



Speciale på kandidatuddannelsen i folkesundhedsvidenskab

Anna Pi Bønnerup Bjerkén (cmr149)

Evaluering af Køge Herreklubber.

*En realistisk evaluering af hvad der virker for hvilke mænd under
hvilke betingelser i forebyggelsen af ensomhed og mistrivsel.*

Engelsk titel: Evaluation of the intervention Køge Herreklubber. A realist evaluation of what works for which men under what circumstances in the prevention of loneliness and poor wellbeing.

Vejleder: Sarah Fredsted Villadsen

Afleveringsdato: 01/07/2026

Antal anslag med mellemrum: 179.911

Institutnavn:	Institut for Folkesundhedsvidenskab
Name of department:	Department of Public Health
Forfatter(e):	Anna Pi Bønnerup Bjerkén
Titel og evt. undertitel:	Evaluering af Køge Herreklubber. En realistisk evaluering af hvad der virker for hvilke mænd under hvilke betingelser i forebyggelsen af ensomhed og mistrivsel.
Title / Subtitle:	Evaluation of the intervention Køge Herreklubber. A realist evaluation of what works for which men under what circumstances in the prevention of loneliness and poor wellbeing.
Emnebeskrivelse:	Evaluering, Forebyggelse, Sundhedsfremme og sundhedsadfærd, Kvalitativ metode
Vejleder:	Sarah Fredsted Villadsen
Afleveret den:	01. juli 2026
Antal tegn:	179.911 anslag

Indholdsfortegnelse

ABSTRACT	5
TAK TIL	6
1. INTRODUKTION	7
1.1. Formål og problemformulering	8
2. BAGGRUND OM MÆND OG SUNDHED	9
2.1. Sundhedsinterventioner rettet mod mænd.....	11
2.2. Interventioner, der arbejder med at styrke fællesskabet.....	12
2.3. Køge Herreklubber	14
2.4. Specialets positionering.....	19
3. PROBLEMINDKREDSNING	20
3.1. Indledende hypotese og programteori	20
4. MIN FORFORSTÅELSE	22
5. VIDENSKABSTEORETISK POSITION.....	24
6. EVALUERINGSTILGANG	26
6.1. Tre faser i realistisk evaluering	27
6.2. Programteori.....	29
7. METODE	34
7.1. Litteratursøgning.....	35
7.2. Det realistiske interview	36
7.3. Deltagerobservation	38
7.4. Dataindsamling – interviews og observation.....	38
7.5. Databehandling - kvalitative interviews og observation	41
8. TEORI.....	43
8.1. Sense of Community: Oplevelse af fællesskabet	43
9. ETISKE OVERVEJELSER	46
10. ANALYTISK TILGANG	47
11. ANALYSE	51
11.1. Aktører	51
11.2. Kontekst	52
11.3. Herreklubbernes virkningsmekanismer.....	59
11.4. Opsamling	77
12. DISKUSSION.....	80
12.1. Fund i lyset af eksisterende litteratur og teori	80
12.2. Diskussion af specialets metode.....	85
13. PERSPEKTIVERING	93
13.1. Anbefalinger til praksis.....	93
13.2. Anbefalinger til videre forskning	94
14. KONKLUSION	96

REFERENCELISTE.....	97
BILAG.....	103
Bilag 1: Flowchart over struktureret litteratursøgning	103
Bilag 2: Interviewguide til nøgleaktører	104
Bilag 3: Interviewguide til mænd	110
Bilag 4: Observationsguide	115
Bilag 5: Karakteristika for nøgleaktører	117
Bilag 6: Karakteristika for mænd fra herreklubberne	118
Bilag 7: Forfinet programteori	119

Abstract

Background: Many men live with loneliness and social isolation, yet we still know too little about how to engage men in community-based or preventive interventions. Køge Herreklubber [local community clubs for men] in Køge Municipality were established to strengthen men's wellbeing through low-threshold, community-based activities. This study examines how the clubs create inclusive and committed communities, and which contextual factors and mechanisms support or hinder men's participation, retention, and co-creation.

Methods: A realist evaluation approach was applied, drawing on interviews with key stakeholders (n = 5) and participating men (n = 7), as well as observation in one of the clubs. The analysis was presented as a programme theory and ICAMO-configurations explaining how different groups of men interact with the resources offered by the clubs.

Results: Archetypes of men's context were identified, each interacting differently with the clubs' resources. When men are selected for tasks or encouraged to contribute to the group, association-oriented men gain space to use where their sense of responsibility is valued, socially seeking men develop deeper bonds and a sense of mattering, and vulnerable men feel trusted in ways that build courage and self-esteem. The three archetypes also responded differently to the clubs' thorough inclusion and personal recruitment, as it shaped their pathways into participation, small-scale health-related activities stimulated engagement in distinct ways, and locally anchored activities strengthened their sense of belonging to the community.

Conclusion: This study shows how Køge Herreklubber create inclusive and committed communities by activating mechanisms that support men's participation, retention, and co-creation. The clubs' resources interact with men's different contexts, shaping their engagement and explaining why the intervention works in distinct ways. Overall, the study demonstrates how a community-based intervention can reduce loneliness and distress and function effectively for men with diverse backgrounds. These insights can inform the development of future initiatives aimed at improving wellbeing among working-age men.

Tak til

Fra undertegnede skal der lyde en stor tak til dem, der har hjulpet og støttet mig i processen med udarbejdelsen af nærværende speciale.

Først og fremmest, vil jeg gerne takke alle de personer, som har bidraget med information til evalueringen, både for deres generelle deltagelse og for at dele deres perspektiver med mig. Hele evalueringen er bygget op omkring, at I har brugt tid og energi på at dele med mig, hvorfor jeg virkelig er taknemmelig for jeres bidrag.

Jeg vil også gerne takke min vejleder, Sarah Fredsted Villadsen, som har hjulpet mig igennem processen med specialeskrivning og guidet mig i forhold til evalueringstilgang, metode og til og fravalg derved. En af mine største læringer fra specialeskrivningen har været alle de til- og fravalg man gør sig undervejs. Dette har Sarah også støttet mig godt i, hvilket jeg er meget taknemmelig for.

Dernæst vil jeg gerne takke, Cathrine Berggreen Smidt og Henrik Borggren fra Køge Kommune, Lærke Mygind Grønfeldt og Christina Bjørk Petersen fra Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, samt Karsten Kjær og Thomas Wibling fra Køge Herreklubber. De har alle været årsag til, at dette specialeprojekt er kommet på benene. Derudover har deres støtte og nysgerrighed undervejs i udarbejdelsen, virkelig været værdsat, herunder i særdeleshed Lærkes gode perspektiver og indspark.

Karsten Kjær fortjener også en ekstra tak, grundet hans store hjælp i forbindelse med rekruttering af informanter og generelt adgang til felten.

Til sidst vil jeg gerne takke min familie og kæreste, for den gode støtte de har givet mig undervejs.

Anna Pi Bønnerup Bjerkén, juli 2026

1. Introduktion

Ensomhed og mistrivsel er et voksende folkesundhedsproblem i Danmark og prævalensen af ensomhed er steget markant i over 20 år (Girault et al., 2024). Selvom ensomhedsprævalensen er størst hos unge kvinder (Girault et al., 2024), viser andre undersøgelser imidlertid at mænd kan føle sig mere ensomme end kvinder og oplever mere social isolation, når der måles på sociale og emotionelle ensomhedsmål (Mary Fonden, 2024, Jensen et al., 2026). Ensomhed og svage sociale relationer er forbundet med både dårligere fysisk og mental sundhed (Leigh-Hunt et al., 2017, Mary Fonden, 2024, Park et al., 2020), hvilket understreger behovet for indsatser, der kan styrke sociale fællesskaber og modvirke isolation (Yu et al., 2023).

Samtidig ved vi, at mænd deltager mindre i sundhedsfremmende indsatser end kvinder (Nordentoft and Madsen, 2020), og at mænd i den erhvervsaktive alder kan være sårbare i perioder præget af tab af netværk, mistrivsel eller begyndende isolation (von Soest et al., 2020, Nicolaisen et al., 2023). Der mangler imidlertid viden om, hvordan man får brudt disse dynamikker, og hvordan man skaber og fastholder mænds deltagelse i fællesskaber og forebyggende tilbud.

Køge Herreklubber er et eksempel på en lokalt forankret civilsamfundsindsats, der har til formål at mindske mistrivsel og ensomhed hos mænd (Køge Herreklubber, u.å.-c). Der findes andre initiativer i Danmark, som også arbejder med, at mænd får opbygget et stærkere socialt netværk, herunder eksempelvis Mænds Mødesteder, Hemingway klubberne og Ældresagens mandefællesskaber (Ældresagen, 2026, Hemingway Club, u.å., Mænds Mødesteder, u.å.). De fleste af disse initiativer er dog hverken lokalt forankrede eller drevet af civilsamfundet, men derimod drevet af NGO'er eller kommuner. Samtidig henvender mange af disse tilbud sig i højere grad til personer, som allerede er sårbare, for eksempel personer der oplever ensomhed, allerede har et manglende socialt netværk kombineret med sundhedsudfordringer eller manglende tilknytning til arbejdsmarkedet. Derudover retter øvrige initiativer sig ofte mod ældre mænd, hvilket efterlader et behov for indsatser målrettet mænd i den erhvervsaktive alder, som endnu ikke er i en sårbar position, men som meget vel kan komme det. Der mangler derfor viden om, hvordan en indsats som Køge Herreklubber påvirker både lokalsamfundet og de mænd, der indgår i Herreklubberne. Køge Herreklubber evalueres som en kompleks intervention med udgangspunkt i definitionen af komplekse interventioner i MRC-frameworket (Petersen et al., 2022, Skivington et al., 2021). Væsentligt i den nyeste version af MRC-frameworket er, at der arbejdes gennemgående med fokus på kontekst, interessenter og løbene udvikling af programteori i alle faser, og at disse

kerneelementer både påvirker alle faserne og bliver påvirket deraf (Petersen et al., 2022). Derfor vil der kontinuerligt i specialet være et perspektiv på de kontekstuelle faktorer, interventionens komponenter og forandringsmekanismer, da de alle er komponenter, som påvirker interventionens kompleksitet og måden hvorpå man kan evaluere denne. I forlængelse heraf trækker specialet på realismen, hvor fænomener forstås som resultatet af underliggende mekanismer, der aktiveres i bestemte kontekster (Mukumbang et al., 2019, Andersen, 2022). Dette gør det muligt at undersøge ikke blot om herreklubberne virker, men hvordan, for hvem og under hvilke betingelser de skaber forandring.

1.1. Formål og problemformulering

Formålet med specialet er at undersøge, hvordan Køge Herreklubber, som lokal forankret indsats, bidrager til at mindske ensomhed og mistro, samt beskrive hvilke elementer, der understøtter rekruttering, fastholdelse og deltagelse af mænd i herreklubberne. Med udgangspunkt i realismen undersøges det hvordan kontekstuelle forhold og deltagernes forskellige forudsætninger påvirker, hvilke mekanismer der aktiveres i herreklubberne (Andersen, 2022). Gennem observationer og kvalitative interviews af flere omgange, undersøges oplevelsen af deltagelse og fællesskabet i herreklubberne samt hvilke mekanismer og kontekster, som har påvirkning derpå.

Den overordnede problemformulering for specialet er;

Hvordan skaber herreklubberne inkluderende og forpligtende fællesskaber, og hvilke kontekstuelle faktorer og mekanismer understøtter eller hæmmer deltagelse, fastholdelse og medskabelse?

Problemformuleringen vil blive belyst gennem følgende forskningsspørgsmål;

Hvilke ræsonnementer aktiveres hos mændene gennem deltagelse i herreklubberne?

Hvilke kontekstuelle forhold interagerer med og aktiverer interventionens mekanismer i herreklubberne?

2. Baggrund om mænd og sundhed

I følgende baggrundsafsnit præsenteres centrale perspektiver fra eksisterende litteratur om mænds sundhed, herunder mænds fysiske og mentale sundhed sammenholdt med kvinders og mænds sundhed i forhold til alder og uddannelse. Derefter præsenteres sundhedsinterventioner og fællesskabsindsatser, som sammen med viden om mænd og sundhed udgør vidensgrundlaget for specialet. Køge Herreklubber som indsats beskrives sidst i dette afsnit.

WHO peger på, i deres brede forståelse af sundhed, at sundhed er en tilstand af fysisk, mental og social trivsel og ikke blot fravær af sygdom (WHO, u.å.). På baggrund af dette ser man dokumenterede forskelle i sundhed mellem mænd og kvinder i Danmark, både hvad angår sundhedsadfærd samt mentale og somatiske sygdomme (Jensen et al., 2026, Jensen et al., 2024). Mænd i Danmark har blandt andet højere dødelighed ved iskæmisk hjertesygdom og alkoholrelaterede sygdomme (Birk et al., 2024). Derudover rapporterer mænd globalt set oftere tendens til overvægt, lavere indtag af grøntsager, flere samtidige risikofaktorer og lavere niveau af fysisk aktivitet end kvinder (OECD, 2025).

Forskning viser også, at mænd deltager mindre i sundhedsfremmende aktiviteter end kvinder. Et svensk studie finder, at mænd udviser mindre interesse for sundhedsfremme end kvinder og har lavere engagement i forebyggende adfærd (von Bothmer and Fridlund, 2005), hvilket kan være med til at forstærke mændenes eksisterende sundhedsproblemer. Hertil kommer også, at mænds sundhedskompetence, dvs. deres evne til at forstå og bruge informationer om sundhed (Madsen et al., 2009), ofte er lavere end kvinders (von Wagner et al., 2007), hvilket kan gøre det vanskeligere at navigere i sundhedssystemet og opsøge hjælp.

Mænd har generelt kortere levetid end kvinder, og denne forskel forstærkes, når man inkluderer uddannelsesniveau, da det særligt er mænd med grundskole som højest fuldførte uddannelse, som har lavere levetid sammenholdt med kvinder og med mænd med højere uddannelse (Nordentoft and Madsen, 2020, Kjærulff et al., 2024). Dette skyldtes blandt andet, at ufaglærte eller mænd med lav socioøkonomisk position i højere grad er enlige og at det er svære at varetage egen sundhed, når man er alene og dermed også kan være mere tilbøjelige til at blive ensomme (Niedzwiedz et al., 2016, Madsen, 2025).

Danske undersøgelser viser, at mænd i højere grad end kvinder oplever at mangle nogen at snakke med og være fortrolige med, hvilket begge er ting, der kan føre til ensomhed (Manderådet, u.å., Mary Fonden, 2024). Dertil beskrives det også i den nationale sundhedsprofil fra 2025, at mænd i højere grad end kvinder har tegn på social isolation, hvilket omfatter en sammenfatning af i højere grad at bo alene, være mindre fysisk eller digitalt i kontakt med venner, familie og bekendte, og være mere uden for uddannelse eller arbejdsmarkedet (Jensen et al., 2026). Fra 55-årsalderen er andelen af mænd med tegn på social isolation stigende og andelen af mænd med tegn på social isolation er størst hos dem med lavest uddannelse (Jensen et al., 2026).

Denne udvikling skal ses i lyset af, at prævalensen af ensomhed generelt er steget markant i mere end 20 år, hvilket blandt andet kan hænge sammen med ændringer i samfundets sociale strukturer, herunder øget individualisering, flere, der bor alene (WHO Regional Office for Europe, 2018, Girault et al., 2024) samt generel lav kontaktfrekvens, dårligt mentalt helbred og manglende emotionel støtte (Dahlberg et al., 2022, Smale et al., 2022).

Der er desuden en kobling mellem ensomhed generelt og sundhedsadfærd. Danske data viser, at fysisk inaktivitet er forbundet med lavere selv vurderet sundhed, overvægt og at være ugift (Zimmermann et al., 2008). Samtidig viser forskning, at fritids- og kulturaktiviteter med stærk lokal tilknytning beskytter mod ensomhed (Smale et al., 2022) og at opbygning af nye fortrolige relationer kan forbedre både fysisk- og psykisk helbred (Cornwell and Laumann, 2015).

Samtidig viser studier fra nordiske lande, at mænds ensomhed og sociale isolation varierer på tværs af livsfaser og kontekster. Studier fra Norge viser blandt andet, at ensomhed for mænd er stigende med alderen, men at det også kan fremkomme i særlige perioder midt i livet, blandt andet omkring 40-årsalderen, hvor fravær af partner, lav vennekontakt og helbredsproblemer kan øge risikoen (Nicolaisen et al., 2023, von Soest et al., 2020). Derudover beskrives det, at mænd i den erhvervsaktive alder kan opleve særligt sårbare perioder, hvor relationstab, helbredsudfordringer, arbejdspress eller ændringer i livssituation kan udløse eller forstærke ensomhed (Madsen, 2025). Madsen beskriver tilmed, at overgangen fra et arbejdsliv til pensionering også kan ramme hårdt hos mænd, da de mister deres faste rutine og de mennesker, som de normalt omgås i dagligdagen (Madsen, 2025). Det er netop i disse perioder, at risikofaktorer for sygdom og mistrivsel har tendens til at akkumulere, hvilket taler ind i, at manglende sociale relationer og lav deltagelse i fællesskaber kan forstærke spiraler af dårligere sundhed (Cornwell and Laumann, 2015, Smale et al., 2022).

Dette understreger behovet for at udvikle mere målgrupperelevante indsatser for mænd i den erhvervsaktive alder, for både at samle op på de mænd, som er blevet ramt af fysisk sygdom eller psykiske problemstillinger, men i lige så høj grad forebygge problemer, der kan opstå i fremtiden for mændene.

2.1. Sundhedsinterventioner rettet mod mænd

Overordnet set viser forskning i sundhedsinterventioner målrettet mænd, at mænd ofte motiveres af konkrete, målbare forbedringer, sociale relationer og praktiske, genkendelige rammer.

I et finsk studie har Korkiakangas et al. (2011) fundet, at interventioner med fokus på fysisk aktivitet kan reducere risikoen for type 2-diabetes blandt mænd, og at mænd motiveres af at følge deres vægt, mærke forbedringer i fysisk form og opleve øget mentalt overskud.

Sociale relationer i forbindelse med træning fremhæves også som en vigtig motivationsfaktor. Dette understøttes i et skotsk studie af Kelly et al. (2021), som viser, at interventioner for mænd kan lykkes bedst, hvis de kombinerer praktiske og sociale aktiviteter i et inkluderende miljø, der styrker både sundhedsadfærd og evnen til at håndtere sygdom. Danske og skotske studier viser tilsvarende, at relationel støtte, humor og kontakt med andre mænd er afgørende for fastholdelse (Zimmermann et al., 2008, Gray et al., 2009).

Derudover beskriver tidligere forskning tilmed, at praktiske rammer med lav tærskel og samvær med andre mænd, gør det lettere at rekruttere og fastholde mænd. Sportskontekster, herunder fodboldklubber, har vist sig effektive i England til at rekruttere og fastholde mænd, også de mænd, som man normalt kan have svært ved at nå med øvrige sundhedstilbud (Pringle et al., 2013, Pringle et al., 2014). Donnachie et al. (2012) finder desuden, at det skotske Football Fans in Training-program tiltrækker overvægtige mænd i høj risiko for sygdom, netop fordi det kombinerer fællesskab og genkendelige aktiviteter og er i et mandefokuseret format.

Det nævnes desuden af Madsen (2025), at mænd trives i fora, hvor de kan lave manuelle ting sammen og hvor situationen giver mulighed for at skabe dybere samtaler med andre. Samtidig kan uformelle fællesskaber, der er proaktive, mandevenlige og kønsensitive, f.eks. Mænds Mødesteder, AGF Walks eller MÆNDtal (AGF, u.å., Depressionsforeningen, u.å., Mænds Mødesteder, u.å.) virke mere tiltalende for mænd frem for ”terapi” (Reinicke, 2025).

På trods af denne viden mangler der fortsat indsigt i, hvordan interventioner bedst designes og forankres for at understøtte rekruttering, fastholdelse og aktiv deltagelse blandt mænd, herunder særligt blandt mænd i den erhvervsaktive alder, hvor sårbare perioder og akkumulerede risikofaktorer kan gøre deltagelse vanskelig.

2.2. Interventioner, der arbejder med at styrke fællesskabet

Forskning viser, at fællesskabsbaserede indsatser kan skabe rammer, som mænd i højere grad engagerer sig i end traditionelle sundhedstilbud, blandt andet fordi de tilbyder meningsfulde aktiviteter og uformelle relationer.

I et dansk studie af Rasmussen et al. (2018) undersøges et community-baseret fitnesscenter. Undersøgelsen viser, at deltagelse og fastholdelse især understøttes af meningsfulde fællesskaber, som opstår gennem social interaktion og gennem tilstedeværelsen af aktører, som deltagerne kan spejle sig i. Derudover lægges der tilmed vægt på at deres eget medansvar og medejerskab er en vigtig del af fastholdelsen, ligesom oplevelsen af at være værdifuld er vigtig (Rasmussen et al., 2018). Deltagerne oplevede både øget fysisk og mental sundhed på baggrund af interventionen og fik øget deres motivation til at fortsætte.

Husk et al. (2016) viser i et review at lokalt forankrede aktiviteter, der involverer fællesskab, natur, frivillighed og praktiske opgaver kan forbedre trivsel og skabe relationer mellem deltagerne. Det sociale element er centralt og interventioner lykkes bedst, når de er tæt på borgerens hverdag. Studier som undersøger Men's Sheds, et fællesskabskoncept for mænd der både findes i Australien, England, Skotland, Canada og Danmark, viser tilsvarende, at fællesskaber for mænd med praktiske aktiviteter, uformelle samtaler og lokal forankring kan fremme mental og fysisk sundhed, øge social deltagelse og reducere isolation (Foster et al., 2018, Foettinger et al., 2022).

Flere studier understøtter desuden, at mænd deltager mere aktivt, når fællesskabet opleves som trygt og overskueligt. Ruiz et al. (2019) viser, at lav social sammenhængskraft i lokalområdet øger depressive symptomer, fordi mangel på kontrol og tryghed svækker den psykologiske beskyttelse. Dette understreger betydningen af lokale fællesskaber som psykologisk beskyttelsesfaktor. Stancliffe et al. (2015) beskriver desuden, at deltagelse i fællesskaber med støtte fra mentorer øger social tilfredshed og deltagelse i fællesskabet. Både Ruiz et al. og Stancliffe et al. understøtter

dermed forståelsen af, at tryghed og støtte er mekanismer, som gavner fællesskabet, men der mangler stadig viden om hvordan disse rammer kan skabes for mænd, der ikke allerede søger fællesskaber.

Ud over tryghed og psykologisk sikkerhed, beskrives det også i tidligere studier, at meningsfulde og genkendelige aktiviteter kan have indvirkning på, om fællesskabet virker (Reynolds et al., 2015, Lindsay-Smith et al., 2018, Madsen, 2025). Lindsay-Smith et al. (2018) viser, at medlemskab af lokale aktivitetsfællesskaber reducerer ensomhed og øger social støtte, særligt når deltagerne deler interesser og mødes om konkrete aktiviteter. Effekten er særlig stærk efter livsforandringer som at gå på pension eller flytning. Reynolds et al. (2015) viser desuden i deres studie af mandespecifikke fællesskaber, at mænds deltagelse styrkes, når aktiviteterne er meningsfulde, genkendelige og giver mulighed for involvering. Meningsfuldhed er altså centralt i en fællesskabsindsats, men der mangler viden om, hvilke aktiviteter der bedst medfører denne meningsfuldhed.

Fællesskaber beskrives også som velfungerende, når de er praktiske, aktivitetsbaserede og uformelle. Madsen (2025) fremhæver, at mænd foretrækker fællesskaber, hvor relationer opstår gennem aktivitet og ikke gennem formelle samtaler. Praktiske opgaver, bevægelse og håndværksprægede aktiviteter fungerer som en social genvej, der gør det lettere for mænd at deltage, åbne sig og udvikle dybere relationer (Madsen, 2025). Christensen et al. (2006) finder desuden, at gruppesammenhold i motionsfællesskaber skabes gennem social sammensætning, instruktørernes evner og selve aktiviteten, og at dette sammenhold styrker deltageres self-efficacy og fastholdelse i fysisk aktivitet. Vi ved derfor, at aktivitetsbaserede fællesskaber virker, men i mindre grad hvordan de også tiltrækker mænd, der ikke allerede er fysisk aktive.

Endelig viser tidligere litteratur også, at fællesskaber virker, når de er faciliterende og giver plads til forskellige mandetyper. Reinicke (2025) peger på, at mange mænd oplever det som vanskeligt at opsøge nye fællesskaber og være sårbare i dem, blandt andet på grund af maskulinitetsnormer, der vægter selvstændighed og handlekraft. Derudover beskriver Madsen (2025), at struktur, forudsigelighed og tryghed særligt vigtigt for de mere sårbare mænd. Facilitering af et rum, hvori man kan arbejde med fællesskab og sårbarhed på trods af maskulinitetsnormer, er altså en central mekanisme, i hvert fald for nogle mænd. Dog mangler vi viden om, hvilke typer af facilitering der virker for hvilke mænd.

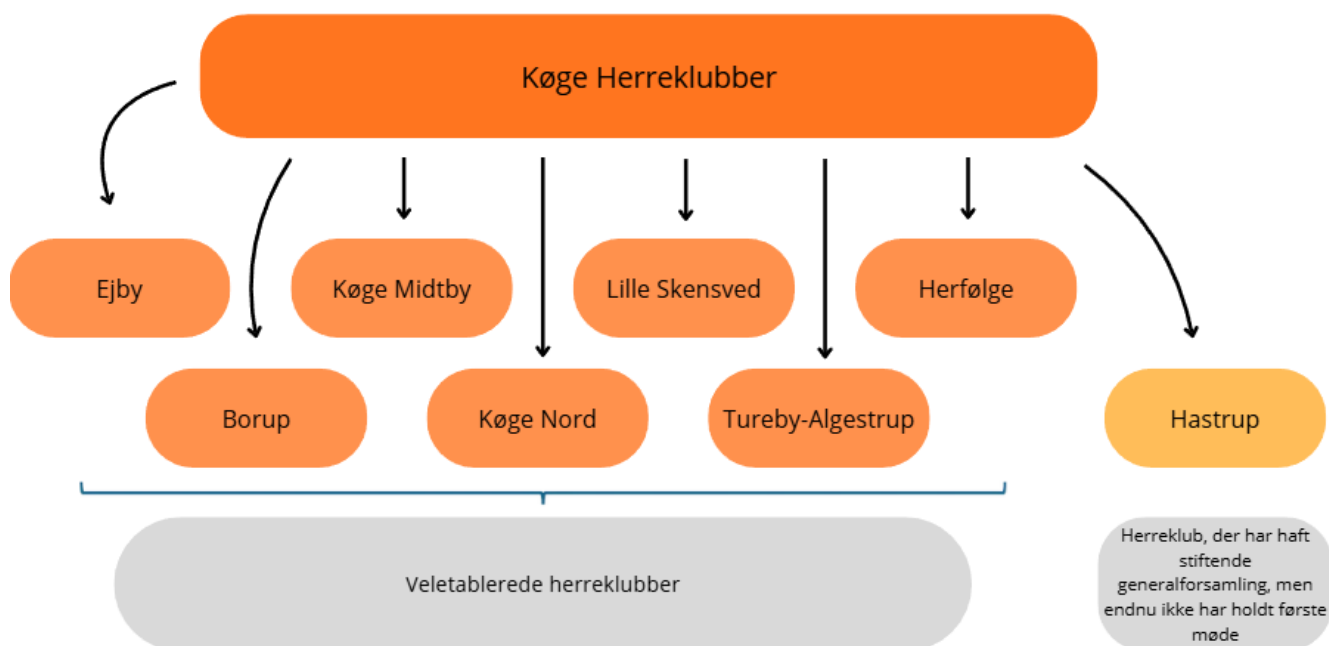
I Danmark findes der flere mandefællesskaber, som viser potentiale for fællesskabsindsatser for mænd, herunder blandt andet Køge Herreklubber og Mænds Mødesteder. Evalueringer af Mænds Mødesteder viser, at lokal tilgængelighed og nærhed er vigtigt for deltagelse (Madsen, 2016). Netværket.dk, faciliteret af Forum for Mænds Sundhed, giver et overblik over de mange fællesskaber for mænd i Danmark, herunder gåfællesskaber, foredrag, praktiske værkstedsaktiviteter og Fars Legestue (Forum for Mænds Sundhed, u.å.). Dog henvender mange af disse tilbud sig primært til ældre mænd eller specifikke målgrupper, og der er færre fællesskaber i de geografiske områder, hvor behovet for sociale relationer blandt mænd er størst.

Samlet peger forskningen på, at fællesskabsbaserede indsatser virker, når de skaber tryghed og psykologisk sikkerhed, er faciliterede, bygger på meningsfulde aktiviteter, er nære og aktivitetsbaserede og giver mulighed for involvering. Dog mangler der fortsat viden om, hvordan sådanne indsatser bedst designes og organiseres, så de rekrutterer, fastholder og skaber deltagelse blandt mænd, særligt blandt mænd i den erhvervsaktive alder, hvor sårbare perioder og akkumulerede risikofaktorer kan gøre deltagelse vanskelig.

2.3. Køge Herreklubber

Køge Herreklubber er en paraplyforening med underlæggende lokalt forankrede fællesskaber rundt omkring i Køge Kommune, der har til hensigt at skabe inkluderende sociale miljøer, underherreklubber, for mænd i lokalsamfundet (Køge Herreklubber, u.å.-c). Køge Herreklubber er med til at opstarte de forskellige underherreklubber samt at fremme fællesskaber og udvikle på medlemmernes lyst til at engagere sig og tage ansvar i foreningernes aktiviteter i herreklubberne (Køge Herreklubber, u.å.-e). Den først oprettede lokale herreklub i Køge blev stiftet i slutningen af 2022. Siden er hovedforeningen blevet oprettet i 2025 og der er nu otte underherreklubber i Køge Kommune, som har haft en stiftende generalforsamling, hvoraf syv af herreklubberne allerede fungerer som velfungerende klubber med faste medlemmer. Formændene fra hver af de otte herreklubber er alle med i bestyrelsen for Køge Herreklubber og fungerer som frivillige ressourcepersoner, som står for facilitering i hver af de selvstændige herreklubber.

Figur 1: Overblik over Køge Herreklubber



Herreklubbernes overordnede formål er at skabe trygge og inkluderende fællesskaber for mænd gennem lokale aktiviteter og oplevelser og samtidig forebygge ensomhed og mistrivsel og styrke det lokale sammenhold (Køge Herreklubber, u.å.-c). Herreklubberne henvender sig primært til mænd i den erhvervsaktive alder, der har manglet et fællesskab de kunne være en del af eller nogle at dele interesser med (Køge Herreklubber, u.å.-b). Derudover værnes der i herreklubberne om de maskuline værdier, samtidig med at der skabes et trygt og meningsfuldt miljø, hvor det er muligt at danne relationer, deltage i aktiviteter og bidrage positivt til lokalsamfundet (Køge Herreklubber, u.å.-b).

2.3.1. Den først oprettede herreklub

Den først oprettede herreklub blev stiftet inden paraplyforeningen, Køge Herreklubber, og er derfor den herreklub, som de øvrige underherreklubber drager på erfaringer fra. Den først oprettede herreklub blev oprettet med det formål, at mænd i byen skulle have et sted, hvor de kunne samles.

Denne herreklub har 52 medlemmer og en lang venteliste. Nærværende evaluering af Køge Herreklubber vil primært basere sig på erfaringer, kilder og viden fra den først oprettede herreklub, hvorfor denne vil fungere som empirisk case for undersøgelsen. Det skyldes hovedsageligt at det er den herreklub, der har fungeret i længst tid og derfor også den herreklub, som har haft mest tid til at prøve forskellige koncepter af.

2.3.2. Køge Herreklubbers kontekst

Køge Herreklubber er etableret som et civilsamfundsinitiativ, skabt og drevet af frivillige, og dermed ikke som et kommunalt tilbud. Indsatsen henvender sig til erhvervsaktive mænd med forskellige grader af sårbarhed, sociale netværk og civilstatus, herunder også mænd, der oplever begrænset social kontakt, mistrivsel eller manglende tilknytning til fællesskaber. Et centralt fokus er at inkludere mænd, som ikke nødvendigvis er ressourcestærke eller foreningsvante, og som ofte ikke opsøger traditionelle sundheds- og forebyggelsestilbud.

Køge Herreklubber understøttes organisatorisk af et partnerskab med formål om at fremme mænds sundhed og trivsel mellem Køge Kommune og Steno Diabetes Center Sjælland (Region Sjælland, 2023). Partnerskabet understøtter Køge Herreklubber med økonomisk støtte til etablering af herreklubber i flere lokalsamfund og derudover med løbende sparring i forhold til sundhed og validering (Køge Kommune, 2024). Køge Kommune bidrager desuden med mobilisering og rekruttering af deltagere til herreklubberne samt med relevante sundhedsfaglige kompetencer. Kommunens støtte udspringer blandt andet af, at Køge Kommunes sundhedspolitik fra 2024 har fokus på at få flere i kommunen med i et fællesskab og samtidig gøre det nemmere at være forening og frivillig i kommunen (Køge Kommune, u.å.-b). Indsatsen harmonerer desuden med Køge Kommunes beskrivelse af ”Fremtidens Køge Kommune”, hvor det beskrives, at kommunen ikke kan løfte forebyggelsesopgaven alene, men må invitere blandt andet civilsamfund og foreninger med ind i nye partnerskaber (Køge Kommune, u.å.-a). Arbejdet med herreklubberne repræsenterer netop denne form for samskabelse, hvor lokale kræfter, frivillighed og kommunale ressourcer bringes i spil for at styrke læring, trivsel og sundhed.

Køge Herreklubber samarbejder samtidig med lokale institutioner som sognegårde, medborgerhuse, idrætsforeninger og biblioteker, der blandt andet stiller lokaler til rådighed.

Indsatser som Køge Herreklubber har tilmed en politisk opmærksomhed. Der eksisterer for nuværende et nationalt momentum for indsatser, der adresserer ensomhed blandt mænd. Dette ses blandt andet ved afvikling af Men’s Health Week hos Forum for Mænds Sundhed i 2026, hvor fokus var på fællesskaber (Forum for Mænds Sundhed, 2026). Samtidig er der i forbindelse med en kommende folkesundhedslov under sundhedsreformen også et fokus på at styrke civilsamfundets rolle i forebyggelsesarbejdet (Indenrigs- og Sundhedsministeriet, 2024a).

2.3.3. Herreklubbernes aktiviteter

For at forstå, hvordan Køge Herreklubber fungerer i praksis, og hvilke rammer der understøtter mændenes deltagelse og udvikling af fællesskaber, beskrives her de centrale organisatoriske og praksisnære aktiviteter, der foregår i henholdsvis Køge Herreklubber og i de underliggende herreklubber.

I Køge Herreklubber arbejdes der hele tiden med udvikling for at skabe de bedste rammer for mændene i underherreklubberne og for at få mændene inkluderet i fællesskaberne på en grundig måde, så de overgår til at være ”fast deltager” i herreklubberne. Som præsenteret i et internt projektdokument for herreklubberne, arbejder Køge Herreklubber med en ”inklusionstrappe” med forskellige trin, som skal gøre inklusionen af sårbare mænd nemmere. Inklusionstrappen består blandt andet af elementer som opsøgende rekruttering og buddy-ordning, hvor nye medlemmer kobles med erfarne herreklubmedlemmer. Derudover er der også fokus på en efterværnsindsats, hvori en kontakt til tidligere medlemmer opretholdes efter deres ophør i herreklubben.

Herreklubberne omtales desuden som værende forpligtende fællesskaber, hvor man har en reel interesse i, at alle bidrager med noget til fællesskabet for at få noget ud af det (Køge Herreklubber, u.å.-d).

Ud over de overordnede aktiviteter i Køge Herreklubber som helhed, har de forskellige underherreklubber også aktiviteter og praksisser, som finder sted. Mange af de aktiviteter og måder at gøre tingene på, som blev udviklet i den først oprettede herreklub, er efterfølgende blevet videreført og tilpasset i de øvrige klubber. Fredagsmøder er en af hovedaktiviteterne i herreklubberne. Her mødes mændene en fredag hver måned og bruger aftenen sammen. Under fredagsmødet er der forskellige faste underaktiviteter. På fredagsmødet er der først en herremiddag hvor mændene får et festligt måltid og drikke. Efterfølgende er der forskellige indslag, herunder oplæg af en udefrakommende oplægsholder, kaffe og kage, quiz omhandlende et af medlemmerne i herreklubben og ølsmagning.

Ud over fredagsmøderne bliver mændene også en del af et udvalg, når de er medlem i herreklubben. På den måde får alle et ansvarsområde i herreklubben, for at signalere, at man skal forpligte sig, hvis man er med i herreklubben. Udvalgene er mange og forskellige fra herreklub til herreklub, men eksempler herpå kan være madudvalg, hvor man laver mad til fredagsmøderne, klargørings- og oprydningsudvalg, kageudvalg, frivilligudvalg, hvor man planlægger og koordinerer herreklubbens

frivillige arbejde, eller inklusionsudvalg, hvor man arbejder med at inkludere nye medlemmer på en grundig måde og styrke relationerne i herreklubben generelt (Køge Herreklubber, u.å.-a).

I den først oprettede herreklub findes der desuden også et ”Det’ Bare Mænd-udvalg”, som driver og planlægger aktiviteter i undergrenen Det’ Bare Mænd. Det’ Bare Mænd¹ er en undergren under den først oprettede herreklub, hvori der arbejdes med at støtte hinanden i at opnå individuelle livsstilsmaal. Aktiviteterne i Det’ Bare Mænd har et mere sundhedsrettet fokus, men er frivillige at deltage i, når man er med i herreklubben. Aktiviteterne, som Det’ Bare Mænd-udvalget står for, er blandt andet gåture, bordtennis, floorball, bålbad og månedlige sundhedsrettede foredrag. I den først oprettede herreklub foregår de fleste af Det’ Bare Mænd-aktiviteterne ugentligt.

Den først oprettede herreklub arbejder desuden ud fra nogle principper for at kortlægge, hvordan man bør agere i rummet for at få det til at fungere bedst muligt.

De 8 principper er:

1. Optræd åben og imødekommende
2. Vær nysgerrig på medlemmer
3. Udvis rummelighed og empati
4. Del dine interesser
5. Giv af dig selv og dine styrker
6. Deltag til events og i udvalg
7. Vær frivillig aktiv
8. Forbliv tålmodig og vedholden

Principperne er ikke noget, som de for nuværende har etableret i de øvrige underherreklubber.

¹ Navnet på undergrenen Det’ Bare Mænd er inspireret af filmen The Full Monty [Oversat til dansk: Det’ Bare Mænd]

Herreklubberne har generelt også et fokus på frivillighed, hvor medlemmerne i herreklubben engagerer sig i lokalsamfundet og hjælper til under kulturnat eller andre arrangementer, som kan bruge ekstra hænder.

2.4. Specialets positionering

I de seneste år har der været fokus på at styrke forebyggelse og sundhedsfremme i lokalsamfundet. Det ser vi blandt andet i forslaget til den nye Folkesundhedslov, Sundhedsstrukturkommissionens anbefalinger og Sundhedsreformsaftalen fra 2024, der alle fremhæver, at forebyggelse skal foregå tættere på borgerne og i højere grad udvikles på tværs i samarbejde med civilsamfundet, lokale foreninger og virksomheder (Indenrigs- og Sundhedsministeriet, 2024b, Indenrigs- og Sundhedsministeriet, 2024a). Kommunernes Landsforening lægger desuden vægt på, at forebyggelse skal bruges aktivt som en del af løsningen på udfordringer i fremtidens velfærdssamfund (Kommunernes Landsforening, 2024). Tilmed lægger KL vægt på, at forebyggelse og fremme af borgeres sundhed og trivsel kræver, at alle aktører i samfundet tænker nyt og tager et større ansvar. I denne kontekst er Køge Herreklubber opstået som et konkret eksempel på en praksisdrivet indsats, der søger at styrke mænds fællesskaber og trivsel.

Køge Herreklubber er endnu ikke blevet evalueret, og der findes derfor ingen tidligere forskning, der systematisk belyser, hvordan indsatsen virker, for hvem og under hvilke betingelser. Blandt både partnerskabet mellem Køge Kommune og Steno Diabetes Center Sjælland og de lokale aktører i herreklubberne er der identificeret et tydeligt vidensbehov for at forstå, hvilke mekanismer der skaber deltagelse, fællesskab og sundhed blandt mænd. I opstartsfasen af specialeprojektet har desuden indeholdt flere møder med forskellige repræsentanter, som alle har ytret, hvad de manglede viden om i forhold til indsatsen. Dette speciale indskrives sig derfor i videnshullet og fungerer som en indledende, practice-informeret undersøgelse (Rowan et al., 2018), der kan danne grundlag for en fremtidig, mere omfattende evaluering af herreklubberne.

3. Problemindkredsning

Ovenstående baggrundsafsnit viser, at der findes flere eksempler på indsatser, som beskæftiger sig med mænd og ensomhed og mænd og sundhed generelt. Derudover præsenteres der også flere forskellige indsatser, som er rettet specifikt mod at arbejde med at etablere fællesskaber.

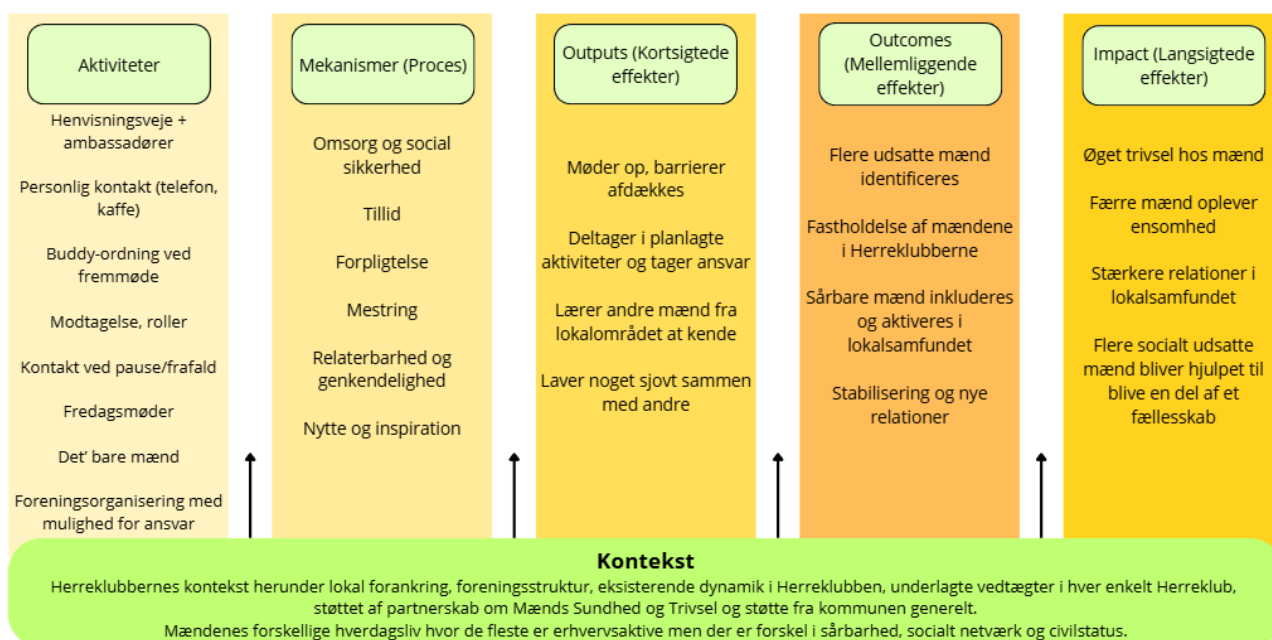
Efterspørgslen på herreklubberne i Køge Kommune indikerer, at der er et reelt behov for denne type fællesskabsorienterede tilbud særligt i den erhvervsaktive alder. Herreklubberne repræsenterer en ny type forebyggende indsats, der både er lokalt forankret, civilsamfundsrevet og målrettet en gruppe, som ofte falder uden for de eksisterende sundheds- og fællesskabstilbud. På trods af erfaringer fra øvrige studier mangler der fortsat viden om, hvordan og hvorfor lokalt forankrede indsatser som herreklubberne virker for mændene og bliver til inkluderende fællesskaber. Der mangler desuden viden om, hvilke organisatoriske og relationelle kontekster, der understøtter rekruttering og fastholdelse af mændene samt hvilke mekanismer der aktiveres hos mændene i herreklubberne, og gør, at ensomhed og mistrivsel mindskes.

3.1. Indledende hypotese og programteori

På baggrund af ovenstående indkredsning er min indledende hypotese *at herreklubberne er lokalt forankrede og består af trygge fællesskaber, hvilket tiltaler mændene og skaber grobund for rekruttering, fastholdelse og regelmæssig deltagelse samt skaber relationer og oplevelse af forbundethed, som på sigt styrker mændenes trivsel og reducerer ensomhed.*

Den indledende hypotese har i samspil med indledende litteraturgennemgang, baggrundsviden omhandlende herreklubberne og forandringsteori dannet ramme for den indledende programteori som er præsenteret i figur 2. Konteksten er dannet på baggrund af den tidligere beskrivelse af Køge Herreklubber samt litteratur om mænd, sundhed og fællesskaber.

Figur 2: Indledende programteori for Køge Herreklubber



Programteorien beskriver hvordan indsatsens aktiviteter (I) i en given organisatorisk og social kontekst (C) forventes at aktivere bestemte mekanismer (M) hos mændene (A), som fører til kortsigtede outputs, mellemliggende outcomes og langsigtede impacts (O). Programteorien fungerer som et foreløbigt analytisk udgangspunkt, der undersøges og videreudvikles gennem løbende dataindsamling (Mukumbang et al., 2019). Arbejdet med revidering af programteorien samt præcisering af de forskellige begreber den indeholder, vil blive præsenteret i de kommende afsnit.

4. Min forforståelse

Den tyske filosof Gadamer beskriver, at forforståelse, der dannes af historisk kontekst, er det der gør, at vi kan tolke noget i verden som meningsfuldt (Christensen and Schwennesen, 2021). Derfor vil jeg i følgende præsentere min forforståelse og den position, jeg har i verden.

Jeg er en kvinde på 25 år, som laver et speciale om mænd i den erhvervsaktive alder. Min situation, forstået som min personlige og samfundsmæssige historiske kontekst (Christensen and Schwennesen, 2021) adskiller sig derfor markant fra de mænd, som indsatsen retter sig mod.

Jeg læser en kandidat i Folkesundhedsvidenskab, og har dermed en nysgerrighed i forhold til indsatser, hvorved man arbejder med at forbedre sundheden i samfundet. Gennem min uddannelse har jeg desuden opbygget en del viden om, hvad der generelt præger individets og samfundets sundhed. Min forforståelse i forhold til det sundhedsfremmende og forebyggende aspekt kommer derfor til at have indvirkning på min opfattelse af Køge Herreklubber samt min evaluering deraf. På uddannelsen har jeg tilmed haft undervisning i arbejde med samt evaluering af komplekse interventioner. Dette har understøttet specialearbejdet gennem blandt andet identificering af omfanget af interventionen samt mulige evalueringsformer.

Derudover har jeg også to studiejobs, som begge har påvirket min opfattelse af Køge Herreklubber. Jeg arbejder blandt andet i Køge Kommunes Ældre- og Sundhedsafdeling. Min position i kommunen er ikke indenfor det forebyggende sundhedsarbejde, men har været årsagen til, at jeg har fået øjnene op for indsatsen. Arbejdet i kommunen har givet mig indblik i de forskellige forebyggende og sundhedsfremmende tiltag, som en kommune stiller til rådighed for borgerne i kommunen. Samtidig har jeg også fået indblik i, at der er nogle borgere, som kommunen ikke formår at nå ud til, hvilket gør en indsats som denne vigtig set fra den kommunale kontekst. Jeg har desuden et andet arbejde i forskningscenteret Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse. Dette har gjort mig interesseret i at undersøge herreklubberne med et forskningsmæssigt blik.

Jeg trækker desuden på personlige erfaringer fra et liv som foreningsmenneske. Da herreklubberne er foreningsdrevet, kan min forforståelse have indvirkning på fundene, da jeg ved, at foreningsstrukturer kan skabe samarbejde og meningsfulde fællesskaber.

Endelig er min forforståelse formet af de indledende samtaler med aktører omkring projektet. Før projektstart blev indsatsen omtalt som både populær og givende for mændene, hvilket gjorde mig nysgerrig på, hvorfor den fungerer. Min tilgang har derfor fra begyndelsen været orienteret mod at forstå mekanismerne bag succesfulde herreklubber snarere end at undersøge, om de fungerer.

På baggrund af min forforståelse har jeg tendens til at forstå herreklubberne som en sundhedsfremmende og fællesskabsorienteret indsats, fordi dette perspektiv er indlejret i min uddannelse og mine erfaringer fra både kommunalt arbejde og foreningsliv. Denne forståelsesramme giver mig adgang til bestemte typer af viden, særligt om interventionens organisatoriske og sundhedsfaglige potentialer, men kan samtidig begrænse min opmærksomhed på de mere uformelle, relationelle og maskulinitetsprægede dynamikker, som mændene selv tillægger betydning. Mændenes reaktion på mig som ung kvinde og akademiker påvirker ligeledes, hvilken viden jeg får adgang til.

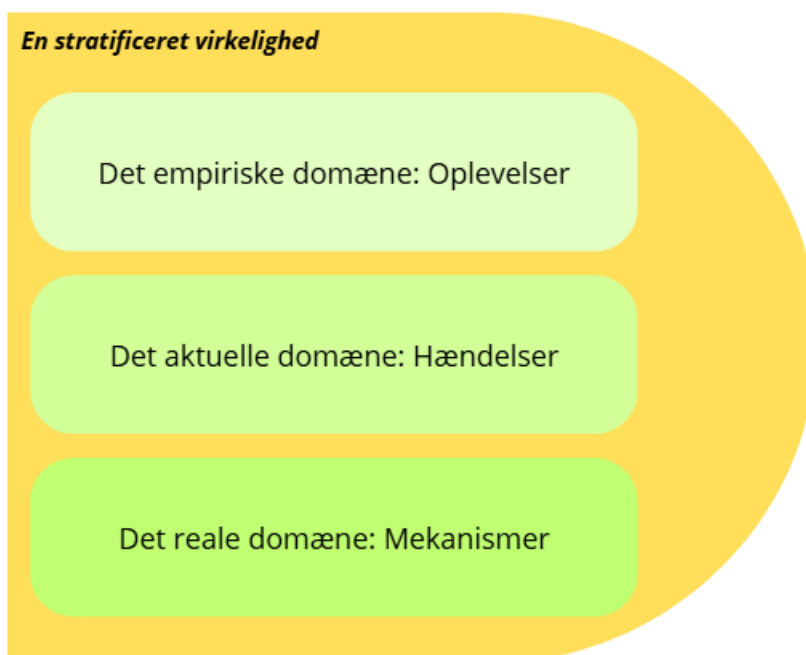
For at håndtere dette arbejder jeg aktivt med Gadammers begreb om horisontsammensmeltning (Christensen and Schwennesen, 2021). Det indebærer, at jeg både anerkender min egen forforståelse og søger at udvide den ved at møde mændenes perspektiver åbent og nysgerrigt.

5. Videnskabsteoretisk position

Det nærværende speciale baserer sig på realistisk evaluering som evalueringstilgang, som er funderet i den kritiske realisme (Fletcher, 2017). Kritisk realisme er en ”realistisk” videnskabsteoretisk position, hvor man ser den sociale verden, som noget, der også eksisterer udenfor individets oplevelse (Andersen, 2022). Samtidig er positionen også ”kritisk”, fordi den anerkender, at vores viden påvirkes af det omkringliggende miljø (Andersen, 2022). Dermed afvises både positivismens tanke om, at virkeligheden kan reduceres til det empirisk observerbare, og konstruktivismens tanke om, at virkeligheden udelukkende er et produkt af menneskelig fortolkning (Fletcher, 2017).

Kritisk realisme bygger desuden på bestemte ontologiske og epistemologiske antagelser om virkeligheden og om hvordan vi kan opnå viden om den. I den kritiske realismes ontologi betragtes virkeligheden som noget, der er inddelt i lag, hvor undersøgelsen blandt andet består af at forstå de bagvedliggende og ikke-observerbare lag indenfor en stratificeret virkelighed (Jagosh, 2019). Bhaskar har beskrevet de tre lag som domæner: det reale, det aktuelle og det empiriske domæne (Bhaskar, 2015).

Figur 3: Inddeling i tre domæner (Inspireret af Bhaskar og Andersen et al. (2015, 2022))



De tre lag (domæner) bruges ifølge Andersen et al. (2022) til at illustrere, at man, når man vil skildre virkeligheden, er nødsaget til ikke kun at fokusere på det observerbare, herunder det empiriske domæne, men at man også bliver nødt til at undersøge det bagvedliggende, herunder særligt det reale domæne for at få den fulde viden om virkeligheden. Dette understøtter desuden, at kritisk realisme som videnskabsteoretisk position arbejder ud fra en generativ kausalitetsforståelse. I den generative kausalitetsforståelse regner man ikke en intervention for at være direkte årsag til en forandring. I stedet ser man, at aktivering af bestemte mekanismer i en specifik kontekst er det der gør, at en intervention kan skabe forandring (Andersen, 2022). I dette speciale betyder det, at undersøgelsen ikke kun forholder sig til det observerbare, men også søger at identificere de bagvedliggende mekanismer, der strukturerer mændenes handlinger og oplevelser. Det kræver en analytisk tilgang, hvor abduktion bruges til at udvikle plausible forklaringer på mønstre i empirien, mens retroduktion anvendes til afdækning af, hvilke mekanismer og kontekstuelle betingelser der er til stede for at disse mønstre kan opstå (Andersen, 2022).

Epistemologisk indebærer kritisk realisme, at vores viden altid er teoriladet, men at vi gennem analytiske processer kan bringe os tættere på at forklare fænomenet (Fletcher, 2017). I dette speciale betyder det, at de indsamlede data ikke forstås som en direkte afspejling af virkeligheden men i stedet som blik på virkeligheden, som kan bruges til at identificere og forfine antagelser om ikke-observerbare mekanismer, der skaber forandring.

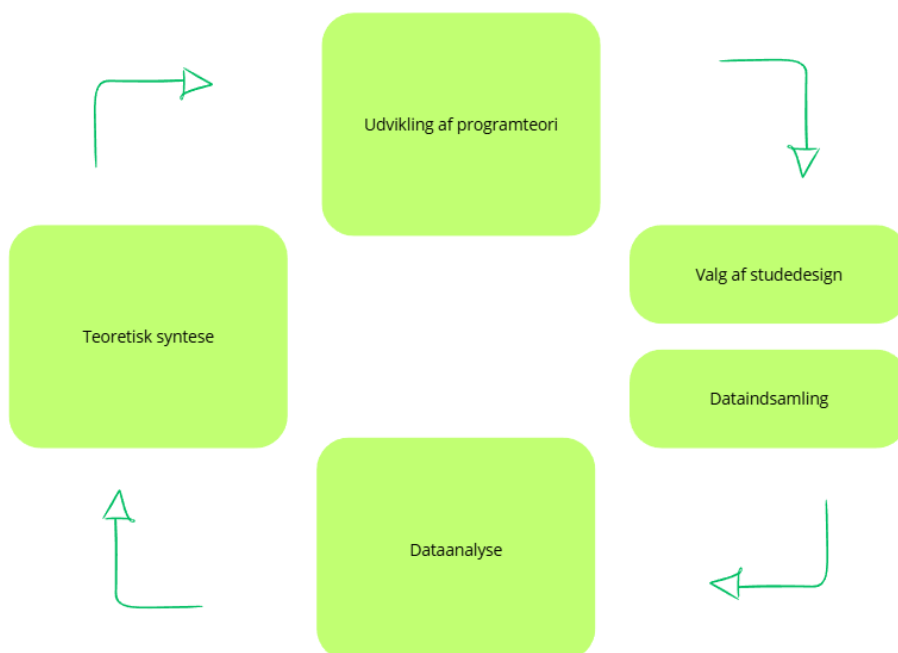
På baggrund af den kritisk realistiske forståelse af virkeligheden som lagdelt og teoridrevet, er realistisk evaluering et godt valg som evalueringsmetode, da denne tilgang også arbejder med udgangspunkt i abduktion og retroduktion for at tilnærme sig de bagvedliggende mekanismer. Derfor vil den realistiske evalueringstilgang herunder blive præsenteret.

6. Evalueringstilgang

Realistisk evaluering er en evalueringstilgang der undersøger, hvilke forhold der påvirker, at interventionen skaber en forandring (Andersen, 2022). Det indebærer et fokus på den kontekst interventionen foregår i, og de ressourcer der tilføres den, samt hvordan der reageres herpå. Tilgangen retter derved ikke blot fokus på, om interventionen eller indsatsen har effekt, men nærmere hvordan, for hvem og i hvilken kontekst (Mukumbang et al., 2019).

Den realistiske evalueringstilgang er en teoridreven og teoriudviklende evalueringsform, hvor der lægges en teori eller hypotese frem, som danner grundlag for evalueringens design, hvor man efter indsamling af data ender med en ny teori eller hypotese (Mukumbang et al., 2016, Renmans and Castellano Pleguezuelo, 2023). Evalueringsprocessen i realistisk evaluering kan forstås gennem det realistiske evalueringshjul med udgangspunkt i Mukumbang et al.'s beskrivelse (se figur 4). Her udvikles først en foreløbig programteori, som efterfølgende undersøges gennem et studiedesign med dataindsamling. De indsamlede data analyseres og fortolkes med henblik på at af- eller bekræfte dele af programteorien, hvilket danner grundlag for revidering eller videreudvikling af teorien (Mukumbang et al., 2016). Processen er iterativ, idet programteorien løbende testes, forbedres og tilpasses på baggrund af nye indsigter (Renmans and Castellano Pleguezuelo, 2023).

Figur 4: Det realistiske evalueringshjul - model inspireret af Mukumbang (2016)



Realistisk evaluering bygger videre på den kritisk-realistiske forståelsesramme, der allerede er præsenteret. Det kommer til udtryk i evalueringshjulets iterative proces, hvor abduktion og retroduktion understøtter processen med at udvikle en foreløbig programteori, fortolke mønstre i data og efterfølgende udvikle en ny foreløbig teori (Andersen, 2022). Evalueringshjulets løbende udvikling, testning og revision af programteorien afspejler dermed kritisk realismes generative kausalitetsforståelse, hvor fokus er rettet mod, hvordan mekanismer aktiveres i bestemte kontekster og skaber de observerede udfald.

Den realistiske evalueringstilgang er særligt hensigtsmæssig, når man har med komplekse interventioner at gøre, da man i så fald kan forklare, hvordan interventionen virker, selvom der kan være mange komponenter der spiller ind (Andersen, 2022).

For evalueringen af herreklubberne betyder valget af realistisk evaluering, at fokus rettes mod de forhold, der faktisk får indsatsen til at virke i praksis. Tilgangen gør det muligt at identificere de mekanismer, der sættes i gang hos mændene, aktiviteterne og rammerne. Derudover giver tilgangen også adgang til at se, hvordan konteksten støtter eller udfordrer disse mekanismer samt hvorfor evalueringen kan bidrage med viden om, hvilke elementer i herreklubberne der skaber værdi for mændene.

6.1. Tre faser i realistisk evaluering

Som det også tidligere er beskrevet, er realistisk evalueringstilgang en teoridrevet og iterativ tilgang, hvorfor det giver mening at strukturere dataindsamlingen i forskellige faser. Manzano (2016) påpeger desuden, at det kan være en fordel at inddrage forskellige aktører på forskellige tidspunkter i processen, da de bidrager med forskellige typer viden om indsatsen. På den baggrund foreslår Manzano, at arbejdet i en realistisk evaluering opdeles i tre faser; theory gleaning, theory refinement og theory consolidation (Manzano, 2016). Gennem disse tre faser udvikles programteorien gradvist, idet hver fase bidrager med nye indsigter, der styrker og nuancerer forståelsen af, hvordan indsatsen virker.

I første fase, theory gleaning [*herefter beskrevet som indledende teoriindsamling*], er formålet at udvikle en indledende programteori, som senere kan forfines. Her indsamles eksplorative data fra personer, der står bag indsatsen, eller som på anden måde har dybdegående viden omhandlende formålet og visionen, for at få et bredt og grundlæggende billede af indsatsen (Manzano, 2016). De

eksplorative data kan også fremkomme gennem andre relevante kilder, blandt andet tidligere litteratur. Man ønsker hermed det brede overordnede og intenderede billede af indsatsen i denne fase for at kunne medføre et bedre grundlag for, hvad der skal spørges ind til i de senere faser.

I anden fase, theory refinement [*herefter beskrevet som teoriforfining*], er der ikke lige så meget fokus på det eksplorative, som der var i den indledende fase. I stedet ligger fokus her på lærer-elev-cyklus, som det beskrives af Mukumbang et al. (2019) samt, at konkretisere den viden, man har fået sig fra start (Manzano, 2016). Ved lærer-elev-cyklus menes, at forskeren påtager sig en undervisende rolle, hvor de beskriver og forholder den nuværende programteori for informanten. Informanten kan, ud fra det de forholdes, komme med deres perspektiver på udsagnet og enten be- eller afkræfte de teoretiske antagelser (Mukumbang et al., 2019). I denne fase arbejder man med at bygge oven på tidligere hypoteser, og teste det på målgruppen for indsatsen og se, om de får det ud af indsatsen, som er hensigten. I denne fase er man stadig åben for at inkludere nye perspektiver, som kommer til syne på baggrund af data (Manzano, 2016).

I den sidste fase, theory consolidation [*herefter beskrevet som teorikonsolidering*], er fokus at blive mere forklarende vedrørende teorierne fra de foregående faser (Manzano, 2016). I denne fase tager man indholdet fra tidligere udviklede programteorier og arbejder med enten at bygge på evidens for den udarbejdede teori eller gøre det modsatte. Derudover arbejdes der også generelt med at specificere, hvilken programteori der bedst muligt beskriver, hvordan, hvorfor og under hvilke omstændigheder indsatsen virker eller ikke virker. Teorikonsolideringen kan beskrives som en forlængelse af teoriforfiningen, da fasen stadig gør brug af lærer-elev-cyklussen, men en vigtig beskrivelse af denne fase er, at der udvikles nogle specifikke fokusteorier, som man går videre med og forfiner i endnu højere grad ved at inddrage nye perspektiver (Manzano, 2016).

Manzanos tre faser giver en praktisk måde at arbejde med realistisk evaluering på. Først indsamles den indledende viden om indsatsen, derefter afprøves og forfines antagelserne i dialog med aktører og deltagere, og til sidst samles og skærpes de forklaringer, der bedst beskriver, hvad der faktisk sker i praksis.

I herreklubberne betyder det, at forståelsen af indsatsen bygges op trin for trin af programteorier. Hvordan dataindsamlingen og analysen er gennemført i specialet i forhold til de tre faser, uddybes senere. I det følgende præsenteres først programteori, som danner rammen for resten af analysen.

6.2. Programteori

I realistisk evaluering er programteorien det centrale slutprodukt. Programteorien giver et samlet overblik over indsatsen og de forandringer, den forventes at skabe. Programteorien skildrer desuden hvordan de forskellige aktiviteter i indsatsen har påvirkning på forandring, når der er specifikke mekanismer til stede i en specifik kontekst (Mukumbang et al., 2016).

For at udarbejde en programteori indsamler man viden om interventionen, enten gennem viden fra praksis, viden fra litteratur eller en kombination heraf (Andersen, 2022). Som beskrevet tidligere er viden ikke noget, der kan produceres uden forforståelse. Derfor udvikles programteorien iterativt og justeres løbende i takt med, at ny empiri giver anledning til ændringer i de oprindelige antagelser.

Programteorien beskrives overordnet som en blanding af handlingsteorien og forandringsteorien for den pågældende indsats (Andersen, 2022). Forandringsteorien præsenterer de elementer man ønsker at ændre på, samt beskrivelser af, hvad man formoder, fører til ændringen under de rette kontekstuelle betingelser. Handlingsteorien beskriver endvidere, hvilke aktiviteter og ressourcer, som indsatsen skal indeholde, før at man når de ønskede mekanismer (Andersen, 2022). For Køge Herreklubber var der allerede blevet udarbejdet en forandringsteori, hvorfor den udgjorde et naturligt afsæt for udviklingen af den indledende programteori. Den samlede programteori præsenterer derfor både en beskrivelse af, hvad man formoder vil skabe forandring, og hvilken forandring man gerne vil skabe, samt en beskrivelse af hvad der skal være til stede for at forandringerne kan aktiveres, herunder aktiviteter, ressourcer og kontekster (Andersen, 2022). Denne tilgang følger den tidligere beskrevne ICAMO-struktur, som danner rammen for den samlede programteori.

I det følgende præsenteres derfor de enkelte dele, som programteorien består af samt processen bag programteoriens udvikling.

6.2.1. ICAMO-konfigurationer

ICAMO-konfigurationerne består af fem elementer; Intervention (**I**), Kontekst (**C**), Aktør (**A**), Mekanisme (**M**), Outcome (**O**). Programteoriene, som præsenteres i nærværende speciale, er bygget op omkring de fem elementer, der samlet beskriver en sammenkædning mellem elementerne, samt hvordan indsatsen virker, for hvem og under hvilke omstændigheder (Mukumbang et al., 2019).

I dette speciale er hovedfokus rettet mod kontekst, mekanismer og outcomes, da netop disse elementer giver det mest direkte indblik i, hvordan herreklubberne skaber forandring i praksis. Intervention og aktør indgår fortsat som vigtige dele af den samlede programteori, men uddybes i mindre omfang, da de primært fungerer som rammesættende elementer.

For at kunne zoome yderligere ind på mekanismernes virkemåde anvendes CMMO-konfigurationerne af Dalkin (2015) som et redskab i analysen til at skelne tydeligt mellem de ressourcer, indsatsen stiller til rådighed, og de ræsonnementer, mændene udvikler i mødet med disse. Kontekst, mekanisme (ressourcer og ræsonnementer) og outcome som begreber vil blive udfoldet herunder.

6.2.1.1. Kontekst

Overordnet set udgør konteksten omkring en intervention de forskellige omkringliggende forhold, der kan have betydning for hvad man får ud af indsatsen (Jagosh, 2019, Mukumbang et al., 2019). Dette kan blandt andet være den geografiske lokation eller de institutioner eller infrastrukturer, som interventionen implementeres for, af og i. Konteksten kan tilmed bestå af individer i en målgruppe, da de grundet deres forskellige levede erfaringer samt sociale og psykologiske karakteristika ikke får samme effekt ud af en intervention (Mukumbang et al., 2019). Af Greenhalgh og Manzano (2022) beskrives det, at kontekst i realistisk evaluering med fordel kan defineres som observerbare faktorer og ting og derudover også som relationelle og dynamiske faktorer.

I tidligere beskrivelse af Køge Herreklubber blev den overordnede kontekst for herreklubberne beskrevet, hvorfor denne beskrivelse også er inddraget i første udkast af programteorien. I de efterfølgende revideringer af programteorien er fokus i højere grad på de relationelle og dynamiske kontekstuelle faktorer.

6.2.1.2. Mekanisme

Hvor konteksten beskriver de omkringliggende forhold, der påvirker en interventions virkning, handler mekanismer om det, der skaber forandring under den observerbare overflade. I realistisk evaluering forstås mekanismer som de processer, der aktiveres, når en intervention møder bestemte aktører i en bestemt kontekst (Jagosh, 2019, Mukumbang et al., 2019). Mekanismer beskrives som de underliggende kræfter, der forklarer, hvorfor en indsats virker og dermed ikke blot, om den

virker eller ej (Dalkin et al., 2015). Mekanismer er således ikke interventionens aktiviteter i sig selv, men de reaktioner, fortolkninger og handlemuligheder, som aktiviteterne sætter i gang hos deltagerne.

Mukumbang et al. (2019) fremhæver, at mekanismer kan identificeres ved at undersøge de sociale interaktioner og determinanter, der udløses, når en intervention implementeres. Det er i disse interaktioner, at deltagerne begynder at engagere sig, ændre deres forståelser eller se nye muligheder for handling. Mekanismer er dermed tæt knyttet til både indsatsens struktur men derudover også aktørernes oplevelser, motivationer og fortolkninger.

Med udgangspunkt i Pawson og Tilley's mekanismebegreb foreslår Dalkin et al. (2015), at mekanismer med fordel kan opdeles i to underkomponenter: ressourcer (M-ressource) og ræsonnementer (M-reasoning). Ressource henviser til det, interventionen tilfører deltagerne gennem sine aktiviteter (Dalkin et al., 2015). Ræsonnementer beskriver, hvordan deltagerne fortolker og reagerer på disse ressourcer (Dalkin et al., 2015). En mekanisme aktiveres først, når en ressource fører til et ændret ræsonnement hos deltageren, som gør nye handlinger mulige, hvis konteksten tillader det. En ændring i den pågældende indsats afhænger derfor af, om deltagerne engagerer sig i og ræsonnerer med de ressourcer, de præsenteres for.

6.2.1.3. Outcome

Hvor mekanismerne beskrev, hvordan der sker forandring, beskriver outcomes, hvilken forandring der opstår. Outcomes forstås som mønstre af tilsigtede eller utilsigtede konsekvenser, der opstår, når bestemte mekanismer aktiveres i bestemte kontekster (Jagosh, 2019, Mukumbang et al., 2019). Et outcome med en indsats kan derved ikke blot bestemmes ud fra, hvad hensigten med den pågældende indsats er, men bør i stedet kortlægges ud fra de faktiske forandringer, som de forskellige aktører oplever.

Der findes forskellige niveauer af outcomes som defineres ud fra tidshorisonten af effekten eller forandringen. Mukumbang et al. (2019) opdeler outcomes i tre dele; kortsigtet, mellemliggende og langsigtet effekt.

Kortsigtet effekt henviser til de umiddelbare effekter af indsatsens aktiviteter, eksempelvis ændringer i deltagernes viden eller opmærksomhed. Disse typer af forandringer opstår hurtigt efter

deltagelse i indsatsen og fungerer som forløbere for mere varige ændringer i adfærd (Mukumbang et al., 2019).

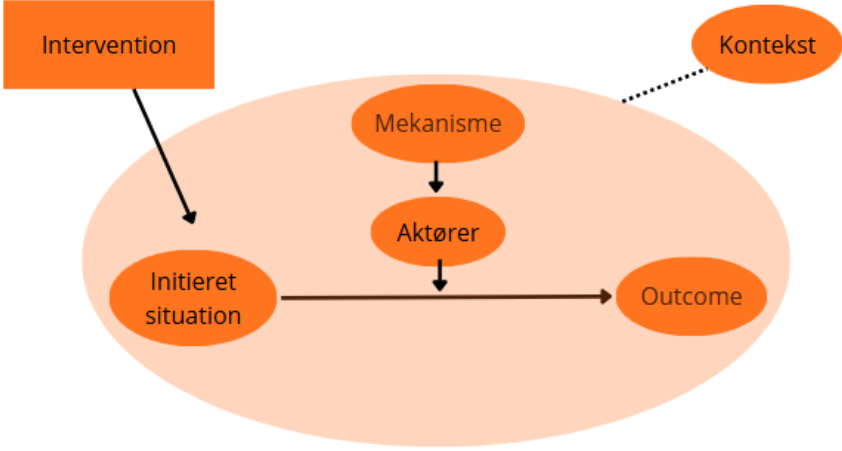
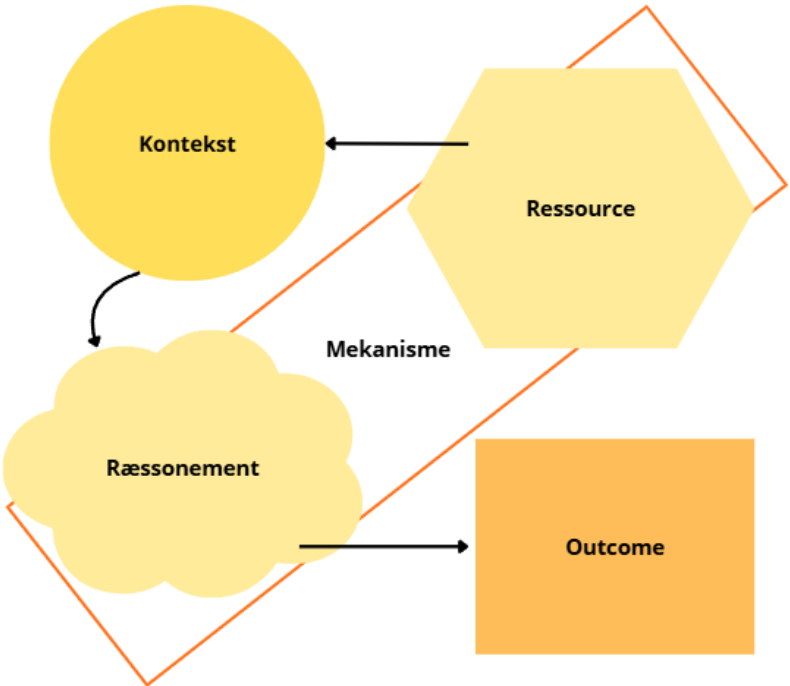
Mellemliggende effekter beskriver de efterfølgende forandringer i deltagernes handlinger og praksisser, som bygger videre på de kortsigtede. Dette kan være ændringer i deltagelse, engagement, sociale relationer eller sundhedsrelateret adfærd, men identificeres særligt ved at være nogle af de indirekte effekter eller forandringer, som opstår på baggrund af indsatsen (Mukumbang et al., 2019).

De langsigtede effekter refererer til de mere varige ændringer for individet eller strukturelle forandringer, der kan opstå over tid (Mukumbang et al., 2019). Dette kan for eksempel være forbedret trivsel, styrket socialt netværk eller øget deltagelse i fællesskaber.

I realistisk evaluering er outcomes således ikke isolerede resultater, men konsekvenser af samspillet mellem kontekst og mekanismer. At afdække outcomes indebærer derfor både at identificere, hvilke forandringer og effekter der opstår, og at forstå hvordan disse forandringer og effekter er knyttet til de mekanismer, der blev aktiveret i netop den kontekst, indsatsen finder sted i.

6.2.1.4. Konfigurationerne i nærværende speciale

I specialets analyse vil programteorien og dens udvikling blive dannet på baggrund af de fulde ICAMO-konfigurationer som Mukumbang et al. (2019) lægger op til. Dog vil der i analysen være et særligt fokus på uddybning af ressourcer og ræsonnementer, som det er beskrevet af Dalkin et al. (2015). Figur 5.1 viser en illustration af en ICAMO-konfiguration. Figur 5.2 viser Dalkins måde at opdele mekanismer i henholdsvis ressource og ræsonnement.

Figur 5.1: Visualisering af Mukumbangs ICAMO-opstilling (Mukumbang et al., 2019) 	ICAMO-modellen udvider den klassiske CMO-logik ved også at inddrage interventionens konkrete elementer og de aktører, der indgår i den. Udvidelsen bygger på forståelsen af, at mennesker ikke er passive modtagere, men har indvirkning på, hvordan interventionen udfolder sig. ICAMO gør det derfor muligt at beskrive, hvordan interventionen møder bestemte aktører i en given kontekst, aktiverer mekanismer og fører til bestemte outcomes.
Figur 5.2: Visualisering af Dalkins CMO-opstilling (Dalkin et al., 2015) 	Dalkin et al. foreslår at opdele mekanismen i to dele, ressourcer og ræsonnementer, for tydeligere at skelne mellem, hvad interventionen tilfører, og hvordan aktørerne fortolker det (Dalkin et al., 2015). Ved at bruge den udvidede formel, $M(\text{resource}) + C \rightarrow M(\text{reasoning}) = O$, bliver det muligt at se, hvordan en bestemt ressource introduceres i en eksisterende kontekst og der påvirker aktørernes ræsonnementer, hvilket i sidste ende skaber et outcome. Denne opdeling giver en klarere forståelse af, hvordan kontekst og mekanismer spiller sammen, og gør det lettere at forklare, hvorfor en intervention virker forskelligt på tværs af situationer.

Både ICAMO-modellen og Dalkins CMMO-opstilling uddyber den generative kausalitetsforståelse ved at tydeliggøre, hvordan interventionens elementer, aktørernes forudsætninger og konteksten tilsammen former de mekanismer, der skaber et outcome. Med dette teoretiske grundlag bliver det muligt i metodeafsnittet at redegøre for, hvordan specialet konkret arbejder med at identificere kontekster og mekanismer gennem dataindsamling og analyse.

7. Metode

Til udarbejdelse af den realistiske evaluering og derunder den endelige programteori har jeg brugt forskellige metoder, til at understøtte evalueringen af Køge Herreklubber. De metoder og delprocesser vil blive præsenteret herunder.

Den generelle proces for arbejdet og brug af forskellige metoder har været som følger:

1. **Indledende teoriindsamling:** Indledningsvist har jeg søgt efter litteratur på området, herunder både for at afdække, hvad der findes af tidligere forskning og grå litteratur i forhold til erhvervsaktive mænd i Danmark og deres sundhed, men også hvordan tidligere interventioner for denne målgruppe har virket. Jeg søgte tilmed al information, jeg kunne, om den pågældende indsats.
2. **Indledende teoriindsamling:** Jeg udviklede da specialets indledende programteori med udgangspunkt i tidligere litteratur, eksisterende viden og viden ud fra forudarbejdet forandringsteori.
3. **Teoriforfining:** Antagelserne i den indledende programteori blev testet ved interviews med nøgleaktører og observation i en af herreklubberne.
4. **Teoriforfining:** På baggrund af interviews med nøgleaktører og observation, dannede jeg en revideret programteori.
5. **Teorikonsolidering:** Efterfølgende blev programteorien testet igen ved at spørge mændene fra herreklubberne ind til deres perspektiv. Teori blev desuden inddraget.
6. **Teorikonsolidering:** Ovenstående gav anledning til at revidere programteorien endeligt på baggrund af de fund, der blev gjort i analysen.

Som det beskrives herover, foregik dataindsamling samt -bearbejdning for nærværende speciale opdelt i tre faser inspireret af Manzano (2016). Dette for teoridrevet og iterativt at få tilrettet og specificeret programteorien for Køge Herreklubber. Ved at arbejde gennem disse tre faser bliver programteorien løbende testet og justeret gennem abduktive fortolkninger af data og retroduktive overvejelser om, hvilke mekanismer og kontekstforhold der må være til stede for at skabe de observerede outcomes. På den måde udvikles gradvist den programteori, der bedst afspejler mændenes oplevelse af herreklubberne. Figur 6 viser herunder hvordan programteorien har udviklet sig gennem de tre faser.

Figur 6: Illustration af udvikling i programteori



De forskellige metoder, som er benyttet til at udvikle og justere på programteorien, er beskrevet uddybende i følgende afsnit.

7.1. Litteratursøgning

Indledningsvist har jeg søgt efter litteratur omhandlernde erhvervsaktive mænd og sundhed med fokus på mænd, ensomhed og sociale interaktioner, for at identificere problematikken i en dansk kontekst. Denne litteratur har jeg både indhentet gennem videnskabelig litteratur og gennem grå litteratur. Af grå litteratur har jeg brugt rapporter udgivet af Indenrigs- og Sundhedsministeriet, Forum for Mænds Sundhed, Kommunernes Landsforening, Manderådet, Mary Fonden og OECD til at afdække evidensen.

Efterfølgende lavede jeg en struktureret litteratursøgning på to databaser; PubMed og Web of Science. Litteratursøgningen skulle bruges til at afdække, hvilke tidligere interventioner med fokus på at styrke fællesskabet, der var lavet for mænd i den erhvervsaktive alder i dansk eller skandinavisk kontekst. Opbygningen af søgestrengen var ens på de to databaser. Den inkluderede litteratur fundet gennem denne søgestreng havde ingen begrænsning i forhold til tidsperiode. I søgestrengen har jeg ekskluderet indsatser relateret udelukkende til ældre eller teenagere. Flowchart for inkluderet litteratur er vist i bilag 1. Den fundne litteratur fra den strukturerede litteratursøgning er blevet anvendt i baggrundsafsnittet samt i diskussionen.

Litteratursøgning												
	A		A		A		A		A		N	
Men Male*	N D	Danish Denmark Scandinavia	N D	Working age Working-age Middle aged Adult	N D	Preventi* Health promotion Intervention Program	N D	Wellbeing Well-being Social support Loneliness	N D	Social participation Communit* Local communit* Social group Men’s group Club Group-based	O T	Aged Elderly Youth Adolecent
("Men" OR "male*") AND ("Danish" OR "Denmark" OR "Scandinavia") AND ("working age" OR "working-age" OR "middle aged" OR "adult") AND ("Preventi*" OR "health promotion" OR "intervention*" OR "program*") AND ("wellbeing" OR "well-being" OR "social support" OR "loneliness") AND ("Social Participation" OR "communit*" OR "local communit*" OR "social group*" OR "men's group*" OR "club*" OR "group-based") NOT ("aged" OR "elderly" OR "youth" OR "adolescent*")												

Søgningen bidragede med viden om erhvervsaktive mænd og sundhed, hvilke slags interventioner, som fungerer godt for den målgruppe, samt hvad mænd har fået ud af øvrige fællesskabsindsatser.

Ud over den strukturerede litteratursøgning, har jeg også lavet separate søgninger på Køge Herreklubber og de underliggende herreklubber. Litteratur omhandlende Køge Herreklubber og de underliggende herreklubber kommer primært fra herreklubbernes egne medier, fra lokalaviser og -radio. Jeg har desuden afsøgt litteratur omhandlende "Men's Shed" på videnskabelige databaser, da jeg var bekendt med denne indsats og evaluering deraf inden afvikling af specialet. Indsatsen arbejder med nogle af de samme komponenter som Køge Herreklubber og findes også i dansk kontekst omtalt som "Mænds Mødesteder" (Mænds Mødesteder, u.å.).

7.2. Det realistiske interview

Eftersom nærværende speciale udformes som en realistisk evaluering, har jeg benyttet det realistiske forskningsinterview til at indsamle kvalitativt data. Metoden er anvendt til at indfange hvordan deltagernes erfaringer med de kontekster og mekanismer, der skaber bestemte outcomes, så indsatsens virkningsveje kan beskrives og forklares (Andersen, 2022). Ligesom en realistisk evaluering overordnet set er teoridrevet, er det realistiske forskningsinterview det også, da dette understøtter selve evalueringen. Det teoridrevne kommer til udtryk ved, at det, der spørges ind til i interviewet, baserer sig på tidligere programteorier eller hypoteser (Andersen, 2022).

7.2.1. Interviewguide til nøgleaktører

Interviewguiden udarbejdet til nøgleaktørerne blev udarbejdet med udgangspunkt i den indledende programteori der blev dannet på de første hypoteser.

Opbygningen af interviewguiden var inspireret af Brönnimanns 9 dele til at udvikle en interviewguide til realistisk forskningsinterview (Brönnimann, 2022) samt af Mukumbang et al. og Manzanos beskrivelse af henholdsvis indledende teoriindsamlingsinterview og teoriforfinende interviews (Manzano, 2016, Mukumbang et al., 2019, Brönnimann, 2022).

Brönnimanns framework blev anvendt til at udarbejde interviewguiden, da det sikrer, at spørgsmålene er ontologisk forankret i kritisk realisme (Brönnimann, 2022). Med udgangspunkt i frameworket kommer interviewer til at guide i interviewet i en retning, hvor fokus er på de sociale betingelser, relationelle handlinger og kausale processer, der former fænomenet. Samtidig blev interviewguiden inspireret af Manzanos faser, indledende teoriindsamling og teoriforfining (Manzano, 2016), hvilket gjorde det muligt både at bevare en åben og eksplorativ interviewstil og samtidig arbejde mere konkret med at afprøve og nuancere dele af den indledende programteori. Interviewguiden kan ses i bilag 2.

Interviewene blev afholdt som semistrukturerede interviews, hvor jeg forsøgte at få afdækket den overordnede intention med herreklubberne og samtidig udbygge den initierede programteori.

7.2.2. Interviewguide til mænd i herreklubberne

Interviewguiden udarbejdet til mændene fra herreklubberne tager udgangspunkt i de tidligere reviderede programteorier.

Interviewguiden er ligesom den til nøgleaktørerne også inspireret af Brönnimann og Manzano (2016, 2022). Brönnimanns beskrivelse af elementer til en interviewguide blev anvendt mere systematisk i interviewguiden til nøgleaktørerne, hvor frameworket i denne interviewguide fungerede mere som en bagvedliggende strukturel ramme, der sikrede, at de centrale komponenter blev dækket.

I stedet tog interviewguiden til mændene særligt udgangspunkt i Manzanos faser, teoriforfining og teorikonsolidering, hvorfor spørgsmålene i denne interviewguide var mere teoridrevne (Manzano,

2016). Interviewguidens spørgsmål til mændene var præget af lærer-elev-cyklussen, for at udvikle og forfine på allerede eksisterende viden. Et eksempel herpå var, at jeg har fået at vide af nøgleaktører, at en af tingene, som mændene får med fra herreklubben, er ro og tryghed. Derfor spørger jeg mændene ind til, om det er noget de også kan genkende (se bilag 3).

Selvom at teoriforfining og teorikonsolidering lægger op til mere teoridrevne spørgsmål som mændene da enten kunne be- eller afkræfte, indeholdt interviewguiden alligevel nogle åbne og udforskende spørgsmål om mændenes egne oplevelser.

7.3. Deltagerobservation

Ud over realistisk interview er deltagerobservation også blevet brugt som metode i dette speciale. Formålet er at få et mere konkret indblik i de aktiviteter og handlinger, som er til stede, når herreklubberne mødes samt de omkringliggende betingelser og rammer (Nielsen et al., 2021). Deltagerobservationer adskiller sig fra interviews, i og med at man derigennem får indblik i hvad mennesker faktisk gør, og ikke bare hvad de formidler, at de gør (Nielsen et al., 2021). Ved både at inddrage interviews og observationer af herreklubberne er rationalet både at få afdækket hvad nøgleaktørerne og mændene i herreklubberne nævner som vigtige elementer, men derudover også at få mulighed for selv at få øje på situationer, som ikke nævnes af informanterne i de forskellige interviews. Observationerne blev dermed brugt til at generere viden om konteksten, hvilket efterfølgende blev inddraget i interviews med mændene.

Deltagerobservationen var bundet op på en observationsguide, som jeg lavede forud for observationerne (se bilag 4). Denne observationsguide blev udarbejdet på baggrund af Nielsen et al.s (2021) beskrivelse af deltagerobservation og tilpasset den realistiske evaluering ved at fokusere på tidligere hypoteser om herreklubberne og indledende fokuspunkter, som nøgleaktørerne igennem de første interviews gjorde mig opmærksom på. Observationsdata blev dokumenteret som feltnoter i løbet af og efter observationen.

7.4. Dataindsamling – interviews og observation

I opstartsfasen af dette speciale har jeg været i løbende kontakt med flere af nøgleaktørerne bag opstarten af Køge Herreklubber. Disse nøgleaktører har kunnet hjælpe mig undervejs i processen

med rekruttering af informanter, både ved selv at deltage i indledende interviews og samtidig også med rekruttering af øvrige nøgleaktører og mænd fra herreklubberne.

Interviews med nøgleaktører blev afviklet i uge 10 og 11. I alt afviklede jeg fire semistrukturerede interviews med nøgleaktører, hvoraf det ene interview blev afviklet med to informanter på samme tid. Tre af disse nøgleaktørinterviews blev afviklet i et mødelokale i Køge Kommunes Sundhedscenter, mens et blev afviklet som telefoninterview. Sundhedscenteret blev valgt som fysisk lokation, da flere af nøgleaktørerne har Sundhedscenteret som deres daglige arbejdsplads. Derudover er det også en lokation, hvor flere planlægningsmæssige møder i forbindelse med dette speciale allerede havde været afviklet forinden.

De forskellige interviews med nøgleaktører gav mig et indledende indblik i herreklubberne, herunder hvordan de var blevet opstartet, hvad der var intentionen bag, samt hvordan de oplevede, at der var sket en udvikling.

Mellem interviews med nøgleaktører og interviews med mænd fra herreklubberne, fik jeg mulighed for at være deltagerobservatør til ét møde i én herreklub. Igen fik jeg adgang til deltagelse gennem nogle nøgleaktører. Aftenen bestod af fælles aktiviteter, oplæg og uformelle samtaler, og jeg blev mødt meget imødekommende af deltagerne. Observationen gav et generelt indblik i, hvordan en typisk herreklubaften forløber i den pågældende herreklub og hvilke sociale dynamikker der opstår mellem mændene. Dette bidrog til en bredere forståelse af konteksten, som interviewdataene senere blev indlejret i.

I forbindelse med rekruttering af mænd fra herreklubberne til interviews, aftalte jeg med nogle nøgleaktører, at de ville spørge specifikke mænd, om de ville deltage i et interview. Jeg foreslog i den forbindelse nøgleaktørerne, at de udvalgte mænd gerne måtte repræsentere en bredde i herreklubbernes deltagere. Konkret bad jeg om mænd fra forskellige herreklubber, mænd med forskellige årsager til at være en del af en herreklub, samt både mænd der deltager i undergrenen Det' Bare Mænd i den først oprettede herreklub, og mænd der ikke gør. Derudover ønskede jeg primært mænd, der havde været en del af en herreklub i længere tid, da min tanke var, at de bedst kunne bidrage med svar og perspektiver, særligt hvad angår fastholdelse. Jeg fik udleveret kontaktoplysninger på de mænd, som havde givet samtykke til at blive kontaktet af mig. Efterfølgende ringede jeg mændene op og aftalte, hvornår og hvordan afvikling af deres interview skulle foregå. Jeg afviklede syv semistrukturerede interviews med mænd fra to forskellige

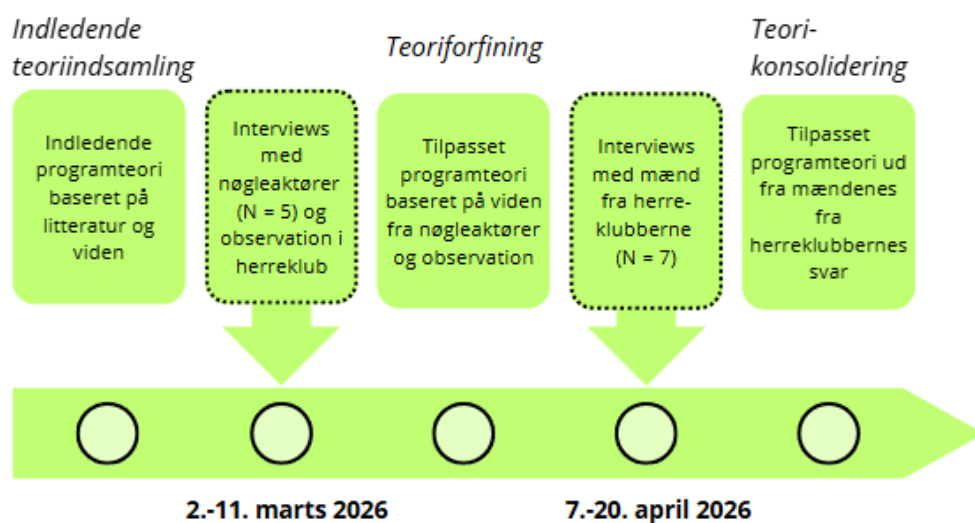
herreklubber i uge 15-17. Interviews med mænd fra herreklubberne blev ligesom med nøgleaktørerne afviklet enten som fysisk eller telefonisk interview. To interviews blev afviklet i Sundhedscenteret i Køge og fem som telefoninterview. Igen blev Sundhedscenteret stillet til rådighed som fysisk ramme, da alle mændene bor i Køge Kommune, hvorfor Sundhedscenteret i Køge var let tilgængeligt. Derudover kender jeg lokationen, hvilket gav mig de bedste forudsætninger for at skabe et trygt og professionelt interviewmiljø.

Blandt de telefoniske interviews var der flere af mændene, som deltog, mens de var på arbejde eller kørte bil. Dette understreger behovet for fleksibilitet i denne målgruppe.

Generelt i interviewene var jeg opmærksom på at skabe et imødekommende rum for nøgleaktører og mænd, hvad end interviewet blev afviklet fysisk eller over telefon. Jeg lagde vægt på at lade informanterne tale ud, stille åbne spørgsmål og møde dem med en oprigtig nysgerrighed. Dette var vigtigt, både i forhold til at understøtte god dynamik i samtalen, men også for at sikre at informanterne følte sig trygge nok til at dele erfaringer og perspektiver i dybden.

Tidspunkt for afvikling af de tre forskellige dataindsamlinger samt tidspunkt for inddragelse af Manzanos tre faser, indledende teoriindsamling, teoriforfining og teorikonsolidering, er illustreret i figur 7.

Figur 7: Samlet overblik over dataindsamling



7.4.1. Interviewdeltagere

Basale karakteristika om nøgleaktørerne, mændene og afvikling af deres interviews er listet i bilag 5 og 6.

Nøgleaktørerne taler ud fra et faciliterende sted, hvor deres perspektiv på indsatsen er, at den skal hjælpe og understøtte mændene. Derfor bør udtalelser fra Preben, Poul, Anita, Lasse og Karen forstås i lyset af deres rolle som nøgleaktører og facilitatorer, herunder hvad de ønsker for mændene, og hvordan de udefra observerer mændenes udvikling og deltagelse. Særlig Preben og Poul snakker fra et perspektiv, hvor fokus er på, hvordan mændene kan udvikles.

De øvrige informanter, mændene i herreklubberne, taler som udgangspunkt ud fra eget perspektiv, men omtaler på nogle tidspunkter, hvordan de påtænker, at andre af mændene fra herreklubben interagerer med indsatsen. De interviewede mænd repræsenterer en bred variation i både livssituation og tilknytning til lokalområdet. De er mellem 45 og 68 år, og de fleste er fortsat i arbejde, nogle med skæve arbejdstider eller lange arbejdsdage. En del er tilflyttere, mens andre har boet i området hele deres liv. Alle har børn eller bonusbørn, hvoraf mange er flyttet hjemmefra. Mændenes tidligere erfaringer med fællesskaber varierer: nogle har været aktive i foreninger, logger eller bestyrelser, mens andre ikke tidligere har haft overskud eller tid til den slags engagement. For nogle er herreklubben én blandt flere fritidsinteresser, mens andre oplever, at herreklubben er det eneste fællesskab, de kan nå og vil prioritere i en travl hverdag. Denne variation i alder, livssituation, tilknytning og tidligere fællesskabserfaringer danner et vigtigt bagtæppe for at forstå, hvordan mændene møder og ræsonnerer omkring indsatsen.

7.5. Databehandling - kvalitative interviews og observation

Alle interviews blev transskriberet ordret og anonymiseret fuldstændigt. Jeg brugte Nvivo som program til kodningsprocessen. Derudover brugte jeg også excel til administration af mændenes CMMO'er samt til at inddrage observationerne fra min deltagerobservation i analysen. Interviews med nøgleaktører blev kodet deduktivt med udgangspunkt i ICAMO-kategorierne beskrevet af Mukumbang et al. (Mukumbang et al., 2019), herunder intervention, kontekst, aktør, mekanisme og outcomes. Interviews med mændene fra herreklubberne blev kodet abduktivt, først med udgangspunkt i tidligere programteorier og ICAMO-kategorierne og dernæst mere åbent for at indfange potentielle nye fund.

På baggrund af den deduktive og abduktive kodning, blev de CMMO-konfigurationer der indgår i analysen udvalgt. Udvælgelsen af CMMO'ere skete iterativt i udviklingen af programteorien. Analysen præsenterer ikke alle mulige konfigurationer, men fremhæver i stedet de mønstre, der bedst forklarer hvordan interventionen virker for mændene. De konfigurationer, der inkluderes i analysen, er derfor dem, der både viser sig konsistent i flere datakilder, har forklaringskraft i forhold til interventionens formål og kan underbygges teoretisk.

8. Teori

Teori kan defineres på forskellige måder, alt efter hvordan man inddrager det (Høyer, 2021). Generelt inddrages teori som overordnet forståelsesramme, der hjælper med at beskrive, analysere, forklare og forudsige fænomenet (Rienecker and Jørgensen, 2018). Der er dog forskel på, hvornår teorien inddrages i en analyseproces, hvilket også kan have betydning for hvordan analysen arter sig. I nærværende speciale inddrages teori som tænkeredskab, hvor undersøgelsen og analysen har teori som ramme for at indramme fænomenet, vælge indkredsning og sammenligne dette med noget, der er undersøgt før (Høyer, 2021). Denne tilgang til teori er abduktiv, da den benyttes til at indkredse og samtidig åbne for nye empiriske indsigter (Høyer, 2021). I praksis betyder det, at analysen er udformet af både empiri og teori, og at det derved hverken er genstanden der afgør valget af teori, eller teorien der afgør genstanden. I stedet understøtter empiri og anden litteratur hinanden i analyseprocessen for at indkredse fænomenet og komme så tæt på at forstå det som muligt (Høyer, 2021).

I samspil med teorien vil den realistiske evalueringstilgang blive brugt gennem analysen for at holde undersøgelsen af fænomenet praksisnært. Analysen vil trække på elementer fra teorien Sense of Community [oversat til oplevelse af fællesskab] for at inddrage en teoretisk ramme for den relationelle kontekst.

8.1. Sense of Community: Oplevelse af fællesskabet

McMillan og Chavis' (1986) teori om oplevelse af fællesskab anvendes i dette speciale som teoretisk ramme til at forklare, hvilke relationelle forhold som har påvirkning på mændenes deltagelse i herreklubben. Teorien bruger fire elementer til at beskrive den samlede oplevelse af fællesskabet; Medlemskab, Indflydelse, Opfyldelse af behov og Emotionel tilknytning (McMillan and Chavis, 1986). Elementerne udgør samlet en følelse af tilhør, en følelse af at have betydning for hinanden og for gruppen og en fælles overbevisning om, at alles behov dækkes, når alle engagerer sig i. McMillan og Chavis beskriver, at elementerne alle er essentielle for at opnå følelsen af tilhør, og at dette er tilfældet i alle slags fællesskaber, men at vigtigheden af de forskellige elementer kan variere afhængigt af det specifikke fællesskab (1986). I nærværende speciale argumenteres der for, at vigtigheden af de specifikke elementer tilmed kan variere på baggrund af, hvilken kontekst der påvirker, hvordan man indgår i fællesskabet.

8.1.1. Medlemskab

Medlemskab består af fem underelementer, der alle påvirker, hvorvidt man føler sig som en del af gruppen, hvorom rammerne er sat (Mcmillan and Chavis, 1986). Rammerne gør, at man kan opnå emotionel sikkerhed, hvilket videre gør, at man bliver mere personligt investeret, får følelsen af at man har retten til at høre til og derfor får en følelse af tilhør. Under begrebet om medlemskab hører desuden også det at have fælles symboler, da det har indflydelse på, om man har samme forståelse af fællesskabet. Medlemskab handler dermed både om at føle tilhør til gruppen og at kunne se de omkringliggende rammer, hvad end de er geografiske eller filosofiske. Derudover handler medlemskab også om at opnå og opretholde en emotionel sikkerhed, at være personligt investeret og at have fælles symboler og tegn på fællesskab, for på sin vis at tage afstand fra dem, der ikke er med (Mcmillan and Chavis, 1986).

8.1.2. Indflydelse

Indflydelse som element handler om hvordan medlemmerne føler, at de påvirker fællesskabet og bliver påvirket af fællesskabet (Mcmillan and Chavis, 1986). Fællesskabets påvirkning på medlemmerne kan også gøre, at medlemmet selv får mere mulighed for indflydelse. Samtidig uddybes det også af Mcmillan og Chavis, at bekræftelse fra andre kan styrke normerne i fællesskabet (Mcmillan and Chavis, 1986).

8.1.3. Opfyldelse af behov

Elementet om opfyldelse af behov relaterer sig både til fysiske, emotionelle og sociale behov, som medlemmet gerne vil have dækket i deres deltagelse, før de fortsat vil bevare tilhøret til fællesskabet (Mcmillan and Chavis, 1986). McMillan og Chavis fremhæver, at fællesskaber grundlæggende organiserer sig omkring behov, og at mennesker søger mod de fællesskaber, hvor de oplever, at deres behov faktisk kan mødes.

I beskrivelsen nævner Mcmillan og Chavis tilmed, at man på fællesskabsniveau kan understøtte flere behov i samme fællesskab, og at man i stærke fællesskaber også kan formå at understøtte andre medlemmernes behov ved også at møde eget.

8.1.4. Emotionel tilknytning

Ved elementet emotionel tilknytning vægtes det, at medlemmerne skaber dybere bånd til de øvrige deltagere gennem en fælles tilknytning. Dette skabes gennem delte oplevelser, eller at man kan identificere sig med de delte oplevelser, som foregår i fællesskabet (Mcmillan and Chavis, 1986). Mcmillan og Chavis lægger vægt på at emotionel tilknytning blandt andet kan opstå hvis

interaktionen er ambitiøs, hvis oplevelsen og relationerne er positive, og når man investerer meget tid i hinanden (Mcmillan and Chavis, 1986).

8.1.5. Anvendelse af teori

I dette speciale anvendes teorien om oplevelse af fællesskab som en kontekstorienteret forståelsesramme, der specificerer de betingelser, der skal være til stede, for at mændene udvikler en oplevelse af fællesskab. Teorien giver dermed et begrebsapparat, der gør det muligt at beskrive, hvilke behov der er centrale for mændenes deltagelse og tilhør. Teorien gør det muligt at identificere de forhold i herreklubben, der er centrale for mændenes oplevelser og gør det dermed også lettere at analysere deres ræsonnementer på tværs af temaerne.

9. Etiske overvejelser

Inden jeg påbegyndte dataindsamling, gjorde jeg mig flere etiske overvejelser i forhold til de informanter, hvis viden skulle indgå i specialet. På baggrund af Københavns Universitets regler for dataindsamling og håndtering af persondata har jeg ved alle informanter sørget for at indhente samtykke fra dem inden dataindsamling samt opbevaret data sikkerhedsmæssigt forsvarligt (Københavns universitet, u.å.). I samtykkeerklæringen har jeg gjort klart, at deres viden ville fremgå i anonymiseret form og at den viden de delte skulle bruges til specialet og til en potentiel videnskabelig artikel. Jeg beskrev desuden også, hvem data ville blive delt med, og at de til enhver tid kunne trække samtykket tilbage.

Til min observation i en af herreklubberne lavede jeg en samtykkeerklæring, som formanden for herreklubben underskrev. Derudover begyndte observationen med, at jeg præsenterede mig selv, formålet med at jeg var der, og at eventuel viden derfra ville indgå i opgaven anonymiseret, og uden at de ville kunne udpege sig selv.

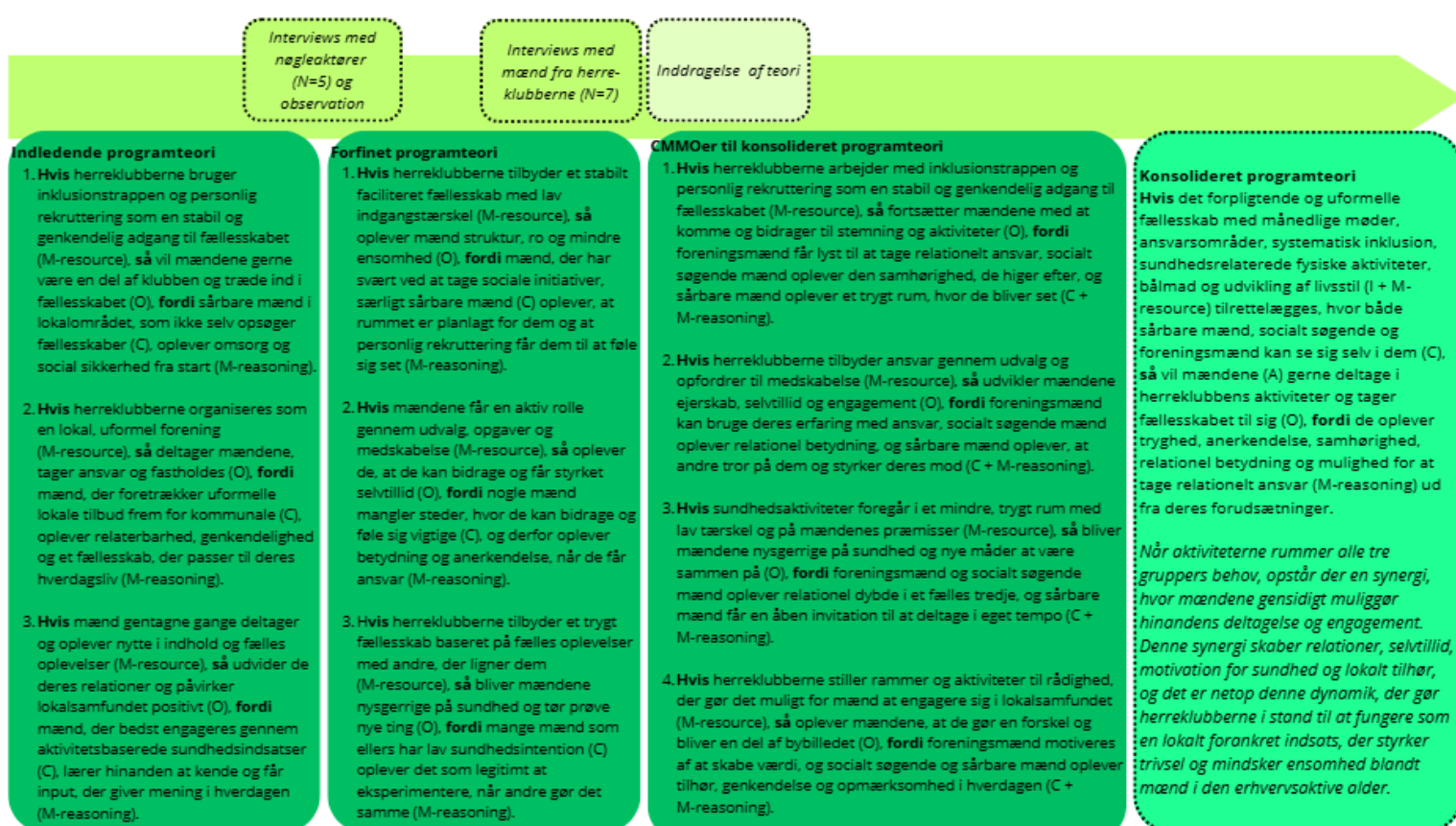
Data fra både interviews og observationen blev opbevaret på et sikkert drev ved Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse. Både min vejleder og jeg underskrev desuden en fortegnelse over behandling af behandlingsaktiviteter. Denne blev ligeledes opbevaret på det sikre drev.

10. Analytisk tilgang

Som tidligere beskrevet er denne realistiske evaluering baseret på flere dataindsamlingsfaser, hvorfor analysen også er blevet mere og mere specificeret undervejs. Programteorien er blevet forfinet af to omgange i takt med at jeg har indsamlet nyt data. Dette har medført en abduktiv analyseproces, hvor den eksisterende programteori har fungeret som en overordnet ramme for, hvad fænomenet består af, men at der ved hver forfining også har været plads til at få nye input fra data, som ikke har været aktuelt i tidligere faser.

Figur 8 viser udviklingen af programteorien i takt med inddragelse af data og teori. Det er den konsoliderede programteori, som vil blive uddybet i analysen.

Figur 8: Samlet overblik over udvikling af programteori



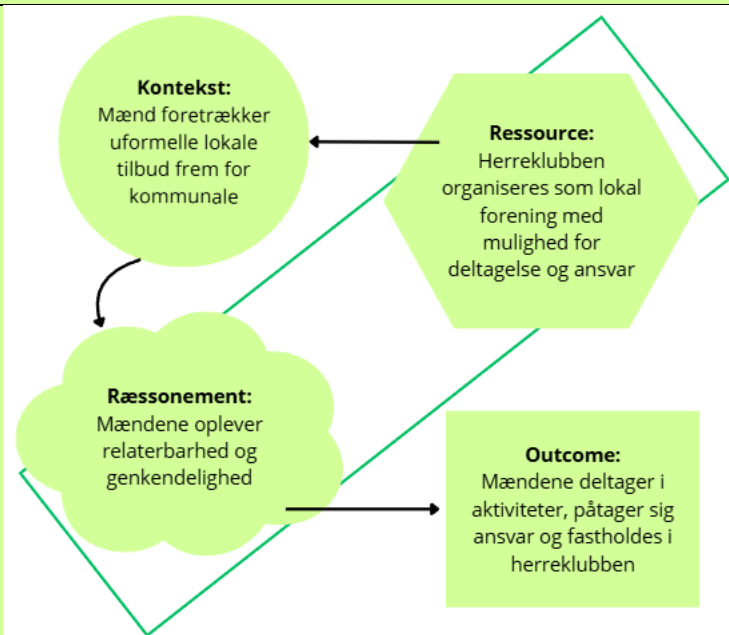
Den indledende programteori, som blev udviklet i den indledende teoriindsamling, har lagt den overordnede retning for undersøgelsen. Denne programteori tog udgangspunkt i tidligere litteratur om mænds fællesskaber, indledende baggrundspolysninger om herreklubberne og i herreklubbernes

eksisterende forandringsteori. Her lå fokus på herreklubberne som et samlet fællesskab og deres arbejde med inklusionstrappen, frivillighed, Det' Bare Mænd-aktiviteter og fredagsmøder, samt hvordan mænd ud fra litteratur og forandringsteori oplever disse aktiviteter, og hvad de kan få ud af dem. I denne fase blev der formuleret foreløbige CMMO'er, der blandt andet byggede på antagelser om, at mænd trives i at mødes om fælles aktiviteter, at personlig rekruttering skaber tryghed, og at lokal forankring gør fællesskabet relaterbart.

I teoriforfiningsfasen blev den indledende programteori afprøvet og justeret gennem interviews med nøgleaktører og deltagerobservation. Formålet var at kvalificere og korrigere de foreløbige antagelser, ikke at lave den endelige analyse. Den forfinede programteori fastholdt fokus på de oprindelige aktiviteter, men præciserede, hvordan specifikke elementer påvirker mændene: opsøgende rekruttering, et stabilt faciliteret rum, lav indgangstærskel, invitation til medskabelse og et fællesskab med "folk som dem selv". Konteksten blev samtidig skærpet med fokus på mændenes relationelle og dynamiske forudsætninger, herunder behov for fællesskab, maskulinitetsnormer, støtte til at komme i gang og gamle vaner, der gør adfærdsændringer svære. Derudover blev mekanismer som tilhør, overkommelighed, betydningsfuldhed og legitimitet i at prøve nyt tydeligere. I denne fase blev fokus skærpet på betydningen af struktur og forudsigelighed for sårbare mænd, på fællesskabets rolle for at gøre sundhed legitimt, samt hvordan små opgaver og roller styrker mændenes selvtillid og oplevelse af betydning.

Nedenstående figur viser et eksempel på hvad teoriforfiningsfasen bidragede med til forfining af en af de udvalgte CMMO'er og dermed også til den konsoliderede programteori:

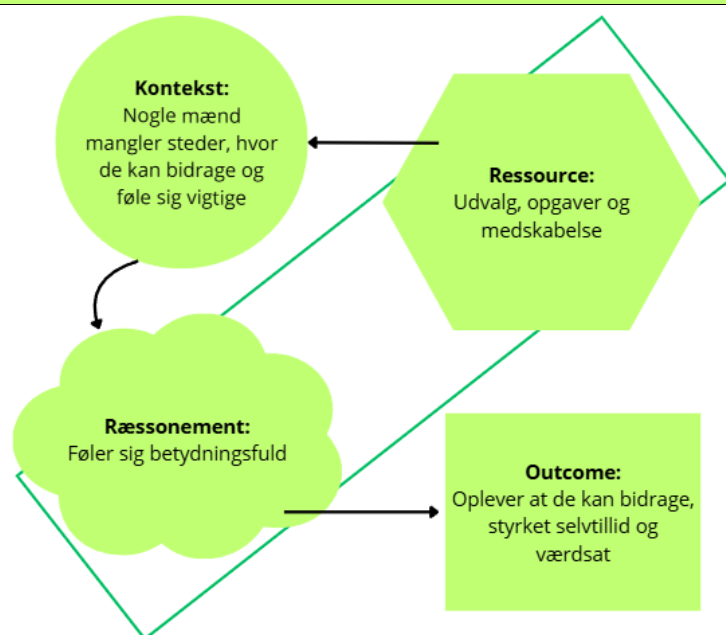
Indledende CMMO



En af de indledende CMMO'er havde fokus på mændenes oplevelse af, at herreklubben er organiseret som forening og at der herunder er mulighed for deltagelse og ansvar.

Hvis herreklubben er organiseret som lokal forening med mulighed for deltagelse og ansvar, **så** deltager mændene, tager ansvar og fastholdes, **fordi** mænd, der foretrækker uformelle lokale tilbud frem for kommunale, oplever relaterbarhed og genkendelighed.

Forfinet CMMO



I revideringen af den indledende CMMO, blev det tydeligt, at det i høj grad var herreklubbens udvalg, opgaver og opfordring til medskabelse som gjorde, at mændene ræsonnerer positivt og i mindre grad det, at herreklubben er organiseret som en forening, og at ræsonnementet nærmere var, at mændene føler sig betydningsfulde med ansvar frem for genkendelighed. Derudover blev det også klart, at det uformelle ikke var den vigtigste kontekst for denne CMMO, men i stedet at det at bidrage og føle sig vigtig for nogle mænd er noget, som ellers mangler i deres hverdag. Desuden tilføjede forfiningen til CMMO'en at mændene ud over at påtage sig ansvar og bidrage også får øget selvtillid og føler sig værdsat.

Specialets analyse baseres på de samlede resultater fra udarbejdelsen og udviklingen af programteorien og dermed på viden fra den indledende teoriindsamling, teoriforfining og teorikonsolidering. Den indledende programteori blev præsenteret under punkt 3.1 og den reviderede programteori er præsenteret i bilag 7.

I den konsoliderede programteori blev det tydeligt, at mændenes forskellige kontekstuelle forhold påvirker deres interaktion med interventionen. Derfor opdeles analysen og den konsoliderede programteori i tre kontekstuelle arketyper. Analysens fire tematikker beskriver både disse kontekster og de mekanismer, der aktiveres på baggrund af dem.

I analysen anvendes teorien om oplevelse af fællesskab som tænkeredskab til at koble de empiriske fund med de kontekstuelle betingelser og mekanismer. Teorien benyttes til at identificere de dybereliggende forhold, der forklarer, hvordan og hvorfor indsatsen virker forskelligt for mænd med forskellige kontekster.

Analysen viser dermed både, hvordan de tidligere programteorifaser har informeret undersøgelsen, og hvordan mændenes perspektiver endeligt afklarer, hvilke kontekstuelle forhold og mekanismer der driver interventionens virkning.

11. Analyse

Analysens fremstilling af den konsoliderede programteori vil blive præsenteret som en samlet ICAMO-konfiguration. Da interventionen som element allerede er beskrevet i baggrundsafsnittet, vil dette ikke blive præsenteret yderligere i analysen. Derfor skitseres aktørerne af indsatsen først for at kortlægge, hvem interventionen omhandler og påvirkes af. Efterfølgende beskrives kontekstelementer af relationel og dynamisk karakter, som havde indvirkning på udfaldet af indsatsen hos mændene.

11.1. Aktører

For at få størst muligt indblik i interventionen er det vigtigt at skildre, hvilke aktører der påvirkes af og påvirker interventionens modaliteter (Mukumbang et al., 2019). De fire nøglepersonsinterviews samt interviews med mændene gav en skildring af en række aktører, som alle er med til at skabe, drive og forme herreklubberne. En skitsering af de forskellige aktører kan ses i figur 9.

Figur 9: Oversigt over relevante aktører

Stifteren af Køge Herreklubber	En ildsjæl, som har oprettet den første herreklub og efterfølgende Køge Herreklubber. Stifteren bruger sin erfaring fra den første herreklub og tidligere arbejde til at udbrede konceptet til andre steder i kommunen.
Formænd i herreklubberne	Hver herreklub har en formand som er facilitatoren af rummet. Nogle formænd har meget erfaring og nogle er stadig i opstartsfasen. Formændene er alle med i bestyrelsen i Køge Herreklubber.
Bestyrelsen i Køge Herreklubber	Består af 1-2 repræsentanter fra hver herreklub. Har til formål at sætte retning for Køge Herreklubbers arbejde med at opstarte nye klubber, understøtte igangsætningsfasen i nye klubber og dele viden på tværs.
Bestyrelsen i førstoprettede herreklub	Består af medlemmer fra den først oprettede Herreklub, som er den herreklub, de andre klubber trækker på erfaring fra. Bestyrelsen arbejder med at implementere forskellige ting i herreklubben, som alle skal forbedre rummet for mændene.
Partnerskab omhandlende Mænds Sundhed og Trivsel	Omfatter parter fra Steno Diabetes Center og Køge Kommune. Understøtter herreklubberne i arbejdet med at forbedre mænds sundhed og evaluering af konceptet.
Køge Kommune	En aktør, som er inde over gennem partnerskabet med Steno, men som også har interesse i, at nogle af borgerne, som kommunen ellers sjældent har kontakt med, har et tilbud som dette, som de kan se sig selv i.

Aktørerne spænder fra lokale ildsjæle til kommunale instanser og virksomheder. Centralt i forhold til udvikling af indsatsen ser vi særligt stifteren af Køge Herreklubber, bestyrelsen i den først

oprettede herreklub og mænd i lokalsamfundet, som alle har haft en stor betydning i udviklingen af den først oprettede herreklub til et koncept, som man gerne vil udbrede til andre lokalsamfund.

Lokalsamfundet indgår ikke i figuren ovenfor, men skal ses som en aktør, da det både kan udgøre en vigtig kontekstuel ramme i forhold til at rekruttere mænd til herreklubber. Det skyldes at både kommunen, den praktiserende læge og virksomhederne kan videresende mænd, og dermed skabe kontakt. Samtidig er lokalsamfundet også dem, der kan få gavn af indsatsen, både de konkrete mænd der er en del af indsatsen, men forhåbentlig også lokalsamfundet som helhed gennem flere frivillige kræfter, mere ansvar overfor lokalsamfundet samt sundere og mindre ensomme borgere.

Partnerskabet mellem Køge Kommune og Steno Diabetes Center, med understøttelse fra Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, tilfører indsatsen en sundhedsfaglig legitimitet og evalueringskapacitet. Kommunen har desuden en interesse i at støtte et tilbud som dette, hvis det kan nå borgere, som ellers er svære at engagere med traditionelle sundhedstilbud.

11.2. Kontekst

Når mændene omtaler, hvem der er med i herreklubben, nævner de fleste af dem, at der ikke er noget særligt, der karakteriserer deltagerne. Som det nævnes af Zakarias, er det *”rigtig meget forskellige mennesker med meget forskellig baggrund”*, der er medlem af den herreklub, han er medlem af.

Uddrag af feltnoter fra deltagerobservation i den først oprettede herreklub:

Ved ankomst: *Jeg observerer, at der er mange typer af mænd. Aldersspændet er nok 40-75. Der er mange af de yngre, som har fodboldtrøje på, da det er fodboldtrøjefredag². Der er nogle af mændene der er meget imødekommende og gerne vil fortælle om herreklubben, deres aktiviteter og formål og egne perspektiver derpå. Der er også andre mænd, der holder sig lidt mere i baggrunden og snakker med nogle, som de tilsyneladende kender.*

² National indsamlingsdag, som afvikles én gang årligt, hvor danskere ifører sig fodboldtrøjer for at støtte børn med kræft og deres familier

Selvom gruppen fremstår som divers ud fra Zakarias' citat og deltagerobservationen, går det dog igen i interviewene med mændene, at der er nogle mønstre blandt mændene i herreklubben, som karakteriserer, hvorfor de er med i herreklubben og derfor også mandens kontekst for deltagelse. Skildringen baserer sig blandt andet på Eigil og Mogens' udtalelse om, at det er forskelligheder. Mogens beskriver blandt andet, at der i herreklubben er mænd som ham selv, der lægger meget energi i herreklubben, men at der også er nogle, som er med i herreklubben for god mad og en hyggelig aften. Ydermere beskriver Eigil, at der alligevel er en kønsbegrænsning og en aldersbegrænsning:

"Kvinder har ingen adgang. Men ellers har vi, den eneste begrænsning vi har, det er, at man skal være mand, så skal man være 18 år og myndig. Men jeg vil sige, generelt er det jo modne mænd, der kommer der. Jeg tror, at den yngste vi har, er sidst i 30'erne." Eigil

Begrænsningen til kun at være rettet mod det mandlige køn er meget bevidst. Mændene pointerer i deres udtalelser, at rummet ville være et andet, hvis der var kvinder med. Mændene beskriver ikke, at herreklubben er et aktivistisk forum mod den samtid, vi har. Alligevel påpeges det af flere, at rummet kan bruges som et sted, hvor man kan være en rigtig mand med alt, hvad det indebærer:

"Men jeg synes sgu lige så meget, at det er et sted, hvor man også kan vise, man er ked af det måske. Hvis det endelig er det. (...) Hvor man kan være sig selv." Kresten

"Og det kan godt være, at så er man dernede og så er man sådan lidt mere 'vikingeagtig' (end udenfor herreklubben), det kan måske godt være." Zakarias

Begrænsningen i forhold til alder er ikke hensigten med herreklubben. Eigil uddyber også og fortæller, at de har forsøgt at få flere yngre medlemmer med, men at det nok er en ond cirkel, fordi de unge medlemmer ikke kommer, før der allerede er andre yngre mænd.

Mogens nævner, at herreklubbenes koncept er bygget op om at omfavne forskellighederne:

"En del af vores koncept er også det her med, at vi skal tage os af hinanden. At vi skal have, jeg vil ikke sige stærke og svage medlemmer, det er måske for hårdt at sige, men der er nogle der taler meget og så er der nogle, der taler mindre. Og nogle der favner

mere og nogle der favner mindre. Og det er ligesom den der gode cocktail der skal være.” Mogens

Mændene, der deltager i herreklubberne, møder fællesskabet med forskellige erfaringer og udgangspunkter. Disse forskelle udgør centrale kontekstuelle differentieringer mellem mændene og har indvirkning på, hvilke mekanismer der aktiveres for dem. I analysen arbejdes der med udgangspunkt i tre overordnede kontekstuelle arketyper, der grundet deres forskellige kontekster ræsonnerer forskelligt på de ressourcer, der stilles til rådighed og derfor også får forskellige ting ud af indsatsen. Det er ikke mændene selv, som er konteksten, men derimod deres kontekstuelle egenskaber og forudsætninger.

Selvom nedenstående skildring af tre forskellige arketyper er gjort, er det ikke ensbetydende med, at der ikke kan være overlap hos den enkelte mand, eller at manden har forskellig indstilling til aktiviteterne, alt efter hvilken aktivitet, de bliver tilbudt i herreklubben. Citater fra den samme mand kan derfor fremgå under de forskellige mandegrupper, enten fordi manden har overlap i de forskellige grupper, eller fordi manden taler fra andres perspektiv.

11.2.1. Foreningsmænd

Denne gruppe består af mænd, der har *”erfaring med foreningsliv”*, *”altid har været foreningsaktiv”* og trives i uformelle, praktiske fællesskaber. Mændene i denne gruppe har som oftest allerede et eksisterende netværk men savner et sted at bruge deres kompetencer og engagere sig i noget meningsfuldt. Asger og Eigil er eksempler på sådanne mænd:

”Jeg kan godt lide at gå til hånde og hjælpe til ved sådan nogle ting der.” Eigil

”Og så pludselig, så når man et sted i livet, hvor man ikke har hjemmeboende børn mere, og i mit tilfælde meldte jeg mig ud af mine foreninger. Så det jeg har tilbage, det er jo gamle venner og familie og naboer. Det var den sociale kontakt, jeg havde. Og gamle venner (...) Det er jo ikke fordi, at jeg lærer særlig meget om dem, for jeg ved jo det meste om dem i forvejen. Og familien, dem ved jeg næsten det meste om, undtagen det de synes, jeg ikke skal vide. Så at komme ud og møde nogle nye mennesker, det giver mig nok nogle andre perspektiver.” Asger

Begge mænd søger ikke nødvendigvis et rum, hvor de kan få deres sociale behov dækket, da de faktisk har et socialt netværk andre steder. De ønsker i lige så høj grad at hjælpe til og få nye perspektiver, fordi de godt kan lide frivilligheden, at få nye indsigter fra andre mennesker og at opnå følelsen af at hjælpe til.

En af nøgleaktørerne bakker også dette op, i sin udtalelse om foreningsmændene:

”Det er dem, der ved, at den her klub ikke eksisterer, hvis vi ikke alle sammen yder noget. ”Det er et fantastisk godt koncept, men jeg bliver nødt til at lave et stykke arbejde for, at være en del af den her klub”. ” Preben

Foreningsmænd møder herreklubberne med en høj grad af social tryghed og en forventning om, at fællesskabet er et sted, hvor man bidrager og tager ansvar.

Foreningsmændene omtales af flere af mændene også som ”Tordensskjolds soldater”. Det er de mænd, der tager meget ejerskab, men som man ifølge Thomas også skal være opmærksom på ikke trækker sig, hvis herreklubben får for store behov, der skal dækkes:

” (...) hvis det er nogen der bare har brug for et fællesskab, så er det jo fint nok at komme ind. Men hvis der ligger problemer bagved, så tror jeg ikke, vi kan håndtere det i klubben (hvis de er overvægten i herreklubben). Fordi hvem skal gøre det?”
Thomas

Foreningsmændene har erfaring med foreningsliv og organisering og trives i det praktiske. For at opnå oplevelse af fællesskab vil hovedvægten for dem være på elementerne medlemskab og indflydelse (Mcmillan and Chavis, 1986). Medlemskab, fordi foreningsmændene i høj grad er dem, der er med til at danne et emotionelt, trygt rum, fordi de har erfaring fra foreninger tidligere. Det er derfor disse mænd, som først bliver personligt investeret og får en følelse af at være en del af herreklubben. Ud over medlemskab, er indflydelse også et element, som foreningsmændene vægter højt i oplevelsen af fællesskab. Dette skyldes, at de fleste foreningsmennesker drives af at være med til at påvirke udvikling og har prøvet det i deres tidligere virke. De får derfor også et større tilhørsforhold til indsatsen, hvis de selv er med inde over den og dermed større oplevelse af fællesskab.

11.2.2.

Social søgende

Denne gruppe består af mænd, som har få relationer, eller som har mistet netværk gennem livsforandringer, blandt andet hvis deres børn er blevet store og de har mistet kontakt til lokalsamfundet den vej igennem, hvis de for nyligt er blevet skilt, eller hvis de er tilflyttere. Det nævnes blandt andet af Kresten og Thomas, at deres ændrede livssituation har påvirket deres behov for fællesskaber.

Kresten nævner, at han mens han havde et mindre barn og en partner ikke følte, at han havde tid til at være med i herreklubben. Efter at hans datter er blevet ældre og han nu er alene, fik en personlig henvendelse fra formanden ham til at prøve herreklubben af.

Thomas beskriver følgende om hans første møde med herreklubben:

”Og så tog jeg med op til den her snak, vi havde i starten om, om der var grundlag for det og alt det her. Og jeg kunne jo bare høre på ham (Stifteren af første herreklub), at han brændte for det der. Og, jamen der var sådan en god stemning allerede fra den første dag, vi var der. (...) Og det fangede mig i hvert fald. Også fordi, at alt mit sådan netværk, det bor sådan i andre byer og i min fødeby og alt det her (...) Så jeg havde ikke noget netværk hernede som sådan. Og så kunne jeg egentlig godt se det der, det kunne jo være meget sjovt.” Thomas

Mændene i denne gruppe søger et sted at høre til og et fællesskab, hvor de kan opbygge eller genopbygge relationer og deres sociale identitet. Socialt søgende mænd møder herreklubberne med et behov for tilhør, genkendelighed og relationel støtte.

De socialt søgende mænd ønsker, at det sociale er i fokus, hvorfor en usikkerhed på fællesskabet hos dem kan være, at der kommer for mange behov, der skal dækkes, som ikke blot handler om det sociale.

”Hvis det så er sådan en der møder op (...) i en ordentlig brandert fredag klokken fem fordi han har ikke lavet noget hele dagen. Så skaber han jo bare den dårlige stemning for alle. Og så vil der jo måske sidde halvdelen og tænke, hvad fanden er det her for noget, hvorfor skal han starte med at ødelægge det her. Og skabe den der dårlige stemning (...).” Thomas

Som det også fremgår i Thomas' udtalelse, så er fokus for de socialt søgende mænd på det sociale, og hvor bekymringen for foreningsmændene går på, at det kan være svært at hjælpe alle, hvis der kommer for mange med store udfordringer, så går bekymringen for de socialt søgende mænd i højere grad på, at stemningen ikke skal ødelægges. Thomas' udtalelse indikerer også, at alkohol er en af de ting, der kan ødelægge stemningen.

De socialt søgende mænd er de mest konkrete i forhold til, hvad de søger i herreklubben, da de som udgangspunkt alle opsøger rummet for at få opbygget nogle sociale relationer. Deres oplevelse af fællesskab påvirkes derfor i høj grad af elementet med opfyldelse af behov, herunder i hvor høj grad indsatsen er i stand til at skabe et rum, hvor man udvikler sit sociale netværk (Mcmillan and Chavis, 1986). Derudover kan denne gruppe af mænd tillægge emotionel tilknytning stor betydning for deres oplevelse af fællesskab, da de netop søger nogle at spejle sig i eller være mere tilknyttet til, som de ikke har på nuværende tidspunkt.

11.2.3. Sårbare mænd

Sårbare mænd er en gruppe, der ofte har lav social selvtillid og begrænset erfaring med fællesskaber. De kan være præget af ensomhed, psykiske udfordringer eller ustabile livsomstændigheder. Det er afgørende for denne gruppe af mænd, at fællesskabet er tydeligt rammesat, og at der er en tryk atmosfære i herreklubben, for at man vil fortsætte.

Nøgleaktøren Poul beskriver, hvorfor de sårbare mænd har brug for at have en herreklub:

"Jeg tror overskriften (...) det er mistrivsel. Jeg tror at det er ensomhed, at det er svært at danne relationer, ud over det man måske har med familien eller med sit arbejde. Hvis man nu har et arbejde, der er jo faktisk nogen, som ikke har noget arbejde, og heller ikke har nogen familie. Men selv dem der har, tror jeg faktisk, at det her med at danne de rigtige og de nødvendige relationer er svært. Fordi det kræver tid, fordi det kræver ressourcer." Poul

Mændene i denne gruppe har ofte ikke selv opsøgt herreklubben, men er i højere grad blevet rekrutteret af andre i herreklubben eller opfordret af andre fra lokalsamfundet. Disse mænd har til fælles, at der er flere problematikker, som gør sig gældende, og som påvirker deres trivsel.

Problematikkerne kan blandt andet være lav socioøkonomisk status, manglende familie, sårbarhed i familien eller problematikker i forhold til sundhedsadfærd herunder høj vægt, stort indtag af alkohol eller manglende fysisk aktivitet.

For eksempel beskriver Zakarias, at han ikke selv har opsøgt herreklubben, men i stedet har hørt det igennem andre fra lokalsamfundet. Zakarias har desuden prøvet at få andre med, som han ved kunne have brug for det:

”Og så spurgte jeg, om han ville være med, og det tror jeg også er godt for (andet medlem), at han får nogle andre mennesker og noget andet input. Folk kan også godt lide (andet medlem) nede i klubben”. Zakarias

Mændene i denne gruppe sætter stor pris på det stabile fællesskab, hvor de ved, hvad der skal ske lang tid i forvejen, som det også beskrives i følgende citat af Thomas:

”De kan ikke håndtere, at de ved, kl. 17 kommer vi herop og vi ved faktisk ikke, hvad der skal foregå. Så tilter hele lortet oppe i hovedet på dem.” Thomas

Mændene i denne gruppe deltager som oftest ikke til alle tingene i herreklubben, men i de ting som de har forberedt sig på, og som giver mening for dem selv. Mange af disse mænd kommer med tidligere oplevelse af at stå udenfor fællesskaber, at være blevet misforstået eller overset, og at have lav tro på egne evner, hvilket uddybes senere i analysen. Derfor bliver herreklubbens trygge rammer, tydelige struktur og omsorgsfulde facilitering afgørende for deres udvikling.

Sårbare mænd vægter særligt medlemskab, herunder emotionel sikkerhed og følelsen af tilhør, som har betydning for, om de har oplevelse af fællesskab eller ej (Mcmillan and Chavis, 1986).

Derudover kan elementet med fælles symboler og rammer også have påvirkning på de sårbare mænds oplevelse af fællesskab, da de ved at have overblik over indsatsens elementer, aktiviteter og formål kan imødekomme noget af den usikkerhed, der ellers kan være ved at indgå i et fællesskab.

11.2.4. Opsummering på mændenes kontekster

Mandens erfaringer og udgangspunkter har betydning for, hvordan mændene ræsonnerer på indsatsen og hvorfor de samme aktiviteter kan medføre forskellige udfald. Opdelingen i de tre

kontekstuelle arketyper gør det muligt at beskrive, hvorfor de samme aktiviteter aktiverer forskellige mekanismer hos mænd.

I følgende analyseres det, hvordan herreklubbernes ressourcer interagerer med de kontekstuelle betingelser, og hvordan det påvirker mændene og det, de får ud af indsatsen.

11.3. Herreklubbernes virkningsmekanismer

Baseret på ovenstående kontekstuelle arketyper opstilles der forskellige CMMO'er for hver arketype, for hvert tema. CMMO'erne uddyber derfor, hvordan de samme ressourcer indenfor hvert tema aktiverer forskellige ræsonnementer hos de forskellige kontekstuelle arketyper. Disse CMMO'er samles efterfølgende i en konsolidereret programteori.

De 4 mest fremtrædende CMMO'er er som følger:

1. Inklusionstrappen og trygge rammer
2. Ejerskab og ansvar
3. Bevægelse og fortrolighed
4. Lokalsamfundspåvirkning

11.3.1. Inklusionstrappen og trygge rammer

Denne CMMO viser, hvordan mændenes forskellige kontekster påvirker deres oplevelse af herreklubbens arbejde med at skabe et stabilt og inkluderende rum. Ressourcer som stabil facilitering, brug af redskaber fra inklusionstrappen, personlig rekruttering, buddy-ordning, opsøgende kontakt ved fravær eller frafald, tydelige principper, en balanceret alkoholkultur samt faciliteret variation i, hvor mændene sidder fra gang til gang, er alle centrale elementer som har indvirkning på, om mændene føler sig inkluderet i herreklubben og får en oplevelse af fællesskab.

Mændene i de tre forskellige arketyper ræsonnerer forskelligt over ressourcerne, der stilles til rådighed. For nogle af mændene, særligt dem med erfaring fra foreningslivet, er principperne, struktur og stabil facilitering noget, der hurtigt giver en oplevelse af tryghed. De ved, hvordan man agerer i et sådant foreningsdrevet fællesskab, hvad de træder ind i, og derfor bliver de hurtigt aktive deltagere, der tager ansvar og bidrager til den gode stemning:

”Så går man lige og glæder sig til, gud ve hvad der skal ske i aften, og gud ve hvad vi skal have at spise, og... Ja, ”Hej X”, og ”Hej Y”, og så videre. Så går man lige rundt, og så får man øl, og snakker lidt.” Asger

For foreningsmændene er det vigtigt, at rummet er stabilt og velorganiseret fra start, da foreningsmændene godt ved, hvor vidt de vil være fast medlem eller ej fra start i deres tilmelding:

”Ja, men altså, nu meldte jeg mig jo ind i bestyrelsen også med det samme. Så allerede der, føler jeg en vis forpligtelse til ikke bare at stikke af igen.” Eigil

I modsætning til foreningsmændene har de socialt søgende mænd i højere grad brug for at ressourcer som personlig rekruttering og god stemning er til stede i deres første møde med herreklubben. De socialt søgende mænd kommer ofte med få relationer og et stærkt ønske om at høre til et sted. Derfor betyder det noget for dem, at de møder andre, som også søger fællesskab. De socialt søgende mænd skal helst høre om de gode oplevelser fra herreklubben og mærke det selv fra start i første møde med herreklubben. Ressourcen med, at man ikke selv bestemmer hvor man sætter sig understøtter dette:

”Når vi mødes til aftener, kan du ikke få lov til at sætte dig, hvor du har lyst. Det bliver simpelthen blandet enten ved lodtrækning, eller også bare ved total tilfældighed.” Eigil.

Som Eigil beskriver, bliver man tilfældigt placeret til herreklubbens fredagsmøder. Asger uddyber dertil, at herreklubberne, selvom der findes mindre fællesskaber i fællesskabet, formår ikke at lave det til klikker, hvorfor nye medlemmer stadig kan føle sig velkommen.

Samtidig har de socialt søgende mænd en stor nysgerrighed på andre mennesker som også søger fællesskabet, grundet deres behov for emotionel tilknytning. De socialt søgende mænd kan derfor også håndtere nye relationer og tilfældighed i opstarten, så længe rummet føles trygt:

”(En fra inklusionsudvalget) kom hen til mig, tror jeg nok, jeg kan ikke engang huske om det var ham, og spurgte, om jeg ville sidde sammen med nogle jeg kendte eller om jeg bare ville tage et nummer og sidde der. Der sagde jeg ”jaja” (til nummeret). Det var jeg fuldstændig ligeglad med. Så jeg var på lige fod, så at sige.” Kresten

Som det refereres til af Kresten, blev han ved opstart mødt af en fra inklusionsudvalget, som gav ham mulighed for at læne sig ind i noget velkendt og sidde sammen med nogle, han kendte, eller agere som de andre mænd og blive tilfældigt placeret. Han valgte det sidste, fordi han, med den kontekst og de erfaringer han havde, ønskede at træde ind i herreklubben på lige fod med de andre mænd.

Dog er de socialt søgende mænds ræsonnement er følsomt over for, om rummet faktisk understøtter relationer. Det skyldtes, at de i oplevelsen af fællesskab lægger vægt på opfyldelse af behov. Hvis alkohol fylder for meget, eller hvis der kommer mange nye ind, som ikke søger fællesskabet, kan de socialt søgende mænds ræsonnement ændre sig, fordi formålet med rummet bliver et andet. Kresten beskriver at *"nogle gange går der lidt for meget øl i den"* og at han derfor foretrækker de frivillige aktiviteter eller Det' Bare Mænd-aktiviteterne fordi man bedre snakker sammen og danner relationer. I citatet fra Kresten bliver det tydeligt, at alkohol kan have påvirkning på mændenes opfattelse og oplevelse af fællesskab, hvis det betyder, at opfyldelse af deres egne behov for relationer ikke bliver mødt. Derfor er det vigtigt, at de socialt søgende mænd skal kunne se sig selv ind i herreklubben og indgå i relationer med andre, der også opsøger kontakt. Når rummet er præget af gensidig interesse og gensidigt behov for fællesskab, oplever de socialt søgende mænd samhørighed. Hvis gensidigheden ikke er i balance, kan de socialt søgende mænds oplevelse af at få dækket egne behov falde og dermed også deres oplevelse af fællesskab (Mcmillan and Chavis, 1986).

For de sårbare mænd er det særligt emotionel sikkerhed og definerede rammer, som påvirker deres oplevelse af fællesskab (Mcmillan and Chavis, 1986). De kommer ofte med lav tro på egne evner og usikkerhed i sociale relationer. Derudover er det særligt de sårbare mænd, som ikke selv henvender sig til herreklubben, men i stedet kommer med gennem aktiv rekruttering. Derfor er det vigtigt at rummet er guidet og imødekommende, før mændene bliver emotionelt sikre og på sigt personligt investeret.

Zakarias beskriver, at han selv blev imødekommet på en måde, som han ikke har oplevet tidligere i sit liv, da han ikke har været vant til, at folk stoler på ham eller har tillid til ham:

”Men selvom folk var ovre og snakke til mig og spørge ind til mig, altså, det er jo ikke noget, jeg har været vant til. Så det syntes jeg var mærkeligt. (...) Hvorfor ville folk lige pludselig vide ting om mig?” Zakarias

Flere af de øvrige mænd nævner tilmed, at det kunne være nervepirrende, første gang at de skulle deltage i rummet, som herreklubben udgør, men at inklusionsudvalget og mændene generelt tog godt hånd om dem, da de mødte op.

Inklusionstrappen, principperne i herreklubben og den personlige rekruttering, er noget de sårbare mænd kan have behov for, da det hjælper dem til at deltage, selv når de er usikre, nervøse eller har svært ved at tage første skridt ind i et fællesskab.

Den gode stemning i herreklubben og faciliteringen af rummet skaber desuden et miljø som gør, at de sårbare mænd kan være i rummet uden at føle sig vurderet. Trygheden heri er dog skrøbelig, hvis der enten kommer mange ind på samme tid, eller hvis der ikke er nok, som kan tage hånd om de nye medlemmers behov:

”Hvis der kommer for mange nye ind, så kan de måske af gode grunde eller uden grund blive utrygge og det kræver ekstra ressourcer. Og nogle af dem, som er udadvendt, har måske travlt med at lære de nye at kende og glemmer lidt de gamle.”
Poul

”For er der for mange af den ene slags, så duer det ikke, og hvis der er for mange af den anden slags, så duer det heller ikke. Så det er den der gode kombination der gør, at vi kan løfte hinanden.” *Mogens*

Som Poul og Mogens beskriver, kræver rummet en balance mellem de forskellige slags medlemmer, da de sårbare mænd ellers ikke får det ud af indsatsen, som er hensigten. Når rummet er stabilt og der er nogen, der tager hånd om dem, kan de sårbare mænd i højere grad opnå tilhørsfølelse og derved opnå oplevelse af fællesskab (Mcmillan and Chavis, 1986).

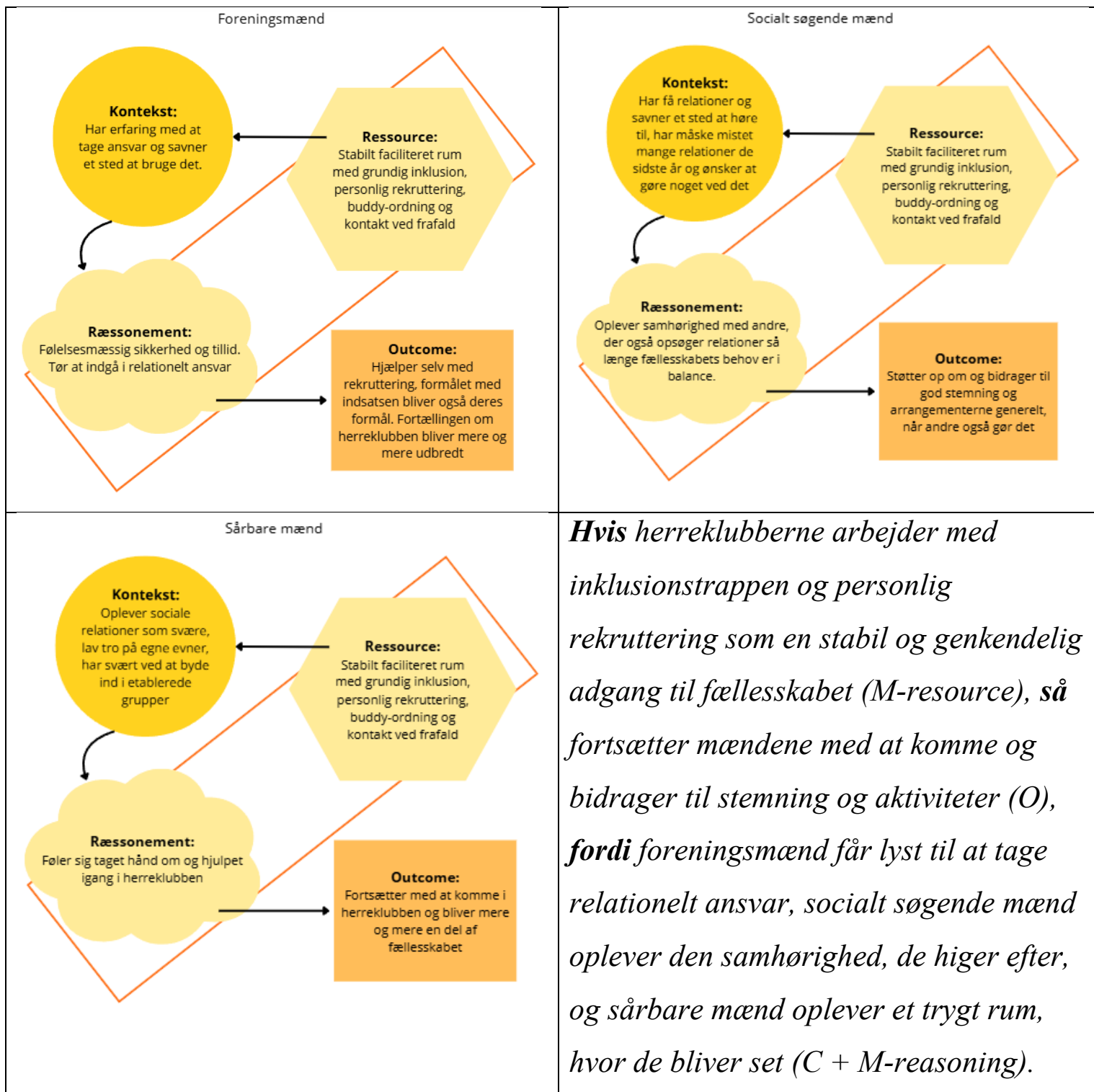
Preben, en af nøgleaktørerne, beskriver et eksempel i herreklubben, hvor håndteringen af en sårbar mand fylder en del:

”Ham skal vi simpelthen se, om vi kan hjælpe nu. Og der... En af de opgaver jeg har, det er sådan at samle en lille hær, rundt om ham. Ment positivt. Men de folk, som betyder noget for ham og hvor han lytter til dem, og så laver vi en strategi, hvor vi finder ud af, hvordan kan vi bedst muligt støtte, (...) så han kan komme ud på den anden side og få et godt liv og få noget overskud” Preben

Herreklubbens format for inklusion synes således at fremme de sårbare mænds deltagelse og fastholdelse. Når nøgleaktører som Preben aktivt organiserer støtte omkring en sårbar mand, skabes der ikke blot hjælp, men også en emotionel sikkerhed, som gør det muligt for den mere sårbare at blive i fællesskabet.

Samlet viser analysen, at inklusionstrappen, personlig rekruttering og facilitering af rummet fungerer som en stærk ressource for alle tre grupper. Foreningsmændene finder hurtigt deres plads og tager ansvar, de socialt søgende mænd oplever samhørighed og relationel genkendelighed, og de sårbare mænd får et rum, hvor de hjælpes med deltagelse, indtil de selv kan se behovet. Det stabile og fællesskabsorienterede rum aktiverer mændenes ræsonnementer positivt, og de får lyst til at blive en del af herreklubben. Når rummet derimod bliver for uforudsigeligt eller domineret af øvrige behov, falder oplevelsen af fællesskab, særligt for de socialt søgende mænd og de sårbare mænd.

Figur 10: CMMO-beskrivelser for temaet inklusionstrappen og trygge rammer



11.3.2.

Ejerskab og Ansvar

Køge Herreklubber og de specifikke herreklubber derunder er vokset hurtigt, hvilket skyldes både en lokal fremdrift og samtidig et politisk momentum for at arbejde med sårbare mænd og med at inddrage civilsamfundet i forebyggelsesarbejdet. I takt med at fremdriften har været så stor har der været behov for at fordele ansvar og skabe strukturer, hvor flere har og tager ledende roller. Dette har blandt andet ført til etableringen af udvalg i herreklubberne.

Mændene beskriver, at der er udvalg og små ansvarsområder, som alle medlemmerne på en eller anden måde har del i. Eksempler på udvalgene i herreklubberne er blandt andet madudvalg, klargøringsudvalg, Det' Bare Mænd-udvalg, oprydningsudvalg, frivillighedsudvalg, inklusionsudvalg, kageudvalg m.m. Alle udvalgene har hver deres ansvarsområde. Det er dog ikke ensbetydende med, at der ikke tilbydes hjælp ud over de givne ansvarsområder.

Som Laurits beskriver, hjælper alle til med oprydningen, selvom nogle har det som deres opgave:

"Det kan godt være, at der er nogen, der er på oprydningsholdet, men vi giver jo alle sammen en hånd med til slut. Fordi vi vil jo også alle sammen gerne vil hjem i seng."
Laurits

Derfor ses det for mange i herreklubben som en naturlighed at hjælpe hinanden, så alle bliver hurtigere færdige.

Laurits fortæller desuden, at det giver noget særligt at være sammen om at løse en opgave, man har fået stillet:

"Jamen det giver noget sammenhold og noget fællesskab. (...) At så er du sammen om at løse en opgave" Laurits

Herreklubberne arbejder bevist med at skabe et miljø, hvor ansvar er muligt og en del af medlemskabet, hvorfor herreklubberne også omtales som "forpligtende fællesskaber". Mændene beskriver dog, at de i herreklubben har mulighed for at bidrage på den måde, de kan. Ud over det ansvar, som er strukturelt indlejret i herreklubben, ses der i mændenes udtalelser også eksempler på ansvar, som mændene selv tager på sig:

”Hvis jeg nu står og mangler en sømpistol, så skriver jeg lige i herreklubben, og så er der (...) mange der skriver ”jeg har en”. Det er små ting hele tiden, men man kan altid få hjælp” Zakarias

Denne kombination betyder, at ansvar ikke kun er noget man får, men også noget man kan påtage sig. Det gør det muligt for mændene at deltage på forskellige måder og efter forskellige rum tid, hvilket er en forskel, som kan ses ved de forskellige typer af mænd.

Ved at arbejde med ansvar og medskabelse som ressource påvirkes oplevelsen af fællesskab, da det både imødekommer et behov for medlemskab og et behov for indflydelse. Dette er netop nogle af de faktorer, som påvirker, at foreningsmændene opnår en oplevelse af fællesskab (Mcmillan and Chavis, 1986). Derfor falder denne struktur meget naturligt for foreningsmændene, da de fra tidligere erfaringer ved, at fællesskaber kræver engagement og samtidig også får noget ud af at give fra sig. Eigil beskriver blandt andet hvordan det styrker hans selvtillid at være med i et udvalg:

” Der er ingen tvivl om, at man godt kan få styrket sin selvtillid lidt, når man er med i et udvalg, og man giver noget input, og man kan se, at de ting, man laver og de ting, man gør der, det har en effekt.” Eigil

For mænd som Eigil er medindflydelse centralt, da de oplever fællesskab når de kan påvirke, forme og tage ansvar. Dertil fortæller Mogens også, at han ikke har *”meldt sig ind i en underholdningsafdeling, hvor de bare gerne vil underholdes, man må også gerne give lidt selv”*.

Deltagerobservationen viser desuden, at den gode fortælling om herreklubben, som formodentlig er startet fra nøgleaktørerne, er forankret hos mændene selv. Mændene, herunder særligt foreningsmændene, påtager sig derfor en rolle, hvor de også hjælper med formidling af herreklubben, når de har været med i længere tid.

Uddrag af feltnoter fra deltagerobservation i den først oprettede herreklub:

Den gode fortælling, kan man godt høre, er en formanden har startet, men der er mange, der har været med i herreklubben i lang tid, og der er derfor også mange, som er gode formidlere af historien, og som selv engagerer sig i den.

Selvom foreningsmændene trives med at tage ansvar, er det dog også vigtigt, at ansvaret ikke bliver for stort, da de så kan miste oplevelsen af fællesskab. Som det også tidligere er præsenteret, så ligger en stor del af det fælles ansvar hos mændene, som er foreningsmænd.

”Foreningsmenneskerne er meget dem, som er nødt til at engagere sig både i bestyrelsen og til andre arrangementer. (...) så er det altid dem, der i hvert fald trækker læsset” Preben

Som nøgleaktøren beskriver, har foreningsmændene et stort ansvar i herreklubberne. Sammenholdt med tidligere nævnte bekymring fra foreningsmændenes side, for ikke at kunne hjælpe nye medlemmer nok viser dette, at foreningsmændenes ræsonnementet kan påvirkes, hvis ansvaret bliver for stort sammenlignet med mændenes egen forventning. Alkohol nævnes også som noget, der kan have en negativ indflydelse på det at tage ansvar, fordi det til tider kan skabe uro, uforudsigelighed eller ændre dynamikker i fællesskabet.

Foreningsmændene lægger som tidligere beskrevet meget vægt på medlemskab og påvirkning, før de oplever fællesskab. Når dette opfyldes gennem herreklubbens facilitering, skaber det engagement fra mændene til at understøtte rummet i endnu højere grad, så længe behovet ikke går over deres evner. Det bliver derved tydeligt, at ansvar både kan være en kilde til engagement, men at det også kan være en potentiel belastning, hvis ansvaret ikke deles.

For de socialt søgende mænd fungerer ansvaret på en anden måde, da de ikke opsøger herreklubben for at tage ansvar, men i højere grad for at få relationer. Når de socialt søgende mænd bliver en del af et udvalg, er det derfor ikke opgaven i sig selv, der er vigtig, men det sociale fællesskab, der gerne skulle følge med.

Laurits beskriver, *”jamen det giver noget sammenhold og noget fællesskab. (...), at så er du sammen om at løse en opgave”*. En af de andre mænd, Thomas, beskriver desuden, at man lærer hinanden bedre at kende, når man hjælper hinanden i udvalgene. For disse mænd bliver ansvaret, her i form af at deltage og tage ejerskab i et udvalg, ikke kun en praktisk funktion, men en social mekanisme, der skaber tilhørsfølelse, fordi de udbygger deres sociale relationer samtidig.

Her bliver ansvaret i udvalget en måde hvorpå de socialt søgende mænd kan opnå opfyldelse af behov for relationer, hvilket kan påvirke oplevelsen af fællesskab for dem (Mcmillan and Chavis,

1986), men faktisk også gør, at de tager ansvar på baggrund af en søgen efter fællesskab. En af nøgleaktørerne beskriver desuden, hvordan udvalgene netop kan bruges til at skabe relationer i starten:

"I hvert fald i begyndelsen, så tror jeg, at det er vigtigt, at man bliver tilknyttet i et udvalg. Så har man i hvert fald den lille gruppe at starte med, og så kan man vokse ud fra den." Poul

For de socialt søgende mænd er ansvar derfor en indgang til fællesskabet og ikke målet med at være med.

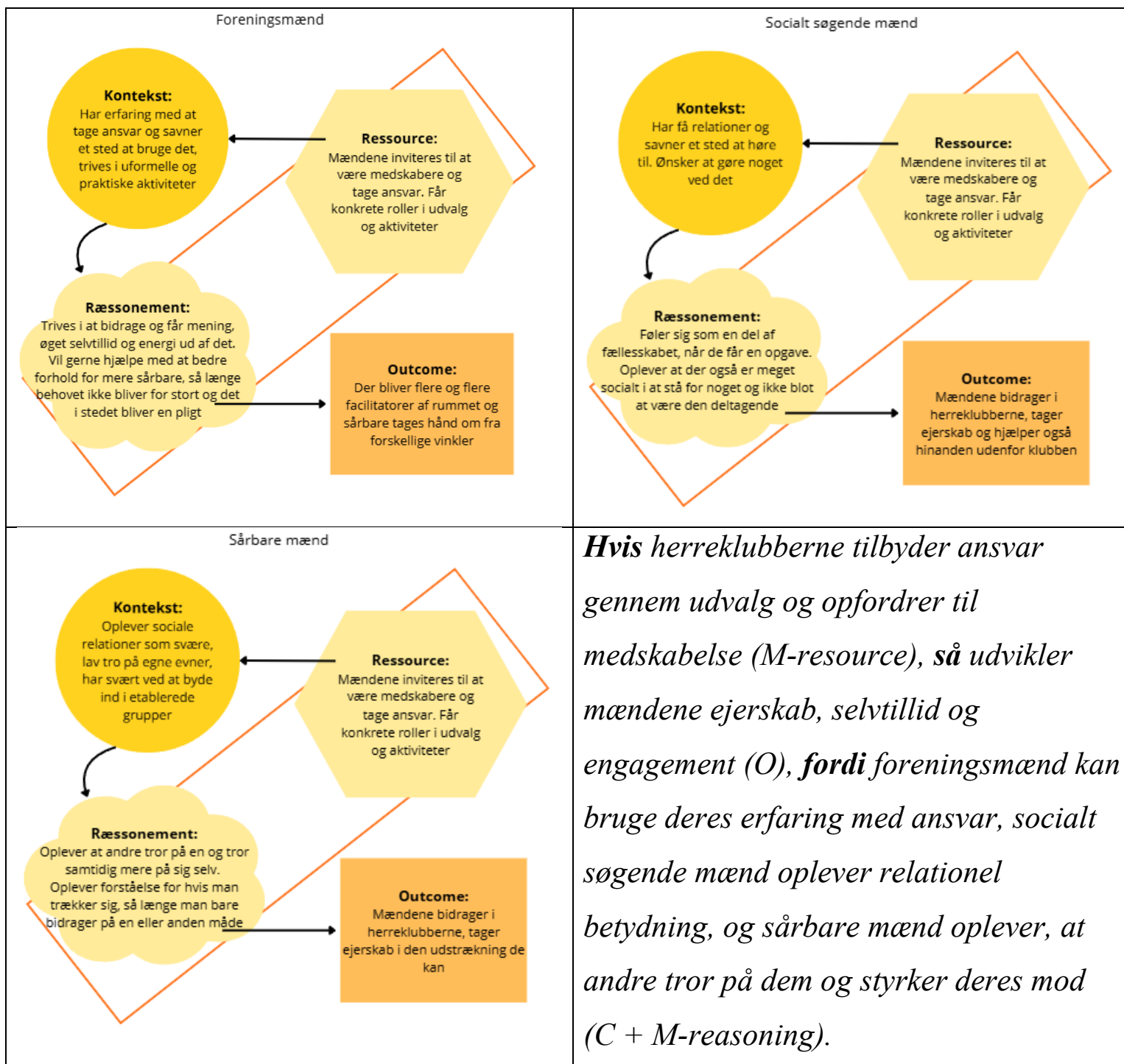
I forhold til de sårbare mænd, kan ansvar godt være noget af det, de i starten ser som en udfordring i herreklubben. De kommer ofte med lav tro på egne evner og erfaringer med ikke at blive taget alvorligt. Derfor kan det være overvældende, at herreklubben er et forpligtende fællesskab, hvor man skal engagere sig i et udvalg og i hinanden. Den først oprettede herreklub har derfor også fundet ud af, at det fungerer bedst, hvis man først kommer med i et udvalg efter 2-3 fremmøder. Zakarias beskriver, at han i starten fandt det overvældende, at folk i herreklubben havde tillid til ham, fordi det ikke var noget han var vant til. Derfor kan det være vigtigt at åbne op for, at alle er lige i herreklubben, hvorfor alle skal gøre noget for herreklubben, men samtidig tilbyde et rum, hvor forskellige former for ansvar er værdsat, og hvor man kan bidrage på den måde, man kan.

"Der er jo altid nogen, der bærer mere end andre. Hvor de synes, det giver mening. Så kan det være, man er aktiv andre steder. Sådan er det jo. (...) Men alle gør noget jo." Kresten

Som de fleste af mændene beskriver, er det ikke alle, der hjælper lige meget i herreklubben. Når sårbare mænd får mindre opgaver, oplever de, at deres bidrag er velkomment. Thomas beskriver blandt andet, at de medlemmer, som af den ene eller anden årsag ikke har mulighed for at deltage hele aftenen, de i stedet får nogle opgaver, som de alligevel godt kan udføre. Dette skaber en oplevelse af tilhør hos de sårbare mænd (Mcmillan and Chavis, 1986), fordi der er en del af fællesskabet ved at bidrage med det de kan.

Samlet viser analysen, at ejerskab og ansvar fungerer som en stærk ressource i herreklubberne, og at det både kan bidrage med øget selvtillid hos mændene og virke som en måde til at starte nye og tættere relationer.

Figur 11: CMMO-beskrivelser for temaet ejerskab og ansvar



11.3.3.

Bevægelse og fortrolighed

I denne CMMO undersøges det, hvordan mændene ræsonnerer på herreklubbens sundhedsrelaterede aktiviteter, herunder særligt Det' Bare Mænd-aktiviteter, hvor ressourcen ikke er aktiviteten i sig selv, men i stedet det mindre rum kun bestående af mænd, hvor alle fra herreklubben kan deltage, men hvor fokus er et andet, end det er til fredagsmøderne. Rummet for Det' Bare Mænd adskiller sig fra fredagsmøderne ved at være mere roligt, have plads til relationer på en anden måde og være mindre præget af alkohol. Dette skaber en anden form for nærhed og relationel dybde.

I nogle af de andre herreklubber end den først oprettede herreklub er der ikke lige så mange medlemmer. Disse herreklubber, fordi de er mindre end i den først oprettede herreklub, kan derfor tilnærme sig rummet i Det' Bare Mænd. Derudover har den først oprettede herreklub også et indslag på deres fredagsmøder, der kaldes Den Varme Stol. Her lærer herreklubbens deltagere en af medlemmerne at kende gennem en quiz om manden. Dette indslag på fredagsmøderne tilnærmer sig også rummet i Det' Bare Mænd.

De fysiske aktiviteter i Det' Bare Mænd afvikles ugentligt. Derfor kan der hos nogle af mændene være lidt overvejelser i forhold til deltagelse, da det kan komme i komplikationer med et hverdagsliv derhjemme med andre fritidsinteresser og med familier, der også skal passes.

For både foreningsmænd og socialt søgende mænd er udgangspunktet det samme, nemlig at de ikke har opsøgt herreklubben for sundhedens skyld, men derimod for at lære nye at kende, bidrage til fællesskabet og udvikle sig selv.

"(...) Jeg har aldrig selv dyrket sport eller kommet i foreninger eller sådan noget der. Men har jo fået smag for det, fordi jeg spiller både floorball om mandagen, bordtennis om onsdagen." Thomas

Som det beskrives i citatet af Thomas, er han blevet nysgerrig på sundhedsaktiviteterne efterhånden som han har været med i herreklubben i noget tid. Det er først, når sundhedsaktiviteterne foregår i et trygt rum, at de bliver meningsfulde. Som nøgleaktøren Poul beskriver: *"Det vigtige er fællesskab, der flytter både trivslen, sundheden og meningen (...) Alt det andet er krydderi"*. For disse mænd synes det i højere grad at være relationerne og den mindre gruppe, som er bærerende, end det er sundhed som tema. Poul, som er nøgleaktør og derfor arbejder med udvikling af herreklubben,

nævner også at *"vi skal skabe fællesskab først, så får vi dem til at spise æbler"*. Her bliver oplevelsen af fællesskab tydelig i og med at mændene engagerer sig i bordtennis, floorball eller bålmad, ikke fordi aktiviteten nødvendigvis er relevant, men fordi den kan opfylde et behov for medlemskab og emotionel tilknytning.

Når sundhedsaktiviteterne foregår i et mindre rum, opstår der en særlig form for emotionel tilknytning i forhold til at opnå oplevelse af fællesskab (McMillan and Chavis, 1986), som særligt de socialt søgende mænd påvirkes af. For foreningsmændene bliver det også det sociale, de søger, frem for at være dem der står for det. Dette skyldes, at deres intention ikke har været sundhed fra start, hvorfor de kræver et fællesskab for at engagere sig i det nye. Som en af nøgleaktørerne, Anita, beskriver, så er det, det at være sammen om oplevelsen, som gør det spændende og muligt:

"Hvis man skal lære at spise østers, så tror jeg også, det vil være rigtig svært at gøre det alene derhjemme." Anita

Anita, som arbejder i Køge Kommune, fortæller tilmed, at bålmad er noget, som Køge Kommune har haft kørt som tilbud, men dette skabte ikke varige forandringer, da fællesskabet manglede. Derimod får bålmad en anden betydning i herreklubben, da den er forankret i relationer. Som Anita beskriver, så:

"har de (mændene i herreklubberne) været til bålmad rigtig mange gange og grillet rigtig mange gange, og så får vi lige pludselig en diætist på, og så bliver det anledningen til at gøre noget ved kostvanerne, bliver ligesom legalt". Anita

Fællesskabet gør derfor nysgerrigheden overfor sundhed, som ellers kan være en begrænsning for nogle mænd acceptabel. De sundhedsrelaterede aktiviteter, som mændene tilbydes, bliver derudover noget, de tør at engagere sig i.

Ud over inddragelse af en diætist er rummet i Det' Bare Mænd også noget andet end fredagsmøderne, grundet en anderledes alkoholkultur. Mændene er blevet enige om at skabe et rum, hvor der er plads til andet end fest, øl og underholdning. Derfor prioriteres der også sundere mad, dybere samtaleemner og alkoholfri øl.

Derudover beskriver både foreningsmænd og socialt søgende mænd, at det mindre rum giver plads til at lære mændene at kende på en anden måde, og tilmed blive mere nysgerrig på dem. Flere fortæller, at de i Det' Bare Mænd oplever, at samtalerne naturligt bevæger sig ind på temaer, som ellers sjældent berøres mellem mænd, og som gør at de kommer tættere. Kresten beskriver eksempelvis, hvordan der for et stykke tid siden var en af mændene *"der åbnede op om noget sygdom i, prostatakræft, og (...) så blev der åbnet op for andre ting også"*.

Denne form for relationel dybde opstår ikke, fordi mændene nødvendigvis ligner hinanden, men fordi rummet giver plads til nysgerrighed og til at stille spørgsmål, lytte og dele erfaringer uden pres. Det fælles tredje, hvad end det er bålmad, sundhedsrelaterede foredrag, eller fysisk aktivitet, fungerer som en social ramme, der gør det lettere at lære hinanden at kende på nye måder. Den hyppigere mødefrekvens i Det' Bare Mænd gør det tilmed muligt at vende tilbage til samtaler, følge op og efterhånden åbne sig mere.

For de sårbare mænd ser ræsonnementet anderledes ud. Både nøgleaktører og mændene beskriver, at sundhedsaktiviteterne er noget af det første der fravælges, når overskuddet er lavt.

"Jeg vil rigtig gerne sådan oppe i hovedet være med, men jeg kan simpelthen ikke tage mig sammen til at deltage i det. Jeg ved, de hygger sig helt vildt, men jeg synes, noget af det er for sent, og jeg er sgu magelig indrettet, så når jeg har fri, så har jeg fri, og så gider jeg ikke super, super mange ting efterfølgende." Laurits

Her bliver det tydeligt, at de sårbare mænd har brug for, at Det' Bare Mænd-aktiviteterne, som foregår oftere end de månedlige fredagsmøder, er frivillige og kan tilvælges. For denne gruppe fungerer det uforpligtende format som en vigtig betingelse for deltagelse, fordi det giver mulighed for at engagere sig, når overskuddet er der, frem for at skulle leve op til faste forventninger om fremmøde. Det mindre rum gør det lettere for dem at deltage i det tempo de kan, og det er netop denne fleksibilitet, der gør, at de stille og roligt begynder at engagere sig. Som en af nøgleaktørerne beskriver:

"De havde måske været med et år (i herreklubben) og tænkt, at sundhed, det er sgu ikke er noget for mig (...) De er jo kommet med nu (i Det' Bare Mænd). Stille og roligt." Poul

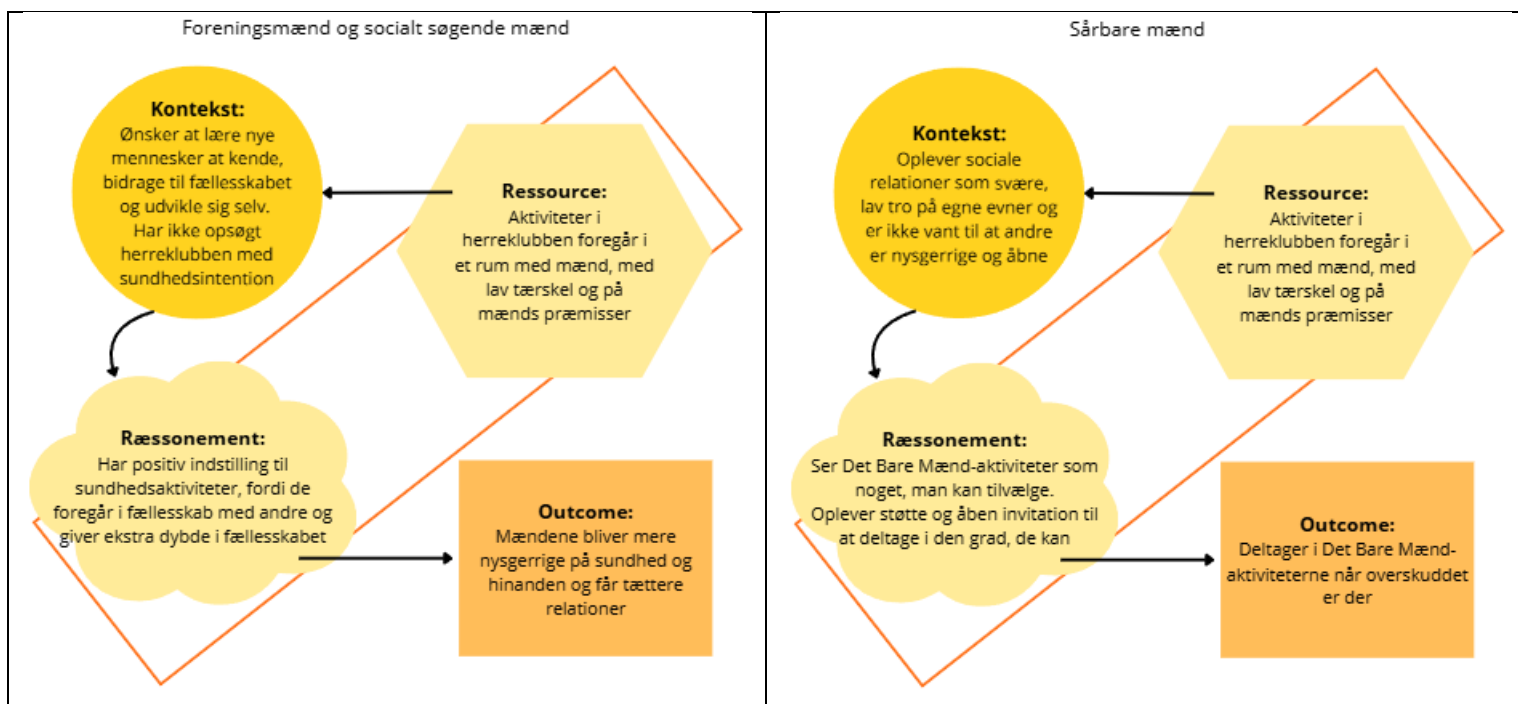
Ligesom for foreningsmænd og de socialt søgende mænd, er det heller ikke sundhedsaktiviteterne, der har fået de sårbare mænd med i herreklubben. For de sårbare mænd er det i høj grad trygheden i fællesskabet, som kan gøre, at de engagerer sig og bliver nysgerrige på rummet med sundhedsaktiviteter. Når rummet er roligt, forudsigeligt og relationelt støttende, opstår der emotionel sikkerhed hos de sårbare mænd, som gør det muligt at være med, også selvom det er i mindre grad, og det bidrager til deres oplevelse af fællesskab (Mcmillan and Chavis, 1986).

Samtidig beskrives det også på tværs af mænd, at når en mand først selv er blevet nysgerrig på sundhed, opstår der også et ønske om at hjælpe de andre mænd i samme retning. Som en af mændene også beskriver:

“Men jeg ved selv, hvor meget jeg er glad for at dyrke motion og hvor meget det hjælper (...) hvor kunne det være fedt at få dem med. Hvis jeg nu bare kan få nogle af dem med, eller til at lave bare lidt, så vil det jo være en kæmpe... At lykkes med det, det synes jeg kunne være fedt.” Kresten

Analysen viser, at bevægelse og fortrolighed ikke udspringer af sundhedsaktiviteterne i sig selv, men af det sociale rum, de foregår i. For foreningsmænd og socialt søgende mænd skaber det mindre rum nysgerrighed, relationel dybde og lyst til at engagere sig i nye aktiviteter. Den ugentlige rytme styrker relationerne, men kan samtidig holde enkelte mænd væk. For sårbare mænd giver rummet tryghed og mulighed for at deltage i eget tempo, selvom det i starten kan virke overvældende. Når rummet er fællesskabsorienteret, frivilligt og relationelt støttende, aktiveres mændenes ræsonnementer positivt, hvilket gør det muligt at arbejde med både fysisk og mental sundhed.

Figur 12: CMMO-beskrivelser for temaet bevægelse og fortrolighed



Hvis sundhedsaktiviteter foregår i et mindre, trygt rum med lav tærskel og på mændenes præmisser (M-ressource), så bliver mændene nysgerrige på sundhed og nye måder at være sammen på (O), fordi foreningsmænd og socialt søgende mænd oplever relationel dybde i et fælles tredje, og sårbare mænd får en åben invitation til at deltage i eget tempo (C + M-reasoning).

11.3.4. Lokalsamfundspåvirkning

I denne CMMO lægges fokus på mændenes kontekster, ræsonnementer og outcome, når herreklubberne arbejder med en udvikling i lokalsamfundet, der går ud over herreklubbens grænser. Herreklubberne arbejder aktivt med, at mændene skal lære hinanden at kende på tværs og ikke blot bruge det som et sted hvor man mødes med de tætteste venner. Det ses blandt andet ved, at mændene får tilfældige pladser til hvert fredagsmøde, så de altid sidder sammen med nogle andre, end de gjorde sidste gang. Derudover prioriteres der også i først oprettede herreklub indslaget Den Varme Stol, hvor man lærer en udvalgt mand fra herreklubben at kende. Dette element fra herreklubben er indsat for, at mændene på tværs af klubben får indblik i hinandens liv og lærer hinanden bedre at kende.

Rummet er lokalt forankret, både fordi mændene kommer fra samme område, og fordi herreklubben engagerer sig i lokalsamfundet gennem frivillighed og synlige aktiviteter. I forhold til oplevelse af fællesskab styrker arbejdet med styrkelse af lokalsamfundet både mændenes medlemskab og emotionel tilknytning (Mcmillan and Chavis, 1986), da lokalsamfundet bliver en forlængelse af herreklubbens fællesskab.

Den lokale forankring påvirker mændenes relation til byen. Thomas fortæller, at herreklubben ikke går ubemærket hen, og at folk i byen snakker om herreklubben, og at det giver en god stemning i byen, når de er ude og gå med deres herreklub-veste eller deltager i lokale aktiviteter. Flere af mændene nævner, at de i højere grad hilser og bliver hilst på i byen end før. For nogle betyder det endda, at de får mindre lyst til at flytte fra byen, fordi de nu føler sig forbundet grundet herreklubben.

Nøgleaktørerne har også for øje, at herreklubbernes arbejde og tilgang, blandt andet deres arbejde ud fra principperne, er noget, der skal nå udenfor herreklubbernes grænse også:

”(...) Kan vi starte noget her, som stille og roligt breder sig ud til familier, måske ud i byen, så vi generelt bliver bedre mennesker overfor hinanden.” Poul

Her peges der på, at de sociale praksisser, de lærer i klubben, også kan blive en del af deres måde at være i verden på. Hvis dette er tilfældet, kan herreklubben sætte et aftryk i byen, ud over at blive set, men samtidig også påvirke familierne og lokalsamfundet, da mændene tager fællesskabets værdier med sig hjem og videre ud i deres hverdagsliv.

Fra foreningsmændenes perspektiv beskrives det, at det er meningsfuldt at møde mange forskellige mennesker i byen, og at det er fedt, at herreklubben ikke kun er et rum, hvor man sidder med sine venner, men formålet med mødet, er et andet. Mogens fortæller at *”videndeling giver forsoning for mange ting”*, og beskriver derved ud over videndeling i selve herreklubben, hvordan mere viden på tværs af byen kan give bedre sammenhold i lokalsamfundet.

I forhold til foreningsmændenes oplevelse af fællesskab, er det især elementet om indflydelse, der aktiveres i arbejdet udenfor herreklubben også (Mcmillan and Chavis, 1986).

Lokalsamfundsengagement giver dem mulighed for at bruge deres erfaringer, tage ansvar og være

med til at forme noget større end dem selv. Det styrker deres tilknytning til både herreklubben og til byen.

For både de socialt søgende mænd og sårbare mænd er relationerne til lokalsamfundet det, der er på spil, da begge arketyper af mænd har få relationer i lokalsamfundet og et ønske om at høre til et sted. De oplever det derfor som positivt, når de begynder at kende folk gennem herreklubben, som bliver til kendte ansigter i byen, folk der hilser på en og genkender en:

”Det der med, at når man er ude at gå og handle ind, så ser man nogen, man kender, og så bliver der lige hilst på (...), fordi nu kender man ansigterne, så kan man lige få en lille snak” Laurits

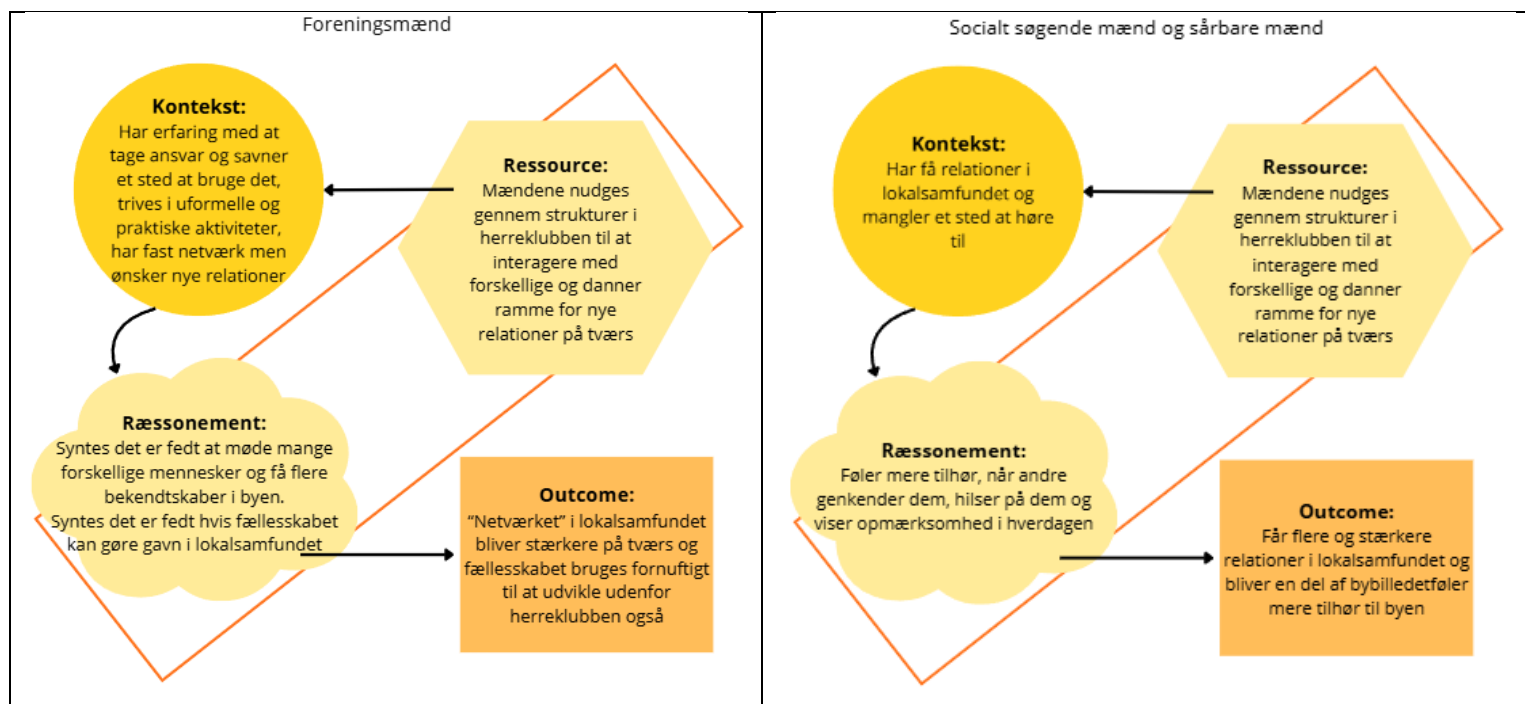
En af mændene beskriver, at han *”bliver opmærksom på forskellige slags mænd og lærer deraf”*. For disse mænd med færre relationer handler lokalsamfundspåvirkning derfor i mindre grad om at bruge ressourcerne i herreklubben til at gøre gavn i samfundet, men i højere grad om at føle sig mere hjemme i byen.

Dette underbygges af nøgleaktøren Karen, da hun netop beskriver, at disse mænd ofte mangler et sted at høre til og derfor har brug for fællesskaber, der kan give dem en oplevelse af at være en del af byen:

”Men vi har faktisk data på, at der er en sorgbar målgruppe, som har brug for et fællesskab (...) det vigtigste er ikke, at rammerne er pæne og klassiske, det vigtigste er faktisk, at vi får fat i de borgere, vi har brug for at få fat i for at kunne arbejde med ulighedsaspektet og fællesskabet” Karen

Samlet viser analysen, at lokalsamfundspåvirkningen fungerer som en stærk ressource, både for foreningsmændene, som ønsker, at herreklubben kan gøre gavn for andre end bare mændene, og for de socialt søgende og sårbare mænd, som ønsker at få mere tilhør til deres lokalområde og til de øvrige, der bor der.

Figur 13: CMMO-beskrivelser for temaet lokalsamfundspåvirkning



Hvis herreklubberne stiller rammer og aktiviteter til rådighed, der gør det muligt for mænd at engagere sig i lokalsamfundet (M-ressource), så oplever mændene, at de gør en forskel og bliver en del af bybilledet (O), fordi foreningsmænd motiveres af at skabe værdi, og socialt søgende og sårbare mænd oplever tilhør, genkendelse og opmærksomhed i hverdagen (C + M-reasoning).

11.4. Opsamling

I ovenstående analyse er der blevet præsenteret fire temaer opstillet i CMMO'ere med forskellige ræsonnementer, der afhænger af konteksten bag mandens deltagelse i herreklubben. Revidering fra tidligere programteorier til den konsoliderede programteori viser derfor, at alle mændene ikke deltager i herreklubben af samme grund, og at dette har indvirkning på, hvordan den pågældende mand tager imod indsatsen, og hvad han får ud af det.

Den konsoliderede programteori viser, at inklusionstrappen og personlig rekruttering ræsonnerer hos mændene på en positiv måde, men at foreningsmændene, de socialt søgende mænd og de sårbare mænd oplever forskellige ting og handler forskelligt på baggrund af dette.

Foreningsmændene får lyst til at tage mere relationelt ansvar og de socialt søgende mænd oplever hurtigere samhørighed. De sårbare mænd oplever et trygt rum, som giver dem lyst til at komme igen.

Den konsoliderede programteori viser desuden, at ejerskab og ansvar, både det påtagede og det pålagte er vigtigt. For foreningsmændene får de et sted, hvor de kan bidrage, hvilket de ellers har manglet og som giver dem en oplevelse af fællesskab. For de socialt søgende mænd får de udviklet fællesskabet i endnu højere grad og på et andet niveau, end de gør i den samlede herreklub. Derudover giver det pålagte ansvar et ræsonnement hos de sårbare mænd, hvor de pludselig oplever at andre tror på dem og deres bidrag.

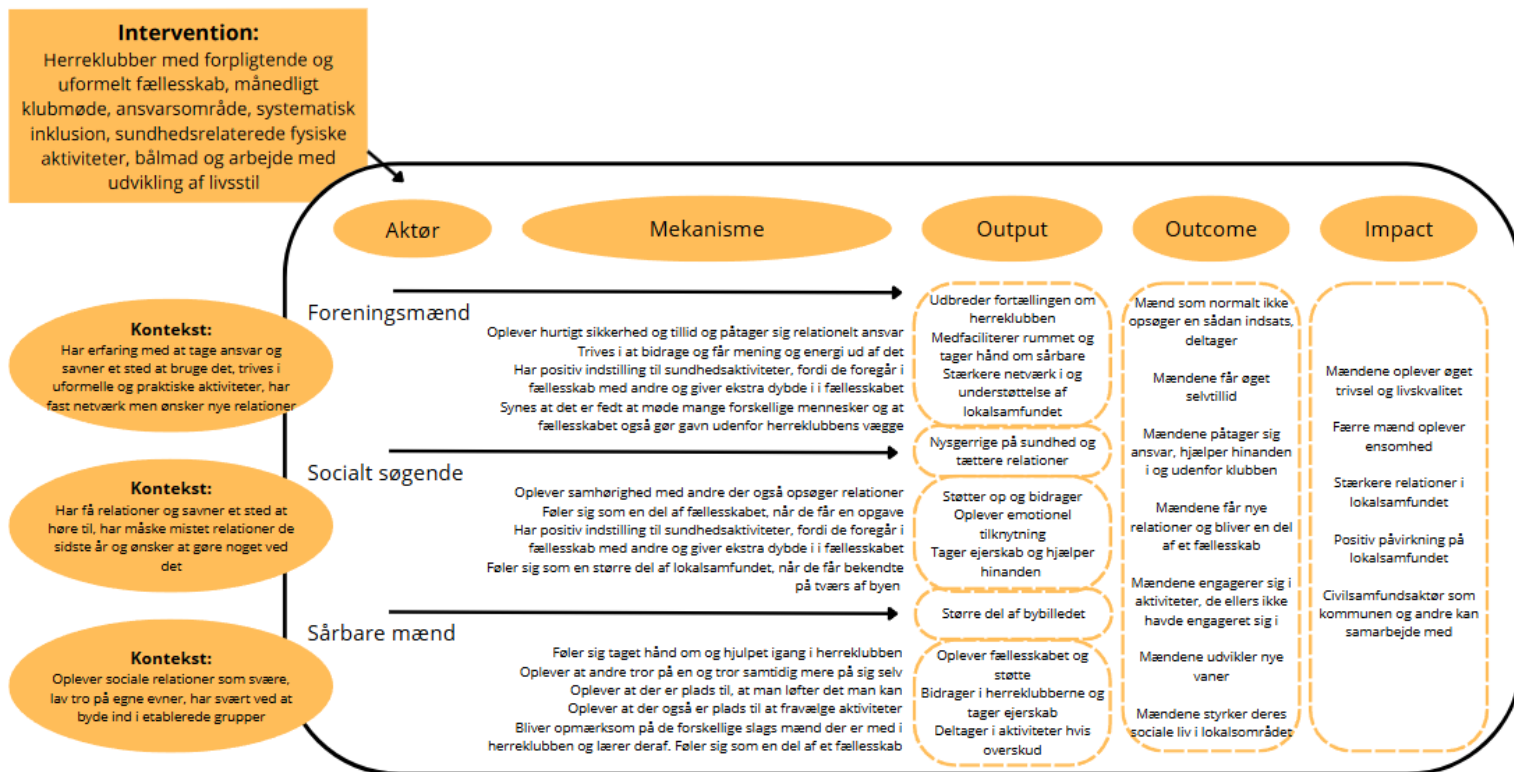
Revideringen til den konsoliderede programteori viser ligesom tidligere revidering, at nysgerrigheden for sundhedsaktiviteter opstår, når fællesskabet er i fokus. Til det tilføjes der dog i den konsoliderede programteori, at der her også er en nysgerrighed på dybere relationer, og at det netop er i rummet, hvori sundhedsaktiviteterne sker, både fordi de mødes oftere, fordi de har et fælles tredje og at fokus i rummet ændrer sig. I den konsoliderede programteori ændres CMMO'en om nysgerrighed til ikke at skyldes, at de øvrige mænd, ligner dem selv, men i stedet at der blot er plads til nysgerrighed i et rum med mange andre mænd, som man kan lære noget af.

I den konsoliderede programteori har jeg desuden tilføjet en CMMO omhandlende herreklubbens lokalsamfundspåvirkning. Denne CMMO har kun været med overordnet i de første programteorier, men er i analysen blevet uddybet, fordi herreklubberne både stiller ressourcer til rådighed for at facilitere en påvirkning på samfundet, men også fordi mændene giver udtryk for, at de også får noget ud af det. Foreningsmændenes fokus er her, at de gavner andre og kan være med til at gøre en forskel udenfor herreklubben. Samtidig oplever de socialt søgende mænd og de sårbare mænd at blive en større del af lokalsamfundet, fordi de nu også bliver hilst på på gaden og derfor føler sig mere hjemme.

11.4.1. Præsentation af konsolideret programteori

Samlet viser den konsoliderede programteoris hovedpointer at inklusion, medskabelse, mindre rum med fællesskab i fokus og greb til at lære lokalsamfundet at kende, er noget som har indvirkning på, at mændene kommer tættere på oplevelse af fællesskab og tilhør, og at dette godt kan ske, selvom ræsonnementerne er forskellige. Den konsoliderede programteori kan ses i figur 14.

Figur 14: Konsolideret programteori for Køge Herreklubber



12. Diskussion

Analysen bygger på flere datakilder og analyseprocesser, som tilsammen gør det muligt at forstå, hvordan og hvorfor herreklubberne formår at skabe inkluderende og forpligtende fællesskaber, og herunder hvilke ressourcer og kontekster, som påvirker dette samt mændenes deltagelse. I den endelige programteori bliver det tydeligt, at synergien mellem grupperne; foreningsmænd, socialt søgende mænd og sårbare mænd, er afgørende for, at herreklubberne kan fungere som inkluderende og forpligtende fællesskaber. Når aktiviteterne er tilrettelagt, så både sårbare mænd, socialt søgende mænd og foreningsmænd kan se sig selv i dem, finder de ressourcerne relevante, tager fællesskabet til sig og mekanismerne aktiveres. Dette medfører, at der skabes relationer, selvtillid, motivation for sundhed og lokalt tilhør. Det er netop denne synergi, der gør det muligt for herreklubberne at fungere som en lokalt forankret indsats, der styrker trivsel hos mænd i den erhvervsaktive alder og mindsker ensomhed.

I følgende diskussion vil analysens fund blive sammenholdt med anden litteratur og med teori. Derudover vil metoden og evalueringstilgangen bag analysen blive diskuteret.

12.1. Fund i lyset af eksisterende litteratur og teori

Analysen med teamet **inklusion og trygge rammer** viser, at herreklubberne både skaber et fællesskab, mændene har lyst til at deltage i, og samtidig imødekommer flere af de udfordringer, der ellers kendetegner debatten om mænd og sundhed. Mændenes deltagelse i herreklubberne skyldes blandt andet, at der er grundig inklusion og personlig rekruttering i indsatsen. Tidligere studier, herunder blandt andet studier af McGrath et al. og Bysted et al. viser, at fokus på inklusion og personlig rekruttering kan have påvirkning på, hvorvidt mænd vil deltage i sundhedsaktiviteter eller ej (Bysted et al., 2022, McGrath et al., 2022). Nærværende analyse hvad angår sårbare mænd beskriver tilmed dette, da mændene opnår en følelsesmæssig sikkerhed og tillid og dermed tør at indgå i fællesskabet. Som Madsen (2025) kommer med perspektiv på, kan årsagen til sårbare mænds behov for dette være, at de ofte har lav social selvtillid og begrænset erfaring med fællesskaber, hvilket fundene tilmed bekræfter. På tværs af mændene oplever de høj grad af fællesskab, når herreklubberne arbejder med inklusion.

Samtidig viser fundene, at netop civilsamfundsforankringen er en central styrke ved herreklubberne. Mændene møder ikke et sundhedstilbud med en skranke og professionelle, men bliver i stedet personligt inviteret ind af andre mænd, som er nysgerrige på dem og tager imod dem i rummet. Det beskrives tilmed af Andersen og Sievers (2020) som uddyber, at den åbne og inkluderende adgang gør, at deltagerne og deltagergrupperne kobles aktivt sammen. Organiseringen i civilsamfundet bliver dermed en vigtig betingelse for deltagelse, særligt for de mænd, der har svært ved at opsøge sundhedsprofessionelle tilbud.

I forhold til rummet for **bevægelse og fortrolighed**, som er adresseret i analysen, er det også tidligere beskrevet, at mænd foretrækker indsatser med manuelle aktiviteter som hovedfokus, og hvor sårbarhed kan udtrykkes indirekte (Madsen, 2025), hvilket bekræftes gennem fundene i dette studie. Mændenes relationer opstår, fordi de har noget andet, som samler dem. Dette ”andet” er i herreklubberne fredagsmøderne, Det’ Bare Mænd-aktiviteterne, udvalgene og deres frivillige aktiviteter. Samtidig bliver sundhed et bagvedliggende fokus, som kun er muligt at inkorporere, fordi fokus først og fremmest er på at få etableret et fællesskab og et uformelt rum hvor relationer kan udvikles uden pres. Dette understøtter tidligere studiers beskrivelser af mænd og deres relation til indsatser, da det påpeges, at indsatser har størst gennemslagskraft, når fokus er på, hvordan det bedst muligt passer ind med mænds hverdagsliv og organiseres i rammer som er meningsfulde, uformelle og socialt trygge (Reynolds et al., 2015, Galdas et al., 2025, Madsen, 2025, Dumbrell et al., 2026). Dermed bliver det vigtigt at anerkende, at indsatsens primære sundhedsfremmende potentiale ikke ligger i at få mænd til at spise sundere eller bevæge sig mere, men i at skabe et rum, hvor de føler sig hjemme, set og forbundet. Det er dette rum, der gør sundhedstiltag mulige og ikke omvendt. At have fokus på rammerne i rummet for sundhedsindsatsen er dermed ikke blot et positivt supplement, men selve forudsætningen for, at sundhed kan blive meningsfuldt for mændene.

Ud over ovenstående beskrives **lokalsamfundspåvirkning** også i analysen, da herreklubbernes lokale forankring er en anden vigtig ressource, når mændene bliver opmærksomme på deres engagement ikke kun handler om dem selv, men også om at bidrage til byen og blive en del af byen. Dette understøttes af fund fra Ruiz et al. (2019) der finder, at manglende social sammenhængskraft i lokalområdet kan have indvirkning på hvorvidt man havde depressive symptomer eller ej. Derudover beskrives det også af Husk et al. at aktiviteter, der forbedrer det lokale miljø, skaber en oplevelse af forbundethed med stedet, øget social kontakt og forbedret selvværd, fordi deltagerne

oplever at gøre en konkret forskel i deres nærmiljø (Husk et al., 2016). Denne sammenhæng mellem lokalsamfundspåvirkning og trivsel ses i herreklubberne og påvirker mændenes deltagelse.

Samtidig viste analysen også, at **ansvar og medskabelse** spiller en væsentlig rolle. For at sammenligne med anden forskning, beskriver flere internationale studier, at frivilligt engagement og frivillighed generelt er forbundet med færre depressive symptomer og bedre mental sundhed (Anderson et al., 2014, Kim et al., 2020, Webster et al., 2021). Tilmed beskrives det også i Rasmussen et al., at medansvar og medejerskab er vigtig for fastholdelse (Rasmussen et al., 2018). Derudover beskriver Webster et al., at frivilligt engagement også kan have indvirkning på fysisk helbred, men at dette afhænger af ens sociale netværk (Webster et al., 2021). I studiet fandt man, at netop personer med faldende netværk havde bedre fysisk helbred, når de deltog i moderat frivillighed, sammenlignet med dem, der ikke deltog (Webster et al., 2021). Hvis dette skal overføres til herreklubberne, kan herreklubbernes ressource med ansvar og opfordring til medskabelse betragtes som ikke bare et organisatorisk element, men som en sundhedsfremmende mekanisme. Ansvar og medskabelse er også ressourcer, som kan påvirke at man i højere grad føler sig betydningsfuld, socialt forpligtet og får højere selvværd (Rosenberg and McCollough, 1981, Madsen, 2014), og i forhold til herreklubberne styrker det mændenes motivation og fastholdelse.

Analysen i nærværende speciale tilføjer dog en ekstra nuance til den tidligere forskning om ansvar og medskabelse, idet mændenes positive interaktion med at få ansvar i herreklubben kommer til udtryk på forskellige måder. Foreningsmændene trives med større organisatoriske opgaver, som at planlægge aktiviteter og understøtte nogle af de mere sårbare medlemmer i deres deltagelse. Foreningsmændene har dog også et forbehold, hvis nye medlemmer kommer ind med problemer, som de ikke har ressourcerne til at understøtte. De socialt søgende mænd får dybere relationer ved at arbejde fælles om noget i udvalgene. Derudover reagerer de sårbare mænd også positivt på ansvar og medskabelse, da de små og overskuelige roller giver dem en oplevelse af betydning og øget selvtillid. Disse forskellige måder at ræsonnere på ansvar og opfordring til medskabelse viser, hvordan herreklubberne skaber plads til forskellige deltagelsesformer som samtidig bidrager til fællesskabets dynamik og egen udvikling.

12.1.1. Ulighedsspektet

Ulighed i sundhed diskuteres ofte som et kønsspørgsmål, hvor forskelle i mænds og kvinders sundhedsadfærd bruges til at forklare variationer i sygdomsbyrde og adgang til sundhed (Galdas et

al., 2025). Blandt andet det at mænd generelt benytter sig mindre af de offentlige sundhedstilbud end kvinder og at mænd er mere risikovillige (WHO Regional Office for Europe, 2018, Galdas et al., 2025). Holen (2018) påpeger desuden, at netop viden om sådanne kønnede forskelle er afgørende, fordi den tydeliggør, hvilke typer indsatser mænd faktisk kan ræsonnere med og få udbytte af. Som Moore (2010) påpeger, er der et skel mellem nuværende sundsfremmende indsatser og traditionelle forventninger til mænd. Mænds historiske rolle har været mere baseret på selvstændighed, fokus på arbejde og manglende snak om sygdom (WHO Regional Office for Europe, 2018, Nordentoft and Madsen, 2020) hvilket ikke korresponderer med dagens sundhedsvæsen, der forlanger at man er bevidst om egen sundhed, kommunikativ og proaktiv (Moore, 2010, Nordentoft and Madsen, 2020). Herreklubberne adresserer denne kønsulighed ved at skabe et rum, hvor sundhed ikke præsenteres som en individuel pligt, men som noget man kan arbejde med gennem meningsfulde aktiviteter, når der opstår fællesskab og relationer i et forum kun for mænd.

Samtidig er det vigtigt at adressere, at der også er ulighed mænd imellem. Socioøkonomiske forskelle, livserfaringer og sociale positioner former mænds muligheder for at deltage i fællesskaber og sundhedsindsatser (WHO Regional Office for Europe, 2018, Galdas et al., 2025). Selvom analysen skildrer tre forskellige arketyper af kontekster for mænd, formår herreklubberne at skabe et fællesskab, hvor forskellighederne ikke bliver ekskluderende, men tværtimod fungerer som en styrke. Foreningsmændenes engagement og ansvarstagen bliver eksempelvis en ressource, der løfter de sårbare mænd og hjælper dem ind i fællesskabet, mens de socialt søgende mænd bidrager med relationel lyst og god stemning. Denne synergi mellem forskellige grupper af mænd genfindes også i international forskning af Men's Sheds, hvor mænd fremhæver, at mødet med andre mænd de ellers ikke ville have haft kontakt med, skaber læring og trivsel (Ballinger et al., 2008, Wilson and Cordier, 2013). Disse fund kan derfor sige noget om, at forskellighed i kontekster kan være en drivkraft for udvikling af identitet og social støtte. Herreklubberne afspejler også denne mekanisme ved at etablere fællesskaber, der ikke kun tiltrækker dem, der "har mest brug for det", men i stedet formår at engagere forskellige typer af mænd og give dem mulighed for at bidrage og deltage på egne præmisser.

12.1.2.

Teoretiske perspektiver: mændenes maskulinitet og betydningsfuldhed

Analysen adresserer ikke kun, hvordan mændene oplever fællesskabet i herreklubberne nu. Analysen af herreklubberne kommer nemlig også med indblik i, at fællesskabet kan have et

udviklende perspektiv for mændene. Fundene viser, at mændene bevæger sig gennem forskellige former for personlig og relationel udvikling, hvilket kan forstås gennem flere teoretiske perspektiver, herunder at herreklubberne kan ses som et rum, hvor mænd både kan arbejde med egen maskulinitet og styrke deres oplevelse af betydningsfuldhed (mattering) alt afhængigt af deres udgangspunkt og position.

Det er interessant, at en del af virkningen i herreklubberne netop opstår, fordi fællesskabet er i et rum kun for mænd. I et samfund hvor mænd forventes at være selvstændige, handlekraftige og ikke-sårbare (Angelucci and Gallegos, 2025, Galdas et al., 2025), tilbyder herreklubberne et alternativt rum, hvor maskulinitet kan udfoldes på måder, der både rummer styrke og relationel åbenhed. Dette kan ses i lyset af Restorative Masculine Integration Theory, som beskriver, hvordan mænd bevæger sig gennem iterative stadier i arbejdet med at udvikle sundhed, relationel robusthed og positiv maskulinitet (Angelucci and Gallegos, 2025). Teorien er relevant her, ikke fordi stadierne skal anvendes diagnostisk, men fordi den peger på, at mænds udvikling i fællesskaber og trivsel afhænger af, hvor de befinder sig i deres arbejde med egen maskulinitet.

Fundene viser, at de tre kontekstuelle arketyper netop afspejler forskellige positioner i denne modningsproces. Foreningsmændene befinder sig ofte i de senere stadier, hvor ansvar, lederskab og medskabelse opleves som meningsfuldt og naturligt. De socialt søgende mænd befinder sig typisk i midt-stadierne, hvor følelsesmæssig sikkerhed, spejling og tillid har indvirkning på deres engagement og udvikling. De sårbare mænd er ofte i de tidlige stadier, hvor det i første omgang handler om en egentlig erkendelse af at være i rummet og at have behov for at udvikle sig. De har behov for trygge rammer, forudsigelighed og tid, før de kan engagere sig og se mening med at udvikle sig og deltage. Herreklubberne tilbyder rammer, der understøtter denne udvikling gennem et trygt fællesskab for mænd, hvor relationer kan opstå gennem aktiviteter, hvor ansvar kan tildeles gradvist, og hvor mænd kan udvikle sig i deres eget tempo. Det er netop i dette spændingsfelt mellem handlekraft og sårbarhed, at positiv maskulinitet får mulighed for at udvikle sig. Positiv maskulinitet skal her forstås som en form for maskulinitet, der ikke bygger på præstation eller selvstændighed alene, men også på autenticitet, gensidig støtte og psykologisk tryghed (Angelucci and Gallegos, 2025). Det er ikke en modsætning til "traditionel" maskulinitet, men en udvidelse, hvor mænd kan være både stærke og relationelle uden at opleve det som et brud på deres identitet.

Udviklingen kan imidlertid også forstås gennem mattering-teorien, som beskriver, hvordan mennesker oplever sig betydningsfulde, nødvendige og socialt forbundne med andre (Rosenberg

and McCollough, 1981, Elliott et al., 2004). Mattering-teorien kommer med et parallelt teoretisk blik til Restorative Masculine Integration Theory, fordi den i stedet for at have fokus på udvikling af maskulinitet, har fokus på udvikling af, hvornår man føler sig betydningsfuld (Elliott et al., 2004). I herreklubberne ses dette konkret ved, at de sårbare mænd først og fremmest føler sig betydningsfuld, når de bliver set og bemærket, de socialt søgende mænd oplever betydning gennem den interesse og opmærksomhed, andre viser dem, og foreningsmændene oplever betydning ved, at andre afhænger af deres indsats og ansvar. Sammenholdningen mellem mændenes forskellige kontekster og variation i måder at føle sig betydningsfulde på viser igen, at herreklubberne kan rumme flere deltagelsesmønstre og former for engagement. Det betyder også, at de sårbare mænd kan føle sig betydningsfuld i lige høj grad som foreningsmændene, selvom de har mindre ansvar i herreklubben. Samtidig peger sammenholdningen på, at sårbare mænds oplevelse af betydning kan ændre sig over tid, hvilket kan åbne for nye måder at deltage og engagere sig på, hvis deres forudsætninger udvikler sig.

Set i lyset af både Restorative Masculine Integration Theory og Mattering-teorien bliver det tydeligt, hvorfor herreklubberne ikke blot engagerer mænd, men også bidrager til deres udvikling og trivsel. Mændene oplever, at de kan være kompetente, betydningsfulde og følelsesmæssigt trygge i et fællesskab, hvilket da skaber mulighed for bevægelse gennem både mattering-dimensionerne og de iterative stadier af regenerering af maskuliniteten.

Herreklubberne tilbyder dermed et praksisnært og kønssensitivt rum, hvor mænd kan arbejde med sundhed og relationer på måder, der giver mening for dem, og som er forankret i deres egen forståelse af maskulinitet. Dermed styrkes ikke kun mændenes møde med sundhedsvæsenet som forventer refleksivitet og kommunikation, men også deres identitet, trivsel og oplevelse af at kunne føle sig betydningsfuld i et fællesskab.

12.2. Diskussion af specialets metode

Specialet er evalueret med udgangspunkt i realistisk evaluering som evalueringstilgang og kritisk realisme som videnskabelig position. Derudover har forskningstilgangen været kvalitativ analyse. Nedenstående diskussion vil forholde sig kritisk til de elementer, der er inddraget, og de valg, der er truffet i udarbejdelsen.

Til at diskutere specialets metode tages der udgangspunkt i Tracys kriterier for god kvalitativ forskning (Tracy, 2010). I følgende afsnit forholder jeg mig til kriterierne oprigtighed, troværdighed og resonans.

12.2.1. Kvalitativ forskningstilgang

Den kvalitative tilgang har været central for denne realistiske evaluering, da formålet har været at få indblik i mændenes og nøgleaktørernes beskrivelser af mændenes ræsonnementer og sociale dynamikker i herreklubberne, samt at teste og forfine programteorien. Den kvalitative forskningsmetode giver adgang til deltagernes oplevelser, meninger og fortolkninger og beskrivelse deraf (Järvinen and Mik-Meyer, 2020). I en realistisk evaluering påvirkes metoden imidlertid også af evalueringstilgangen, idet interviewerens både udfolder og afprøver antagelser om sociale praksisser, relationer og mulige mekanismer (Manzano, 2016, Brönnimann, 2022). Det realistiske interview imødekommer kritikken af den kvalitative metode (Atkinson and Silverman, 1997), som peger på, at interviews afvikles i kunstige rammer og romantiserer individers følelser og oplevelser. I det realistiske interview rettes fokus i stedet på de sociale betingelser, der former fænomenet, og på de handlinger og relationer, der påvirker deltagernes erfaringer (Brönnimann, 2022).

I dette speciale er interviewene desuden gennemført med afsæt i lærer-elev-cyklussen hvor man både får perspektiver fra deltageren og samtidig kan præsentere foreløbige antagelser, så de derved kan be- eller afkræfte (Mukumbang et al., 2019, Andersen, 2022). Denne iterative udveksling har gjort, at det er muligt at undersøge hvilke mekanismer mændene selv oplever som betydningsfulde, og hvilke betingelser mekanismerne aktiveres under. Samtidig bliver interviewet en integreret del af den analytiske proces, hvor teori og empiri udvikles i samspil, hvilket øger gennemsigtigheden i de fund, der fremkommer (Mukumbang et al., 2019). På den baggrund anvender dette speciale kvalitative interviews som et centralt redskab til at udfolde de mekanismer, der kan forklare mænds deltagelse i herreklubberne og undersøge hvilke betingelser disse mekanismer aktiveres under.

Som det også beskrives i kriterierne for god kvalitativ forskning, er intentionen ved at bruge kvalitativ forskningstilgang, at man kan opnå en høj grad af oprigtighed og herunder transparens og selvrefleksion (Tracy, 2010). Dette har jeg imødekommet ved generelt at dokumentere mine analytiske beslutninger og vise, hvordan data er blevet til. I forhold til udarbejdelsen af de kvalitative interviews har jeg prøvet at imødekomme det ved lave interviewguides med udgangspunkt i Brönnimanns (2022) beskrivelse, men stadig give plads til at inkludere åbne

spørgsmål. Ydermere har jeg imødekommet det ved at transskribere informanternes perspektiver fuldstændigt og at holde kodningsprocessen åben for nye input. Ved kvalitativ forskning kan en svaghed være, at forskerens fortolkning altid spiller en rolle (Tracy, 2010). Dette har jeg forsøgt at imødekomme ved at skildre min position i starten af specialet og forholde mig så objektivt til data som muligt. Jeg ved dog, at min position i samfundet, min uddannelse samt mine interesseområder alligevel kan have en påvirkning. Særligt tænker jeg min akademiske baggrund i folkesundhedsvidenskab og min interesse for foreninger, fællesskaber og ulighed i sundhed kan have formet, hvilke aspekter af herreklubberne jeg har lagt mærke til, hvilke mekanismer jeg har spurgt ind til, og hvordan jeg har fortolket deltagernes udsagn.

Troværdighed, som også er et af kriterierne for god kvalitativ forskning (Tracy, 2010), har jeg imødekommet ved at drage på flere forskellige kilder af data. Inddragelse af litteratur samt afvikling af observation og interviews med både nøgleaktører og mænd har gjort det muligt for mig at sammenligne de subjektive fortællinger fra mændene og med nøgleaktørernes perspektiver og dermed imødekomme potentielle subjektive bias (Tracy, 2010).

I forhold til resonans, kriteriet hvorved det vurderes om studiet er overførbart (Tracy, 2010), vurderer jeg, at de kvalitative interviews er en styrke, fordi de gør det muligt at indfange en vis kompleksitet, som kan være svær at formidle gennem kvantitative data (Mukumbang et al., 2019, Renmans and Castellano Pleguezuelo, 2023). Selvom fundene fra den pågældende analyse ikke kan generaliseres til alle mænd, giver den analytiske abstraktion og brugen af teori mulighed for at beskrive mønstre og mekanismer, der kan være relevante i andre lignende kontekster.

12.2.2. Observation som forskningsmetode

Observationen har bidraget med væsentlig indsigt i herreklubbernes praksis, særligt i forhold til de relationelle dynamikker. Observation gør det muligt at se, hvordan mændene faktisk interagerer, hvordan stemningen skabes, og hvordan aktiviteterne udfolder sig i praksis. I tråd med Tracys kriterier for god kvalitativ forskning (Tracy, 2010) er observationen med til at styrke troværdigheden, da det åbner op for at få indblik i data på en anden måde.

Samtidig rummer observationen metodiske begrænsninger, blandt andet at en observation er et øjebliksbillede og ikke kan indfange variationer over tid. Observatøren bliver også en del af situationen, hvilket kan påvirke mændenes adfærd. Disse forhold svarer til det, Boyko beskriver

som informationsbias i observationsforskning, hvor det observerede ikke nødvendigvis repræsenterer den typiske praksis (Boyko, 2013). Derudover rummer observation som metode også den begrænsning, at observatøren uundgåeligt fortolker det, der iagttages, ud fra egne forståelser og perspektiver.

På trods af begrænsningerne har observationen styrket analysens validitet gennem metodetriangulering og givet adgang til mekanismer, der ikke kunne identificeres gennem interviews alene.

12.2.3. Realistisk evaluering

Realistisk evaluering er en evalueringstilgang hvorved der arbejdes med afdækning af mere end blot årsag-virkning, herunder fokus på kontekst, mekanismer og aktører. Derfor er realistisk evaluering velegnet til evaluering af komplekse sociale indsatser.

Brug af realistisk evaluering påvirker den samlede evaluering positivt, da der tages udgangspunkt i hvordan den konkrete aktørgruppe interagerer med interventionen samt hvilke kontekster, som har påvirkning derpå (Brönnimann, 2022). Realistisk evaluering imødekommer derfor nogle af ulemperne, der kan være ved at analysere og evaluere komplekse interventioner, da kontekst er væsentligt at få belyst, hvis en evaluering skal kunne bruges videre (Andersen, 2022). Realistisk evaluering er desuden en evalueringsform, hvor man kan gøre brug af flere metoder, og derved få flere perspektiver på en indsats. Derudover er realistisk evaluering også en evalueringsform, som er teoridrevet og iterativ, hvorfor fund både sammenholdes med tidligere fund og også forholdes for dem, som er en del af indsatsen (Mukumbang et al., 2019).

En begrænsning ved realistisk evaluering er, at konkretiseringen af kontekst og mekanismer kan reducere generaliserbarheden, fordi fundene bliver tæt knyttet til den specifikke praksis. Styrken ved dette speciale er imidlertid, at vi har fået indsigt i forskellige mekanismer hvorved herreklubberne kommer til at give mening og værdi for forskellige grupper af mænd. Denne indsigt kan give grobund for en sensitivitet af forskellige behov, og derved også kontekstuelle arketyper, og måske øvrige arketyper, som ikke er observeret i mit data.

Evalueringen bygger på en kvalitativ tilgang, hvor subjektive beskrivelser og fortolkninger udgør datagrundlaget. Dette er en styrke, fordi realistisk evaluering netop søger at forstå, hvordan og

hvorfor en indsats virker i konkrete kontekster, og kvalitative data gør det muligt at identificere mekanismer, som ellers ikke bliver synlige. I en indsats som herreklubberne, hvor mændenes oplevelser varierer betydeligt, giver denne tilgang adgang til de perspektiver og ræsonnementer, der forklarer, hvorfor de samme aktiviteter virker forskelligt for mænd med forskellige forudsætninger. Samtidig rummer tilgangen også begrænsninger, da subjektive beskrivelser kan være påvirket af bias. Når analysen tager udgangspunkt i specifikke kontekster og individuelle perspektiver, kan man ikke udelukke, at andre relevante kontekster eller oplevelser påvirker mekanismerne, men ikke er blevet afdækket.

Evalueringen har været både iterativ og abduktiv, idet programteorien løbende er blevet udviklet og justeret på baggrund af nye indsigter. Denne fleksibilitet er en styrke ved realistisk evaluering, da den gør det muligt at være åben for uforudsete mekanismer og kontekstuelle forhold, som opstår undervejs (Andersen, 2022). Dog kan denne iterative tilgang gøre mekanismebegrebet vanskeligt at afgrænse, da man ved at genbesøge data kan komme til at forveksle mekanismer med aktiviteter eller outcome (Wong et al., 2017). I nærværende speciale har det været en udfordring i forhold til, at nogle ræsonnementer, for eksempel øget selvtillid, også kunne være et output i sig selv.

Wong et al. beskriver desuden nogle kvalitetsstandarder for realistisk evaluering, RAMESES II-standarderne (Wong et al., 2017). I kvalitetsstandarderne påpeges det blandt andet, at det realistiske princip for generativ kausalitet skal bruges undervejs i evalueringen. Dette har jeg forsøgt at imødekomme ved at analysere data med fokus på, hvordan bestemte kontekstuelle betingelser giver anledning til specifikke mekanismer, og hvordan disse mekanismer igen skaber de observerede outcomes. Denne tilgang har været styrende for både udviklingen af programteorien og den iterative analyseproces.

Kvalitetsstandarderne fremhæver desuden generering og forfining af programteori (Wong et al., 2017). I dette speciale er programteorien derfor udviklet i tæt samspil med eksisterende teori om fællesskaber, maskulinitet og det at føle sig betydningsfuld, hvilket har gjort det muligt at forankre de fremkomne mekanismer i et teoretisk grundlag. Som anbefalet i kvalitetsstandarderne er både primære og sekundære data anvendt til at konsolidere programteorien (Wong et al., 2017). De primære data består af interviews med mændene og nøgleaktører, mens sekundære data omfatter observation og litteratur om mænds sundhed, fællesskaber og foreningsliv. Kombinationen har gjort det muligt at udvikle en programteori, der både er empirisk forankret og teoretisk informeret.

Som led i udviklingen af programteori blev der identificeret tre kontekstuelle arketyper; foreningsmænd, socialt søgende mænd og sårbare mænd. Disse er analytiske konstruktioner, der udspringer af både data og teori, og som anvendes til at tydeliggøre, hvordan forskellige mekanismer aktiveres i forskellige kontekstuelle betingelser. I tråd med RAMESES II-standarderne bidrager opdelingen til at konsolidere programteorien ved at vise, hvordan variationer i relationelle erfaringer, grad af sårbarhed samt tidligere deltagelse i fællesskaber og foreninger former mændenes respons på interventionens ressourcer.

Konteksterne skal ikke forstås som aktørgrupper i Mukumbang et al.s forstand (2019), men som analytiske kontekstuelle udgangspunkter, som gør det muligt at udvikle konfigurationer, der forklarer, hvorfor forskellige mekanismer forekommer i forskellige situationer. Samtidig er det vigtigt at understrege, at kategorierne forenkler virkeligheden, og at mænd kan befinde sig mellem flere kontekster. Ikke desto mindre har opdelingen gjort det muligt at identificere mønstre på tværs af deltagere og dermed styrke den endelige programteori.

12.2.4. Egen position og specialets position i feltet

Som kvindelig studerende i et maskulint fællesskab som herreklubberne er, har min position haft betydning for både adgang, interaktioner og data. I tråd med Tracys kriterium om oprigtighed har jeg arbejdet reflektivt med, hvordan mit køn, min alder og min akademiske rolle kan have påvirket mændenes fortællinger (Tracy, 2010). Nogle mænd kan have ønsket at fremstå stærke, humoristiske eller handlekraftige, mens andre måske har følt sig mere trygge ved at dele sårbarhed med en kvindelig interviewer. Denne dobbelte effekt er vigtig at anerkende. Jeg har forsøgt at imødekomme dette så vidt muligt, blandt andet ved at skabe et trygt rum inden afvikling af alle interviews med indledende løs snak, afklaring af formål og rammer samt skitsering af roller under interviewet. I de situationer, hvor jeg vurderede, at min position kunne have særlig betydning for informanternes svar, var jeg eksPLICIT om min rolle, for eksempel at jeg er en kvinde, uden at give udtryk for egne holdninger. Nogle af interviewene har været afviklet over telefon, hvilket måske har gjort denne begrænsning mindre.

Som det også tidligere er beskrevet, kan min forforståelse og position i verden også spille en rolle i analysen af data, da jeg ikke er mand eller i en sårbar position. I analysen har jeg derfor arbejdet bevidst med horisontsammensmeltning (Christensen and Schwennesen, 2021), hvor jeg aktivt har forsøgt at forholde mig så reflektiv som muligt til data, blandt andet ved at kode ud fra en

koderamme, bygge analysen på mændenes udtalelser og pege analysen i den retning, hvor data peger mig hen. Det faktum at jeg er en kvinde gør, at jeg måske har svære ved at forstå den kulturelle kontekst fuldt ud (Esposito and Evans-Winters, 2022). Samtidig beskriver Esposito og Evans-Winters imidlertid, at det også kan være en fordel ikke at være en del af fænomenet, da forholdet mellem interviewer og informant da bliver mindre indforstået og mere gennemsigtigt.

Dette speciale er som tidligere beskrevet udarbejdet med indledende og løbende dialog med den praksis, som herreklubberne udspringer af og som gerne skal bruge fundene i fremtiden. Min position har primært været at udarbejde forskning med analyse af kontekst og mekanismer. Samtidig har jeg dog også været præget af, at praksis ønsker at bruge mine fund efterfølgende, hvorfor det også skal være anvendeligt dertil. Denne placering mellem forskning og praksis harmonerer desuden med realistisk evalueringens grundtanke. Positionen har haft betydning for de fund, der fremkommer i specialet. Det skyldes at samarbejdet med praksis har givet adgang til det specifikke videnshul inden udarbejdelse, hvilket har påvirket hvilke spørgsmål der blev stillet.

12.2.5. Diskussion af specialets datagrundlag

Datagrundlaget for specialet er velegnet i forhold til at belyse de centrale mekanismer og kontekster, som er til stede i Køge Herreklubber. Samtidig er der også nogle begrænsninger i forhold til datagrundlaget, som har betydning for resultaterne i specialet.

Først er det væsentligt at pointere, at datamaterialet primært er baseret på informanter og observationer fra den først oprettede herreklub. Dette betyder, at mange af de praksisser, som fremgår som virksomme i analysen, primært er tilknyttet denne specifikke under-herreklubs kultur, organisering og medlemsgrundlag. Det vurderes, at flere af mekanismerne er overførbare til de øvrige herreklubber, men da mange af disse for nuværende er i opstartsfasen og dermed har en anden medlemsstørrelse og mindre fastsatte rammer, kan der forekomme variationer.

Derudover blev deltagerobservationen i den først oprettede herreklub gennemført på en dag, hvor formanden for herreklubben ikke var til stede. Formanden i den først oprettede herreklub spiller en central rolle i både organisering, stemning og relationel dynamik, og hans fravær kan have påvirket, hvilke interaktioner der udfoldede sig, og derfor også hvilke mekanismer der var synlige. Observationen giver derfor et vigtigt, men ikke fuldstændigt billede af herreklubbens sociale praksisser.

Ved rekruttering af informanter har datagrundlaget været svagest hos de sårbare mænd, der også er den gruppe, som i analysen beskrives at have mindst overskud til at deltage i sundhedsaktiviteter. Dette betyder, at de sårbare mænds perspektiver i resultaterne i højere grad er formidlet gennem andre mænds og nøgleaktørers beskrivelser. Det kan skabe en asymmetri i den indsamlede empiri, hvor de mere ressourcestærke stemmer fylder mest, mens de mere sårbare mænds erfaringer fremstår mere fragmenterede. I forhold til alder hos mændene, kan man også sige, at aldersspændet hos informanterne kan være begrænsende sammenlignet med det samlede aldersspænd i herreklubberne. De fleste af informanterne har været i den erhvervsaktive alder, som også er den primære målgruppe for herreklubberne. Dog er der også en del mænd i herreklubberne, som er i pensionsalderen. Disse mænd er ikke særlig stærkt repræsenteret i undersøgelsen.

Endelig er det også væsentligt at pointere, at informanterne alle er nogle, der enten selv er nøgleaktør i herreklubberne eller er udvalgt af nøgleaktørerne til at være informant. Dette indebærer en risiko for selektionsbias, idet de personer, der inviteres ind i evalueringen, typisk er dem, som nøgleaktørerne vurderer som repræsentative, samarbejdsvillige eller særligt engagerede. Det kan betyde, at perspektiver fra mænd, der er mindre synlige, mindre deltagende eller mere kritiske over for herreklubberne, i mindre grad bliver repræsenteret i datamaterialet. Forholdet kan samtidig være med til at forklare, hvorfor analysen i høj grad formulerer en positiv fortælling om herreklubberne, hvilket kan skabe en blind vinkel. Selvom det kan have betydning for analysen, er det alligevel prøvet imødekommet, både ved triangulering og opmærksomhed på uoverensstemmelser mellem det sagte og det observerede og samtidig også ved at specificere et ønske om diversitet i rekruttering af informanter.

På trods af nogle begrænsninger giver datagrundlaget alligevel et indblik i, hvordan kontekst og mekanismer spiller sammen i herreklubberne, og hvordan forskellige kontekster aktiverer forskellige mekanismer. En vigtig afgrænsning er dog, at datagrundlaget primært består af mænd, der har haft motivation, overskud og mulighed for at deltage i interviews. Deres perspektiver kan derfor ikke forventes at være udtømmende eller generaliserbare til andre populationer. Begrænsningerne understreger samtidig vigtigheden af at forstå herreklubberne som en kontekstafhængig indsats.

13. Perspektivering

I dette afsnit vil jeg perspektivere til hvordan fundene i praksis kan bruges videre samt hvad denne undersøgelse lægger op til, at man bør undersøge nærmere gennem fremtidig forskning.

13.1. Anbefalinger til praksis

I nærværende speciale belyser den endelige programteori og ICAMO-konfigurationerne perspektiver på, hvordan og under hvilke omstændigheder herreklubberne virker for mænd i den erhvervsaktive alder, inden for den kontekst og de deltagertyper, som datagrundlaget repræsenterer. Denne viden kan blandt andet bruges af Køge Herreklubber og de underliggende herreklubber til at identificere hvilke elementer fra herreklubberne, som mændene får noget ud af og som de synes virker.

Herreklubberne arbejder for nuværende med personlig rekruttering, grundig inklusion, fællesskab både i og uden for klubben, at give medlemmerne ansvar og mulighed for at blive medskabere og for at arbejde med egen sundhed. Dette er alle elementer, som mændene finder vigtigt, og derfor er det også elementer man skal være opmærksomme på, hvis man vil udvikle eksisterende klubber eller etablere nye lignende indsatser. Derunder er et vigtigt fund fra analysen dog, at det ikke er alle de interviewede, der tillægger alle elementer den samme værdi - ikke nødvendigvis fordi de er uenige, men fordi de finder elementerne interessant af forskellige årsager. De forskellige arketyper af kontekstuelle betingelser, tydeliggør, at det er vigtigt at en indsats kan imødekomme forskellige deltagesforudsætninger og give mænd mulighed for at opnå forskellige former for udbytte.

Mændenes positive respons på herreklubberne indikerer desuden, at herreklubber er noget der kunne udbredes til andre kommuner. Når mænd er med i en herreklub, bliver de også en del af et værdifuldt fællesskab, som kan være med til at forebygge mistrivsel og ensomhed hos mænd. Ydermere kan de understøtte mænd, der allerede er sårbare ved at give dem et fællesskab og et rum hvor de kan udvikle sig selv.

Ved etablering af herreklubberne bør man være opmærksom på, at alkohol er noget, der kan have indvirkning på rummet. Alkohol kan for nogle løsne stemningen, men for andre mindske lysten til at tage ansvar eller engagere sig i mere seriøse samtaler. Det kan samtidig være med til at definere, om et rum opleves som et trygt og fordybende fællesskab eller som et mere uformelt og løst samvær. Ligesom alkohol kan fællesskabet også have betydning for rummet, herunder særligt

betydning for, hvorvidt mænd har lyst til at prøve nye aktiviteter af og tage ansvar. Det er derfor vigtigt at arbejde bevidst med at skabe et inkluderende rum, hvor forskellige måder at være mand og deltager på kan sameksistere.

Endelig er det også relevant at have for øje, at mændene ræsonnerer med indsatsen, blandt andet fordi den er forankret i civilsamfundet. Ved etablering af herreklubber skal man derfor være påpasselig med at implementere den direkte i den offentlige sektor.

13.2. Anbefalinger til videre forskning

Med udgangspunkt i fund fra denne analyse kan man med fordel teste den endelige programteori i nogle af de herreklubber, som er opstartet senere end den først oprettede herreklub. Ved at afprøve programteorien i nogle af de andre herreklubber og forfine den på baggrund af dette bliver fundene endnu mere skalerbare, end de i forvejen er. Dette ville give anledning til at bruge lærer-elev-cyklussen i endnu højere grad. Ydermere vil man i så fald kunne dykke endnu mere ind i et eller flere af programteoriens aspekter, og dermed få en endnu bedre forståelse af sammenhængen mellem kontekst, mekanisme og outcome.

Fremtidigt kan det også være relevant at lave forskning med fokus på de konkrete sundhedseffekter, som mændene får ud af indsatsen. En sådan evaluering kræver dog, at indsatsen har været i gang i længere tid, end herreklubberne har på nuværende tidspunkt, da ændringerne udvikler sig gradvist og bedst kan måles over længere perioder.

Det kan også være relevant at undersøge ulighedsaspektet i endnu højere grad, både det der er mellem køn, og dermed hvorfor indsatsen henvender sig til mænd, som ofte ikke deltager i traditionelle sundhedstilbud og derudover hvilke mænd herreklubben er begrænset til at nå. Mænd opsøger generelt hjælp senere og deltager mindre i forebyggelse end kvinder. Herreklubberne adresserer nogle af disse barrierer ved at tilbyde et mere tilgængeligt og legitimt rum for mænd og en dybere forståelse af dette vil dermed kunne styrke udviklingen af kønssensitive indsatser, der mindsker ulighed i sundhed mellem mænd og kvinder. I forhold til ulighed blandt mændene indebærer deltagelsen i herreklubben et ansvar og en økonomisk investering, som kan afholde nogle fra at deltage da de ikke har råd eller overskud. Samtidig kan dette også fungere som en nødvendig afgrænsning af fællesskabet, da analysen på nogle punkter indikerer, at man risikerer at ændre rummets og fællesskabets karakter.

På baggrund af fundene i specialet, er det også nærliggende at arbejde videre med at undersøge mændenes opfattelse af fællesskabet i herreklubberne og hvordan dette påvirker deres mentale og fysiske sundhed mere langsigtet. Dette kan særligt være relevant at dykke ned i hos de sårbare mænd, da det er dem dette speciale har færrest beskrivelser fra.

Endelig kan det i fremtiden også være relevant at undersøge yderligere, hvad det gør at en indsats er forankret i civilsamfundet frem for i en offentlig sektor. Derunder kan påvirkningen af herreklubbernes samarbejde med øvrige aktører også være relevant at undersøge.

14. Konklusion

I specialet er det undersøgt, hvordan herreklubberne skaber inkluderende og forpligtende fællesskaber, og hvilke kontekstuelle faktorer og mekanismer, der understøtter eller hæmmer mænds deltagelse, fastholdelse og medskabelse. Med realistisk evaluering som evalueringsmetode har analysen afdækket, hvordan herreklubbernes ressourcer og mændenes forskellige og samlede kontekster aktiverer ræsonnementer hos mændene, og dermed hvorfor indsatsen ser ud til at virke for de interviewede mænd, og på hvilke måder.

Gennem interviews med nøgleaktører og mænd fra herreklubberne samt observation i en af herreklubberne har jeg fået indblik i mændenes opfattelser af og interaktioner med indsatsen. I analysen blev tre kontekster synlige, og disse påvirkede mændenes ræsonnementer i forhold til inklusion, ansvar, Det' Bare Mænd-aktiviteter og lokalsamfundspåvirkning. Programteorien og de underliggende ICAMO-konfigurationer viser, at herreklubberne både skaber trygge rammer for sårbare mænd, giver socialt søgende mænd mulighed for relationel udvikling og tilbyder foreningsmænd meningsfulde roller og medskabelse. Fælles for alle grupper er, at de oplever positive effekter af indsatsen, men gennem forskellige mekanismer.

Samtidig blev det i analysen også klart at synergien mellem de tre kontekstgrupper var afgørende for indsatsens virkning. Mændene understøtter hinandens deltagelse og udvikling, og forskellighederne mellem dem bliver en ressource frem for en barriere. Herreklubberne lykkes særligt, når inklusionen er tydelig, når fællesskabet er forpligtende, og når mændene gives mulighed for at tage ansvar i et omfang, der matcher deres ressourcer. Det fortrolige rum i Det' Bare Mænd, hvori der arbejdes med sundhed, bør fastholdes i sine nuværende ramme med færre mennesker og fokus på fællesskab frem for sundhedsaktiviteter. Den lokale forankring er ligeledes central, da den styrker mændenes tilhør og motiverer dem til at engagere sig i handlinger, der rækker ud over klubben og ind i lokalsamfundet.

Dette speciale bidrager samlet med ny viden om, hvordan en fællesskabsbaseret indsats kan fungere samtidigt for mænd med forskellige kontekstuelle baggrunde, og at forskellen mellem mændene tilmed bidrager til indsatsens samlede effekt.

Referenceliste

- AGF. u.å. *AGF Walks* [Online]. AGF. Available: <https://agf.dk/ansvar/agf-walks> [Accessed 22/06-2026 2026].
- ANDERSEN, H. L. H. & SIEVERS, S. M. 2020. Sundhedsfremme i lokalsamfund - med den socialøkonomiske virksomhed INSP som empirisk eksempel. *Sundhedsfremme i kommuner og lokalsamfund*. Hans Reitzels Forlag.
- ANDERSEN, L. M. B., THOMSEN, L. L. H., & OVERGAARD, C. 2022. Realistisk evaluering. *Komplekse interventioner: Udvikling, test, evaluering og implementering* Aalborg Universitetsforlag: K. S. Petersen, L. Ledderer, H. T. Maindal, & C. Overgaard.
- ANDERSON, N. D., DAMIANAKIS, T., KROGER, E., WAGNER, L. M., DAWSON, D. R., BINNS, M. A., BERNSTEIN, S., CASPI, E., COOK, S. L. & TEAM, B. 2014. The benefits associated with volunteering among seniors: a critical review and recommendations for future research. *Psychol Bull*, 140, 1505-33.
- ANGELUCCI, T. & GALLEGOS, J. L. 2025. Restorative Masculine Integration Theory. *Am J Mens Health*, 19, 15579883251391763.
- ATKINSON, P. & SILVERMAN, D. 1997. Kundera's Immortality: The Interview Society and the Invention of the Self. *Qualitative Inquiry*, 3, 304-325.
- BALLINGER, M. L., TALBOT, L. A. & VERRINDER, G. K. 2008. More than a place to do woodwork: a case study of a community-based Men's Shed. *jmh*, 6, 20-27.
- BHASKAR, R. 2015. Transcendental Realism. *The Possibility of Naturalism*. Routledge.
- BIRK, H. O., VRANGBAEK, K., RUDKJOBING, A., KRASNIK, A., ERIKSEN, A., RICHARDSON, E. & JERVELUND, S. S. 2024. Denmark: Health System Review. *Health Syst Transit*, 26, 1-186.
- BOYKO, E. J. 2013. Observational research — opportunities and limitations. *Journal of Diabetes and its Complications*, 27, 642-648.
- BRÖNNIMANN, A. 2022. How to phrase critical realist interview questions in applied social science research. *Journal of critical realism*, 21.
- BYSTED, S., OVERGAARD, C., SIMPSON, S. A., CURTIS, T. & BØGGILD, H. 2022. Recruiting residents from disadvantaged neighbourhoods for community-based health promotion and disease prevention services in Denmark—How, why and under what circumstances does an active door-to-door recruitment approach work? *Health and Social Care*, 30, 937-948.
- CHRISTENSEN, L. K. T. & SCHWENNESEN, N. 2021. Hermeneutik: filosofi, analyse & metode. *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. Munksgaard.
- CHRISTENSEN, U., SCHMIDT, L., BUDTZ-JORGENSEN, E. & AVLUND, K. 2006. Group cohesion and social support in exercise classes: results from a danish intervention study. *Health Educ Behav*, 33, 677-89.
- CORNWELL, B. & LAUMANN, E. O. 2015. The health benefits of network growth: new evidence from a national survey of older adults. *Soc Sci Med*, 125, 94-106.
- DAHLBERG, L., MCKEE, K. J., LENNARTSSON, C. & REHNBERG, J. 2022. A social exclusion perspective on loneliness in older adults in the Nordic countries. *Eur J Ageing*, 19, 175-188.
- DALKIN, S. M., GREENHALGH, J., JONES, D., CUNNINGHAM, B. & LHUSSIER, M. 2015. What's in a mechanism? Development of a key concept in realist evaluation. *Implement Sci*, 10, 49.

- DEPRESSIONSFØRENINGEN. u.å. *Fællesskab MÆNDtal* [Online].
Depressionsforeningen. Available: <https://depressionsforeningen.dk/maendtal/>
[Accessed 22/06-2026 2026].
- DONNACHIE, C., HUNT, K., GRAY, C., MUTRIE, N. & WYKE, S. 2012. Which men can increase physical activity & lose weight after a gender-sensitive intervention delivered in a male-friendly setting? *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15, s305.
- DUMBRELL, J., MASTERTON, W., CARVER, H. & PARKES, T. 2026. Realist review of nature-based interventions for men: understanding the contexts and mechanisms necessary for successful outcomes. *BMC Public Health*, 26.
- ELLIOTT, G. C., KAO, S. & GRANT, A.-M. 2004. Mattering: Empirical Validation of a Social Psychological Concept. *Psychology Press*, 3, 339-354.
- ESPOSITO, J. & EVANS-WINTERS, V. 2022. Data collection methods. *Introduction to intersectional qualitative research*.
- FLETCHER, A. J. 2017. Applying critical realism in qualitative research: methodology meets method. *International Journal of Social Research Methodology*, 20, 181-194.
- FOETTINGER, L., ALBRECHT, B. M., ALTGELD, T., GANSEFORT, D., RECKE, C., STALLING, I. & BAMMANN, K. 2022. The Role of Community-Based Men's Sheds in Health Promotion for Older Men: A Mixed-Methods Systematic Review. *Am J Mens Health*, 16, 15579883221084490.
- FORUM FOR MÆNDS SUNDHED. 2026. *Men's Health Week* [Online]. Available: <https://sundmand.dk/mens-health-week/> [Accessed 22/06-2026 2026].
- FORUM FOR MÆNDS SUNDHED. u.å. *Målet med netværket* [Online]. Available: <https://www.netvaerket.dk/malet-med-netvaerket/> [Accessed 22/06-2026 2026].
- FOSTER, E. J., MUNOZ, S. A. & LESLIE, S. J. 2018. The personal and community impact of a Scottish Men's Shed. *Health Soc Care Community*, 26, 527-537.
- GALDAS, P. M., SEIDLER, Z. E. & OLIFFE, J. L. 2025. Designing men's health policy: the 5R Framework. *Lancet Public Health*, 10, e848-e854.
- GIRAULT, C., SCHRAMM, S., TOLSTRUP, J. S., EKHOLM, O. & BRAMMING, M. 2024. Changes in loneliness prevalence in Denmark in the 21st century: Age-period-cohort analysis. *Scand J Public Health*, 52, 692-697.
- GRAY, C. M., ANDERSON, A. S., CLARKE, A. M., DALZIEL, A., HUNT, K., LEISHMAN, J. & WYKE, S. 2009. Addressing male obesity: an evaluation of a group-based weight management intervention for Scottish men. *Journal of Men's health*, 6, 70-81.
- GREENHALGH, J. & MANZANO, A. 2022. Understanding 'context' in realist evaluation and synthesis. *International Journal of Social Research Methodology*, 25:5, 583-595.
- HEMINGWAY CLUB. u.å. *Hvem er vi* [Online]. Hemingway Club. Available: <https://hemingwayclub.dk/hvem-er-vi/> [Accessed 22/06-2026 2026].
- HOLEN, M. 2018. Køn, Sundhed og Sygdom. *Sundhedens sociologi. En grundbog*. Hans Reitzels forlag.
- HUSK, K., LOVELL, R., COOPER, C., STAHL-TIMMINS, W. & GARSIDE, R. 2016. Participation in environmental enhancement and conservation activities for health and well-being in adults: a review of quantitative and qualitative evidence. *Cochrane Database Syst Rev*, 2016, CD010351.
- HØYER, K. 2021. Hvad er teori, og hvordan forholder teori sig til metode? *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. Munksgaard.

- INDENRIGS- OG SUNDHEDSMINISTERIET 2024a. Aftale om sundhedsreform 2024. København: Indenrigs- og Sundhedsministeriet,.
- INDENRIGS- OG SUNDHEDSMINISTERIET 2024b. Hovedrapport - Sundhedsstrukturkommissionen. København: Indenrigs- og Sundhedsministeriet.
- JAGOSH, J. 2019. Realist Synthesis for Public Health: Building an Ontologically Deep Understanding of How Programs Work, For Whom, and In Which Contexts. *Annual Reviews*, 40, 361-72.
- JENSEN, H. A. R., DAVIDSEN, M., CHRISTENSEN, A. V., EKHOLM, O. & CHRISTENSEN, A. I. 2026. Danskernes Sundhed - Den Nationale Sundhedsprofil 2025. Syddansk Universitet: Statens Institut for Folkesundhed.
- JENSEN, H. A. R., MØLLER, S. R., JEZEK, A. H., DAVIDSEN, M., EKHOLM, O. & CHRISTENSEN, A. I. 2024. Danskernes sundhed 2023. Statens Institut for Folkesundhed: Syddansk Universitet.
- JÄRVINEN, M. & MIK-MEYER, N. 2020. Analysing qualitative data in social science. *Qualitative analysis*. Sage.
- KELLY, D., STEINER, A., MASON, H. & TEASDALE, S. 2021. Men's sheds as an alternative healthcare route? A qualitative study of the impact of Men's sheds on user's health improvement behaviours. *BMC Public Health*, 21, 553.
- KIM, E. S., WHILLANS, A. V., LEE, M. T., CHEN, Y. & VANDERWEELE, T. J. 2020. Volunteering and Subsequent Health and Well-Being in Older Adults: An Outcome-Wide Longitudinal Approach. *AM J Prev Med*, 59, 176-186.
- KJÆRULFF, T. M., NIELSEN, M. B., DAVIDSEN, M. & ERSBØLL, A. K. 2024. Social ulighed i sundhed og sygdom i Danmark. Udviklingen i Danmark i perioden 2013-2021. Sundhedsstyrelsen: Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.
- KOMMUNERNES LANDSFORENING 2024. Fremtidens forebyggelse. KL.
- KORKIAKANGAS, E., TAANILA, A. M. & KEINANEN-KIUKAANNIEMI, S. 2011. Motivation to physical activity among adults with high risk of type 2 diabetes who participated in the Oulu substudy of the Finnish Diabetes Prevention Study. *Health Soc Care Community*, 19, 15-22.
- KØBENHAVNS UNIVERSITET. u.å. *Sådan indsamler og håndterer du persondata* [Online]. KUnet: Københavns universitet. Available: <https://kunet.ku.dk/studie/folkesundhedsvidenskab-ka/Sider/Emne.aspx?topicid=bec7ad0a-9376-4138-aa9f-3faccbbbd555> [Accessed 08/03-2025 2025].
- KØGE HERREKLUBBER. u.å.-a. *Herreklubbens udvalg* [Online]. Køge Herreklubber. Available: <https://koegeherreklubber.dk/om-os/udvalg/> [Accessed 31/05 2026].
- KØGE HERREKLUBBER. u.å.-b. *Hvorfor en Herreklub?* [Online]. Køge Herreklubber. Available: <https://koegeherreklubber.dk/om-os/hvorfor-en-herreklub/> [Accessed 30/05 2026].
- KØGE HERREKLUBBER. u.å.-c. *Køge Herreklubbers Formål* [Online]. Available: <https://koegeherreklubber.dk/formaal/> [Accessed 11/01 2026].
- KØGE HERREKLUBBER. u.å.-d. *Sådan styrker vi fællesskabet i herreklubberne* [Online]. Køge Herreklubber. Available: <https://koegeherreklubber.dk/formaal/saadan-styrker-vi-faellesskabet/> [Accessed 22/06-2026 2026].
- KØGE HERREKLUBBER. u.å.-e. *Vedtægter for Hovedforeningen Køge Herreklubber* [Online]. Køge Herreklubber. Available: <https://drive.google.com/file/d/1odh-XpOmdDgQcGFMzNXwIGVthDPdJeIN/view> [Accessed 30/05 2026].
- KØGE KOMMUNE. 2024. *Herreklubber skal forebygge ensomhed blandt mænd* [Online]. Køge Kommune. Available: <https://www.koege.dk/om-koege-kommune/presse-og->

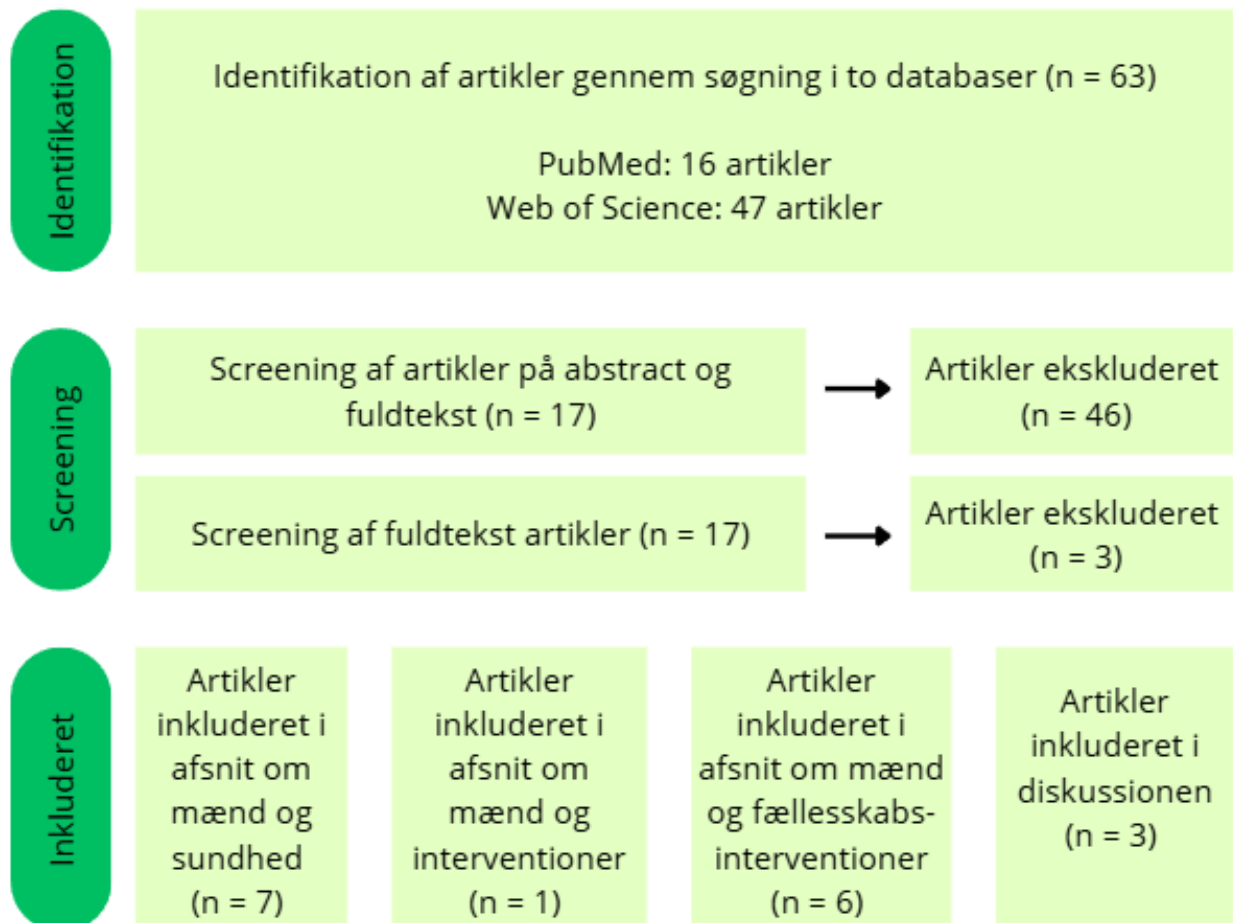
- [kommunikation/nyheder-og-aktuelt/nyheder/herreklubber-skal-forebygge-ensomhed-blandt-maend](#) [Accessed 22/06-2026 2026].
- KØGE KOMMUNE u.å.-a. Fremtidens Køge Kommune. In: KOMMUNE, K. (ed.). KØGE KOMMUNE. u.å.-b. *Køge Kommunes Sundhedspolitik 2024* [Online]. Køge Kommune. Available: <https://www.koege.dk/om-koege-kommune/politikker-strategier-og-planer/koege-kommunes-sundhedspolitik-2024#overskrift2> [Accessed 01/06 2026].
- LEIGH-HUNT, N., BAGGULEY, D., BASH, K., TURNER, V., TURNBULL, S., VALTORTA, N. & CAAN, W. 2017. An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 152, 157-171.
- LINDSAY-SMITH, G., O'SULLIVAN, G., EIME, R., HARVEY, J. & UFFELEN, J. G. Z. V. 2018. A mixed methods case study exploring the impact of membership of a multi-activity, multicentre community group on social wellbeing of older adults. *BMC Geriatr.*, 18.
- MADSEN, M. H., HØJGAARD, B. & ALBÆK, J. 2009. Health literacy - Begrebet, konsekvenser og mulige interventioner Sundhedsstyrelsen: Dansk Sundhedsinstitut.
- MADSEN, S. A. 2014. *Mænds sundhed og sygdomme*, Samfundslitteratur.
- MADSEN, S. A. 2016. Mænd i Mænds Mødesteder . En interviewundersøgelse ved Forum for Mænds Sundhed blandt mænd, der bruger Mænds Mødesteder Mænds Mødesteder.
- MADSEN, S. A. 2025. Mænd og Fællesskaber. *Argumenter for Mænd*. 1 ed.: Gyldendal.
- MANDERÅDET. u.å. *Mænds sundhed: En politisk opgave* [Online]. Manderådet. Available: <https://manderaadet.dk/maerkesager/maends-sundhed/> [Accessed 16. februar 2026].
- MANZANO, A. 2016. The craft of interviewing in realist evaluation. *SAGE Journals*, 22, 342-360.
- MARY FONDEN 2024. Ensomhed i Danmark: En afdækning af omfanget og forståelser af ensomhed i befolkningen. MARY FONDEN - H.M. DRONNING MARYS FOND: Epinion.
- MCGRATH, A., MURPHY, N., EGAN, T. & RICHARDSON, N. 2022. Sheds for life: health and wellbeing outcomes of a tailored community-based health promotion initiative for men's sheds in Ireland. *BMC Public Health*, 22, 1590.
- MCMILLAN, D. W. & CHAVIS, D. 1986. Sense of Community: A Definition and Theory *Journal of Community Psychology*, 14(1), 6-23.
- MOORE, S. E. H. 2010. Is the Healthy Body Gendered? Toward a Feminist Critique of the New Paradigm of Health. *Body & Society*, 16, 95-118.
- MUKUMBANG, F. C., MARCHAL, B., BELLE, S. V. & WYK, B. V. 2019. Using the realist interview approach to maintain theoretical awareness in realist studies. *Qualitative Research*.
- MUKUMBANG, F. C., VAN BELLE, S., MARCHAL, B. & VAN WYK, B. 2016. Realist evaluation of the antiretroviral treatment adherence club programme in selected primary healthcare facilities in the metropolitan area of Western Cape Province, South Africa: a study protocol. *BMJ Open*, 6, e009977.
- MÆNDS MØDESTEDER. u.å. *Om Mænds Mødesteder* [Online]. Mænds Mødesteder: Forum for mænds sundhed. Available: <https://www.mmdanmark.dk/om-maends-modesteder/> [Accessed 22/06-2026 2026].
- NICOLAISEN, M., PRIPP, A. H. & THORSEN, K. 2023. Why Not Lonely? A Longitudinal Study of Factors Related to Loneliness and Non-Loneliness in Different Age Groups Among People in the Second Part of Life. *Int J Aging Hum Dev*, 97, 157-187.

- NIEDZWIEDZ, C. L., RICHARDSON, E. A., TUNSTALL, H., SHORTT, N. K., MITCHELL, R. J. & PEARCE, J. R. 2016. The relationship between wealth and loneliness among older people across Europe: Is social participation protective? *Prev Med*, 91, 24-31.
- NIELSEN, D. A., HJØRNHOLM, T. Q. & JØRGENSEN, P. S. 2021. Kvalitative dataindsamlingsmetoder. *Det gode bachelorprojekt i sundhedsuddannelserne*. Samfundslitteratur.
- NORDENTOFT, I. S. & MADSEN, S. A. 2020. Kommune, kend din mand!. Guide til bedre inddragelse af mænds sundhed i kommunen. Forum for Mænds Sundhed.
- OECD 2025. Health at a Glance 2025: OECD Indicators.
- PARK, C., MAJEED, A., GILL, H., TAMURA, J., HO, R. C., MANSUR, R. B., NASRI, F., LEE, Y., ROSENBLAT, J. D., WONG, E. & MCINTYRE, R. S. 2020. The Effect of Loneliness on Distinct Health Outcomes: A Comprehensive Review and Meta-Analysis. *Psychiatry Res*, 294, 113514.
- PETERSEN, K. S., LEDDERER, L., MAINDAL, H. T. & OVERGAARD, C. 2022. Introduktion til komplekse interventioner. *Komplekse interventioner: Udvikling, test, evaluering og implementering*. Aalborg Universitetsforlag: K. S. Petersen, L. Ledderer, H. T. Maindal, & C. Overgaard.
- PRINGLE, A., ZWOLINSKY, S., MCKENNA, J., DALY-SMITH, A., ROBERTSON, S. & WHITE, A. 2013. Delivering men's health interventions in English Premier League football clubs: key design characteristics. *Public health*, 127(8), 716–726.
- PRINGLE, A., ZWOLINSKY, S., MCKENNA, J., ROBERTSON, S., DALY-SMITH, A. & WHITE, A. 2014. Health improvement for men and hard-to-engage-men delivered in English Premier League football clubs. *Health education research*, 29(3), 503-520.
- RASMUSSEN, R. L., OVERGAARD, C., BOGGILD, H. & THOMSEN, L. L. H. 2018. An explorative evaluation study of the mechanisms underlying a community-based fitness centre in Denmark - Why do residents participate and keep up the healthy activities? *Health Soc Care Community*, 26, 898-907.
- REGION SJÆLLAND. 2023. *Nyt partnerskab skal bremse udviklingen af type 2-diabetes hos mænd* [Online]. Region Sjælland. Available: <https://www.sjaellandsuniversitetshospital.dk/nyheder/2023/juli-september/nyt-partnerskab-skal-bremse-udviklingen-af-type-2-diabetes-hos-maend> [Accessed 01/06 2026].
- REINICKE, K. 2025. Mødet med sårbare og udsatte mænd. *Køn og kønsforståelser i socialt arbejde*. Hans Reitzels forlag.
- RENMANS, D. & CASTELLANO PLEGUEZUELO, V. 2023. Methods in realist evaluation: A mapping review. *Eval Program Plann*, 97, 102209.
- REYNOLDS, K. A., MACKENZIE, C. S., MEDVED, M. & ROGER, K. 2015. The experiences of older male adults throughout their involvement in a community programme for men. *Ageing and Society*, 35, 531-551.
- RIENECKER, L. & JØRGENSEN, P. S. 2018. Teori, begreber, metoder og fremgangsmåden (= hele undersøgelsens metode). *Den gode opgave*. Samfundslitteratur.
- ROSENBERG, M. & MCCOLLOUGH, B. C. 1981. Mattering: Inferred significance and mental health among adolescents. *Research in Community and Mental Health*, 2, 163-182.
- ROWAN, D., RICHARDSON, S. & LONG, D. D. 2018. Practice-Informed Research: Contemporary Challenges and Ethical Decision-Making. *Journal of Social Work Values and Ethics*, 15.

- RUIZ, M., MALYUTINA, S., PAJAK, A., KOZELA, M., KUBINOVA, R. & BOBAK, M. 2019. Congruent relations between perceived neighbourhood social cohesion and depressive symptoms among older European adults: An East-West analysis. *Social science & medicine*, 237.
- SKIVINGTON, K., MATTHEWS, L., SIMPSON, S. A., CRAIG, P., BAIRD, J., BLAZEBY, J. M., BOYD, K. A., CRAIG, N., FRENCH, D. P., MCINTOSH, E., PETTICREW, M., RYCROFT-MALONE, J., WHITE, M. & MOORE, L. 2021. A new framework for developing and evaluating complex interventions: update of Medical Research Council guidance. *BMJ*, 374, n2061.
- SMALE, B., WILSON, J. & AKUBUEZE, N. 2022. Exploring the determinants and mitigating factors of loneliness among older adults. *Wellbeing, Space and Society*, 3.
- STANCLIFFE, R. J., BIGBY, C., BALANDIN, S., WILSON, N. J. & CRAIG, D. 2015. Transition to retirement and participation in mainstream community groups using active mentoring: a feasibility and outcomes evaluation with a matched comparison group. *J Intellect Disabil Res*, 59, 703-18.
- TRACY, S. J. 2010. Qualitative Quality: Eight "Big-Tent" Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry*, 16, 837-851.
- VON BOTHMER, M. I. & FRIDLUND, B. 2005. Gender differences in health habits and in motivation for a healthy lifestyle among Swedish university students. *Nurs Health Sci*, 7, 107-18.
- VON SOEST, T., LUHMANN, M., HANSEN, T. & GERSTORF, D. 2020. Development of loneliness in midlife and old age: Its nature and correlates. *J Pers Soc Psychol*, 118, 388-406.
- VON WAGNER, C., KNIGHT, K., STEPTOE, A. & WARDLE, J. 2007. Functional health literacy and health-promoting behaviour in a national sample of British adults. *J Epidemiol Community Health*, 61, 1086-90.
- WEBSTER, N. J., AJROUCH, K. J. & ANTONUCCI, T. C. 2021. Volunteering and Health: The Role of Social Network Change. *Soc Sci Med*, 285.
- WHO. u.å. *Constitution* [Online]. World Health Organization. Available: <https://www.who.int/about/governance/constitution> [Accessed 22/06-2026 2026].
- WHO REGIONAL OFFICE FOR EUROPE 2018. The health and well-being of men in the WHO European Region: Better health through a gender approach.: WHO.
- WILSON, N. J. & CORDIER, R. 2013. A narrative review of Men's Sheds literature: reducing social isolation and promoting men's health and well-being. *Health and Social Care in the Community*, 21, 451-463.
- WONG, G., WESTHROP, G., GREENHALGH, J., MANZANO, A., JAGOSH, J. & GREENHALGH, T. 2017. Quality and reporting standards, resources, training materials and information for realist evaluation: the RAMESES II project. 5.
- YU, D. S., LI, P. W., LIN, R. S., KEE, F., CHIU, A. & WU, W. 2023. Effects of non-pharmacological interventions on loneliness among community-dwelling older adults: A systematic review, network meta-analysis, and meta-regression. *Int J Nurs Stud*, 144, 104524.
- ZIMMERMANN, E., EKHOLM, O., GRONBAEK, M. & CURTIS, T. 2008. Predictors of changes in physical activity in a prospective cohort study of the Danish adult population. *Scand J Public Health*, 36, 235-41.
- ÆLDRESAGEN. 2026. *Fællesskaber for mænd* [Online]. Ældresagen. Available: <https://www.aeldresagen.dk/viden-og-raadgivning/hverdagsliv/samvaer-og-stoette/samvaer-for-maend> [Accessed 22/06-2026 2026].

Bilag

Bilag 1: Flowchart over struktureret litteratursøgning



Bilag 2: Interviewguide til nøgleaktører

Afsnit	Spørgsmål
Introduktion til projektet	Jeg hedder Anna og læser Folkesundhedsvidenskab på Københavns Universitet. I forbindelse med mit speciale vil jeg gerne undersøge Køge Herreklubber som indsats. Det vil jeg gøre ved først at afholde interviews med jer/dig og øvrige nøgleaktører omkring indsatsen. Efterfølgende vil jeg afholde interviews med flere af de mænd, som deltager i Herreklubberne. Jeg håber derfor på både at få jeres/dit indblik i Herreklubberne samt indblik fra mænd, der er en del af dem. Formålet er at undersøge mobilisering, rekruttering og fastholdelse i Herreklubberne og ud fra dette bidrage med viden til, hvordan herreklubberne kan udvikles og udbredes i fremtiden. Jeg er interesseret i jeres/dine perspektiver og der er derfor ingen forkerte svar. Du er meget velkommen til at drage på egne erfaringer og oplevelser undervejs. Nogle af tingene jeg spørger ind til, har vi måske allerede snakket lidt om tidligere, eller er noget der fremgår på hjemmesiderne. Jeg håber dog, at du alligevel vil tage dig tid til at svare uddybende på det i denne setting. Jeg forventer at interviewet varer mellem 30 og 60 minutter. Jeg kommer måske til at lave små noter undervejs til opfølgende spørgsmål. Det håber jeg ikke at I/du lader jer/dig forstyrre af. Jeg kigger også på mine papirer undervejs, blot for at sikre mig, at jeg får spurgt ind til de ting, jeg gerne vil have indblik i. I/du må endelig spørge undervejs i interviewet, hvis der er noget, du/I er i tvivl om eller ikke forstår. Fortrolighed:

	Jeg vil gerne optage samtalen, såfremt I/du tillader det. Optagelsen bliver opbevaret fortroligt og vil kun blive brugt i forbindelse med denne forskning. Når projektet afsluttes, vil optagelsen blive slettet. Anonymitet: Alt hvad I/du siger vil blive anonymiseret hvilket vil sige at jeres/dit navn ikke vil fremgå i forskningen, ligesom at øvrige navne I/du eventuelt nævner heller ikke vil fremgå (bruger dæksnavne). Frivillighed: Det er frivilligt for jer/dig at deltage, og I/du kan altid trække jeres/dit samtykke tilbage. Informationerne fra interviewet vil blive brugt i min specialeopgave. Derudover håber jeg også, at jeg, sammen med Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, vil kunne bruge det til at udarbejde en videnskabelig forskningsartikel efterfølgende. Inden vi starter interviewet, har jeg denne blanket som I/du skal underskrive. Du skriver under på, at du ønsker at deltage i interviewet og at jeg, sammen med Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, må anvende dine udtalelser i anonymiseret form i specialeprojektet og i en potentiel videnskabelig artikel. Har I/du nogle spørgsmål, inden vi går i gang?
Aktører: Introduktion af informantens rolle og perspektiv	START OPTAGELSE Først vil jeg gerne høre lidt om dig • Hvis I/du vil at starte med, at fortælle lidt om jer/dig selv? (Navn, arbejde, m.m.)

	• Hvad er jeres/din relation til og rolle ved Køge Herreklubber? (Hvordan er I/du knyttet til indsatsen og hvor længe har I/du været med?)
Introduktion til interventionen	• Hvordan vil du beskrive Køge Herreklubber og de aktiviteter, der foregår? • Hvem har været med i opstartsfasen af herreklubberne og hvad har de forskellige parter gjort? Sonderende spørgsmål • Hvad var tankerne bag Køge Herreklubber fra start? • Hvad håbede man, at der ville ske?
Outcome: Laver herreklubberne social forandring eller reproducerer det eksisterende	Jeg vil gerne høre, hvordan I/du opfatter at der er sket ændringer siden Køge Herreklubber er startet • Hvilke ændringer har du set hos mændene siden klubberne startede? (Hvad oplever I/du, at de får ud af det?) Og hvordan kan du se, at det skyldes Herreklubberne? • Tror du at ændringerne hos mændene, er noget der smitter af hos lokalsamfundet eller i kommunen generelt? Hvordan kan mødet mellem mændene have en rolle udenfor dette rum? Og hvordan kan du se, at det skyldes Herreklubberne? • Kan du nævne en konkret situation, hvor du har set en forandring?
Aktører og deres powers and liabilities: Hvem driver/begrænser forandringen	Jeg vil også gerne høre jeres/dine perspektiver på, hvem der påvirker forandringen • Er der nogle, der har haft en særlig bærerrolle, i forhold til forandringerne? Hvem? • Hvad er det, der gør at disse personer eller grupper er betydningsfulde? (kompetencer, rolle, input)

	• Er der nogen, som I/du havde forventet ville spille en større rolle i forandringerne, men som af forskellige grunde ikke har gjort det?
Mekanisme: Interaktioner, der har ført til forandringer	• Hvordan påvirker relationerne i klubben mændenes lyst til at komme igen? (både mellem mændene og mellem mænd og <i>frivillige</i>) • Kan du nævne et eller flere eksempler på konkrete situationer, hvor man kunne se at samarbejdet mellem mændene eller mellem mændene og (dem der spiller en central rolle) har medført en forandring? • Har du oplevet interaktioner, der gjorde det sværere for nogen at deltage? Sonderende spørgsmål: • Hvad tror du der skete inde i mændene i den situation?
Mekanismer og kontekst: Mekanismer og kontekst for rekruttering og fastholdelse	• Hvad tror du gør, at nogle mænd vælger at komme første gang? (Hvorfor er det vigtigt at dette sker?) • Hvad tror du gør, at de bliver ved med at komme? (Hvorfor er det vigtigt at dette sker?) • Hvad kan gøre det svært at rekruttere eller fastholde mænd? (hvis ikke det er svært nu, hvad ville så gøre at det blev svært?)
Kontekst: Tidligere oplevelser som påvirker handling	Jeg vil også gerne spørge jer/dig ind til noget i forhold til, mændenes måde at deltage på og årsag dertil • Hvilke tidligere begivenheder eller erfaringer i mændenes liv, tror du påvirker, hvordan mændene deltager i Herreklubberne? • Er der noget fra mændenes baggrund, som kan gøre det lettere eller sværere, at blive en del af fællesskabet? Sonderende spørgsmål: • Hvordan ser I det i dagligdagen?
Kontekst:	• Hvilke forhold i lokalsamfundet, kommunen eller mændenes liv påvirker deres lyst og mulighed for at deltage i herreklubberne?

Struktur og kultur i Herreklubberne	• Er der nogle normer eller forventninger til herreklubberne, som påvirker lysten til deltagelse? (maskulinitet, fællesskab, hjælp) • Er der strukturelle barrierer eller fordele, som påvirker mændenes deltagelse? (Transport, økonomi, helbred) • Hvad gør det lettere, og hvad gør det sværere, at få nye mænd ind i fællesskabet? • Hvad tror I/du mændene tager med sig fra Herreklubberne ind i deres hverdag?
Mekanismer og kontekst Skjulte / bagvedliggende påvirkninger	• Er der noget der har påvirket forandringen hos mændene, som først er blevet tydeligt senere? (Er der noget, der har været lettere end forventet, er der noget, der har været sværere end forventet?) • Er der noget der har påvirket udviklingen af Køge Herreklubber, som først er blevet tydeligt senere? • Er der noget der overrasker dig i forhold til relationerne mellem mændene eller mænd og <i>frivillige</i>, som du ikke havde forventet ville få betydning? • (Er der forhold i Herreklubberne som påvirker mændene, uden at de selv nævner det?)
Kontekst i forhold til navnet og hvad der ligger i det	Jeg vil også gerne spørge dig ind til noget i forhold til navnet ”Køge Herreklubber” • Ved du hvad årsagen er til at det er kommet til at hedde Køge Herreklubber? • Hvad repræsenterer dette navn i forhold til hvem der kan deltage? • Hvilke problemstillinger er særlige for personer, som dette navn henvender sig til? (Hvorfor er der brug for et rum, som dette navn henvender sig til?)
Afslutning	Vi er ved at være færdige med interviewet, men jeg vil her til sidst lige spørge dig, om nogle afsluttende spørgsmål • Er der noget vigtigt, som vi ikke har talt om endnu fra dit perspektiv? • Hvordan var det at deltage i interviewet?

- Må jeg gerne vende tilbage til dig, hvis jeg har nogle opklarende spørgsmål?

Eventuelt i forhold til min observationsrolle:

- Jeg skal observere på fredag. Hvad tænker du at det kommer til at betyde, at det er mig undersøger/observerer? (hvis du tænker at det kommer til at have betydning)

Afslutningsvis vil jeg sige tak for jeres/din tid. Jeg er virkelig glad for den indsigt i/du har givet mig ud fra din vinkel i arbejdet med Herreklubberne.

STOP OPTAGELSE

Bilag 3: Interviewguide til mænd

Afsnit	Spørgsmål
Introduktion til projektet	Jeg hedder Anna og læser Folkesundhedsvidenskab på Københavns Universitet. I forbindelse med mit speciale vil jeg gerne undersøge Køge Herreklubber som indsats. Jeg har indledningsvist holdt interviews med nøgleaktører. Derudover har jeg også været så heldig at være ude at observere og deltage i en af herreklubmøderne. Jeg vil nu afholde dette interview og interviews med andre mænd fra herreklubberne, for også at høre dit og deres perspektiv herpå. Jeg er interesseret i dine perspektiver og der er derfor ingen forkerte svar. Jeg håber at du vil fortælle om det der falder dig ind og som du har lyst til at dele. Du er meget velkommen til at drage på egne erfaringer og oplevelser undervejs. Jeg forventer at interviewet varer mellem 45 og 60 minutter. Jeg kommer måske til at lave små noter undervejs til opfølgende spørgsmål. Det håber jeg ikke at du lader dig forstyrre af. Jeg kigger også på mine papirer undervejs, blot for at sikre mig, at jeg får spurgt ind til de ting, jeg gerne vil have indblik i. Du må endelig spørge undervejs i interviewet, hvis der er noget, du er i tvivl om eller ikke forstår. Fortrolighed: Jeg vil gerne optage samtalen, såfremt du tillader det. Optagelsen bliver opbevaret fortroligt og vil kun blive brugt i forbindelse med denne forskning. Når projektet afsluttes, vil optagelsen blive slettet. Anonymitet: Alt hvad du siger vil blive anonymiseret hvilket vil sige at dit navn ikke vil fremgå i forskningen, ligesom at øvrige navne du eventuelt nævner, heller ikke vil fremgå (bruger dæknavn).

	Frivillighed: Det er frivilligt for dig at deltage, og du kan altid trække dit samtykke tilbage. Informationerne fra interviewet vil blive brugt i min specialeopgave. Derudover håber jeg også, at jeg, sammen med Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, vil kunne bruge det til at udarbejde en videnskabelig forskningsartikel efterfølgende. <i>Er nok skrevet under på forhånd</i> Inden vi starter interviewet, har jeg denne blanket som du skal underskrive. Du skriver under på, at du ønsker at deltage i interviewet og at jeg, sammen med Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, må anvende dine udtalelser i anonymiseret form i specialeprojektet og i en potentiel videnskabelig artikel. Har du nogle spørgsmål, inden vi går i gang?
Aktører: Introduktion af informantens rolle og perspektiv	START OPTAGELSE Først, vil jeg gerne høre lidt om dig • Hvis du vil at starte med, vil fortælle lidt om dig selv? (Navn, alder, hvad du laver til daglig, m.m.) • Og så tænker jeg også gerne, at jeg vil høre lidt om dig i forhold til interventionen (Hvilken af Køges Herreklubber er du med i?, Hvor længe har du været med?, Hvordan stødte du på Køge Herreklubber/blev du medlem?)
Introduktion til interventionen	• Hvordan vil du beskrive Køge Herreklubber og de aktiviteter, der foregår? • Hvem er med i herreklubben? (hvad har I til fælles?)

	• Hvem er ikke med?
Outcome:	• Hvorfor er du en del af herreklubben? (Hvad betyder herreklubberne for dig i din hverdag?) • Hvad får du ud af deltagelsen i herreklubben? (I forhold til andre steder?) • Hvad gør det attraktivt at være en del af din herreklub? (Hvilken forskel er der mellem dette rum og andre rum for dig?) • Er der noget i herreklubben, som gør, at du til tider kan miste interessen for at være med?
CMO 1: Genkendelighed og nemmere at overkomme ved relationel rekruttering + CMO 2: Stabile rammer og lav tærskel	- Hvordan var det for dig, at komme i herreklubben første gang? - Du nævnte tidligere, at du kom med i herreklubben gennem xxx. Hvad gjorde så, at du sagde ja til at tage med første gang? - Hvad gjorde det nemt eller svært at møde op? Yderligere spørgsmål (udgangspunkt i tidligere fund) - I de første interviews er det blevet nævnt, at personlige invitationer til herreklubberne, er noget af det, der har fungeret godt. Ser du det også sådan? - Derudover har jeg også hørt, at en af fordelene ved herreklubberne kan være, at der ikke er de store krav for at komme med (blandt andet at der er en lav tærskel for at komme ind og stabile rammer, når man er med). Hvordan oplevede du dette? - Hvordan blev du imødekommet af de andre mænd, da du startede i herreklubben? - Er der noget, der gør det lettere eller sværere at møde op i herreklubben nu? - Hvordan oplever du stemningen i herreklubben? Yderligere spørgsmål (udgangspunkt i tidligere fund)

	- Jeg har hørt forskellige beskrivelser af, hvad man får ud af, at være en del af herreklubberne – herunder blandt andet at der opstår mere ro og tryghed, når man har været en del af herreklubben i længere tid. Er det noget du kan genkende? Hvorfor? - (kun til mænd fra først oprettet herreklub) Da jeg deltog/observerede i herreklubben, bemærkede jeg en stor planche, hvorpå herreklubbens principper stod på. Hvad bruger I disse til og hvad tænker du om dem?
CMO 3: ansvar og ejerskab	• Har du fået nogle opgaver eller roller i herreklubben? • Hvordan hjælper I generelt hinanden i herreklubben? • Oplever du at alle hjælper lige meget i herreklubben? • Hvad gør du for at herreklubben kan fungere? • Hvad får du ud af at hjælpe og tage ejerskab i herreklubben? • Hvad betyder det for herreklubben, at I samarbejder? Yderligere spørgsmål (udgangspunkt i tidligere fund) - Jeg har hørt at ansvaret i en vis grad fordeles ud over herreklubben (blandt andet i udvalgene). Hvad tænker du, at det har af betydning for herreklubben? Og hvad har det af betydning for dig?
CMO 4: Fællesskab og rollemodeller fører til nysgerrighed	• Oplever du, at der er et fællesskab i herreklubberne? Hvordan vil du beskrive fællesskabet i herreklubben? • Oplever du at fællesskabet tilføjer noget til din og andres hverdag? (f.eks at I mænd bliver stærkere, når I er i en gruppe end når I er alene, kan yde større hjælp til lokalsamfundet?) • Er der nogen du spejler dig i eller bliver inspireret af i herreklubben? • Er herreklubberne og dine venner derfra også nogen, som du kan række ud efter, hvis noget går dig på? Er det et sted, hvor man kan dele bekymringer og tanker? (forskell på at række ud og række ud til sårbare ting) • Har dine relationer i herreklubben ændret noget inde i dig? (dit syn på noget, hvad du gerne vil prøve af?) Yderligere spørgsmål (udgangspunkt i tidligere fund)

	- I nogle af de tidligere interviews, er det blevet nævnt, at fællesskabet i herreklubben, gør, at man bliver nysgerrig på nogle aktiviteter, som man ellers ikke havde fundet interessant. Har du det også sådan? - Hvis ja, hvilke aktiviteter har du så fået mere nysgerrighed omkring? • Hvorfor har du ikke været interesseret i de aktiviteter før?
Afslutning	Opsamling på outcome: - Når du tænker over det vi har talt om i løbet af interviewet, hvad er så det vigtigste herreklubberne gør for dig og de andre mænd? (hvorfor har du brug for at være med i herreklubben og hvad får du ud af det?) - Tror du også at herreklubben påvirker noget udenfor jeres klub? (kommunen, lokalsamfundet, familierne) - Tror du også at herreklubberne er lidt et modspil til en samtid, hvor det kan være svært at finde ud af hvordan man skal være mand? Vi er ved at være færdige med interviewet, men jeg vil her til sidst lige spørge dig, om nogle få afsluttende spørgsmål • Er der noget vigtigt, som vi ikke har talt om endnu fra dit perspektiv? • Hvordan var det at deltage i interviewet? • Må jeg gerne vende tilbage til dig, hvis jeg har nogle opklarende spørgsmål? Afslutningsvis vil jeg sige tak for din tid. Jeg er virkelig glad for den indsigt du har givet mig i Herreklubberne. STOP OPTAGELSE

Bilag 4: Observationsguide

Beskrivelse af rammer	Forhold	Feltnoter
Omgivelser	Hvor foregår det observerede? (lokale, indretning, lys, lyd, temperatur) Hvordan er stemningen og atmosfæren? Hvordan er mænd og frivillige placeret i forhold til hinanden? Er der fysiske rammer, der påvirker, hvem der har kontakt (bordopstilling, sofagrupper)	
Hvem	Hvor mange er til stede? Hvem er til stede? Hvordan ankommer de? (sammen eller alene)	
Adfærd: Relationsbåren kommunikation	Hvordan hilser mændene på hinanden? Hvem tager initiativ til kontakt? Hvordan er mændene før aktiviteten? (selvsikre eller stille) Hvordan foregår samtalerne? Er der humor? Hvordan er humoren, hvad gør det særligt? Er der flow i aftenen? Hvordan er stemningen mellem mændene? Hvordan er stemningen mellem mændene og de frivillige? Hvordan er sproget/tonen? Kropssprog/fakter?	
Adfærd: Opbygning af tillid mellem mænd og mænd og frivillige	Hvordan støtter frivillige mændene? Hvordan støtter mændene hinanden? Er der tegn på sårbarhed eller deling af vigtige ting?	
Indsatsen	Hvordan indledes der? Hvem tager ansvar for hvad? Er der nogle, der er mere ledende? Hvordan ændrer stemningen sig undervejs? Hvordan afsluttes aftenen?	

Observatørens rolle/præstation	Vækker jeg opsig? Har jeg påvirket observationerne? Henvender de sig til mig? Hvilke remedier har jeg med? Hvordan placerer jeg mig? (tæt på, langt fra, som en del af flokken, på sidelinjen)	
Påvirkning på mænds sundhed	Virker mændene glade under/efter aftenen? (Er der tegn på øget selvtillid?) (Er der tegn på mindre isolation?) Er der samtaler om sundhed eller trivsel? Er der tegn på udvikling hos mændene efter aftenen (motivation, relationer)	

Bilag 5: Karakteristika for nøgleaktører

Informant	Rolle i forhold til Herreklubberne	Specificering af informants forhold til herreklubberne	Måde hvorpå interview blev afviklet	Længde på interview
Preben	Entusiast, medlem af bestyrelsen, har været med fra start	Er med til stiftelsen af de forskellige herreklubber	Telefoninterview	01:28:52
Poul	Entusiast, medlem af bestyrelsen	Arbejder særligt med hvordan herreklubberne i højere grad kan inkludere sårbare borgere og få dem fastholdt	Fysisk i et af Køge Kommunes mødelokaler	01:19:01
Anita	Tilbagevendende facilitator af specifikke møder i herreklubberne	Kender ikke til herreklubberne i særlig høj grad, men har været faciliterende på flere møder	Fysisk i et af Køge Kommunes mødelokaler	00:37:59
Lasse og Karen	Kommunale samarbejds-partnere	Arbejder i kommunen og kan dermed komme med blik på hvorfor kommunen gerne vil samarbejde, hvad det er Herreklubberne kan, som kommunen ikke formår	Fysisk i et af Køge Kommunes mødelokaler	01:10:25

Bilag 6: Karakteristika for mænd fra herreklubberne

Informant	Tilknyttet hvilken herreklub	Måde hvorpå interview blev afviklet	Længde på interview
Eigil	2. Herreklub	Telefoninterview	01:00:46
Asger	1. Herreklub	Telefoninterview	01:02:56
Laurits	1. Herreklub	Telefoninterview	00:36:47
Kresten	1. Herreklub	Fysisk interview i et af Køge Kommunes mødelokaler	00:43:27
Thomas	1. Herreklub	Fysisk interview i et af Køge Kommunes mødelokaler	01:31:04
Zakarias	1. Herreklub	Telefoninterview	01:09:10
Mogens	1. Herreklub	Telefoninterview	01:07:11

Bilag 7: Forfinet programteori

