, at videnskaben ikke blot er tilvejebragt af forskerne, men også er afhængig af instrumenterne og teknologien, som altså bliver medskabere af videnskaben og opdagelserne. Det må altså være et samspil mellem de humane aktører - forskerne, og de non-humane aktører - instrumenterne. Derfor mener Latour, at der må etableres et *nyt demokrati*. Et demokrati som tillader både de humane aktører og de non-humane aktører at deltage. Dette syn finder opbakning blandt andet inden for teknologiforskning, men for Latour omhandler det ikke kun teknologi, men også alle non-humane aktører, uanset hvilken form de har. Denne relation og interaktion mellem aktørerne er det, som skaber netværker og skaber virkeligheden (Blok & Jensen, 2009). Med denne skelnen mellem det moderne og det ikke-moderne, bliver det relevant at inddrage samtlige aktører.

### 2.2.9 Translation - en skabelse af hybrider

*Translation* er et kernebegreb hos Latour og beskriver, hvordan forskellige aktører (videre)formidler eller oversætter et budskab eller viden. Et eksempel på dette kan være kostråd, der er skrevet på mælkekartonen. Rådene kommer ikke originalt fra mælkekartonen. Men mælkeproducenten vil gerne forbindes med sundhed og associerer sig derfor med Sundhedsstyrelsen, som har udarbejdet kostråd. Disse råd gentages på mælkekartonen. Ved at afdække translationen, som finder sted mellem aktørerne, vil man få indblik i, hvilke hybrider der er mellem netværkets aktører, og deres roller i netværket vil blive synlige. Afhængig af konteksten bliver begrebet også kaldt hybridisering (skabelsen af en *hybrid*), mediering, cirkulation eller associering, alle begreber har samme grundbetydning men lidt forskellige konnotationer. Jeg vælger at bruge de to begreber translation ved direkte formidling og hybridisering om den proces, hvori en hybrid skabes - fx ved at én "oversætter" for en anden.

Hybriden er en kontrakt som ligger i sameksistens mellem to aktører (Blok & Jensen, 2009, s. 79). Hybrider skabes i og af netværk, og disse hybrider er på den måde et produkt af netværkets aktører. Dette betyder, at hybriden kan være unik for et netværk, og at den er afhængig af netværkets aktører. Aktørerne kan skabe nye hybrider, hvis der f.eks. kommer nye aktører ind i netværket eller nogle aktører forlader netværket.

De strukturelle omgivelser er med til at påvirke, hvordan aktøren handler. Disse strukturelle omgivelser kan være skabt bevidst for at rammesætte nogle aktører, men aktørerne kan også forme og påvirke omgivelserne og bryde med den rolle, som aktøren var tiltænkt. Disse omgivelser kan både være konkrete fysiske rammer såsom skolebygninger, men også diskurser kan danne strukturelle rammer. Begge disse er med til at påvirke og forme aktørerne. Dette betyder, at de strukturelle omgivelser er dynamiske og vil være i forandring afhængig af hvem eller hvad, der er til stede (Blok & Jensen, 2009, s. 82).

### 2.2.10 Anvendelsen af aktør-netværk-teori

Ved at bruge Latours aktør-netværk-teori vil jeg undersøge, hvordan det sociale skabes. Med det sociale henvises der til Gulltrimmen som et socialt fænomen, som har flere forskellige aktive aktører, der handler i flere netværk. Kan jeg følge aktørerne i mit materiale og deres ageren og kortlægge dem og herigennem vise, hvordan det

socialt fænomen skabes? Jeg ønsker at bruge aktør-netværks-teori til at undersøge, hvordan de forskellige aktører indgår i nye netværk, som tilsammen udgør Gulltrimmen. Det vil være muligt at analysere frem, hvordan nogle aktører i netværkene er centrale for, hvordan netværkene fungerer. Ved at kunne isolere nogle aktører i mindre netværk, kan det måske være muligt at beskrive, hvordan disse påvirker hinanden, og hvordan de er med til at skabe det større netværk og de eventuelle forandringer, som er fremkommet som følge af enkelte tilføjelser.

#### 2.2.11 Præciserede forskningsspørgsmål

På denne baggrund har jeg valgt at stille mig selv følgende præciserende spørgsmål:

- Hvilke netværk skabes i Gulltrimmen?
- Hvilke hybrider består Gulltrimmen af, og hvordan viser disse sig?
- Hvordan har etableringen af disse netværk ført til forandringer omkring turoplevelsen?



### 3 Kvantitativ metode suppleret med kvalitativ metode

For at finde svar på problemstillingen er det hensigtsmæssigt at anvende aktør-netværks-teori som analyseværktøj. Ved at anvende Latours begreber på appens tekst vil det være muligt at belyse centrale dele af fænomenet. I kombination med begreber fra Luptons teori om *The Quantified Self*, vil aktør-netværks-teoriens begreber kunne danne teoretisk udgangspunkt for en dybere forståelse af fænomenet.

Mit empiriske materiale består af to elementer, hvoraf konkurrencen Gulltrimmen 2017, som den er beskrevet og formidlet i appen Trimpoeng, er den ene del.

Jeg har tilgået denne tekst gennem hjemmesiden

<http://www.trimpoeng.no/i/gulltrimmen2017/>.

Til forskel fra sæson 2019 har sæson 2017 samme indhold i appen som på hjemmesiden for konkurrencen. Dette materiale er suppleret af min spørgeskemaundersøgelse. Besvarelsene af spørgeskemaerne udgør den anden del af min empiri.

Jeg har valgt at gennemføre en bred spørgeundersøgelse for at indfange så mange former for deltagelse som muligt. Da jeg af egen erfaring og samtaler med bekendte har hørt dem fortælle om, hvordan de deltager, har jeg noteret mig, at der er stor variation i måden de bruger konkurrencen på. Da der var mange deltagere<sup>2</sup> i konkurrencen, ville der også være god mulighed for at anmode mange om at deltage i spørgeundersøgelsen.

Med den kvantitative undersøgelsesmetode i form af et standardiseret spørgeskema med låste spørgsmål og faste svaralternativer, er det hensigten at kortlægge deltagelsen i Gulltrimmen og deltagernes baggrund og anvendelse af appen. Jeg søger viden, som er repræsentativ for de forhold, der beskrives i appens tekst. Den data spørgeskemaet frembringer, er struktureret og statistisk. Jeg søger viden om, hvordan og hvorfor Gulltrimmen-appen anvendes, og om hvordan deltagerne deltager i Gulltrimmen 2017.

---

<sup>2</sup> 969 registrerede deltagere i Gulltrimmen 2017

Den kvantitative undersøgelse hjælper mig med at besvare brede spørgsmål i relation til, hvem der deltager, hvor de kommer fra samt hvilken uddannelse og alder de har. Formålet med at lave et spørgeskema med en række grundspørgsmål var at kunne søge efter mønstre blandt typen af deltagere på tværs af forskellige konkurrencer eller aktivitetstilbud. Der var intention om sideløbende at forske på, hvordan Gulltrimmen som fænomen motiverer deltageren, hvem som vælger at deltage, og hvordan sådanne konkurrencer har indflydelse på folkesundhed (Akselberg, 2018).

Jeg valgte at tilføje enkelte åbne spørgsmål i spørgeskemaet, hvilket resulterede i kvalitativt materiale. Således afsluttes spørgeskemaet med: "Andre ting du ønsker å kommentere med Gulltrimmen?" Hensigten var at opnå en dybere forståelse af de forhold, som interviewpersonerne hver især finder relevant eller interessant at udtale sig om. Hver deltager har sine erfaringer fra deltagelsen og derfor ville hvert enkelt svar være med til at skabe et mere nuanceret billede af konkurrencen, hvordan denne afvikles, og hvordan deltagelsen oplevedes fra et individperspektiv.

Den kvalitative del af undersøgelsen giver mulighed for, at jeg kan indsamle detaljerede oplysninger om emnet og få øje på problemer eller muligheder og derved få grundlaget for efterfølgende dybere analyser.

Jeg lader de kvalitative og kvantitative data supplere hinanden. Med den kvantitative metode indsamler jeg statistik og tal som grundlag for at forstå et bredt fænomen som Gulltrimmen. Men det er ufuldendt uden de oplysninger, som personerne i øvrigt kan give mig om deres deltagelse i Gulltrimmen. Besvarelsene på det åbne spørgsmål er med til at give tallene mening. Jeg vælger kun at have enkelte felter med åbne svar, som er knyttet til respondentens tidligere svar, da jeg vurderer, at respondenter ikke altid har tålmodighed til at reflektere over det de bliver spurgt om og skrive lange svar. Det er hurtigere at vælge et af de færdige svarmuligheder i et spørgeskema.

### 3.1 Adgang til feltet

Min vejleder Per Ingvar Haukeland var interesseret i at lave et forskningsprojekt om appen "Trimpoeng", som er appen der bliver brugt til Gulltrimmen og andre lignende aktivitetstilbud rundt om i landet. Forskningsprojektet om Gulltrimmen skulle altså være pilotprojektet. Årsagen til dette er, at det er interessant at forske på, om aktivitetstilbud, som ligner Gulltrimmen, også har samme høje tilslutning. Fælles for

disse tilbud er, at deltageren er selvstyrende og anvender en app eller anden digital teknologi i kombination med fysisk aktivitet udendørs (Akselberg, Pilotforskning på Gulltrimmen, 2018).

Da Gullbring er arrangør af Gulltrimmen, ville de være en naturlig samarbejdspartner i dette projekt. De indvilligede i et møde i midten af april 2018. De udtrykte en interesse for projektet og ønskede at samarbejde om udsendelse af spørgeskema. Vi aftalte, at de kunne komme med indspil til spørgeskemaet, og at de ville få den færdige rapport. Det fremgik af mødet, at de havde kontakt til alle deltagerne fra den foregående sæson 2017. Deltagerantallet fra 2017 var på over 900 registrerede deltagere. Alle disse havde Gullbring mulighed for at distribuere spørgeskemaer til. Gulltrimmen havde i foråret 2018 haft tre tidligere sæsoner, og disse havde haft stor opbakning med øget deltagertal sæson for sæson (Akselberg, 2018).

Jeg tog kontakt til lokalavisen Bø blad med henblik på at informere om det kommende forskningsprojekt. Dette ledte til artiklen *"Pilotforskning på Gulltrimmen"*, som kunne skabe fokus på, at vi ville sende et spørgeskema ud. Forhåbentligvis kunne artiklen være med til at øge antallet af respondenter. Desværre lykkedes strategien ikke optimalt, idet udsendelsen af spørgeskemaerne blev udskudt, fordi det i efteråret 2018 viste sig, at Gullbring var i økonomiske problemer. Gullbring valgte at fokusere på dette, og forskningsprojektet kom i anden række (Nesje, 2017; Andresen, 2018). Da Gullbring havde kontaklinformationerne på de tidligere deltagere, blev hele projektet sat på standby.

### 3.2 Udvalgelse af respondenter

Ved at kunne sende spørgeskemaer til alle de mailadresser, som var registreret hos Gullbring, ville det være muligt at spørge alle tidligere deltagere om de ville besvare spørgeundersøgelsen, uanset hvilket aktivitetsniveau de havde haft i konkurrencen. Hensigten var at få et repræsentativt udsnit af deltagerenes oplevelse af at deltage i Gulltrimmen. Efter at have gennemgået resultatlisten fra 2017, var det tydeligt, at der var stor variation i, hvor aktive deltagerne havde været. Der var 778 deltagere, som havde registreret sig, og ud af disse kan det fremhæves, at der var 297 som blot har haft én eller ingen indtjekninger (Gullbring, 2019). Det svarer til 35.8% af deltagerne. Men dermed er det ikke sikkert, at denne gruppe ikke gør brug af appen eller nogle af de muligheder, som er knyttet til den. Det er muligt at få inspiration eller forslag til

ture uden at vælge at tjekke ind. Disse deltageres svar vil være lige så vigtige for at få et helt billede af Gulltrimmen.

### 3.3 Godkendelse fra Norsk Senter for Forskningsdata

Da projektet begyndte at tage form, og det var afklaret, hvordan undersøgelsen skulle gennemføres, indsendte jeg det til godkendelse hos Norsk Senter for Forskningsdata (Her efter NSD) (Se vedlæg nr. 2). Deltagerne ville blive anonymiseret, og det ville ikke være muligt for mig at få adgang til kontaktoplysninger. Spørgeskemaet ville blive distribueret ved hjælp af et direkte link, og selve spørgeskemaet ville ikke indeholde personfølsomme spørgsmål. Desuden ville forbindelsen mellem e-mail til deltagerne og besvarelsen blive anonymiseret gennem Nettskjema. Projektet blev godkendt af NSD 3.jul 2018.

Midt i denne proces kom der en ny personværnsløvgivning, General Data Protection Regulation (fremover:GDPR). Dette blev effektueret hurtigt og skabte en del forvirring både hos Gullbring og på Universitet Sørøst-Norge (fremover USN). GDPR er et en personværnsløvs (på dansk: persondatalov), som blev vedtaget i EU. Loven stillede nye krav til opbevaring af personfølsomme data. Dette krævede store forandringer i organisationers praksis og sortering i den data de havde (GDPR FAQs, 2019; Annette Birkeland, 2018).

Gullbring ønskede, forståeligt nok, ikke at der var nogen risiko for, at de blev pålagt bøde. Dette resulterede i, at Gullbring blev tilbageholdne og ikke ønskede at sende link direkte gennem appen til tidligere deltagere. Dette skyldes, at der på daværende tidspunkt var en del uvished om, hvordan loven skulle tolkes. Udfaldet blev, at Gullbring sendte en e-mail til tidligere deltagere, hvori de skulle respondere positivt før et link til spørgeskemaet blev sendt. Da der blot var 57 som responderede positivt, var det kun disse, som modtog link til spørgeskemaet.

I forbindelse med GDPR-tiltaget var det nødvendigt at få afklaret, hvordan Nettskjema forholdt sig til loven, og hvordan spørgeskema samt svar ville blive lagret. Dette bremsede hele processen. I løbet af sommeren fik jeg erfaring med Nettskjema og i begyndelsen af oktober var det første udkast til et spørgeskema klar. Jeg fremlagde dette for mine vejledere og gav dem mulighed for at tilføje spørgsmål.

### 3.4 Udvikling af spørgeskema

Spørgeskemaerne er udarbejdet i samarbejde med anerkendte forskere indenfor feltet friluftsliv; underviser Tommy Langseth og underviser Per Ingvar (Høgskolen i Sørøst-Norge, Fakultet for humaniora, Idretts- og Utdanningsvitenskap).

Spørgeskemaet og dets kategorier og inddeling tager sit udspring i min grundlæggende forskningsmæssige interesse; mødet mellem mennesker, natur og teknologi.

Projektet skulle være et pilotprojekt for en større kvantitativ undersøgelse om lignende aktiviteter på landsplan. For at kunne sammenligne disse og andre lokale undersøgelser, blev der stillet generelle demografiske spørgsmål om: deltagelse, deltageres baggrund og deres anvendelse af appen (Akselberg, 2018).

USN havde indgået aftale med UIO om brug af deres program, Nettskjema, til udarbejdelse af spørgeskema. Dette program var ikke kendt af nogle mine vejledere, så jeg måtte oparbejde kendskab til dette program gennem de online vejledninger, som var tilgængelig og support udbudt fra OIU, som skal have en stor tak for tålmodighed og hjælpsomhed. Jeg udarbejdede et spørgeskema og testede de forskellige muligheder i skemaet for at få kendskab til, hvordan programmet fungerede.

Al data som er knyttet til dette projekt, er lagret på USN's digitale platforme. Dette er gældende for både besvarelsene og spørgeskemaet både før, under og efter undersøgelsen. Denne procedure skal sikre, at den personfølsomme data altid er gemt og opbevaret jf. retningslinjerne for personværn fra NSD og USN.

Til udarbejdelse af spørgeskemaets opbygning er der hentet inspiration fra spørgeskemaer udarbejdet af Statistik Sentralbyrås (herefter SSB) typiske kategorier. Dette skulle gøre det muligt at sammenligne deltagerens svar med tidligere undersøgelser gjort af SSB med det formål at kunne tegne et billede af, hvilke borgere aktivitets-tilbuddet appellerede til. Dette var spørgsmål, som skulle kunne give indblik i, hvem deltagerne var i Gulltrimmen 2017. De syv første spørgsmål omhandler deltagerens køn, alder, uddannelse og bopæl. På baggrund af tematikken i det nævnte større (nationale) forskningsprojekt, spørges der under kategorien 'baggrund', til demografiske faktorer som alder, køn, bopæl, uddannelse, indkomst og erhverv samt størrelse på husstand.

Det samme gælder kategorien 'deltagelse i Gulltrimmen', hvor der søges indblik i individuel udvikling i fysisk aktivitet hen over tid. Min nysgerrighed går på, om Gulltrimmen kan have været med til at ændre deltageres vaner omkring, hvordan de går ture.

De efterfølgende spørgsmål omhandler deltagerens fysiske aktivitet både før og efter deres deltagelse. Spørgsmålene omhandler al træning og aktivitet uafhængigt af Gulltrimmen. Her spørges der også til, hvilke faktorer der har betydning for deres deltagelse. Besvarelsen gives i en matrice, som vist i figur 3.

**I hvor stor grad er du enig i følgende utsagn?**

	I stor grad	I noe grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Vet ikke
Jeg opplever at jeg deltar i en konkurranse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er viktig for meg å kjenne andre som deltar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gulltrimmen har stor betydning for at jeg går generelt mer på tur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg planlegger turene slik at jeg kan samle flest mulig poeng	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg går gjerne en ekstra tur for å gå forbi noen på poenglista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Plasseringen på lista gjenspeiler den innsatsen en legger ned	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Figur 3 spørsmålsmatrise

Næste spørsmålssesjon omhandler de mål, som deltagerne har knyttet til deres deltagelse i Gulltrimmen.

Da konkurransen bruker sociale medier til deling af billeder og kommunikation med deltagerne, er det relevant at undersøge, hvordan deltagerne bruker sociale medier. Den efterfølgende sesjon har altså primært fokus på, hvordan deltagerne bruker disse plattformer sammen med konkurransen.

Spørreskemaet er også udarbejdet med inspiration fra appen og beskrivelsen af konkurransen Gulltrimmen 2017. Jeg valgte at anvende begreber, som deltagerne var kendt med fra appen i udformningen af spørgsmålene.

### 3.5 Distribution og besvarelse af spørgeskema

Efter spørgeskemaet var sendt ud, henvendte en af respondenterne sig via e-mail. Vedkommende havde observeret, at der var risiko for dubletter, da det var muligt at besvare spørgeskemaet flere gange - og derved risiko for forkerte udfald af spørgeundersøgelsen. Henvendelsen blev besvaret. Pointeringen var helt korrekt, men jeg mener, det var en forsvarlig vurdering at publicere spørgeskemaet på et link, hvor til alle i princippet ville have tilgang, fordi det kun ville være tidligere deltagere, som havde accepteret invitationen, som fik linket tilsendt. Det åbne link gjorde det desuden muligt at tilgå spørgeskemaet uden at skulle registrere persondata eller oprette log-ind-funktioner, hvilket lettede tilgangen og forhåbentlig var med til at øge antallet af besvarelser.

Risikoen for dubletter har jeg forsøgt at omgå ved at tjekke alle svar og dermed sortere dubletter fra. Det formodes at være usandsynligt, at der skulle opstå dubletter, idet den valgte distributionsmetode, hvor alle respondenter skulle bekræfte ønsket om deltagelse i spørgeundersøgelsen, skulle kunne hindre dette.

Havde det været muligt at sende linket ud via konkurrence-appen, havde det muligvis også kunnet lettet tilgængeligheden og dermed øge antallet af besvarelser. Deltagerne ville da få besked på deres smarttelefon og blot med ét enkelt klik ville de kunne påbegynde deres besvarelse.

### 3.6 Min forforståelse

Som aktiv friluftslivsentusiast har jeg dyrket forskellige grene af friluftslivet og har altid forbundet friluftslivet med naturfokuserede oplevelser som kontrast til hverdagen i København. Efter et år på folkehøjskole i Norge, blev intervallet mellem ture kortere og både kajak- cykel- ski- og vandretur blev ferieindhold. Overnatningerne var primært i telt. På disse ture blev smarttelefonerne hjemme, og det var først senere at GPS-enheder blev medbragt. Dette gav en oplevelse af afkobling fra den digitale hverdag. Turen blev ikke dataficeret, da det var ikke et fokus på disse ture. Logning af data har for mig altid være forbundet mere med træning end tur.

Før jeg begyndte at undersøge dette felt, var det min forforståelse – eller fordom, at der ville være en større tilbøjelighed blandt mænd end blandt kvinder til at ville tracke

fysisk aktivitet og til være aktive i miljøer, hvor sammenligningen af data og præstation er centrale. Forforståelsen er farvet af min egen baggrund som cykelentusiast og sælger af aktivitets-ure i en friluftsboutik.

Jeg har i en periode anvendt GPS-ur med flere forskellige trackingfunktioner. For at kunne anvende disse funktioner, måtte jeg registrere mig og bruge et onlinebaseret forum. Herigennem fik jeg erfaring med nogle dele af trackingkulturen, og hvordan data deles, indsamles, sammenlignes etc. Jeg er derfor kendt med andre sociale fora som anvender trackingteknologier.

Efter at have stiftet bekendtskab med konkurrencen og appen fik jeg indtryk af, at Gulltrimmen afviger fra andre konkurrencer og online trackingfora. Blandt andet det, at det som udløser point, ikke har en direkte kobling til deltagerens fysiske form eller evne. Dette skyldes, at der gives point ved indtjekning. Der er ikke krav til fremkomstmethode eller hastighed. Der er ikke noget som "afslører" noget om deltageren. Dette giver en noget anderledes konkurrence og anden appel til forskellige deltagere.

Denne forforståelse vil have påvirket mit valg af empiri samt have betydning for, hvordan jeg har tilnærmet mig den anvendte teori.

### 3.7 Validiteten og reliabilitet

Eftersom udvælgelsen af informanter måtte skifte fra klyngeudvælgelse til selvselektion, påvirkede det antallet og måske typen af respondenter. Når der at tale om informanter, som melder sig selv til en undersøgelse, vil der ofte være en overvægt engageret informanter (Grønmo, 2004, s. 113-118). I dette tilfælde er det nok meget sandsynligt, da deltagerne først skulle respondere positivt på invitationen for dernæst at afvente og tilgå linket for til slut at besvare spørgeskemaet. Dette kan have forårsaget, at ikke mere end 57 af 969 svarede positivt på at modtage spørgeskemaet. Det var 27, der endte med at besvare spørgeskemaet.

De 27 besvarelser kan ikke repræsentere samtlige deltagere af Gulltrimmen 2017, men deres besvarelser er dog stadig en kilde til viden om det levede liv, hvor menneske, teknologi og natur mødes.



## 4 Præsentation og analyse

Besvarelsene vil blive præsenteret i samme rækkefølge som de fremgik i spørgeskemaundersøgelsen. Nogle af besvarelsene er blevet slået sammen, da de sammen kan give en bedre fremstilling af besvarelsene.

For at have bedst mulig gennemsikuelighed, har jeg valgt ikke at angive besvarelsene i procent. Nogle af spørgsmålene har krævet et positivt svar på tidligere spørgsmål, og dette har betydet, at det totale antal besvarelser varierer. Et eksempel på dette kan være: Har du sat dig mål for din deltagelse? Besvares der nej, vil respondenterne ikke få den efterfølgende serie af spørgsmål, der omhandler mål. Derfor vil antallet af respondenter af disse spørgsmål være lavere end det totale antal respondenter. Angives besvarelsene i procent, vil hvert enkelt svar give et relativt stort udsving og dermed et ukorrekt billede.

Følgende afsnit inddeles med overskrifter, der henviser til spørgeskemaet. Disse overskrifter er sammenfatninger af inddelinger i spørgeskemaet.

### 4.1 Information om deltagerne

*Baggrundsinformation om deltagerne i Gulltrimmen 2017.*

<b>Alder</b>	23/27 er i alderen 30-59år. Ingen af dem, som har valgt at deltage i spørgeundersøgelsen, er under 30 år. Størstedelen (14/27) af de adspurgte er i aldersgruppen 50-59.
<b>Køn</b>	Der er en overvægt af kvindelige respondenter 19/27.
<b>Uddannelse/ indtægt</b>	20/27 har en kort eller længere videregående uddannelse.
<b>Husstandsstørrelse</b>	Det er blot 4/27 som bor alene, størstedelen af de adspurgte lever sammen med en anden eller flere andre (23/27).

*Figur 4 baggrund*

Med godt 27 informanter er besvarelsene ikke repræsentative for deltagerne af Gulltrimmen men kan være med til at give en baggrund for de senere besvarelser. Hvis der havde været et større antal besvarelser, ville besvarelsene kunne have givet en indikation af, om deltagere i Gulltrimmen har nogle særlige baggrundstræk til fælles.

*Deltagelse i andre sæsoner af Gulltrimmen:*

Sæson	2015	2016	2017	2018
Deltagere	9/27	18/27	27/27	23/27

Figur 5 Deltagelse i Gulltrimmen

En stor del af deltagerne i Gulltrimmen 2017 har både deltaget i 2016 og i 2018. Dette viser, at nogle vælger at deltage i flere sæsoner, samtidigt er der fire som vælger ikke at deltage i 2018. Udvælgelseskriteriet har været, at informanten var deltager i Gulltrimmen 2017. Men informanten har selv måttet melde sig til spørgeundersøgelsen af to omgange. Dette kan have resulteret i, at der er en overvægt af dedikerede Gulltrimmen-deltagere.

*Aktivitet i Gulltrimmen 2017 og 2018:*

N=23	Antal besvarelser
Mere aktiv eller omtrent like aktiv	14
Mindre aktiv	9

Figur 6 Aktivitet i 2018

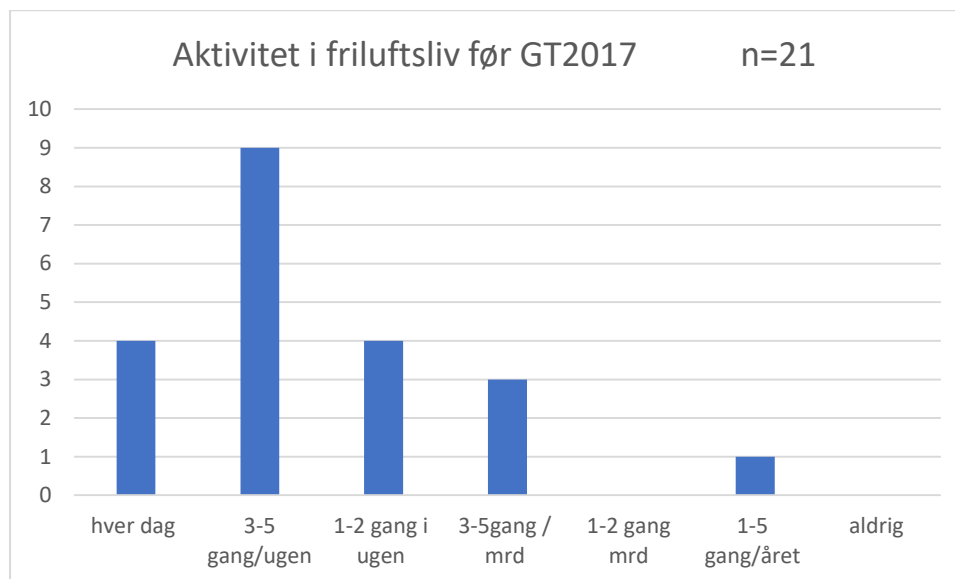
14/23 var mere eller lige så aktive i 2018, som de var i 2017. Blandt dem, som vælger at deltage i Gulltrimmen 2018, er størstedelen mindst lige så aktive, som de var i 2017.

Alle dem, som har valgt at besvare invitationen til spørgeskemaet, har været relativt aktive i Gulltrimmen 2017 med mere end 16 indtjekninger. Sammenholdes dette med pointlisten for Gulltrimmen 2017, så placerer det de adspurgte blandt dem med flest indtjekninger. Dette kan måske tyde på, at de, som har valgt at deltage i spørgeundersøgelsen, alle er fra samme 'deltagergruppe', og måske ikke repræsenterer det bredere udsnit af deltagerne.

Af de adspurgte var der 3/27, som er aktive i organiseret idræt. 21/27 er aktive med generelt friluftsliv og 8/27 træner i træningscenter. For at få en bedre forståelse for, hvordan deltagernes friluftslivsaktivitet måske var påvirket af deres deltagelse i Gulltrimmen, blev der efterfølgende spurgt til, hvor aktive de havde været med friluftsliv før og efter deres deltagelse i Gulltrimmen 2017.

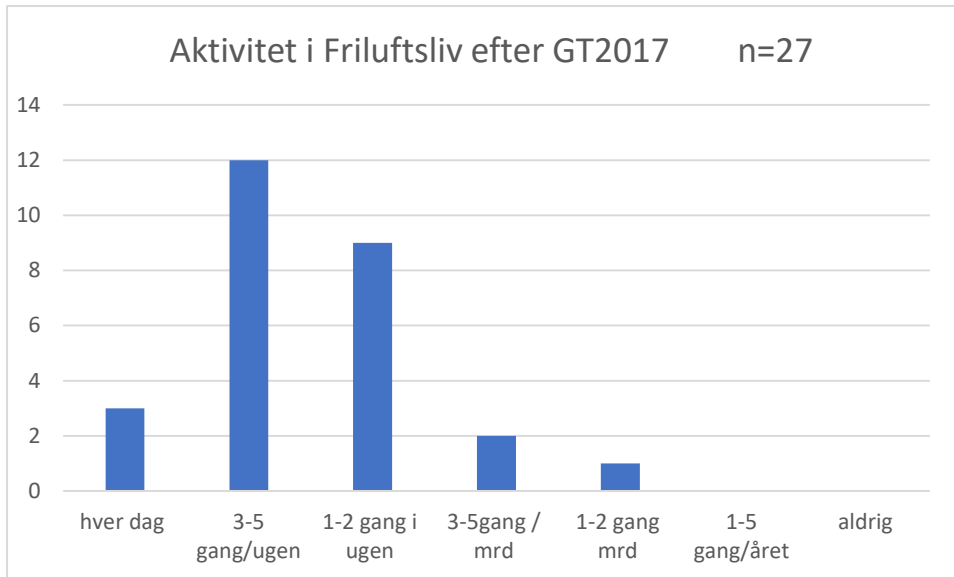
## 4.2 Fritidsaktivitet og friluftsliv

*Gulltrimmens deltageres aktivitet i friluftsliv før og efter Gulltrimmen 2017: n= 21*



*Figur 7 Aktivitet i friluftsliv før GT2017*

8/21 var aktive med friluftsliv 1-2 gange om ugen eller mindre før Gulltrimmen 2017. Friluftsliv var ikke en del af deres daglige rutine. For 13/21 var friluftsliv en del af deres hverdag, da de var aktive med friluftsliv 3-5 gange om ugen.



Figur 8 Aktivitet i friluftsliv efter GT2017

Da der er 27 besvarelser, vil blot en enkelt, som har ændret sin aktivitet vise et relativt stort udslag. Dog er det sket en generel forflytning mod mere aktivitet. Alle deltagere er mere aktive end 1-2 gang om måneden. Og størstedelen, 24/27, aktive med friluftsliv 1 eller flere gange i løbet af en uge. I besvarelsen er der 21 besvarelser om aktivitet før Gulltrimmen og 27 besvarelser om efter. Dette skyldes at før-spørgsmålet kun er givet til dem, som har sagt at de er aktive med friluftsliv og efter-spørgsmålet er stillet til samtlige informanter. Heri ligger en fejkilde som gør, at før- og efterbilledet ikke er så klart som ønsket.

*Kombinerer du Gulltrimmen med træningsstudio eller anden type tilrettelagt træning?*

17/27 af de adspurgte bruger ikke træningscenter eller anden tilrettelagt træning. Der er 10/27, som bruger træningscenter eller tilrettelagt træning. Af dem som bruger tilrettelagt træning, siger 4/10 at de har øget deres brug af tilrettelagt træning. De resterende har samme træningsniveau som før Gulltrimmen 2017. Hvis dette billede var generelt for Gulltrimmens deltagere, ville Gullbring have lykket med at motivere til øget forbrug af de træningstilbud, som de tilbyder. Dette var blandt en af Gullbrings hensigter, da de lancerede Gulltrimmen.

*Går du alene på tur / går du på tur sammen med andre?*

Ordlyden i spørgsmålene er misvisende og har resulteret i upræcise svar. Jeg vælger derfor ikke at inddrage disse<sup>3</sup>.

*Har du sat dig mål?*

17/27 af de adspurgte har sagt sig mål for deres deltagelse, og ser vi lidt nærmere på, hvilke mål de har sat sig, så har 8/17 sat mål, som kan knyttes til andre deltagere. Altså noget i forhold til rangeringen eller sammenligningen med andre deltagere på en eller anden vis. 9/17 har sat sig mål, som primært vedrører dem selv. Dette kan evt. være et personligt mål om at nå x antal poster. Størstedelen af dem, som har sat sig mål for egen deltagelse, har sat "private" mål. 16/17 mål er knyttet til kvantitative mål på den ene eller anden måde, det kan være at opnå en bestemt placering, pointsum, antal besøgte poster etc. 9/17 justerede deres mål op eller ned eller tilføjede yderligere mål til deres oprindelige mål. 7/17 satte mål som passede til dem gennem hele konkurrencens forløb. 5/17 klarede ikke sine mål, hvor 2/17 gik bort fra sine originale mål. De resterende 12/17 gennemførte eller bedrede deres mål. Størstedelen af informanterne har valgt at sætte sig mål for deres deltagelse. Her må det nævnes, at informanterne sandsynligvis har været blandt de mest aktive deltagere i Gulltrimmen og dette nok har præget, at der er så stor en andel, som har sat mål og opnået disse for deres deltagelse.

---

<sup>3</sup> Se vedlæg nr 4

### 4.3 Konkurrence/sociale medier/teknologi

#### *Deltagernes brug af sociale medier.*

I skemaet herunder vises deltagerens brug af sociale medier.

	<b>Aldrig</b>	<b>Nogle gange</b>	<b>Ofte</b>	<b>Som regel</b>
<b>Deler du dine indtjekninger på sociale medier?</b>	17	9	1	0
<b>Deler du billeder fra dine ture på sociale medier?</b>	9	15	1	1
<b>Hvor ofte tror du andre deler sine turoplevelser på sociale medier</b>	0	18	9	0

*Figur 9 Brug af Sociale medier*

Størstedelen af de adspurgte giver udtryk for, at de aldrig deler deres indtjekninger på sociale medier. Blot en enkel siger, at han/hun deler sine indtjekninger ofte.

Der tegner sig cirka samme billede, når spørgsmålet gælder billeder, selvom der er markant flere, som deler billeder "ofte" end deltagere som deler indtjekninger "ofte". Det som er værd at notere er, at når der spørges til om andre deler indtjekninger, er forventningen at det enten gøres "ofte" eller "nogle gange." Der er altså en afvigelse mellem egen handling, og hvad man forventer andre gør.

*Deltagelsen i Gulltrimmen*

	<b>I stor grad/i noen grad</b>	<b>I liten grad/ Ikke i det hele tatt</b>	<b>Vet ikke</b>
<b>Jeg opplever at jeg deltar i en konkurranse</b>	18	9	0
<b>Det er viktig for meg å kjenne andre som deltar</b>	6	21	0
<b>Gulltrimmen har stor betydning for at jeg går generelt mer på tur</b>	22	5	0
<b>Jeg planlegger turene slik at jeg kan samle flest mulig poeng</b>	20	7	0
<b>Jeg går gjerne en ekstra tur for å gå forbi noen på poenglista</b>	14	13	0
<b>Plasseringen på lista gjenspeiler den innsatsen en legger ned</b>	21	5	1

*Figur 10 Deltagelse i Gulltrimmen*

11/27 af deltagerne oplever ikke, eller i lille grad, at de deltager i en konkurrence på trods af at deltagerne rangeres efter, hvor mange point de har indsamlet. 21/27 af deltagerne finder det "i liten grad" eller "ikke i det hele tatt" vigtigt at kende andre deltagere. Hele 22/27 af de adspurgte giver udtryk for, at Gulltrimmen har indflydelse på at de går mere på tur. 19/27 vil tilrettelægge deres tur efter at få flest mulige point. Hele 14/27 ville have gået en ekstra tur, hvis det ville betyde, at de passerede andre på listen. 21/27 er enige eller delvis enige i, at rangeringen på listen afspejler, hvilken indsats deltageren har lagt i konkurrencen.

*Deltagernes brug af teknologi, i og udenom Gulltrimmen.*

	<b>Opptil flere ganger Daglig</b>	<b>Opptil flere ganger ukentlig</b>	<b>Opptil flere ganger månedlig</b>	<b>Sjeldnere</b>	<b>Ikke aktuelt</b>
<b>Hvor ofte bruker du Gulltrimmen Appen?</b>	7	17	2	1	0
<b>Hvor ofte sjekker du din/andres plassering i konkurransen?</b>	3	10	8	4	2
<b>Hvor ofte sjekker du Facebook?</b>	16	2	2	3	4
<b>Hvor ofte poster eller kommenterer du på oppslag på Facebook?</b>	2	5	8	6	6
<b>Hvor ofte sjekker du Instagram?</b>	3	5	2	2	15
<b>Hvor ofte poster eller kommenterer du bilder på Instagram?</b>	0	3	1	8	14

*Figur 11 Bruken af teknologi*

23/27 har brukt Trimpoeng-appen mindst en gang ugentlig, og 7/27 bruker appen daglig. Flere av deltagerne bruker altså appen oftere end de går på tur. De bruker



blandt andet appen til at tjekke egen eller andres placering på ranglisten. For i løbet af en uge vil 10/27 have tjekket sin egen eller andres placering i konkurrencen mindst en gang. 18/27 vil også have tjekket Facebook en eller flere gange i løbet af samme uge. Der er 14/27 som kommenterer eller poster opslag på Facebook, sjældnere end en gang om måneden eller slet ikke.

Det kan antages, at 15/27 ikke er brugere af Instagram. 9/27 kommenterer eller poster opslag på Instagram en gang i måneden eller sjældnere.

*Deltagerens oplevelse og anvendelse af teknologi.*

	<b>Veldig enig/Enig/Delvis enig</b>	<b>Ikke enig</b>	<b>Vet ikke</b>
<b>Jeg føler meg sikker på teknologi i hverdagen</b>	25	1	1
<b>Jeg oplever at teknologi kan stjele oppmerksomhet fra andre aktiviteter</b>	25	1	1
<b>Jeg holder meg oppdatert på ny teknologi</b>	23	3	1
<b>Teknologi bidrar positivt til de fysiske aktivitetene jeg driver med</b>	22	4	1
<b>Jeg ønsker å ta i bruk de trackingmuligheter som finnes i større grad enn tidligere</b>	14	8	5
<b>Jeg har kjøpt en tracking enhet, men bruker den mindre etterhvert</b>	4	16	7
<b>Jeg bruker ofte teknologi med fokus på tracking for å optimere treningen min</b>	6	17	4
<b>Jeg tracker først og fremst for moro skyld</b>	13	9	5
<b>Tracking spiller en viktig rolle med tanke på min motivasjon til å trene</b>	7	14	6

Figur 12 Brugen af teknologi på tur og i hverdagen

5 /27 tracker deres ture på andre måder end i Trimpoeng. 4 af disse tracker gennem anden digital teknologi.

25/27 oplever, at teknologi kan stjæle opmærksomhed fra andre aktiviteter, af disse er 8 "veldig enig" i dette udsagn. Og deltagerne er generelt sikre og trygge ved brugen af teknologi.

24/27 adspurgte mener, at teknologi kan bidrage positivt til deres aktiviteter.

7/27 er enige eller delvis enige i at tracking spiller en vigtig rolle i deres motivation for at træne. 12/27 antager af andre snyder i konkurrencen ved at anvende teknologi.

Da Gulltrimmen anvendes på smarttelefonen kan dette være med til belyse, hvordan teknologien påvirker udendørsaktivitet.

*Deltagerens anvendelse af appen.*

Det er op til den enkelte deltager, hvordan de anvender appen, og det viser dette skema:

<b>Svar</b>	<b>Antal</b>
<b>Jeg klikker inn så raskt jeg kan, selv om jeg ikke har nådd destinasjonen helt</b>	11
<b>Jeg bruker kartfunksjonen som ligger i appen til å orientere meg</b>	23
<b>Jeg går lengre enn jeg ellers ville for å komme til punktet der jeg klikke meg inn</b>	14
<b>Om jeg glemte telefonen, ville jeg snudd for å hente den</b>	6
<b>Det hender jeg glemmer å klikke meg inn</b>	9
<b>Hovedpoenget med turen er å sanke poeng</b>	6
<b>Jeg bruker nå også andre apper på telefonen på turer utenom Gulltrimmen</b>	5

Figur 13 brugen af appen

11/27 ønsker at indsamle point tidligst muligt eller enklest muligt og at tjekke ind hurtigst muligt. Når deltagerne vælger at tjekke ind hurtigst mulig, viser det at de går på tur for at samle point og selve destinationen er i anden række. Det vigtige er ikke, hvor turen går hen, men hvor der kan samles point. Dette bekræftes af at 14/27 fortæller at de ville gå længere tur eller ændre ruten for at indsamle flest mulig point pr tur. Der er 6/27, som har som hovedmål for deres tur at samle point.

De fleste (23/27) bruge appen til orientering. 6/27 ville vende om for at hente sin telefon for at kunne tjekke ind, hvis de havde glemt telefonen. Og hele 9/27 fortæller at de kan glemme at tjekke ind på tur.

5/27 af deltagere bruger deres telefon aktivt på tur ved brug af andre apps på deres telefon end Gulltrimmen appen. Smarttelefonen er altså en integreret del af deltagerens aktivitet, også uden for Gulltrimmen.

## 4.4 Opsamlingssspørgsmål

Opsummerende spørgsmål omkring deltagelsen i Gulltrimmen.

	<b>Veldig viktig/Viktig / noe Viktig</b>	<b>Ikke viktig</b>	<b>Vet ikke</b>
<b>Å komme meg ut på tur</b>	25	2	0
<b>Å oppdage nye steder i nærmiljøet</b>	27	0	0
<b>Å gå på tur sammen med andre</b>	21	6	0
<b>Å kjenne andre som også deltar</b>	8	18	0
<b>At det er en konkurranse som du kan delta i</b>	18	8	0
<b>Å komme i form</b>	27	0	0
<b>Å kunne samle poeng</b>	22	5	0
<b>Å få premiering</b>	12	15	0
<b>Å være fysisk aktiv</b>	27	0	0
<b>Å føle seg mentalt opplagt</b>	26	0	0
<b>Å få overskudd</b>	27	0	0
<b>Å være med i en konkurranse</b>	14	13	0
<b>Å få gode naturopplevelser</b>	26	0	0
<b>Å bygge gode vaner i hverdagen</b>	26	0	0
<b>Din plassering på resultatlista</b>	15	12	1
<b>Andres plassering på resultatlista</b>	9	17	1

Figur 14 opplevelsen af deltagelse

Det er viktig for alle deltagerne at oppdage nye ruter i lokalområdet. Det samme gjør sig gjældende for ønsket om at komme i form gjennom fysisk aktivitet. De opplever også at få mere overskudd.

For størstedelen (25/27) er det vigtigt at få etableret gode vaner og få gode natur oplevelser samtidigt med, at de føler sig mere mentalt oplagte.

#### 4.5 Deltagerens egne kommentarer

Afslutningsvis i spørgeskemaet blev deltagerne givet muligheden for at komme med kommentarer til Gulltrimmen og deres deltagelse i konkurrencen.

13/27 deltagere har valgt at kommentere under "Andre ting du ønsker å kommentere med Gulltrimmen?" En del af disse besvarelser gentager tidligere besvarelser i spørgeskemaet.

I disse kommentarer er der tre gentagende temaer, som deltagerne nævner. Nogen har kommenteret pointsystemet, andre nævner motivation, og andre kommenterer måden de har deltaget på eller forandret deres deltagelse i Gulltrimmen.

7/13 svar har kommenteret pointsystemet og ønsker en justering. Der er forskellige forslag til, hvordan det kan blive mere retfærdigt:

En af deltagerne siger:

*Der er stor forskjell på innsjekkings steder i forhold til poeng, noen steder er det bratt og strevsomt og lite poeng. Noen steder er der mye poeng og lite strev for at nå målet! – (Informant G)*

Når denne deltager vælger at kommentere, hvor uretfærdig pointene er fordelt på de forskellige turmål, viser det, at deltageren knytter point og turmål sammen og ønsker at point afspejler, hvor fysisk krævende det er at komme frem til turmålet. Dette viser, at alle aktører, både de humane og non-humane aktører indgår i netværk med hinanden.

Flere af informanterne fremhæver også motivation i deres besvarelse. Følgende citater er fra to informanter, der direkte omtaler, hvordan Gulltrimmen har motiveret dem:

*Veldig fin motivasjon for å komme seg ut på tur:-) – (Informant F)*

*... Ulempen har vært at jeg blir helt hekta, og en enkelt handletur tar en evighet fordi jeg må innom diverse sjekkpunkter på veien! Ellers synes jeg det er en fantastisk mulighet til å se nye steder jeg aldri ville kommet på å besøke hvis det ikke hadde ligget et sjekkpunkt der. – (Informant I)*

Hele 6/13 deltagere beskriver, hvordan Gulltrimmen har motiveret dem på forskellige måder. Hvilke dele af Gulltrimmen er forskelligt, men fælles er, at elementer af Gulltrimmen har motiveret dem.

#### 4.6 Identificering af aktørerne i Gulltrimmen

Med de udvalgte begreber fra aktør-netværks-teori, analyseres appens tekstindhold fra hjemmesiden: [Http://www.trimpoeng.no/i/gulltrimmen2017](http://www.trimpoeng.no/i/gulltrimmen2017) (Gullbring, 2019). I det følgende skema vil jeg vise de aktører, jeg har identificeret ud fra deres beskrevne handling i appens tekst. Skemaet indeholder både humane og non-humane aktører. Hver enkelt aktørs handling er den, som er identificeret i app-teksten. Dette betyder, at aktøren godt kan udføre flere og andre handlinger end de, som er beskrevet herunder.

Skemaet præsenteres her for at kunne identificere aktører på en præcis måde ved at henvise til skemaet. Følgende aktører præsenteres i skematisk form: smarttelefon, GPS-funktion, Internet, menuen, ranglisten, point, kortet, turmål, turbeskrivelse, deltagerens profil, konkurrencen regler, præmier, datoer, sociale medier, deltagere og turgåere, lokalbefolkningen, lægen, kroppen, Midt-Telemark, nærområder og tur-områder, veje og stier, løype- og turlag, Fjelvettreglane, Gullbring Kulturanlegg AS, Frisklivssentralen, sponsorer og kulturminder.

<b>Aktør</b>	<b>Handling</b>
<b>Smarttelefon</b>	Det er nødvendigt at have en smarttelefon for at kunne anvende appen og de funktioner, der er knyttet til deltagelsen. Det er gennem interaktion med smarttelefonen, at brugerne styrer appen, som er platformen for konkurrencen.
<b>GPS-funktion</b>	Deltageren bruger GPS-funktionen i deres smarttelefon til at registrere sin position. Når den er i overensstemmelse med et turmåls GPS-position, kan deltageren tjekke ind. Desuden kan det positionere deltageren på det digitale kort.
<b>Internet</b>	Formidler kontakt mellem deltagernes telefon og serverne, som registrerer tjek-ind og fordeler point. Hvis deltageren ikke har internet, kan der ikke downloades kort, rutebeskrivelser osv., hvilket er essentielt for deltagelse.
<b>Menuen</b>	Menuen sorterer, hvilken information brugeren ser. Det er gennem denne menu, brugeren kan vælge, hvilke konkurrencer de vil deltage i. Menuen indeholder følgende punkter: <ul style="list-style-type: none"><li>- Om konkurransen</li><li>- Ta profilbilde</li><li>- Last opp profilbilde</li><li>- Min aktivitetslogg</li><li>- Endre passord</li><li>- Forslå turmål</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bytt konkurrence</li> <li>- Meld av konkurrence</li> <li>- Personvern</li> <li>- Logg ut</li> </ul> <p>Disse punkter er hentet fra Gulltrimmen 2018, v. 1.8.14</p> <p>Se figur 16.</p>
<b>Ranglisten</b>	Sorterer deltagerne efter deres indsamlede pointsum. En automatisk liste, der placerer den med flest indsamlede point øverst. Hver deltager tildeles en nummeret placering, flere deltagere med samme pointsum vil tildeles samme numeriske placering. Se figur 17.
<b>Point</b>	Tildeles den deltager, som besøger et turmål, og er værdien som ranglisten sorterer efter. De gives også som bonus, når en deltager har opfyldt en bonusopgave. Se figur 17.
<b>Kortet</b>	På det digitale kort er alle sæsonens turmål plottet ind, og det er muligt for deltageren at vælge et ønsket turmål. Kortet fremviser altså turmålene og kan bruges til navigation. Se figur 18.
<b>Turmål</b>	De udvalgte destinationer som deltagerne kan udforske og tjekke ind på, kaldes for turmål. Som det ses på figur 18, er turmål markeret med en stjerne. Den blå prik til venstre på kortet illustrerer deltagerens position. Under kortet er der angivet afstanden mellem deltageren og



	<p>turmålet (1524m). Til højre for afstanden er tjek-ind-funktionen (sjekk inn), som først bliver aktiv, når deltagerne er få meter fra GPS-punktet.</p>
<b>Turbeskrivelse</b>	<p>Enkelte turmål har en beskrivelse, denne hjælper deltageren med at finde turmålet. Ofte har den ruteforslag samt forslag til startpunkt. Det er frivilligt, hvordan deltagerne kommer frem til turmålet. Turbeskrivelsen kan også indeholde information om selv turmålet. Se figur 19.</p>
<b>Deltagerens profil</b>	<p>For at kunne deltage i konkurrencen kræver det en profil. Profilen er synlig for de andre deltagere. Det er valgfrit, om man opgiver eget navn eller et brugernavn. I tillæg kan man anvende et profilbillede, dette kan være et portræt, men det er valgfrit. 7 af 969 registrerede deltagere har valgt at tilføje et billede til deres profil.</p>
<b>Konkurrencens regler</b>	<p>Reglerne skal hjælpe til gode forhold for alle, der er med i konkurrencen samt alle i lokalmiljøet. Reglerne viser også flere af de centrale aktører og tildeler dem forskellige regler.</p>
<b>Præmier</b>	<p>Præmien præmierer deltagelse. Alle deltagere har mulighed for at vinde uafhængigt af pointsum.</p>

<b>Datoer for start og slut</b>	Afgrænser konkurrencen tidsmæssigt ved at markere start- og slutdato. Det er kun inden for dette tidsrum at det er muligt at deltage i konkurrencen.
<b>Sociale medier: Facebook, instagram og #gulltrimmen og #trimmpoeng</b>	<p>I forbindelse med Gulltrimmen er der oprettet en egen Facebookside, hvor arrangøren kommunikerer med deltagerne, og hvor deltagerne har mulighed for at dele billeder og opslag.</p> <p>Deltagerne opfordres til at bruge Instagram til at dele billeder knyttet til deres deltagelse i Gulltrimmen.</p> <p>For at kunne samle de billeder, som deltagerne deler på sociale medier, opfordres de til at bruge disse hashtags. Hashtags sorterer billeder og opslag på sociale medier såsom Facebook og Instagram.</p>
<b>Deltagere og turgåere</b>	Skal vise hensyn til hinanden i tur-områderne. Det er muligt at være både deltagere og turgænger på samme tid. Andre turgængere kan godt gå samme rute, men ikke være deltagere.
<b>Lokalbefolkningen</b>	Gulltrimmen bliver gennemført i Midt-Telemark og flere turmål og stier går forbi folks hjem. Derfor vil deltagerne også møde lokalbefolkningen. Der vil være en interaktion mellem "gulltrimmare" og lokalbefolkningen.

<b>Lægen</b>	Det kan være lægen som opfordrer til mere aktivitet og kan derfor motivere til deltagelse i Gulltrimmen.
<b>Kroppen</b>	Kroppen kan sende signaler om at der er brug for mere bevægelse.
<b>Midt-Telemark</b>	Sætter de geografiske rammer for, hvor konkurrencen afholdes.
<b>Natur, Nærområder og Turområder</b>	Den fysiske natur er arenaen for turmålene og stierne. Naturen danner ramme for oplevelser på vej til og fra turmålene.
<b>Vej og Stinet</b>	Leder deltageren til og fra turmålene, de bliver en forudsætning for at kunne nå frem til turmålene. Er etableret af Turlag og frivillig.
<b>Løypelag/turlag</b>	Det er de frivillige, som udarbejder og vedligeholder turområderne.
<b>Fjellvettreglane</b>	Giver retningslinjerne for gode ture, både til fjelds og i skoven. Reglerne henviser til disse og opfordrer deltagerne til at sætte sig ind i fjellvettreglane.
<b>Gullbring Kulturanlegg AS</b>	Har iværksat denne gratisaktivitet for indbyggerne i Midt-Telemark med mål om at fremme folkehelse og bevidsthed om kulturminde. Gullbring kulturanlegg samarbejder med Frisklivssentralen.
<b>Frisklivssentralen</b>	I Bø, Nome og Sauherad samarbejder med Gullbring Kulturanlegg AS. Frisklivssentralen giver legitimitet til Gulltrimmen som et godt motionstilbud,

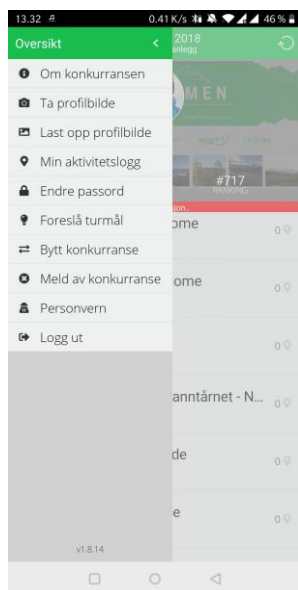
	der stemmer overens med Frisklivssentralens hensigter og visioner.
<b>Sponsorer</b>	Sponsorerne sponsorerer Gulltrimmen og leverer præmier.
<b>Kultur minder</b>	Anvendes som turmål og skal introduceres til brugernes bevidsthed. Kultur minder har til hensigt at skabe eller fastholde et minde eller en fælles erindring om et sted eller en hændelse på en specifik lokation.

Figur 15 Aktører og handlinger

De præsenterede aktører kan inddeles i humane og non-humane aktører. Herunder ses enkelte eksempler.

Humane aktører	Non-humane aktører
Deltageren og turgåer, lokalbefolkning og lægen	Smarttelefonen, stier og veje, præmier og kultur minder

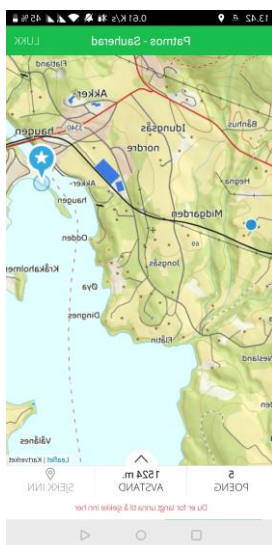
Appen har forskjellige sider, som deltagerne interagerer med. Disse ses herunder.



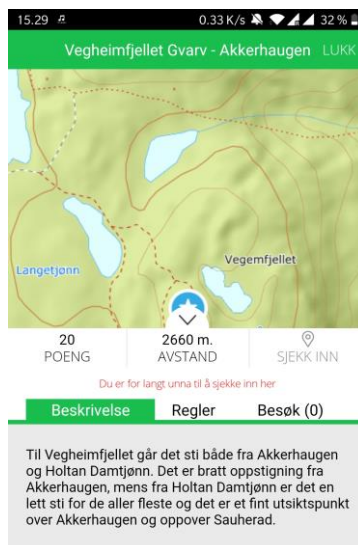
Figur 16 Menu

Gulltrimmen 2018 Gullbring Kulturarrang	
Sist oppdatert for 5 minutter siden.	
Totalpoeng	
1.	Hjarn, Andersson 16005
2.	West, Andersson 13810
3.	Svein, Andersson 9085
4.	Andersson, Andersson 7640
5.	Andersson, Andersson 7345
6.	Andersson, Andersson 7260
7.	Andersson, Andersson 7110
8.	Andersson, Andersson 6600
9.	Andersson, Andersson 6500

Figur 17 Rangliste og point



Figur 18 digitalt kort og turmål



Figur 19 turbeskrivelse

Disse sider vil en aktiv deltager i Gulltrimmen være godt kjent med. Ved hver tur vil deltageren udvælge et turmål som det ses i figur 18. Enkelte turmål har en tilknyttet turbeskrivelse, der forklarer, hvordan deltageren kan komme frem til turmålet. Eksempel kan ses i figur 19. Hver deltager i Gulltrimmen rangeres på en rangliste efter antal indsamlede point, denne ses i figur 17.

#### 4.7 Identificering af netværk skabt af aktører

For at analysere et netværk er det nødvendigt at afdække, hvilke aktører der påvirker hinanden og er i forhandling om deres roller i netværket. Dette kan gøres ved at opstille visuelle modeller for, hvordan aktørerne er forbundet og danner et netværk. Aktørerne i disse modeller er identificeret i app-teksten. Dermed er de følgende tre modeller baseret på det foregående kapitel 4.6, hvor aktørerne blev præsenteret.

Der er udvalgt tre aktører, hvis handlinger er centrale for det sociale fænomen Gulltrimmen. Udvælgelsen af de tre aktører er gjort på baggrund af deltagernes egne kommentarer og appens tekst.

På baggrund af aktørernes tidligere identificerede handlinger (se figur 15)<sup>4</sup>, bliver netværksmodellerne over de tre aktører tegnet. De tre udvalgte aktører er: deltageren, point og turmål. Disse tre er valgt, da de er centrale for Gulltrimmens funktionalitet og aktivitet.

Netværkene består af aktører, som har associationer til andre aktører. Ved at tegne forskellige netværksmodeller med forskellige aktører som udgangspunkt, bliver aktørernes associationer synlige. Aktørernes forskellige associationer er afhængige af, hvilke roller i netværket de udfører. Den enkelte aktør kan godt have forskellige funktioner og derved være forbundet med flere forskellige aktører.

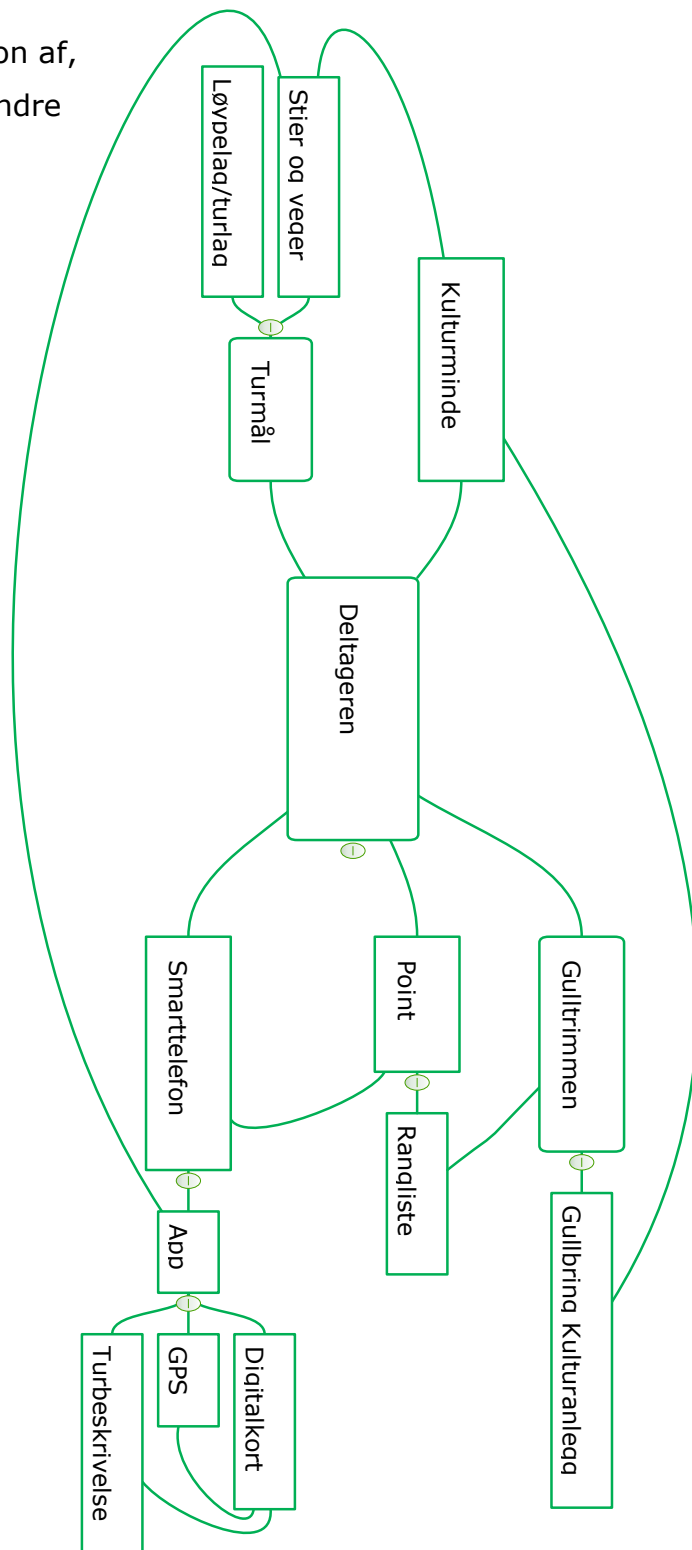
Disse netværk er heterogene netværk af både humane og non-humane aktører. Flere af disse aktører vil indgå i forskellige netværk på samme tid.

---

<sup>4</sup> Se figur 15 s. 47-52

### 4.8 Deltagerens netværk

Denne model er en visuel præsentation af, hvordan deltageren er forbundet til andre aktører i Gulltrimmen.



Figur 20 Visuel model af Deltagerens netværk

Deltagerne i Gulltrimmen er centrale, fordi der uden deltagere ikke ville være nogen konkurrence. For at kunne deltage i Gulltrimmen må deltageren interagere med flere forskellige aktører. Ved at følge deltagerens handlinger bliver de forskellige aktører, som deltageren er knyttet til, synlige. Dette ses i netværksmodellen ovenfor<sup>5</sup>.

Gennem deltagelse i Gulltrimmen bliver deltageren præsenteret for et netværk af aktører. Dette netværk er et produkt af Gullbrings konkurrence, Gulltrimmen. I denne konkurrence har Gullbring sammensat nogle humane såvel som non-humane aktører, hvis rolle var afgørende for funktionerne i konkurrencen. Som det kan ses i netværksmodellen, bliver deltageren del af dette netværk, når de deltager i Gulltrimmen. Deltageren må anvende smarttelefonen, turmålene og point for at være aktive i Gulltrimmen. Deltageren bliver en del af netværket og er med til at forme netværket.

For at kunne deltage i Gulltrimmen er det nødvendigt at registrere sig med en profil, som oprettes i appen på smarttelefonen. Profilen repræsenterer altså en bruger, og brugeren vælger, hvor lidt eller meget information profilen skal indeholde. Det er muligt at tilføje et profilbillede, noget bare 7 af de 969 deltagere har valgt at gøre<sup>6</sup>.

Mellem aktørerne, deltageren og profilen bliver forhandling synlig. Profilskemaet som deltageren udfylder, er en del af appen. Appen er en non-human aktør, der translaterer Gullbrings hensigter om, hvordan en deltager skal indgå i Gulltrimmen. Når deltageren vælger ikke at bruge profilbillede og i nogen tilfælde blot et anonymt brugernavn viser det, at netværket består af forskellige aktører og disse aktører skaber netværket og de tilhørende hybrider.

Samtlige informanter udtrykker, at de ønsker at opdage nye steder i nærmiljøet gennem deres deltagelse i Gulltrimmen<sup>7</sup>. Dette kan forstås som en motivation for deres deltagelse og deres forventning om, at arrangørerne af Gulltrimmen har bedre kendskab til nærmiljøet, end deltagerne har selv.

---

<sup>5</sup> Se figur 20 s. 55

<sup>6</sup> Se figur 15 s. 47-52

<sup>7</sup> Se figur 14 s.44

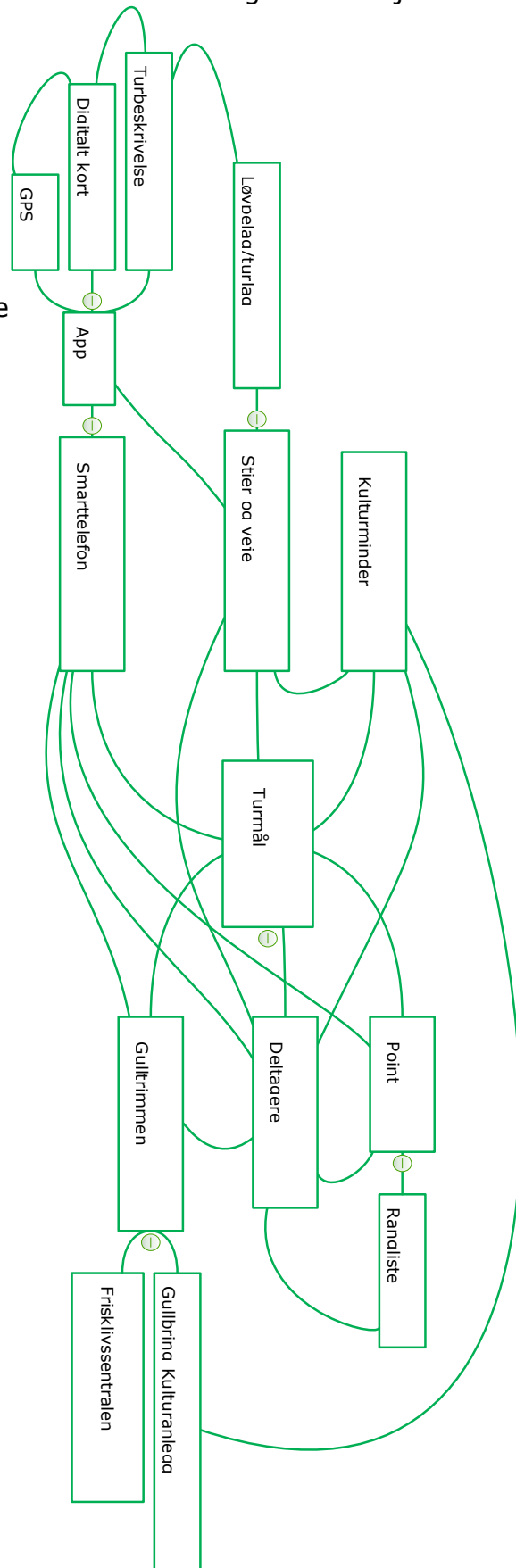


#### 4.9 Med turmål som kerne

Turmål er lokationer, som deltageren i Gulltrimmen besøger og får point for. Disse turmål er unikke for Gulltrimmen, da man kun kan få point for dem så længe Gulltrimmen er i gang.

Men samtidig er turmål fysiske lokationer, som kan besøges uden at deltage i Gulltrimmen.

Denne netværksmodel viser, hvordan turmål er forbundet til andre aktører i Gulltrimmen.



Figur 21 Netværksmodel for Tursmål

Som det fremgår af den visuelle fremstilling, er turmålet forbundet med mange forskellige aktører. Fysiske lokationer bliver turmål, idet de tildeles en pointsum og identificeres med et GPS-koordinat.

Enkelte turmål er knyttet til kulturminder, udsigtspunkter eller andre geografiske lokationer. Flere af turmålene i Gulltrimmen er lokationer, hvor allerede etablerede stier leder deltageren frem. Gulltrimmen har altså skabt en ny hybrid, hvor point, digitale kort og turbeskrivelser har forandret lokationens handlinger. Hvis en turgåer, der ikke deltager eller har deltaget i Gulltrimmen, ville besøge et turmål, ville vedkommende ikke have en forventning om, at dette skulle udløse point. Turgåeren ville heller ikke vurdere lokationen i forhold til, hvor mange point, der var knyttet til denne lokation. Lokationen eksisterer altså uafhængigt af den nye hybrid.

Et eksempel på denne forandring er kulturminder. Disse lokationer er uafhængige af og eksisterede før Gulltrimmen. Denne status har ikke nogen tilknytning til Gulltrimmen. Når kulturminderne så indgår i Gulltrimmen, kommer disse ind i nye netværk, hvor der knyttes nye handlinger til kulturmindet som aktør. Turmålet Kirkeruinene Ulefoss er eksempel på dette. Denne kirkeruin er en tidligere stenkirke, som blev revet i 1878. Denne er nu både et kulturminde og et turmål i Gulltrimmen. På den måde bliver dette turmål en makroaktør, der repræsenterer flere andre mikroaktører - også uden for Gulltrimmen. Disse mikroaktører kan være Gullbring, Frisklivssentralen og Nome kommune - alle disse aktører har et ønske om at få besøgende til denne lokation. De har dog forskellige argumenter. Gullbring ønsker at deltageren besøger fleste mulige turmål og at kulturminderne i Midt-Telemark bliver kendt. Frisklivssentralen ønsker, at deltageren er i fysisk aktivitet med henblik på en sundhedsmæssig gevinst. Nome Kommune ønsker at få besøgende til kommunen og at udbrede viden om den lokale kulturhistorie. Alle aktører er aktive i mange forskellige netværk, og deres hensigter er forskellige for hvert netværk, derfor er deres rolle i hver netværk også unik. I hvert netværk må aktørerne forhandle om deres position.

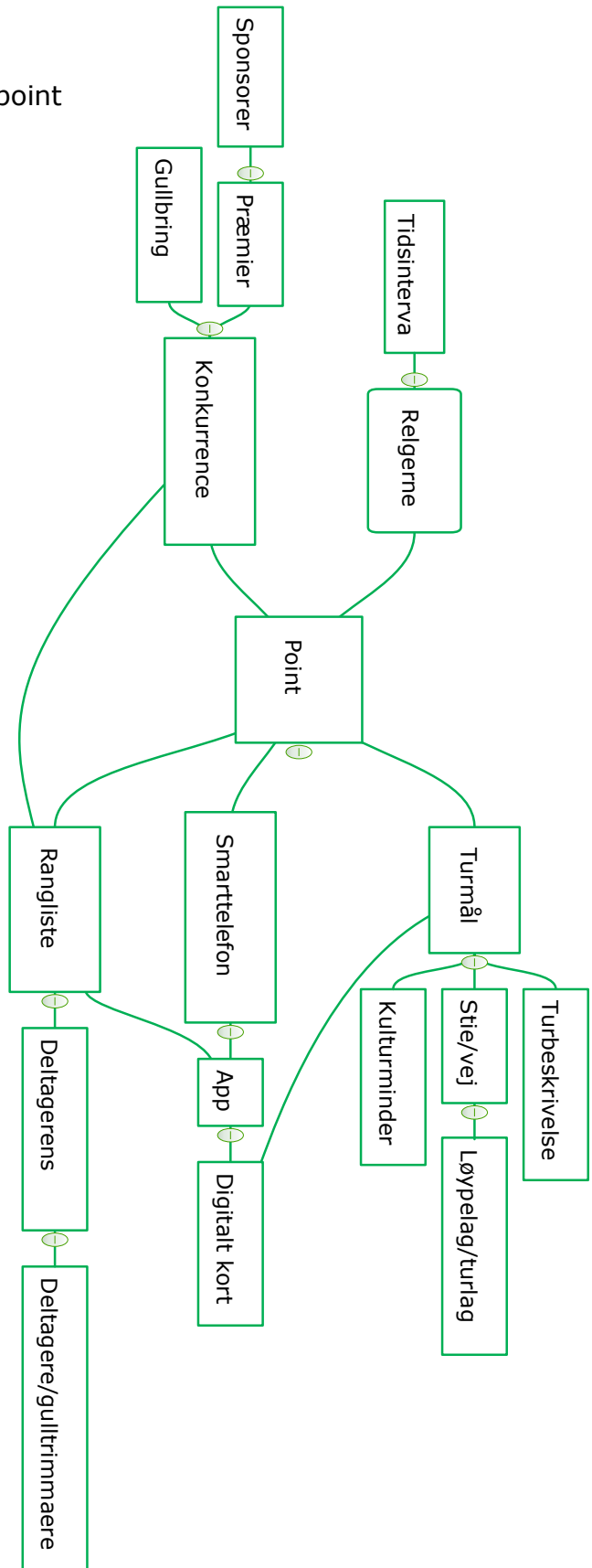
Når netværkene skaber nye hybrider, bliver det synligt, at netværkene er dynamiske. Hybriden skabes af aktørerne og deres interne associationer. De hybrider, som skabes, er altid under forandring. Mange af de aktører, som udgør den nye hybrid (fx turmål) eksisterer uafhængigt af Gulltrimmen. Idet en ny aktør, Gulltrimmen, er kommet til, har disse aktører kunnet samle sig i et nyt netværk, indenfor hvilket en ny hybrid er opstået.

Translationen, som sker mellem Gullbring Kulturanlegg og Gulltrimmen viser, at Gullbrings idéer om, hvad der er egnet turmål går gennem Gulltrimmen som konkurrence. Det er Gullbring, som er arrangøren af konkurrencen og det er medarbejdere i Gullbring, som har udvalgt, hvilke turmål, der skal indgå i konkurrencen og være synlige på det digitale kort. Translationen mellem disse aktører skaber den nye hybrid-turmålet. Gulltrimmen repræsenterer altså både mikroaktørerne og Gullbring Kulturanlegg og Frisklivssentralen gennem turmålene som er udvalgt og vurderet af Gullbring, som er støttet af Frisklivssentralen. Og derfor kan Gulltrimmen-konkurrencen beskrives som en makroaktør i dette netværk.

De enkelte aktører i netværkene er afhængige af hinanden og har sammen skabt nye hybrider, bl.a turmål, som er med til at forme en ny hybrid-natur. Den nye hybrid-natur, eksisterer kun i det aktive Gulltrimmen-netværk, hvor aktørernes associationer med hinanden har skabt den.

### 4.10 Et netværk omkring point

Denne netværksmodel viser netværket om point som aktør i Gulltrimmen.



Figur 22 Netværksmodel for point

Gennem tekstanalyse af konkurrencens regler fremtræder point som centrale. Der sker en hybridisering idet en lokation tildeles en pointsum. Translationen af Gullbrings forståelse af, hvilken værdi turmålet har, afspejles i, hvor stor en pointsum deltageren tildeles ved at tjekke ind. Herved opstår en ny hybrid - turmålet. Appen, turmålet og den pointværdi det har fået, skaber hybrididen. For deltageren i Gulltrimmen vil turmålet og pointene være tæt forbundet. Når deltagerne besøger turmålet, har de ikke blot et ønske om at ankomme til turmålet, men også et ønske om at indsamle point.

Følger vi deltagerens interaktion med pointene, er det først og fremmest gennem deltagerens profil. Det er deltagerens profil, som deltageren bruger til at tjekke ind med og er identificeret med. Deltagerens profil tildeles point, når deltageren besøger et turmål eller har udløst en bonus. Denne pointsum, som deltageren samler gennem sin aktivitet, placerer deltagerens profil på ranglisten. Ranglisten bliver altså en hybrid skabt af point, ranglisteplaceringer og deltagerens profil. Der sker en hybridisering, hvor deltagerens pointsum skaber en placering på ranglisten, som deltageren identificeres med. Derigennem translateres reglernes forståelse af turmålets værdi ind i ranglisten. Denne interaktion mellem aktørerne omkring point viser, at point er en vigtig aktør i dette netværk og at pointene er med til skabe ranglisten som hybrid.

I dette netværk er point en makroaktør, som repræsenterer flere mikroaktører. Pointene repræsenterer Gullbring, turmålet, konkurrencen og reglerne, og deres ønsker samstemmer med pointenes handling.

Deltagernes måder at besøge lokationer på er påvirket af Gulltrimmen. Størstedelen af deltagerne går mere på tur på grund af deres deltagelse i Gulltrimmen. Deltagerens rutevalg har direkte påvirkning på turmålet og dets pointværdi<sup>8</sup>. Netværket, som er blevet bygget som følge af Gulltrimmen, har altså præget flere af aktørerne. Netværket har skabt en ny hybrid-natur, hvor lokationerne er blevet til turmål, som kan udløse point.

Kan Gulltrimmen forandre, hvordan deltageren møder naturen? Dette spørgsmål stillede jeg mig selv, da jeg blev introduceret til Gulltrimmen. Gennem arbejdet med

---

<sup>8</sup> Se figur 10 s. 39

Gulltrimmen har det vist sig, at der mange måder, hvorpå det at deltage i Gulltrimmen kan påvirke og forandre ens møde med naturen.

## 5 Diskussion – går deltagerne nye veje?

I følgende afsnit vil jeg indledningsvist anvende begreberne gamificering og kvantificering med det formål at diskutere de digitale teknologiers betydning for udendørsaktiviteter. Dernæst vil jeg fremhæve hybridiseringen af natur, som, med inddragelse af udsagn fra informanterne, leder mig til en diskussion af den forandring af udendørsaktiviteter, som kommer til udtryk i min undersøgelse af Gulltrimmen.

### 5.1 På jagt efter point - en gamificering

Aktiviteten at gå på tur bliver i Gulltrimmen gamificeret, idet der sker flere tilføjelser til aktiviteten, og her spiller anvendelsen af point en særlig rolle. Gamificering kan være en af årsagerne bag tilslutningen til Gulltrimmen. At tilføje spillignende elementer er kendt fra flere træningstilbud, der aktivt implementerer teknologier. Særligt tracking-teknologier knyttes sammen med gamificering. En informant fortæller, hvordan point i form af en bonus kunne have inspireret til flere ture:

*Tok et tresifret antall poster, og tror jeg ville blitt motivert til å passere 100 tidligere, om det også var en bonus for 100 ulike turmål, slik det er bonus for 20 og 50. ... (Informant B)*

Informant B giver udtryk for, at denne form for gamificering har en positiv indflydelse på vedkommendes motivation. Den bonus, som deltageren henviser til, er en bonus, som tildeles, når deltageren har besøgt henholdsvis 20 og 50 forskellige turmål i løbet af samme sæson. Denne deltager efterspørger altså flere spilelementer i aktiviteten.

For at denne gamificering kan finde sted, må selve aktiviteten at gå på tur kvantificeres, og deltagerne må acceptere dette. Et hvert besøgt turmål skal tælles. Informant B gengiver kvantificering af sin egen deltagelse gennem udsagnet "tresifret antall poster" – hvor poster referer til turmål. Deltageren har gennem appen talt, hvor mange poster vedkommende har besøgt gennem deltagelsen i Gulltrimmen 2017.

Det er ikke alle deltagere, som har samme positive oplevelse af, at en kendt aktivitet tilføjes spilelementer. En anden informant kommenterer negativt på konkurrenceelementet:

*... For meg var opplevelsen av konkurranse negativ. Jeg ble litt grepet av konkurranseaspektet til å begynne med, men opplevde fort at det faktisk virket begrensende på friluftslivet mitt ... Jeg gikk færre turer/ruter som jeg er glad i, men prioriterte turer som lett kunne gi poeng ... Jeg liker også å gå tur uten mobil, dette ble «ødelagt» av poengjakten .... (Informant D)*

Informant D fortæller præcist, at det er spilelementerne, som har forandret oplevelsen af at gå på tur. Denne forandring opleves af informanten som begrænsende for vedkommendes friluftsliv. Det skildres, hvordan deltageren forandrer sin deltagelse. I dette tilfælde reagerer vedkommende på denne forandring ved at trække sig ud af konkurrencen.

En anden informant fortæller om sin oplevelse af konkurrenceelementet, og beskriver det således:

*Kunne ønske meg at gulltrimmen startet 1.april eller 15.april. Hvis snøen har forsvunnet, så er det veldig motiverende å begynne tidligere. Ellers så er det et fantastisk tiltak, og mange perler som en oppdager i Midt-Telemark. (Informant L)*

Informant L giver udtryk for, at det er motiverende at deltage i Gultrimmen og ønsker at få mulighed for at deltage tidligere. Gulltrimmen er en konkurrence, som gennemføres digitalt, men alle turmålene, som er en del af konkurrencen, kan jo besøges uafhængigt af om konkurrencen er i gang. Alligevel udtrykker Informant L et ønske om at starte Gulltrimmen tidligere. Dette kan forstås sådan, at Informant L ikke finder det lige så motiverende at besøge disse turmål, hvis det ikke kan give point. Dog udtrykker Informant L samtidig en glæde over at "opdage perler i Midt-telemark". For Informant L er altså både det at se nye lokationer og selve konkurrencen vigtige elementer i aktiviteten og motiverende.

Det at gamificere en aktivitet kan, som det ses i disse eksempler, opleves meget forskelligt. For mange vil det nok være et bidrag til motivation, og hvis det er en aktivitet, man ikke er kendt med fra før, kan spilelementerne måske i særlig grad gøre

det lettere at opleve mestring. Men er denne mestring egentlig mestring af spil-elementerne eller af aktiviteten at gå på tur? Når formålet med at gå er blevet at indsamle point, vil det så betyde at turen ikke kan lykkes uden at der bliver indsamlet point?

Mange aktiviteter kræver, at deltageren selv vurderer, om aktivitetens mål er nået. Når aktiviteter bliver gamificeret og kvantificeret forandrer det så udøverens egen vurdering? Dette vil være meget individuelt, men fra min egen erfaring ved jeg, at kvantificeringen gør det lettere at blive utilfreds med en gennemført aktivitet, fordi jeg var langsommere, samlede færre point eller turen var kortere end den sidste. Til gengæld bliver succesen mere objektiv og lettere at udpege og dermed formidle videre til andre.

## 5.2 Deltagelse i Gulltrimmen - forventninger og frustrationer

En anden aktivitet, som på mange punkter minder om Gulltrimmen, er Stoplejakten. Også Stolpejakten oplever stor tilslutning og udbredelse (nrk.no, 2020). Stolpejakten er et aktivitetstilbud, der anvender smarttelefon og app, og har som mål at få deltagerne ud at besøge udvalgte lokationer. Lighederne mellem konkurrencerne er mange og viser, at der er interesse for kvantificerede aktiviteter. Betyder dette, at digitale teknologier er på vej ind i friluftslivet?

Jeg tror, at dette er en tendens i øjeblikket, og at de digitale teknologier på sigt og i stigende grad vil blive en integreret del af udendørsaktiviteter. For nogen vil disse aktiviteter være med til at skabe nye vaner og introducere dem for deres nærområder på en ny måde<sup>9</sup>. Om deltagerne vil forsætte med at gå på tur for at opdage lokationer i deres nærområder uden om konkurrencerne, er op til tiden at vise.

Digitale trackingteknologier kan anvendes på mange måder, og dette er Gulltrimmen et godt eksempel på. Konkurrencen anvender flere digitale teknologier i samspil med hinanden. Digitale kort, GPS-teknologi, mobilt internet osv. Det, som gør Gulltrimmen og andre lignede aktiviteter mulige, er implementeringen af digitale teknologier. Trackingteknologier bliver tilføjet til kendte aktiviteter, og som eksempel kan cykling nævnes. Strava har fået fodfæste og er blevet en del af kulturen sammen med flere

---

<sup>9</sup> Se figur 14 s.44



forskellige trackingteknologier. Wattmåler, GPS og puls er standardinventar på motionsløb. Disse trackingteknologier er adopteret ind i cykelsporten for at optimere træningsforløb (sykkelen.no, 2017). At de digitale teknologier implementeres i aktiviteter, fører til mange forskellige anvendelser og oplevelser af teknologiens funktionalitet:

*Fungerer ofte dårlig i forhold til å finne riktig posisjon. Opplever ofte at jeg faktisk er på riktig sted for innsjekking, mens appen sier at jeg er et annet sted. Dette gjør at jeg bruker appen sjeldnere og sjeldnere, fordi den blir et irritasjonsmoment.- (Informant H)*

Informant H beskriver en uoverensstemmelse mellem sin forventning til og sin oplevelse af teknologiens funktionalitet. Denne uoverensstemmelse leder til en frustration, som præger vedkommendes deltagelse. Dette er blevet et godt eksempel for mig på det faktum, at alle aktører, både humane og non-humane, er en del af de sociale fænomener. Ved hjælp af aktør-netværks-teori kan jeg få en større forståelse af disse fænomener.

Deltagerne har accepteret kvantificeringen af deres deltagelse. Kvantificeringstendensen i form af selftracking og bevægelsen med "the quantified self" adskiller sig fra Gulltrimmen på den måde, at der i Gultrimmen ikke sker en kvantificering af fysiske værdier eller præstationer. Derfor er det interessant at se på deltagerens egen tolkning af pointets værdi. Disse tolkninger kommer til udtryk i kommentarer som denne:

*Videre synes jeg man kunne ha strukket poengskalaen mer, og gitt mer poeng til virkelig seige turer (Trognatten, Røysdalsnuten o.l.). At Røysdalsnuten skal gi like mange poeng som Tørrskanken, henger ikke helt på greip. Enn si at Stasnibb skulle være verdt 50 poeng, når den er raskere å gå enn mange 30-poengere. (Informant B)*

Informant B viser, at vedkommende tillægger pointene en klar sammenhæng med fysisk præstation. Dette gør også 21/27 informanter, som giver udtryk for en sammenhæng mellem en deltagers placering på ranglisten og den indsats, som deltageren har gjort<sup>10</sup>. Dermed spejles informanternes egne opfattelser af, hvad det

---

<sup>10</sup> Figur 10 s. 39

kræver at besøge turmålene. Deltagerne både kvantificerer og dataficerer deres turer. Ifølge Lupton kan der i kvantificeringen af sådanne aktiviteter opstå udfordringer, idet individet allerede kan have forudindtaget holdninger til vurdering af aktiviteten. En deltager i Gulltrimmen kan derfor allerede have en opfattelse af, hvordan pointene afspejler den fysiske præstation. Selve dataficeringen består i, at deltageren foretager en sammenligning af egne besøg af forskellige turmål og knytter disse sammenligninger og oplevelser til point og ranglisten.

### 5.3 Friluftsliv og digitale medier

Spørgeskemaet viste, at informanterne tjekkede Gulltrimmen-appen oftere end de tjekkede sociale medier. 14/27 ville have gået en tur mere for at overgå andres placering på listen<sup>11</sup>. Det kan antages, at denne hyppige anvendelse af appen er med til at styre, hvor ofte deltageren vælger at gå tur. I tillæg til dette giver flere udtryk for, at de har gået længere, end de ellers ville have gjort uden deltagelse i Gulltrimmen<sup>12</sup> med det formål at rangere højere på listen.

Den nyligt gennemførte ipsos-undersøgelse på vegne af Norsk Friluftsliv viser, at sociale medier særligt motiverer unge i alderen 15-24 til at dyrke friluftsliv. Her er det særligt det sociale medie Instagram, som inspirerer til mere friluftsliv (Norsk Friluftsliv, 2020). Begge disse eksempler kan ses som tegn på at de digitale medier kan være med til at motivere til mere friluftsliv.

Det kan også tyde på, at de digitale teknologier har indflydelse på udendørs aktiviteter på den måde, at deltageren vil ændre graden af egen deltagelse med placeringen på ranglisten for øje, eller for at kunne publicere det rette billede på Instagram.

---

<sup>11</sup> Figur 11 s. 40

<sup>12</sup> Figur 13 s. 43

## 5.4 En ny hybrid-natur er opstået

Gulltrimmen er blevet et netværk af flere forskellige aktører, som tilsammen har skabt en ny hybrid-natur. Dette kan ses i netværksmodellen for point<sup>13</sup>. Konkurrencen har indført point, og disse point har forandret lokationerne, som er blevet til turmål i Gulltrimmen. Tidligere kunne disse lokationer f.eks. være en bakketop, en kirkeruin eller et vejkryds. Denne nye hybrid, hvor point, lokation og deltageren mødes, er natur. Translationerne mellem flere forskellige aktører fastholder denne nye hybrid. For nogle turgåere vil hybridene forsætte med at eksistere uden for Gulltrimmen, og for andre vil den nye hybrid genopstå, hvis de vælger at deltage i endnu en sæson af Gulltrimmen.

Denne hybrid-natur er også synlig udenfor det primære netværk omkring Gulltrimmen. Deltageren i Gulltrimmen er jo en del af flere forskellige netværk og beskrivelsen af den ny hybrid-natur viderefremmes i andre sammenhænge. Et eksempel på at deltagerne i Gulltrimmen tager den nye hybrid med sig, dukkede op midt i et middags-selskab, hvori jeg selv deltog. Samtalen faldt på turmuligheder i lokalområdet. En af gæsterne berettede, hvordan han havde fundet en måde at knytte flere turmål sammen på en rute og derved samle flest muligt point på én tur. Han tog sin smart-telefon frem og åbnede Gulltrimmen-appen for at vise, hvilke turmål, der var på hans rute - med ét omtalte lokale turlokationer som turmål og de vurderedes ud fra, hvor mange point de udløste. Det er altså interessant at bemærke, hvordan vedkommende anvender nøglebegreber fra Gulltrimmen og at disse også accepteres og anvendes, af selskabets andre gæster i beskrivelsen af naturen og aktiviteten. Dette viser, hvordan Gulltrimmen og dennes elementer er blevet almindeligt kendt.

At gå på tur er ikke nyt. At nogle lokationer er lettere at besøge på grund af tilgængelighed, er heller ikke nyt. Etableringen af stier og skilte er noget, som tilhører den norske friluftslivskultur og kan findes over hele landet (Bischoff & Mytting, Friluftsliv, 2014, s. 16-55).

---

<sup>13</sup> Figur 22 s.60

Med denne konkurrence har arrangørerne fået nogen til at besøge nye områder og registrere sig i en konkurrence. Enkelte deltagere engagerer sig i Gulltrimmen i en sådan grad, at de efter eget udsagn lader pointene styre, hvor de går hen og hvordan de tilrettelægger deres tur<sup>14</sup>. Pointene påvirker altså måden hvorpå, hvordan naturen bruges. Hvor friluftsliv på mange måder kan forstås som en ganske fysisk aktivitet – kroppen i bevægelse, en rejse fra A til B og udstyr af forskellig slags, så er det altså interessant at bemærke, hvordan virtuelle interaktioner modsat de fysiske interaktioner har fået så central en rolle. Den nye hybrid-natur har point som kerne, også selvom disse point ikke er synlige uden for Gulltrimmen. Denne hybrid-natur er unik og er kun gældende for Gultrimmen.

## 5.5 Forandringer af turlivet

Mange af aktørerne rammesætter den nye aktivitet "at besøge turmål for point" i det nye netværk. I tillæg til dette, er der i Norge en indlejret friluftslivskultur hvor aktiviteten at gå på tur har en stærk tradition og er normaliseret (Bischoff & Mytting, 2014, s. 49-55).

Mange af disse lokationer, som nu besøges som turmål, har de lokale turlag uafhængig af Gulltrimmen etableret. På flere af disse er der opsat en postkasse, hvori der ligger en logbog, og her kan man notere sit navn, og hvornår man har besøgt denne lokation. Der er altså allerede knyttet en aktivitet til denne lokation.

Gulltrimmen er et mangefacetteret og komplekst fænomen, men gennem mit arbejde med Gulltrimmen, har jeg efterhånden fået en større forståelse for, at denne konkurrence faktisk bygger på en stærk og gammel friluftslivstradition, hvor selve gåturen og det at gå på tur er centralt. Gulltrimmen har aktualiseret og moderniseret denne aktivitet for nogen ved at anvende moderne teknologier. Smarttelefonen spiller en central rolle i denne nye måde at gå på tur på. Hvordan deltagerne oplever dette møde med naturen gennem Gultrimmen er meget forskelligt, og Informant D skriver således:

*Jeg gikk færre turer/ruter som jeg er glad i, men prioriterte turer som lett kunne gi poeng. Jeg gikk ikke mer eller mindre på tur med Gulltrimmen, men jeg gikk annerledes og turopplevelsen min ble mindre givende. Jeg liker også å gå tur uten*

---

<sup>14</sup> Se figur 10 s. 39

*mobil, dette ble «ødelagt» av poengjakten. Derfor valgte jeg etterhvert å ikke sjekke inn, vendte tilbake til mitt gamle turliv og la ofte igjen telefonen hjemme... (Informant D)*

For Informant D har implementeringen af mobilen forandret turoplevelsen på den måde, at det er blevet "mindre givende" at gå på tur. Her er det altså interessant, at mobilen fremhæves som en hindring i oplevelsen af det "givende" turliv. Den virtuelle handling at tjekke ind på et turmål kommer i vejen og bliver direkte ødelæggende for informantens "turoplevelse", som vedkommende selv betegner det. Informanten udtrykker et modsætningsforhold mellem sit gamle turliv og det turliv, som vedkommende oplever gennem deltagelsen i Gulltrimmen. En forskel, som kommer til udtryk, er tilstedeværelsen af digitale teknologier.

At teknologien skaber en forandring i oplevelsen af aktiviteten, bliver også synlig gennem deltagerens erkendelse af, at teknologi kan stjæle opmærksomhed fra en aktivitet. På samme tid oplever 24/27 at teknologi kan bidrage positivt til de fysiske aktiviteter de dyrker<sup>15</sup>. Teknologien kan altså både bidrage og distrahere på en og samme tid, og denne oplevelse af teknologens påvirkning må betragtes som individuel.

Skellet mellem det "nye" og det "gamle" turliv viser, hvordan enkelte aktører kan være med til at forme de netværker, som de indgår i, og dermed være afgørende i skabelsen af nye hybrider. Informant D fortæller, hvordan denne konflikt fører til fravælgelse af Gulltrimmen. Informanten ønsker ikke at acceptere den nye hybrid-natur, hvor smart-telefonen og point er vigtigere end selve turen.

Hvis de andre deltagere, ligesom Informant D, vælger ikke at deltage, svækkes den nye hybrid-natur. Der eksisterer flere hybrider af turliv side om side. Disse hybrider er afhængige af netværket knyttet til hver enkelt hybrid. Netværket knyttet til Gulltrimmen er vokset, da antallet af deltagere er steget. Dette medfører en styrket hybrid, og på den måde er det "gamle turliv" udfordret. Hvis der kun er få aktører bag det gamle turliv, har det mistet sit netværk.

---

<sup>15</sup> Figur 12 s. 44

Siden Gulltrimmen 2017 har der været gennemført flere sæsoner af konkurrencen. Og dette års sæson har stor deltagelse med 1545 deltagere og mere end 41000 registrerede turer.



Figur 23 Seneste deltagertal for Gulltrimmen 2020

For at deltage må deltageren acceptere denne nye hybrid; turmålet. Og med 41257 registrerede ture, som betyder at der er har været 41257 indtjekninger af turmål i den første del af denne sæson, må det antages, at også denne hybrid-natur, som er formet af dette netværk, også har fået større og større tilslutning. Hvad betyder det for det "gamle turliv" med naturmøder uden teknologier? Er det "gamle turliv" truet, eller kan de to former for turliv leve side om side?

En tjur, der holder til ved Murefjell, har valgt at handle på alle de turgåere, der pludseligt er i dens territorium. Turgåere, som møder denne tjur, giver besked til Gulltrimmens arrangører, som vælger at advare andre turgåere. Dette er et fint billede på, hvordan aktøren i forhandling med hinanden former hybridene sammen. Den

levende non-humane aktør tjureren påvirker den humane aktør turgåeren, som handler, og dette skaber en forandring af turmålet Murefjell.

## 6 Konklusion

Muligheden for at logge og lagre data om fysiske præstationer har altså fundet plads i udendørsaktiviteter, og med dette projekt har jeg ønsket at undersøge disse digitale teknologiers indflydelse på det moderne friluftsliv. Derfor valgte jeg at undersøge Gulltrimmen, fordi det er et lokalt eksempel på, hvordan teknologi anvendes i mødet med natur.

Jeg stillede følgende spørgsmål i min problemformulering:

### **Hvad sker når menneskers møde med natur præges af digital teknologi?**

-Hvordan bliver digital teknologi en integreret del af udendørsaktiviteter?

-Hvordan påvirker Gulltrimmen fysisk udendørsaktivitet?

For at kunne undersøge Gulltrimmen og anvendelsen af de digitale teknologier, har jeg betragtet Gulltrimmen som et socialt fænomen som bestående af både artefakter og mennesker. Derfor har jeg anvendt aktør-netværks-teori for at undersøge dette indbyrdes samspil. Jeg har forsøgt at følge disse aktører ved at kortlægge deres ageren og herigennem vise, hvordan det sociale fænomen Gulltrimmen skabes.

### 6.1 Effekten af point

Der blev gennemført en spørgeskemaundersøgelse, som viste forskellige perspektiver på og oplevelser af det at være deltager i Gulltrimmen. Det var interessant, at teknologien viste sig at have en betydning for nogle deltagere og deres naturmøder. Men hvordan er denne forandring kommet til udtryk? Og hvordan har deltagerens fysiske udendørsaktiviteter så forandret sig?

Deltagerne har givet udtryk for, at konkurrencen har præget, hvilke lokationer de har valgt at besøge, samt hvordan disse lokationer er blevet besøgt. Her har det vist sig, at teknologien har spillet en afgørende rolle. Spørgeskemaundersøgelsen viste, at teknologien både opleves distraherende og motiverende. Motivationen er f.eks. kommet til udtryk på den måde, at nogle deltagere har gået længere og oftere i jagten på point. Det, at deltageren løbende kan følge med i sin placering på ranglisten og handle på

denne, er forbundet til tilgængeligheden af nye digitale teknologier. Alle de andre elementer, som også indgår i Gulltrimmen, har været og er stadig anvendt udenfor Gulltrimmen. Naturomgivelserne, som er rammen for hoveddelen af tjekpunkterne, har været der længe, stierne, som leder derhen, er etableret før Gulltrimmen fik sin begyndelse i 2015. Jeg antager, at en stor del af deltagerne tidligere har været ude at gå på tur før Gulltrimmen begyndte. Mange af dem har sikkert også haft en smarttelefon med på deres ture, siden smarttelefoner i dag er allemandseje. Gulltrimmen påvirker altså fysiske udendørsaktiviteter på den måde, at aktiviteten knyttet til lokationerne forandres. Pointene kan altså være styrende for forandringer af udendørsaktiviteter. Pointene sammen med ranglisten, konkurrencen og teknologien har formet en hybrid-natur.

Denne hybrid-natur præger deltagerens møde med de fysiske lokationer i naturen. En af præmisserne for aktør-netværksteorien er, at intet netværk er konstant, og at aktørerne gennem stadig forhandling med hinanden vil forandre netværket. Det er denne gensidige afhængighed aktørerne imellem, som har skabt netværkets hybrid-natur. Denne hybrid-natur er bl.a. karakteriseret ved at lokationerne gennem Gulltrimmen er forandret til turmål. De digitale teknologier bliver en integreret del af udendørsaktiviteter, når de digitale teknologier som aktører er med til at skabe en ny hybrid-natur.

Turmålet er vokset fra at være mikroaktør til at være makroaktør i kraft af at så mange aktører accepterer dets position, ligesom turmålet for nogle også eksisterer udenfor netværket Gulltrimmen. I kraft af at være makroaktører translaterer den samtidig mikroaktørernes forståelse. Et eksempel på, at aktører translaterer deres forståelse ind i turmålene er, at der eksisterer en forventning om, at pointene afspejler tilgængeligheden af lokationen, og dermed at pointene afspejler deltagerens indsats og kan måle graden af deltagelse i Gulltrimmen. Hvis pointene ikke fandtes, ville hybriden turmålet heller ikke kunne eksistere, som det er nu, idet turmålene er afhængige af point. Deltagerens forståelse af relationen mellem point og turmål kommer til udtryk gennem deres kommentarer vedrørende pointenes værdi tilknyttet turmålene.

Nye aktører har ført til nye netværk, og det er etableringen af disse netværk, som har ført til forandringer af mødet mellem mennesker og natur.



## 6.2 Netværksmodeller til forståelse af sociale fænomener

Med undersøgelsen har jeg vist, at man kan analysere et socialt fænomen som Gulltrimmen ved at anvende aktør-netværks-teori, idet man analyserer de enkelte aktørers handlinger. Denne analyse har ført til netværksmodeller, som viser aktørernes rolle i det sociale fænomen. Med anvendelse af aktør-netværks-teori har jeg fundet frem til tre netværksmodeller. Disse tager udgangspunkt i tre aktører, som er centrale for fænomenet. De tre aktører er deltageren, turmålet og point. Særlig kendetegnende for fænomenet er turmål og point, og de har vist sig centrale i skabelsen af en hybrid-natur. Disse tre aktører er først og fremmest identificeret gennem appens tekst. De tre modeller viser, hvordan aktørerne er forbundet med hinanden, og hvordan deres handlinger præger netværket.

## 7 Videre forskning

I forlængelse af min undersøgelse kunne det være interessant at foretage fokus-gruppeinterviews blandt deltagerne og på den måde dykke dybere ned i deltagerens oplevelse.

Aktørernes positioner er altid til forhandling. Det ville være interessant at følge Gulltrimmen gennem en årrække og dermed kunne beskrive de forskellige fænomeners netværker gennem de tre modeller. På den måde ville man kunne se, hvordan aktørernes roller og handlinger kunne forandre sig.

### 7.1 Argumentationen for friluftslivet

I min undersøgelse af Gulltrimmen er jeg blevet interesseret i, hvordan individet kopierer argumentationen anvendt i den offentlige debat om værdien af selve aktiviteten. Præger tendensen til det evidensbaserede friluftsliv individets motivation for en given udendørsaktivitet?

Jagten på evidens vil let medføre kvantificering og dataficering af komplekse aktiviteter. Bevilliges der penge til friluftliv, skal der ofte leveres resultater. Derfor værdsætter mange indenfor det organiserede friluftsliv muligheden for at kunne pege på hårde fakta, når nye friluftslivsprojekter skal bemidledes (Wünsche, 2019). Dermed skal friluftsliv være funktionelt, det skal udrette noget og der skal vises til resultater.

Men hvordan vises erfaringer, natur-oplevelserne og følelserne, som er knyttet til det aktive friluftsliv og hvordan kan disse bevises? Og når det så lykkes at kvantificere og bevise, hvad det der friluftsliv er, kan man så være sikker på, at kvantificeringen ikke har medført en simplificering af aktiviteten? Kan det virkelige passe, at deltagerne i Gulltrimmen-konkurrencen kun går ud i naturen for at samle point? Giver alle de sanseindtryk ikke noget og motiverer dem til flere turer? Bækken som risler, birke-træet der springer ud og udsigten der åbner sig på toppen af fjeldet, er det ikke det, som er turlivet?

Hvordan skal det friluftsliv, som ikke kan kvantificeres overleve og varetages, idet der i kvantificeringen af friluftslivet og jagten på evidens kun udvælges de målbare elementer?

Der vokser nye aktiviteter frem såsom Postkassetrim og Stolpejakten. Men sker det på bekostning af det gamle turliv med finansiering og målbarhed for øje? Her er det jo interessant at se på Informant D og Informant L <sup>16</sup>, som netop udtrykker henholdsvis frustration og glæde over implementeringen af digitale teknologier i turlivet (Larsen, 2019).

## 8 Refleksion over egen arbejdsproces

Indledningsvis havde jeg mest interesse i en fænomenologisk tilgang, og jeg havde derfor valgt at fordybe mig inden for dette teoretiske felt og forskningsmetoder. Derfor valgte jeg at tage fordybningsmoduler i kvalitativ metode. Ved projektets begyndelse blev der arbejdet ud fra en tanke om, at det kunne blive aktuelt at gennemføre enkelte dybdeinterviews som supplement til spørgeskemaundersøgelserne. Med en formodning om at vi kunne sende spørgeskemaet ud til i omegnen af 900 tidligere deltagere. Hvis blot 1/3 valgte at deltage i spørgeundersøgelsen, ville dette give ganske omfattende materiale og kræve en kvantitativ tilgang for at holde projektet inden for masterprojektets omfang. Selvom det relativt tidligt i processen tydede på, at antallet af adspurgte ville blive mindre, var der et svagt håb om, at der ville komme en mulighed for at kontakte alle de tidligere deltagere.

---

<sup>16</sup> Se citater s. 63

Jeg blev introduceret til Latour og hans aktør-netværks-teori samtidigt med, at jeg arbejdede på udarbejdelsen af spørgeskemaet og spørgsmålene. Dog havde jeg blot fået en lille introduktion og var i en proces af at få mere forståelse af denne teori, og hvordan den kunne anvendes til dette projekt. Aktør-netværks-teori er en kompleks teori, som spænder vidt. Det som gjorde at den var aktuel for dette projekt, var beskrivelsen af, hvordan et fænomen som Gulltrimmen er komplekst, og for at kunne beskrive denne kompleksitet, må artefakter som indgår i fænomenet også inddrages i billedet. Dette faldt også i tråd med mit ønske om en større indsigt i, hvordan og hvorfor digitale teknologier vinder plads i mange aktiviteter.

Det er dog ikke blot teknologiens betydning som aktør-netværks-teori fremhæver, også miljøet/de fysiske rammer, hvor fænomenet er opstået, tillægges betydning. Med aktør-netværks-teori ville det være muligt at afdække, hvilke elementer som indgik i fænomenet Gulltrimmen, og hvilke roller disse har. Dette passede godt til min undren. Ved at blive kendt med aktør-netværks-teori har jeg fået syn for nye dele af kompleksiteten samt et begrebsapparat, som har hjulpet til beskrivelsen af fænomenet. Dette blik har hjulpet mig til at betragte fænomener med nye øjne og afsløret en omfattende kompleksitet.

Jeg er gennem dette projekt blevet ydmyg over for forståelsen af fænomener. Det har vendt mit blik mod deltagerne, og hvordan de beskriver deres deltagelse eller fravalg af deltagelse, og hvordan en konkurrence som Gulltrimmen kan formes gennem aktørernes deltagelse.

## Bibliografi

- About Quantifiedself.* (17. marts 2020). Hentet fra Quantifiedself:  
<https://quantifiedself.com/about/what-is-quantified-self/>
- Akselberg, Ø. (26.. april 2018). Går for ny Gulltrim. *Bøblad*, s. 31.
- Akselberg, Ø. (26. april 2018). Pilotforskning på Gulltrimmen. *Bøblad*, s. 31.
- Andersen, C., & Kristian Hvidsten. (09. 03 2018). Vi har aldrig været politiske. *tidskrift.dk*. doi:<https://doi.org/10.7146/sl.v0i59.104736>
- Andresen, R. G. (18. 09 2018). *Universitetet i Oslo*. Hentet 23. 04 2020 fra GDPR for ansatte: <https://www.uio.no/for-ansatte/enhetssider/hf/aktuelt/saker/2018/host-2018/gdpr-forskning-og-nytt-personvernregelverk-.html>
- Annette Birkeland, V. E. (01 2018). Personverne og akademisk ytringsfrihed. (V. Enebakk, Red.) *Nytt Norsk Tidsskrift*, s. 44-58. Hentet 02. 04 2020 fra <https://www.dr.dk/nyheder/viden/teknologi/nye-data-regler-saetter-en-stopper-jobansoegninger-mail>
- August Gade Johansen, C. B. (2019). *Gamified participation , Challenging the current participation methods in urban development*. Aalborg: Architecture & Design, Aalborg University.
- Bischoff, A. (2002). *På stier mellom landskap og landskapning*. Oslo: Friluftslivrtts fellesorganisasjon.
- Bischoff, A., & Mytting, I. (2014). *Friluftsliv*. Oslo: Gyldendal undervisning.
- Blok, A., & Jensen, E. T. (2009). *Bruno Latour- Hybride tanker i en hybrid verden*. København: Hans Retzels Forlag.
- Christiani, J. (maj 2019). Tanker om evidens og friluftsliv. *Dansk friluftsliv*, s. 23-27.
- Department of Sociology* . (19. Marts 2020). Hentet fra Univtersity of copenhagen: <https://www.sociology.ku.dk/about/news/deborah-lupton-becomes-an-honorary-doctor-at-university-of-copenhagen/>
- Frisklivssentralen*. (15. Marts 2020). Hentet fra Helsenorge : <https://helsenorge.no/hjelpetilbud-i-kommunen/frisklivssentral>
- GDPR FAQs*. (04. 04 2019). Hentet fra EU GDPR.org: <https://eugdpr.org/the-regulation/gdpr-faqs/>
- Grønmo, S. (2004). *Samfunnsvitenskapelige Metoder* (2. Utgave udg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Gullbring. (10. 4 2019). *Gulltrimmen 2017 poeng*. Hentet fra Gulltrimmen 2017: <http://www.trimpoeng.no/i/gulltrimmen2017/deltakere/>
- Gullbring Kulturinsitution. (20. 08 2018). *Gulltrimmen 2015*. Hentet 13. dec 2017 fra Gulltrimmen:

[https://gullbring.ibooking.no/campaign\\_3/?campaign\\_id=28&trimpoeng=1&action=rankings](https://gullbring.ibooking.no/campaign_3/?campaign_id=28&trimpoeng=1&action=rankings)

- Gulltrimmen. (24. maj 2020). *Gulltrimmen Facebook*. Hentet fra Gultrimmen 2020 facebook: <https://www.facebook.com/gulltrimmen/posts/2636131486674217>
- iBooking AS. (30. marts 2020). *Trimpoeng app*. Hentet fra <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.smallsoft.Trimpoeng>
- Jones, R. L., & Ronlan, L. T. (2017). *What do coaches orchestrate? Unravelling the 'quiddity' of Practice*. Sport, Education and society. doi:10.1080/13573322.2017.128251
- KIWI.no. (16. marts 2020). Hentet fra Kiwi Norge AS: <https://kiwi.no/sunnhetslotteriet/vinn-handlekurvens-verdi/>
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interview* (3. udgave udg.). København: Hans Reitzels forlag.
- lancaster university*. (28. 01 2020). Hentet fra Centter for science studies: [https://www.researchgate.net/post/How\\_can\\_I\\_use\\_Actor\\_Network\\_Theory](https://www.researchgate.net/post/How_can_I_use_Actor_Network_Theory) ; <http://www.lancaster.ac.uk/fass/resources/sociology-online-papers/papers/law-manager-and-his-powers.pdf>
- Larsen, S. n. (maj 2019). kritisket tanker om evidensbaseringen af friluftslivet . *Dansk friluftsliv*, s. 6-9.
- Latour, B. (2006). *Vi har aldrig været moderne*. (C. Sestoft, Ovs.) København: Hans Reitzels forlag.
- Latour, B. (2008). *En Ny So cio lo gi for er nyt samfund*. (C. B. Østergaard, Ovs.) København: Akademisk forlag København.
- Lupton, D. (2017). *The Quantfied Self* . Cambridge : Polity Press.
- Mortensen, C. A. (maj 2019). Evidenshungerende forskning påvirker friluftslivet. *Dansk friluftsliv*, s. 17-20.
- Nesje, H. E. (Red.). (10. november 2017). *Bø blad*. Hentet 04. 13 2020 fra Bø blad, lokal avis for Midt-telemark: <https://boblad.no/2017/11/10/gode-turopplevingar-gulltrimmen/>
- Nome kommune* . (21. 04 2020). Hentet fra Frisklivssentralen Midt-telemark : <https://www.nome.kommune.no/tjenester/helse-omsorg-og-sosiale-tjenester-i-nav/folkehelse-friskliv/friskliv/>
- Norsk Friluftsliv. (05. 03 2020). *Norsk firluftsliv* . Hentet 22. 04 2020 fra Norsk firluftsliv : <https://norskfriluftsliv.no/sosiale-medier-inspirerer-en-av-to-unge-til-a-komme-seg-ut/>
- nrk.no*. (16. april 2020). Hentet fra nrk vestland: [https://www.nrk.no/vestland/kjempeokning-for-stolpejakten-etter-hjemmepaske\\_-\\_trenger-noe-a-gjore-pa-1.14983417](https://www.nrk.no/vestland/kjempeokning-for-stolpejakten-etter-hjemmepaske_-_trenger-noe-a-gjore-pa-1.14983417)

- Owens, J., & Cribb, A. (2019). "My Fitbit thinks I can do better!" Do health promoting wearable technologies support personal Autonomy? *Technol.* 32, 23–38 (2019)., s. 23–38. doi:<https://doi.org/10.1007/s13347-017-0266-2>
- Paget, E., Dimanche, F., & Mounet, J.-P. (2010). A tourism innovation case, an actor-network approach. *Annals of Tourism Reseach*, 37(3), s. 828-847. doi:10.1016/j.annals.2010.02.004
- Rodger, K., Moor, S. A., & Newsome, D. (2009). Wildlife torurisme, Science and actor network theory. *Annals of tourism reseach*(36), s. 645-665. doi:10.1016/j.annals.2009.06.001
- Sandvik, B. A. (21. 05 13). latouts teorier som metaperspektiv på debatten om Evidensbasering helsefag. *Sykepleievitenskap Nursing science*, s. 45-47.
- Strava, Inc. (15. marts 2020). *Strava* . Hentet fra Strava.com: <https://www.strava.com/about>
- Sturød, A. G. (2019). *The snow, The horse and the mountian. Towards a pluriversal understanding of natures and nature-basede tourism in Kyrgyztan (a Doctoral Dissertation)*. Universiti Of south-East Norway, Falculty if humanities, sports and educational Scieces. Bø: usn.
- sykkelen.no*. (23. januar 2017). Hentet fra sykkelen.no: <https://sykkelen.no/utstyr/5-grunner-til-at-syklister-bor-trene-med-watt/>
- Tordsson. (2005). Filuftsliv, begrepsavgrensning forskningsbilde og pradigmer. I *Å svare på naturensåpne tillid* (s. 11-30).
- Trimpoeng. (20. 10 2019). *Trimpoeng.info*. Hentet fra trimpoeng: <https://info.trimpoeng.no/news/2019/3-millioner-turopplevelser>
- Une Nordli, S. T. (2014). *Tjenstedesig som tilnærmning for at å tilrettelegge for naturopplevelser (Masteroppgave)*. Institutt for Produktdesign. Trondheim: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
- Wolf, G. (17. marts 2020). Hentet fra Wired.com: <https://www.wired.com/2009/06/lbnp-knowthyself/>
- Wünsche, T. u. (maj 2019). Når FRI-LUFTS-LIV bliver et akademisk anliggende. *Dansk Friluftsliv*, s. 11-15.

## Vedlæg:

## Vedlæg 1: NSD-ansøgning



## MELDESKJEMA

Meldeskjema (versjon 1.8) for forsknings- og studentprosjekt som medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt (jf. personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter).

1. Intro		
Samles det inn direkte personidentifiserende opplysninger?	Ja ● Nei ○	En person vil være direkte identifiserbar via navn, personnummer, eller andre personentydige kjennetegn.  Les mer om hva <a href="#">personopplysninger</a> er.
Hvis ja, hvilke?	<input type="checkbox"/> Navn <input type="checkbox"/> 11-sifret fødselsnummer <input type="checkbox"/> Adresse <input checked="" type="checkbox"/> E-post <input type="checkbox"/> Telefonnummer <input type="checkbox"/> Annet	NB! Selv om opplysningene skal anonymiseres i oppgave/rapport, må det krysses av dersom det skal innhentes/registreres personidentifiserende opplysninger i forbindelse med prosjektet.  Les mer om hva <a href="#">behandling av personopplysninger</a> innebærer.
Annet, spesifiser hvilke		
Skal direkte personidentifiserende opplysninger kobles til datamaterialet (koblingsnøkkel)?	Ja ● Nei ○	Merk at meldeplikten utløses selv om du ikke får tilgang til <a href="#">koblingsnøkkel</a> , slik fremgangsmåten ofte er når man benytter en <a href="#">databehandler</a> .
Samles det inn bakgrunnsopplysninger som kan identifisere enkeltpersoner (indirekte personidentifiserende opplysninger)?	Ja ● Nei ○	En person vil være <a href="#">indirekte identifiserbar</a> dersom det er mulig å identifisere vedkommende gjennom bakgrunnsopplysninger som for eksempel bostedskommune eller arbeidsplass/skole kombinert med opplysninger som alder, kjønn, yrke, diagnose, etc.
Hvis ja, hvilke	kjønn, alder, yrke, estimert inntekt, bosted (kommune)	NB! For at stemme skal regnes som personidentifiserende, må denne bli registrert i kombinasjon med andre opplysninger, slik at personer kan gjenkjennes.
Skal det registreres personopplysninger (direkte/indirekte/via IP-/e-post adresse, etc) ved hjelp av nettbaserte spørreskjema?	Ja ● Nei ○	Les mer om <a href="#">nettbaserte spørreskjema</a> .
Blir det registrert personopplysninger på digitale bilde- eller videoopptak?	Ja ○ Nei ●	Bilde/videoopptak av ansikter vil regnes som personidentifiserende.
Søkes det vurdering fra REK om hvorvidt prosjektet er omfattet av helseforskningsloven?	Ja ○ Nei ●	NB! Dersom REK (Regional Komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk) har vurdert prosjektet som helseforskning, er det ikke nødvendig å sende inn meldeskjema til personvernombudet (NB! Gjelder ikke prosjekter som skal benytte data fra pseudonyme helseregistre).  <a href="#">Les mer.</a>  Dersom tilbakemelding fra REK ikke foreligger, anbefaler vi at du avventer videre utfylling til svar fra REK foreligger.
2. Prosjektittel		
Prosjektittel	Gulltrimmen 2017. en spørreundersøkelse	Oppgi prosjektets tittel. NB! Dette kan ikke være «Masteroppgave» eller liknende, navnet må beskrive prosjektets innhold.
3. Behandlingsansvarlig institusjon		
Institusjon	Universitetet i Sørøst-Norge	Velg den institusjonen du er tilknyttet. Alle nivå må oppgis. Ved studentprosjekt er det studentens tilknytning som er avgjørende. Dersom institusjonen ikke finnes på listen, har den ikke avtale med NSD som personvernombud. Vennligst ta kontakt med institusjonen.  Les mer om <a href="#">behandlingsansvarlig institusjon</a> .
Avdeling/Fakultet	Fakultet for humaniora, idrett- og utdanningsvitenskap	
Institutt	Institutt for friluftsliv, idrett og kroppsøving	
4. Daglig ansvarlig (forsker, veileder, stipendiat)		

Fornavn	Per Ingvar	Før opp navnet på den som har det daglige ansvaret for prosjektet. Veileder er vanligvis daglig ansvarlig ved studentprosjekt. Les mer om <a href="#">daglig ansvarlig</a> .  Daglig ansvarlig og student må i utgangspunktet være tilknyttet samme institusjon. Dersom studenten har ekstern veileder, kan biveileder eller fagansvarlig ved studiestedet stå som daglig ansvarlig.  Arbeidssted må være tilknyttet behandlingsansvarlig institusjon, f.eks. underavdeling, institutt etc.  NB! Det er viktig at du oppgir en e-postadresse som brukes aktivt. Vennligst gi oss beskjed dersom den endres.
Etternavn	Haukeland	
Stilling	Førsteamanuensis	
Telefon	35952684	
Mobil		
E-post	per.i.haukeland@usn.no	
Alternativ e-post	per.i.haukeland@usn.no	
Arbeidssted	Universitetet i Sørøst Norge	
Adresse (arb.)	postboks 235	
Postnr./sted (arb.sted)	3603 kongsberg	
<b>5. Student (master, bachelor)</b>		
Studentprosjekt	Ja • Nei ○	Dersom det er flere studenter som samarbeider om et prosjekt, skal det velges en kontaktperson som føres opp her. Øvrige studenter kan føres opp under pkt 10.
Fornavn	Vidar	
Etternavn	Lyrstrand	
Telefon	0045 50528299	
Mobil	0047 92314921	
E-post	214147@usn.no	
Alternativ e-post	vidarlyr@gmail.com	
Privatadresse	Hellåsen 24 H0102	
Postnr./sted (privatadr.)	3804 Bø i telemark	
Type oppgave	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masteroppgave</li> <li>○ Bacheloroppgave</li> <li>○ Semesteroppgave</li> <li>○ Annet</li> </ul>	
<b>6. Formålet med prosjektet</b>		
Formål	Formålet er at bedre forstå fenomenet Gulltrimmen gjennom en spørreundersøkelse.	Redegjør kort for prosjektets formål, problemstilling, forskningsspørsmål e.l.
<b>7. Hvilke personer skal det innhentes personopplysninger om (utvalg)?</b>		
Kryss av for utvalg	<input type="checkbox"/> Bamehagebarn <input type="checkbox"/> Skoleelever <input type="checkbox"/> Pasienter <input checked="" type="checkbox"/> Brukere/klienter/kunder <input type="checkbox"/> Ansatte <input type="checkbox"/> Bamevernsbarn <input type="checkbox"/> Lærere <input type="checkbox"/> Helsepersonell <input type="checkbox"/> Asylsøkere <input type="checkbox"/> Andre	Les mer om forskjellige <a href="#">forskningstematikker og utvalg</a> .
Beskriv utvalg/deltakere	Tidligere deltakere af Gulltrimmen, som har registrerte sig med e-post hos angørren Gullbring kulturanleg.	Med utvalg menes dem som deltar i undersøkelsen eller dem det innhentes opplysninger om.
Rekruttering/trekking	Gullbring Kulturanleg vil rekrutere deltaker af spørreskema via registrerte e-post. Ønske om deltakelse i spørreundersøkelse er bekreftede ved sperat e-post til deltakerne.	Beskriv hvordan utvalget trekkes eller rekrutteres og oppgi hvem som foretar den. Et utvalg kan rekrutteres gjennom f.eks. en bedrift, skole, idrettsmiljø eller eget nettverk, eller trekkes fra registre som f.eks. Folkeregisteret, SSB-registre, pasientregistre.
Førstegangskontakt	En egen E-post, men spørsmål om de ønsker at deltake i spørreundersøkelsen.	Beskriv hvordan førstegangskontakten opprettes og oppgi hvem som foretar den.  Les mer om førstegagskontakt og forskjellige utvalg på våre <a href="#">temasider</a> .



Alder på utvalget	<input type="checkbox"/> Barn (0-15 år) <input checked="" type="checkbox"/> Ungdom (16-17 år) <input checked="" type="checkbox"/> Voksne (over 18 år)	Les om forskning som involverer barn på våre nettsider.
Omtrentlig antall personer som inngår i utvalget	500-600	
Samles det inn sensitive personopplysninger?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Les mer om sensitive opplysninger.
Hvis ja, hvilke?	<input type="checkbox"/> Rasemessig eller etnisk bakgrunn, eller politisk, filosofisk eller religiøs oppfatning <input type="checkbox"/> At en person har vært mistenkt, siktet, tiltalt eller dømt for en straffbar handling <input type="checkbox"/> Helseforhold <input type="checkbox"/> Seksuelle forhold <input type="checkbox"/> Medlemskap i fagforeninger	
Inkluderes det myndige personer med redusert eller manglende samtykkekompetanse?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Les mer om pasienter, brukere og personer med redusert eller manglende samtykkekompetanse.
Samles det inn personopplysninger om personer som selv ikke deltar (tredjepersoner)?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Med opplysninger om tredjeperson menes opplysninger som kan identifisere personer (direkte eller indirekte) som ikke inngår i utvalget. Eksempler på tredjeperson er kollega, elev, klient, familiemedlem, som identifiseres i datamaterialet. Les mer.
<b>8. Metode for innsamling av personopplysninger</b>		
Kryss av for hvilke datainnsamlingsmetoder og datakilder som vil benyttes	<input type="checkbox"/> Papirbasert spørreskjema <input checked="" type="checkbox"/> Elektronisk spørreskjema <input checked="" type="checkbox"/> Personlig intervju <input type="checkbox"/> Gruppeintervju <input type="checkbox"/> Observasjon <input type="checkbox"/> Deltakende observasjon <input type="checkbox"/> Blogg/sosiale medier/internett <input type="checkbox"/> Psykologiske/pedagogiske tester <input type="checkbox"/> Medisinske undersøkelser/tester <input type="checkbox"/> Journaldata (medisinske journaler)	<p>Personopplysninger kan innhentes direkte fra den registrerte f.eks. gjennom spørreskjema, intervju, tester, og/eller ulike journaler (f.eks. elevmapper, NAV, PPT, sykehus) og/eller registre (f.eks. Statistisk sentralbyrå, sentrale helseregistre).</p> <p>NB! Dersom personopplysninger innhentes fra forskjellige personer (utvalg) og med forskjellige metoder, må dette spesifiseres i kommentar-boksen. Husk også å legge ved relevante vedlegg til alle utvalgs-gruppene og metodene som skal benyttes.</p> <p>Les mer om registerstudier. Dersom du skal anvende registerdata, må variabeliste lastes opp under pkt. 15</p> <p>Les mer om forskningsmetoder.</p>
	<input type="checkbox"/> Registerdata	
	<input type="checkbox"/> Annen innsamlingsmetode	
Tilleggsopplysninger		
<b>9. Informasjon og samtykke</b>		
Oppgi hvordan utvalget/deltakerne informeres	<input checked="" type="checkbox"/> Skriftlig <input type="checkbox"/> Muntlig <input type="checkbox"/> Informeres ikke	<p>Dersom utvalget ikke skal informeres om behandlingen av personopplysninger må det begrunnes.</p> <p>Les mer. Vennligst send inn mal for skriftlig eller muntlig informasjon til deltakerne sammen med meldeskjema.</p> <p>Last ned en veiledende mal her.</p> <p>Les om krav til informasjon og samtykke.</p> <p>NB! Vedlegg lastes opp til sist i meldeskjemaet, se punkt 15 Vedlegg.</p>
Samtykker utvalget til deltakelse?	<input checked="" type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nei <input type="radio"/> Flere utvalg, ikke samtykke fra alle	<p>For at et samtykke til deltakelse i forskning skal være gyldig, må det være frivillig, uttrykkelig og informert.</p> <p>Samtykke kan gis skriftlig, muntlig eller gjennom en aktiv handling. For eksempel vil et besvart spørreskjema være å regne som et aktivt samtykke.</p> <p>Dersom det ikke skal innhentes samtykke, må det begrunnes. Les mer.</p>
Innhentes det samtykke fra foreldre for ungdom mellom 16 og 17 år?	Ja <input checked="" type="radio"/> Nei <input type="radio"/>	Les mer om forskning som involverer barn og samtykke fra unge.
Hvis nei, begrunn		
<b>10. Informasjonssikkerhet</b>		
Hvordan oppbevares navnelisten/ koblingsnøkkel og hvem har tilgang til den?	Spørreskjema gjennomføres gjennom Nettskjema. Universitetet i Oslo, Universitetet i Sørøst Norge	

Oppbevares direkte personidentifiserbare opplysninger på andre måter?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
Spesifiser		NB! Som hovedregel bør ikke direkte personidentifiserende opplysninger registreres sammen med det øvrige datamaterialet. Vi anbefaler <a href="#">koblingsnøkkel</a> .
Hvordan registreres og oppbevares personopplysningene?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ På server i virksomhetens nettverk</li> <li><input type="checkbox"/> Fysisk isolert PC tilhørende virksomheten (dvs. ingen tilknytning til andre datamaskiner eller nettverk, interne eller eksterne)</li> <li><input type="checkbox"/> Datamaskin i nettverkssystem tilknyttet Internett tilhørende virksomheten</li> <li><input type="checkbox"/> Privat datamaskin</li> <li><input type="checkbox"/> Videoopptak/fotografi</li> <li><input type="checkbox"/> Lydopptak</li> <li><input type="checkbox"/> Notater/papir</li> <li><input type="checkbox"/> Mobile lagringsenheter (bærbar datamaskin, minnepenn, minnekort, cd, ekstern harddisk, mobiltelefon)</li> <li><input type="checkbox"/> Annen registreringsmetode</li> </ul>	<p>Merk av for hvilke hjelpemidler som benyttes for registrering og analyse av opplysninger.</p> <p>Sett flere kryss dersom opplysningene registreres på flere måter.</p> <p>Med «virksomhet» menes her behandlingsansvarlig institusjon.</p> <p>NB! Som hovedregel bør data som inneholder personopplysninger lagres på behandlingsansvarlig sin forskningsserver.</p> <p>Lagring på andre medier - som privat pc, mobiltelefon, minnepenne, server på annet arbeidssted - er mindre sikkert, og må derfor begrunnes. Slik lagring må avklares med behandlingsansvarlig institusjon, og personopplysningene bør krypteres.</p>
Annen registreringsmetode beskriv		
Hvordan er datamaterialet beskyttet mot at uvedkommende får innsyn?	Brukernavn og passord. Der vil bli brukt et offisielt program for netundersøkelse. (Nettskjema) Som har særlig fokus på personvern.	Er f.eks. datamaskintilgangen beskyttet med brukernavn og passord, står datamaskinen i et låsbart rom, og hvordan sikres bærbar enheter, utskrifter og opptak?
Samles opplysningene inn/behandles av en databehandler (ekstern aktør)?	Ja <input checked="" type="radio"/> Nei <input type="radio"/>	Dersom det benyttes eksterne til helt eller delvis å behandle personopplysninger, f.eks. Questback, transkriberingsassistent eller tolk, er dette å betrakte som en <a href="#">databehandler</a> . Slike oppdrag må kontraktreguleres.
Hvis ja, hvilken	Nettskjema	
Overføres personopplysninger ved hjelp av e-post/Internett?	Ja <input checked="" type="radio"/> Nei <input type="radio"/>	F.eks. ved overføring av data til samarbeidspartner, databehandler mm.
Hvis ja, beskriv?	Bare Inndrkte personopplysninger, kjønn, yrke, boplass(komune), estimert inntekt.	<p>Dersom personopplysninger skal sendes via internett, bør de krypteres tilstrekkelig.</p> <p>Vi anbefaler ikke lagring av personopplysninger på nettskytjenester. Bruk av nettskytjenester må avklares med behandlingsansvarlig institusjon.</p> <p>Dersom nettskytjeneste benyttes, skal det inngås skriftlig databehandleravtale med leverandøren av tjenesten. <a href="#">Les mer</a>.</p>
Skal andre personer enn daglig ansvarlig/student ha tilgang til datamaterialet med personopplysninger?	Ja <input checked="" type="radio"/> Nei <input type="radio"/>	
Hvis ja, hvem (oppgi navn og arbeidssted)?	Biveileider : Tommy langseth, USN.	
Utleveres/deles personopplysninger med andre institusjoner eller land?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Nei</li> <li><input type="radio"/> Andre institusjoner</li> <li><input type="radio"/> Institusjoner i andre land</li> </ul>	F.eks. ved nasjonale samarbeidsprosjekter der personopplysninger utveksles eller ved internasjonale samarbeidsprosjekter der personopplysninger utveksles.
<b>11. Vurdering/godkjenning fra andre instanser</b>		
Søkes det om dispensasjon fra taushetsplikten for å få tilgang til data?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	For å få tilgang til taushetsbelagte opplysninger fra f.eks. NAV, PPT, sykehus, må det søkes om <a href="#">dispensasjon fra taushetsplikten</a> . Dispensasjon søkes vanligvis fra aktuelt departement.
Hvis ja, hvilke		
Søkes det godkjenning fra andre instanser?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	I noen forskningsprosjekter kan det være nødvendig å søke flere tillatelser. Søkes det f.eks. om tilgang til data fra en registreier? Søkes det om tillatelse til forskning i en virksomhet eller en skole? Les mer om <a href="#">andre godkjenninger</a> .
Hvis ja, hvilken		
<b>12. Periode for behandling av personopplysninger</b>		
Prosjektstart	24.05.2018	Prosjektstart Vennligst oppgi tidspunktet for når kontakt med utvalget skal gjøres/datainnsamlingen starter.
Planlagt dato for prosjektslutt	01.08.2019	Prosjektslutt: Vennligst oppgi tidspunktet for når datamaterialet enten skal anonymiseres/slettes, eller arkiveres i påvente av oppfølgingsstudier eller annet.

Skal personopplysninger publiseres (direkte eller indirekte)?	<input type="checkbox"/> Ja, direkte (navn e.l.) <input type="checkbox"/> Ja, indirekte (identifiserende bakgrunnsopplysninger) <input checked="" type="checkbox"/> Nei, publiseres anonymt	Les mer om <a href="#">direkte</a> og <a href="#">indirekte</a> personidentifiserende opplysninger.  NB! Dersom personopplysninger skal publiseres, må det vanligvis innhentes eksplisitt samtykke til dette fra den enkelte, og deltakere bør gis anledning til å lese gjennom og godkjenne sitater.
Hva skal skje med datamaterialet ved prosjektslutt?	<input checked="" type="checkbox"/> Datamaterialet anonymiseres <input type="checkbox"/> Datamaterialet oppbevares med personidentifikasjon	NB! Her menes datamaterialet, ikke publikasjon. Selv om data publiseres med personidentifikasjon skal som regel øvrig data anonymiseres. Med anonymisering menes at datamaterialet bearbeides slik at det ikke lenger er mulig å føre opplysningene tilbake til enkeltpersoner.  Les mer om <a href="#">anonymisering av data</a> .
<b>13. Finansiering</b>		
Hvordan finansieres prosjektet?	internt via, USN, eksterne finansiering: avventes	Fyller ut ved eventuell eksterne finansiering (oppdragsforskning, annet).
<b>14. Tilleggsopplysninger</b>		
Tilleggsopplysninger		Dersom prosjektet er del av et prosjekt (eller skal ha data fra et prosjekt) som allerede har tilrådning fra personvernombudet og/eller konsesjon fra Datatilsynet, beskriv dette her og oppgi navn på prosjektleder, prosjektittel og/eller prosjektnummer.
<b>15. Vedlegg</b>		
Vedlegg	Antall vedlegg: 3. <ul style="list-style-type: none"> <li>• interview.docx</li> <li>• til_alle_som_deltager_.pdf</li> <li>• bakgrunn.docx</li> </ul>	

## Vedlegg 2: NSD-godkendelse



Per Ingvar Haukeland

3800 BØ I TELEMARK

Vår dato: 02.07.2018

Vår ref: 61203 / 3 / BGH

Deres dato:

Deres ref:

## Forenklet vurdering fra NSD Personvernombudet for forskning

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 20.06.2018.

Meldingen gjelder prosjektet:

61203	<i>Gulltrimmen 2017. en spørreundersøkelse</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Sørøst-Norge, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Per Ingvar Haukeland</i>
Student	<i>Vidar Lyrstrand</i>

### Vurdering

Etter gjennomgang av opplysningene i meldeskjemaet med vedlegg, vurderer vi at prosjektet er omfattet av personopplysningsloven § 31. Personopplysningene som blir samlet inn er ikke sensitive, prosjektet er samtykkebasert og har lav personvernulempe. Prosjektet har derfor fått en forenklet vurdering. Du kan gå i gang med prosjektet. Du har selvstendig ansvar for å følge vilkårene under og sette deg inn i veiledningen i dette brevet.

### Vilkår for vår vurdering

Vår anbefaling forutsetter at du gjennomfører prosjektet i tråd med:

- opplysningene gitt i meldeskjemaet
- krav til informert samtykke
- at du ikke innhenter [sensitive opplysninger](#)
- veiledning i dette brevet
- Universitetet i Sørøst-Norge sine retningslinjer for datasikkerhet

### Veiledning

#### Krav til informert samtykke

Utvalget skal få skriftlig og/eller muntlig informasjon om prosjektet og samtykke til deltakelse.

Informasjon må minst omfatte:

- at Universitetet i Sørøst-Norge er behandlingsansvarlig institusjon for prosjektet
- daglig ansvarlig (eventuelt student og veileder) sine kontaktopplysninger
- prosjektets formål og hva opplysningene skal brukes til

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

- hvilke opplysninger som skal innhentes og hvordan opplysningene innhentes
- når prosjektet skal avsluttes og når personopplysningene skal anonymiseres/slettes

På nettsidene våre finner du mer informasjon og en veiledende mal for [informasjonsskriv](#).

#### Forskningsetiske retningslinjer

Sett deg inn i [forskningsetiske retningslinjer](#).

#### Meld fra hvis du gjør vesentlige endringer i prosjektet

Dersom prosjektet endrer seg, kan det være nødvendig å sende inn endringsmelding. På våre nettsider finner du svar på hvilke [endringer](#) du må melde, samt endringskjema.

#### Opplysninger om prosjektet blir lagt ut på våre nettsider og i Meldingsarkivet

Vi har lagt ut opplysninger om prosjektet på nettsidene våre. Alle våre institusjoner har også tilgang til egne prosjekter i [Meldingsarkivet](#).

#### Vi tar kontakt om status for behandling av personopplysninger ved prosjektslutt

Ved prosjektslutt 01.08.2019 vil vi ta kontakt for å avklare status for behandlingen av personopplysninger.

### Gjelder dette ditt prosjekt?

#### Dersom du skal bruke databehandler

Dersom du skal bruke databehandler (ekstern transkriberingsassistent/spørreskjemaleverandør) må du inngå en databehandleravtale med vedkommende. For råd om hva databehandleravtalen bør inneholde, se [Datatilsynets veileder](#).

#### Hvis utvalget har taushetsplikt

Vi minner om at noen grupper (f.eks. opplærings- og helsepersonell/forvaltningsansatte) har [taushetsplikt](#). De kan derfor ikke gi deg identifiserende opplysninger om andre, med mindre de får samtykke fra den det gjelder.

#### Dersom du forsker på egen arbeidsplass

Vi minner om at når du [forsker på egen arbeidsplass](#) må du være bevisst din dobbeltrolle som både forsker og ansatt. Ved rekruttering er det spesielt viktig at forespørsel rettes på en slik måte at frivilligheten ved deltakelse ivaretas.

Se våre nettsider eller ta kontakt med oss dersom du har spørsmål. Vi ønsker lykke til med prosjektet!

Vennlig hilsen

Dag Kiberg

## Vedlegg 3: Brev til informanter

## DELTAKELSE I SPØRREUNDERSØKELSE

## «GULLTRIMMEN»

Takk for at du har sagt deg villig til å delta i en spørreundersøkelse om Gulltrimmen. Denne eposten går til dere som har satt dere opp på en epostliste via Gullbring AS og som deltok i Gulltrimmen for 2017. Spørreundersøkelsen er del av et forskningsprosjekt, utarbeidet i samarbeid mellom Universitetet i Sør-øst Norge og Gullbring AS. Undersøkelsen vil også bli brukt i et masterprosjekt, gjennomført av Vidar Lyrstrand. Gulltrimmen er et interessant fenomen som vi finner over hele landet, og som vi ønsker å forstå bedre.

Undersøkelsen går gjennom verktøyet *Nettskjema* som driftes av Universitetet i Oslo. Verktøyet anonymiserer alle data, slik at det ikke går an å knytte besvarelsen til ditt navn, IP-adresse eller epost. Vi har ingen mulighet til å identifisere persondata i forbindelse med selve skjemaet. Behandling av data følger Norsk Senter for Forskningsdata (NSD) sine regler og retningslinjer. Prosjektet er godkjent av NSD og i henhold til personvernregelverket.

Resultatene fra undersøkelsen vil bli brukt til publisering og i forbindelse med masteroppgaven, og de deles med Gullbring AS som kan offentliggjøre hovedfunn. Vi kan bruke sitater som er nedskrevet under de åpne spørsmål, men disse vil også være anonymisert. Så ingenting vil bli knyttet til deg som person. Etter at vi er ferdig med våre analyser og publisering av materiale, vil alle data bli slettet (maksimum 2 år).

Om du ønsker å være med i undersøkelsen, samtykker du ved å klikke på lenken under. Da vil du bli sendt til et skjema med rundt 40 spørsmål. Det tar omtrent 30 minutter å svare på disse og besvarelsen kan foregå på PC, mobil eller nettbrett.

Hvis du har spørsmål til studien, ta kontakt med: Prosjektansvarlig Per Ingvar Haukeland ved USN Campus Bø: [per.i.haukeland@usn.no](mailto:per.i.haukeland@usn.no). Du kan også ta kontakt direkte med NSD, om du ønsker det på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)).

Lenke til undersøkelsen: <https://skjema.uio.no/gulltrimmen>

Vi takker på forhånd for din deltakelse!

Med vennlig hilsen

Per Ingvar Haukeland, prosjektansvarlig

Vidar Lyrstrand, masterstudent

[per.i.haukeland@usn.no](mailto:per.i.haukeland@usn.no)

[214147@usn.no](mailto:214147@usn.no)

## Vedlæg 4: Spørgeskema

Gulltrimmen – Vis - Nettskjema

<https://nettskjema.uio.no/user/form/preview.html?id=98807>**Gulltrimmen**

Side 1

**BAKGRUNN****Alder**

- 16-20
- 20-29
- 30-39
- 40-49
- 50-59
- 60-69
- 70-

**Kjønn**

- Kvinne
- Mann

**Boplass**

- Ee
- Sauherad
- Nome
- Annet

**Utdannelse**

- Videregående skole
- Fagskole/yrkesfaglig opplæring
- Universitet- og høgskole, kort (1-4år)
- Universitet- og høgskole, lang(+ 4 år)

**Inntekt pr. mnd. før skatt**

Velg ...

**Yrkesgruppe**

- Bedriftsleder
- Akademiker
- Lærer
- Kontorjobb
- Salgs- og serviceyrket
- Bonde, fisker m.m
- Håndverker
- Proses- og maskinoperatør, transportarbeider m.m
- Renhold, hjelpearbeider
- Student
- Arbeidsledig
- Annet

**Størrelse husstand**

Hvor mange medlemmer er det i din husstand?

- 1

- 2
- 3
- 4
- 5
- 6- eller flere

Sideskift

Side 2

**DIN DELTAKELSE I GULLTRIMMEN****Når deltok du i Gulltrimmen?**

- 2015
- 2016
- 2017
- 2018

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Når deltok du i Gulltrimmen?»: 2018

**Hvordan var din aktivitet i Gulltrimmen 2018 i forhold til 2017?**

- Mer aktiv
- Omtrent like aktiv
- Mindre aktiv
- Vet ikke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Når deltok du i Gulltrimmen?»: 2017

**Hvor mange innsjekkinger hadde du i Gulltrimmen 2017?**

- Ingen
- 1-5 innsjekkinger
- 6- 15 innsjekkinger
- Mer enn 16 innsjekkinger

**Er du engasjert i andre fritidsaktiviteter enn Gulltrimmen?**

Kryss av de som gjelder for deg

- Generelt friluftsliv
- Frivillige organisasjoner
- Politisk arbeid
- Hagearbeid
- Kulturarrangementer
- Treningssenter
- Organisert idrett
- Organiserte turer
- Annet

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Er du engasjert i andre fritidsaktiviteter enn Gulltrimmen?»: Annet

**Hvilke andre fritidsaktiviteter er du engasjert i?**

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Er du engasjert i andre fritidsaktiviteter enn Gulltrimmen?»: Generelt friluftsliv

**Hvor aktiv i friluftsliv var du FØR Gulltrimmen 2017?**

(Med friluftsliv menes også turer i nærmaturen)

- Hver dag



- 1-2 ganger i uken
- 3-5 ganger i uken
- 1-2 ganger i måneden
- 3-5 par ganger i måneden
- 1-5 ganger i året
- Aldri

**Hvor aktiv i friluftsliv var du ETTER Gulltrimmen 2017?**

- Hver dag
- 1-2 ganger i uken
- 3-5 ganger i uken
- 1-2 ganger i måneden
- 3-5 par ganger i måneden
- 1-5 ganger i året
- Aldri

Sideskift

Side 3

**FYSISK AKTIVITET****Hvor mange ganger var du fysisk aktiv i løpet av en uke - FØR Gulltrimmen 2017?**

Med fysisk aktivitet menes perioder på minimum 30 minutter der pulsen er høyere enn vanlig

- 1 gang i uka
- 2 ganger i uka
- 3 ganger i uka
- 4 ganger i uka
- 5 ganger i uka
- 6 eller flere ganger i uka

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Er du engasjert i andre fritidsaktiviteter enn Gulltrimmen?»: Organisert idrett

**Deltok du i organisert idrett FØR Gulltrimmen 2017?**

I så fall, hvor ofte?

- 1-2 ganger i uken
- 3-5 ganger i uken
- 1-2 ganger i måneden
- 3-5 ganger i måneden
- 1-5 ganger i året
- Aldri

**Kombinerer du Gulltrimmen med treningsstudio eller annen type tilrettelagt trening?**

- Ja
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Kombinerer du Gulltrimmen med treningsstudio eller annen type tilrettelagt trening?»: Ja

**Hvordan kombinerer du Gulltrimmen med tilrettelagt trening innendørs?**

Dette kan dreie seg om bruk av treningsstudio, svømmehall og organisert treningstilbud

- Jeg brukte tilrettelagt trening mer før Gulltrimmen
- Jeg brukte tilrettelagt trening mer etter Gulltrimmen
- Jeg bruker tilrettelagt trening omtrent på samme nivå som før og etter Gulltrimmen

**Hvor mange ganger er du i fysisk aktivitet i løpet av en uke - ETTER Gulltrimmen 2017?**

Med fysisk aktivitet menes perioder på minimum 30 minutter der pulsen er høyere enn vanlig

- 1 gang i uka
- 2 ganger i uka
- 3 ganger i uka
- 4 ganger i uka
- 5 ganger i uka
- 6 eller flere ganger i uka

	Veldig viktig	Noe viktig	Viktig	Mindre viktig	Ikke viktig	Vet ikke
Hvor viktig har Gulltrimmen vært for at du er fysisk aktiv?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er muligheten for å samle poeng viktig for deg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er premiering viktig for deg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er det viktig at du kjenner andre som deltar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor viktig er din plassering på resultatlista for deg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor viktig er det å sammenlikne seg med andre på lista?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hva er viktig for deg med tanke på din deltakelse i Gulltrimmen?

	Veldig viktig	Noe viktig	Viktig	Mindre viktig	Ikke viktig	Vet ikke
Å gå på tur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Å utforske/finne nye turruter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Å oppdage nærmiljøet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Å gå på tur sammen med andre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At du kjenner andre som også deltar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At det er en konkurranse som du kan delta i	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#### Går du alene på tur?

- Ja, for det meste
- Ja, noen ganger
- Aldri
- Ønsker ikke å svare

#### Går du på tur sammen med andre?

I så fall, hvem går du sammen med?

- Ja, ektefelle/partner/samboer
- Ja, andre familiemedlemmer
- Ja, venner
- Ja, kollegaer
- Ja, turlag
- Ja, andre
- Nei
- Ønsker ikke å svare

#### Har du satt deg noen mål for din deltakelse i Gulltrimmen?

(eks: minimum 1 tur/uke, ligge innenfor topp 50 på resultatlista, komme i form, etc.)

- Ja
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Har du satt deg noen mål for din deltakelse i Gulltrimmen?»: Ja

#### I så fall, hva var ditt/dine mål?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Har du satt deg noen mål for din deltakelse i Gulltrimmen?»: Ja

#### Har du justert på målene dine i løpet av konkurransen?

- Ja, jeg har justert opp (gjort det vanskeligere)
- Ja, jeg har justert ned (gjort det lettere)
- Nei, jeg har hold meg til de samme målene hele veien
- Jeg har tilføyd flere/andre mål

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Har du satt deg noen mål for din deltakelse i Gulltrimmen?»: Ja

#### Klarte du å nå målene dine?

- Ja
- Ja, jeg gjorde det bedre enn målet mitt
- Nei, men fortsatte å jobbe målrettet uansett
- Nei, jeg gikk bort i fra målsettingen min
- Vet ikke

#### Beskriv din fysiske form

- Dårlig form
- Rimelig god form
- God form
- Meget god form
- Godt trent
- Vet ikke

Sideskift

Side 4

### KONKURRANSE, SOSIALE MEDIER OG TEKNOLOGI

#### Deltar du ofte i organiserte idretts- eller fritidskonkurranser?

Hvor mange arrangementer har du vært meldt på i løpet av det siste året?

(løp, konkurranse, fellesturer osv.)

- Ingen
- 1
- 2-3
- 3-5
- 5-8
- 8- eller flere

	Aldri	Noen ganger	Ofte	Som regel
Deler du innsjekkingene dine på sosiale medier?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deler du bilder fra tur på sosiale medier?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte tror du at andre deler sine turopplevelser på sosiale medier?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#### I hvor stor grad er du enig i følgende utsagn?

	I stor grad	I noe grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Vet ikke
--	-------------	------------	--------------	----------------------	----------

**Bruk av teknologien**

	Flere ganger daglig	Daglig	Flere ganger ukentlig	Ukentlig	Flere ganger månedlig	Månedlig	Sjeldnere	Ikke aktuelt
Hvor ofte bruker du Gulltrimmen Appen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte sjekker du din/andres plassering i konkurransen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte sjekker du Facebook?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte poster eller kommenterer du på oppslag på Facebook?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte sjekker du Instagram?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor ofte poster eller kommenterer du bilder på Instagram?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Logger du turene dine på annet vis?**

- Ja  
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Logger du turene dine på annet vis?»: Ja

**Hvis ja, hvordan logger du turen? (beskriv kort)**

**Hvor enig er du i følgende utsagn?**

	Veldig enig	Enig	Delvis enig	Ikke enig	Vet ikke
Jeg føler meg sikker på teknologi i hverdagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg opplever at teknologi kan stjele oppmerksomhet fra andre aktiviteter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg holder meg oppdatert på ny teknologi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Teknologi bidrar positivt til de fysiske aktivitetene jeg driver med	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg ønsker å ta i bruk de trackingmuligheter som finnes i større grad enn tidligere	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har kjøpt en tracking enhet, men bruker den mindre etterhvert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det er interessant å tracke meg selv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg bruker ofte teknologi med fokus på tracking for å optimere treningen min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg tracker først og fremst for moro skyld	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tracking spiller en viktig rolle med tanke på min motivasjon til å trene	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Tror du det forekommer juksing i Gulltrimmen?**

- Ja  
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Tror du det forekommer jukse i Gulltrimmen?»: Ja

#### Hvis ja, hvordan jukse de?

- En person sjekker inn for flere
- Bruker apper som lurer GPS'en
- Andre måter

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvis ja, hvordan jukse de?»: Andre måter

#### Hvilke andre måter mener du det jukes på?

#### Gi en kort beskrivelse av hva annet du har kjøpt/fått

#### Hvordan bruker du Gulltrimmen appen når du er på tur?

Her kan du krysse av flere alternativ

- Jeg klikker inn så raskt jeg kan, selvom jeg ikke har nådd destinasjone helt
- Jeg bruker kartfunksjonen som ligger i appen til å orientere meg
- Jeg går lengre enn jeg ellers ville for å komme til punktet der jeg klikke meg inn
- Om jeg glemte telefonen, ville jeg snudd for å hente den
- Det hender jeg glemmer å klikke meg inn
- Hovedpoenget med turen er å sanke poeng
- Jeg bruker nå også andre apper på telefonen på turer utenom Gulltrimmen

Hva er det viktigste du får ut av Gulltrimmen?

Hvor enig er du i følgende utsagn ?

	Veldig enig	Enig	Delvis enig	Ikke enig	Vet ikke
Jeg kommer i bedre form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg føler med bedre mentalt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg får mer generelt overskudd i hverdagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg oppdager nye steder i lokalmiljøet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg får være med i en konkurranse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg får mange gode naturopplevelser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg bygger gode vaner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#### Hva annet finner du viktig ved Gulltrimmen?

#### Andre ting du ønsker å kommentere med Gulltrimmen?

Gulltrimmen – Vis - Nettskjema

<https://nettskjema.uio.no/user/form/preview.html?id=98807>

**TAKK FOR DIN BESVARELSE!**

Se nylige endringer i Nettskjema (v482\_0rc1)

## Vedlæg 5: Åbne svar fra informanter

## Informant A

- Det må tas en grundig gjennomgang på poengfordelingen ved de ulike turmålene! Man får mange poeng for lette turer og relativt lite igjen for tunge turer. Flere av turmålene kan få bedre beskrivelse ang startpunkt og merking av sti i GPS.

## Informant B

- Tok et tresifret antall poster, og tror jeg ville blitt motivert til å passere 100 tidligere, om det også var en bonus for 100 ulike turmål, slik det er bonus for 20 og 50. Videre syns jeg man kunne ha strukket poengskalaen mer, og gitt mer poeng til virkelig seige turer (Trognatten, Røysdalsnuten o.l.). At Røysdalsnuten skal gi like mange poeng som Tørrskanken, henger ikke helt på greip. Enn si at Stasnibb skulle være verdt 50 poeng, når den er raskere å gå enn mange 30-poengere. Uansett et prima opplegg med mange fantastiske turmål! Men Øytangen vil jeg ikke besøke igjen, den myggbefengte sumpen.

## Informant C

- Lettere å komme seg ut når en har et mål.

## Informant D

- Til oppsummeringsspørsmålet: Det jeg har merket av som viktig handler om hva som generelt er viktig ved friluftsliv for meg, det er ikke gulltrimmen som får meg ut på tur og dette hadde jeg fått uten gulltrimmen. Generelle kommentarer til gulltrimmen: For meg var opplevelsen av konkurranse negativ. Jeg ble litt grepet av konkurranseaspektet til å begynne med, men opplevde fort at det faktisk virket begrensende på friluftslivet mitt. Jeg gikk færre turer/ruter som jeg er glad i, men prioriterte turer som lett kunne gi poeng. Jeg gikk ikke mer eller mindre på tur med Gulltrimmen, men jeg gikk annerledes. Og turopplevelsen min ble mindre givende. Jeg liker også å gå tur uten mobil, dette ble «ødelagt» av poengjakten. Derfor valgte jeg etterhvert å ikke sjekke inn, vendte tilbake til mitt gamle turliv og la ofte igjen telefonen hjemme. I 2018 har jeg derfor ikke brukt appen, bortsett fra til å hente fram mulige turmål hvis jeg er andre steder i området, der jeg er mindre kjent og det kan passe med en

avstikker og tur på veien. Dvs som idebank og GPS. Gulltrimmen kan fort føre til mer bilkjøring - til andre turmål - enn nærturene man kan gå hjemmefra. Det er jo ikke videre positivt.

#### Informant E

- Det er mye lettere å plukke poeng på turmål i Nome, kontra tunge turer i Bø og Sauherad. Dette burde vært mer variasjon på poeng etter vanskelighetsgrad på turer.

#### Informant F

- Veldig fin motivasjon for å komme seg ut på tur:-)

#### Informant G

- Det er stor forskjell på innsjekkings steder i forhold til poeng, noen steder er det bratt og strevsomt og lite poeng. Noen steder er det mye poeng og lite strev for å nå målet !

#### Informant H

- Fungerer ofte dårlig i forhold til å finne riktig posisjon. Opplever ofte at jeg faktisk er på riktig sted for innsjekking, mens appen sier at jeg er et annet sted. Dette gjør at jeg bruker appen sjeldnere og sjeldnere, fordi den blir et irritasjonsmoment.

#### Informant I

- Gulltrimmen har vært en fantastisk gulerot til å komme mer ut enn jeg ellers ville gjort. De siste to år er gått med til kreftbehandling og ettervirkninger av behandling. Aktiviteten har vært en del høyere enn den ellers ville vært. Ulempen har vært at jeg blir helt hekta, og en enkelt handletur tar en evighet fordi jeg må innom diverse sjekkpunkter på veien! Ellers synes jeg det er en fantastisk mulighet til å se nye steder jeg aldri ville kommet på å besøke hvis det ikke hadde ligget et sjekkpunkt der.

#### Informant J

- Supert tilbud - håper det fortsetter! Kan gjerne skille litt mer i poengene for lange og korte turer enn det som ble gjort i 2018:-)



## Informant K

- takk for eit flott tilbod, det må dere fortsette med, men kanskje litt fleire premier

## Informant L

- Kunne ønske meg at gulltrimmen startet 1.april eller 15.april. Hvis snøen har forsvunnet, så er det veldig motiverende å begynne tidligere. Ellers så er det et fantastisk tiltak, og mange perler som en oppdager i Midt-Telemark.

## Informant M

- Jeg føler det er veldig mange innsjekk i Bø og Sauherad, spesielt Bø, også 5 poengs turer i forhold til Lune og Ulefoss!!! Dere bør også få med næringslivet i Nome på å levere premier. Bruk også Kanalen til markedsføring. Føler også at premieringen på slutten av sesongen blir i konflikt med hva som annonseres på begynnelsen av sesongen. Da ble det informert om at ALLE over 300 poeng er med på premieutdeling, og så ender dere opp med å gi førstepremien til en av de som er på topp20 i poeng. **MEGET DEMOTIVERENDE. HOLD DERE TIL PLANEN SOM ER DISTRIBUTUERT PÅ BEGYNNELSEN AV SESONGEN.** Hadde selv mange poeng og var på topp100, men snakker på vegne av alle som hadde over 300 poeng.