

## Beitelag: sosiale nettverk med betydning for helse og livskvalitet?

Hilde Helgesen, seniorrådgiver ved Norsk institutt for bioøkonomi (NIBIO)

**Engelsk tittel:** Grazing associations; social networks with impact on health and well-being?

### Sammendrag

I denne artikkelen beskriver jeg hvordan beitelag planlegger, organiserer og utfører sine fellesoppgaver gjennom både formelle og uformelle avtaler. Datainnsamlingen baserer seg på kvalitative intervjuer med ledere for beitelag. Jeg er særlig opptatt av hvordan beitelagene kan ha betydning for sauebøndernes helse og livskvalitet. For å forstå og fortolke innholdet i samtaleene bruker jeg teori om sosiale nettverk, sosial kapital, sosiale støttesystemer og setter dette inn i en folkehelsevitenskapelig ramme. Artikkelen ser særlig på hvordan hverdagsaktivitetene i beitelagene bidrar til å vedlikeholde de sosiale båndene mellom beitelagets medlemmer og heve beitebrukernes livskvalitet. Samtaleene med beitelagene viser at beitelagene kan betraktes som sosiale nettverk hvor medlemmene gjennom felles gjøremål og formelle avtaler, bygger samhold, fellesskap og identitet. Beitelaget ser ut for å representere et sosialt støttesystem hvor det utveksles og byttes ulike former for hjelp og støtte, både sosialt, emosjonelt og instrumentelt.

**Nøkkelord:** beitelag, sauebønder, sosiale nettverk, helse og livskvalitet

### Abstract

This article describes how grazing associations plan, organize, and carry out their joint tasks through both formal and informal agreements. The data collection is based on qualitative interviews with managers of grazing associations. Findings from the conversations with the grazing associations are discussed in light of occupational science, theories on social networks, social capital, and social support systems. The results indicate that through the shared activities, the associations appear to represent a social support system where various forms of help and social, emotional, and instrumental support are exchanged. The associations may be regarded as social networks where the members, through common tasks and formal agreements, build cohesion and create a sense of belonging with positive impact on health and well-being.

---

## Innledning

Å være bonde i dag kan være en ensom jobb. Studier viser at sysselsatte i landbruket har dårligere livskvalitet og psykisk helse, sammenlignet med andre yrkesgrupper i Norge (Riise et al., 2003). Antall nære venner og opplevd ensomhet er blant de faktorene som har mest negativ innvirkning på bøndernes mentale helse og livskvalitet (Logstein, 2016; Melberg, 2003). Opplevd ensomhet og manglende sosiale nettverk er risikofaktorer for både fysisk og psykisk helse. «Ensomhet gir like stor risiko for sykdom og død som røyking, usunt kosthold og lite mosjon, og ser også ut til å henge sammen med høyt blodtrykk, overvekt, hjertesykdommer og hjerneslag», ifølge Ole Andreassen, professor ved Institutt for klinisk medisin ved Universitetet i Oslo (Hofstad, 2021).

Forskere ved Rurals - Institutt for rural- og regionalforskning, har funnet at bønder mener et godt lokalt faglig landbruksmiljø, hvis det også er en sosial arena, kan bidra til å motvirke opplevd ensomhet og ha betydning for trivsel og helse (Logstein & Almaas, 2019). Ola Flaten har tidligere funnet ut at tilhørighet til et produsentmiljø har stor betydning for sauebønder sin motivasjon til å opprettholde gårdsdriften. Faktisk mer enn lønnsomhet i seg selv (Flaten, 2017). Denne artikkelen undersøker om aktivitetene i beitelagene også kan ha en slik effekt, altså om godt drevne beitelag kan bidra til trivsel og motvirke opplevd ensomhet. For å få nærmere klarhet i dette kontaktet jeg i 2019 og 2020 en rekke beite- og sankelag i hele landet og gjennom intervjuer, - de fleste på telefon, - med ledere for 13 lag, dannet jeg meg et bilde av hvordan lagene utfører sine fellesoppgaver. Beitelagene fortalte at til tross for mye slit og tungt arbeid, så opplevde mange av sauebønderne møter, tilsyn og sanking som meningsfulle gjøremål og sosiale møteplasser.

## Sauesanking, drittvær og skitpreik

Det var en høstdag i september at jeg på vei vestover fra Oslo stoppet på den lokale bensinstasjonen i en liten bygd i det vi før omtalte som Nord-Hordaland. Jeg trengte påfyll av varm kaffe og litt frisk luft, og ble stående like utenfor døren og se rett ut i det regntunge landskapet. De bratte fjellssidene var innhyllet i lave tåkeskyer og regnet bøttet ned. Jeg hadde avtalt med Amund, lederen for det lokale beitelaget, å møtes her for å slå av en prat<sup>1</sup>. Bensinstasjonen hadde laget til et sittehjørne med sofa, - et sted i varmen for langveisfarende og for lokalbefolkningen. En kraftig kar kom småløpende mot meg på vei inn på bensinstasjonen, nikket til meg og sa;

*Ja, det er vel du som vil snakke med meg? Det er vel du som er denne forskeren? Det er jo egentlig galskap. Å være ute i dette været og lete etter sauer. Ja, vi skal av gårde en stor gjeng i morgen tidlig. Men dette voldsomme regnværet skal visst bare fortsette. Ja, ja – uansett – sauesankingen er årets høydepunkt. Av gårde klokken halv seks. Dette ser vi frem til hele året. Ungene gleder seg og svigermor på 70 er med. Så 100 mm nedbør på en helg – det stopper oss ikke. Sånn er det å være sauebonde – både på Vestlandet og ellers i landet, sa han med et lett smil om munnen. (Amund).*

Det er vel flere enn meg som lurer på hva de er laget av disse folkene som står opp grytidlig en søndag morgen for å være ute 10 timer i strekk i drittvær og lete etter 2000 sauer?

Etter å ha snakket med beitelagsledere i mange deler av landet, ser jeg et bilde tre frem. Et bilde som viser tradisjon, klare avtaler og sosialt samhold. Tre pilarer som sammensveiser beitelag i Hordaland og antakelig også i resten av landet. Historiene jeg har blitt fortalt viser at når man er oppvokst med sauer så ser ungene frem til å bli store nok til å delta på sauesankingen. Det ligger i blodet og stadfester kanskje å ha blitt voksen, - og jeg sitter med et inntrykk at det kanskje er en viktigere voksenmarkering enn konfirmasjonen.

«Å kunne gå inntil 40 km på en dag, være våt og sliten, krever utholdenhet, men gir så mye tilbake», sa Amund.

---

<sup>1</sup> Navnene på dem jeg har intervjuet er oppdiktet for å ivareta anonymitet.

---

## Å gjøre en jobb sammen; om fellesskap og mening

Denne utholdenheten og slitet og hva det gir tilbake, - hva ligger det i det? spør jeg meg selv. Jeg ser jo tydelig at det å være sauebonde og delta i beitelaget er en livsstil, - og ikke kun en jobb. En livsstil som bygger tradisjon, identitet og fellesskap i hver gårdbrukerfamilie og til de andre medlemmene i beitelaget. Men ut fra samtalen er det tydelig at fellesskapet ikke kommer av seg selv. For å få det til må det organiseres og planlegges. Og det krever vilje, forpliktelser og klare avtaler. Tilsynsplaner må lages og følges opp, og ansvar for rutene fordeles. Inne på bensinstasjonen smaker kaffen overraskende godt. Amund er blitt varm i trøyen og lener seg over bordet. Kan du fortelle meg mer om hvordan dere planlegger tilsyn og sanking, spør jeg. «Ja, det er litt av en jobb, skal jeg si deg». Han legger et kart på bordet og peker på områdene hvor sauene beiter.

*Vi deler beiteområdet inn i 80 ulike tilsynsruter som alle skal gås i løpet av sesongen som strekker seg over en tre måneders tid. Og det er jeg som leder for beitelaget som lager oversikten på hvem som skal gå når tid og hvilke ruter. Som regel forplikter hvert medlem seg til å stille opp tre søndager i løpet av beitesesongen. Det er et stort ansvar vi har, - vi skal passe på omtrent 2300 dyr. Og da er det avgjørende at vi samarbeider godt, - vi 11 som er medlemmer i beitelaget (Amund).*

«Ja, hvordan foregår det sånn rent praktisk, - dette med sanking og ansvar?» - spør jeg. «Nå skal du høre,» sier han ivrig.

*Når sauene kan boltre seg i frodige beiteområder i et areal på 90 000 mål så er det helt avgjørende at saueeierne er godt kjent i terrenget. Holdningen er at i fjellet er sauene et fellesansvar. De er ikke mine sauer før de er hjemme på tunet. Til tross for at vi er ulike personer med sprikende interesser, så klarer vi å samarbeide. Vi er alle fullt klar over at vi er gjensidig avhengige av hverandre. Og derfor er praksisen at vi hjelper hverandre uansett. Dette henger med fra gammalt av og jeg er faktisk veldig imponert over at vi har klart å holde sammen (Amund).*

Denne samtalen med den godt voksne sauebonden på en bortgjemt bensinstasjon, på en dag hvor vestlandsfjellene var dekt av regn og tåke, gjorde stort inntrykk på meg. Han lyste av stolthet av det de fikk til i beitelaget, men ordla seg på en beskjeden og sindig måte. Jeg kjente på at jeg hadde vært heldig som fikk ta del i dette. Og at dette hadde gitt meg et godt utgangspunkt for de neste samtalen med de andre beitelagene. Samtaler som dessverre ikke kunne gjennomføres på annen måte enn via telefon.

Det skulle vise seg å gå igjen i mange av de neste samtalen, - dette med å stå sammen og hjelpe hverandre. Da jeg snakket med Bodil som er leder i et beitelag som holder til i Stølsheimen sør for Sognefjorden, fortalte hun at det ikke er uvanlig at medlemmer stiller opp på tilsyn langt oftere enn det som er avtalt. Jeg undret meg, og spurte Bodil om hva hun tror driver folk til å engasjere seg i så stor grad for fellesskapet og for andres dyr.

*Mange av medlemmene våre er så ivrige at de gjerne er ute og ser til at sauer og lam har det bra på fjellbeite hver eneste helg. Det er klart at hyppig tilsyn kan ha betydning for lave tapstall. Men naturopplevelsen og det å gå i fjellet og ikke minst det å treffe andre i beitelaget på gjeterhytten har mye å si. Ja du skjønner vi eier en egen hytte midt i beiteområdet. Og denne har sengeplass til 50 personer og fullt utstyrt kjøkken, dyner og nyoppusset bad og dusj. Hytten er alfa og omega og hele limet i vårt lag. Vi kjenner ikke til noen andre beitelag som har gjeterhytte. Jeg har spurt mange om dette og ingen driver på den måten vi gjør det (Bodil).*

Ja, dette begynner å bli forståelig, tenkte jeg. Med stor entusiasme fortalte Bodil videre om at hytten ble brukt omtrent hver helg og om at styret i beitelaget ordner alt det praktiske og utstyret hytten med mat og drikke. Hytten ble bygget på 60-tallet og er blitt utvidet i flere omganger. Og der har den stått i mer enn 60 år; navnet i beitelaget.

---

*Ja, som du forstår så er hytten sentral og helt avgjørende for samholdet, - et samlingspunkt for slitne og våte sauesankere. Etter lange økter, gjerne på 10 timer, er folk sultne. Omtrent i samme øyeblikk som vi kommer inn står middagen klar på bordet, - rykende og varm. Vi leier inn en kokk som ordner opp med middag til 50 personer. Etter maten er det bare å slenge seg ned i sofaene og preike skit og ha det gøy resten av kvelden. Og sånn har vi hatt det siden 60-tallet (Bodil).*

Dette er fortellinger om stolthet, tradisjon og sterke bånd som knyttes og fornyes, - gjennom å delta i tilsyn og sanking. Og båndene er tydeligvis solide når de holder til tross for drittvær, 200 sankedager, lav betaling for saueslakt og 2 timers kjøretid fra hjem til beiteområdet. Så hva kan dette bety for trivsel i hverdagen? Kan samholdet og de felles gjøremålene ha betydning for sauebøndernes helse og livskvalitet? Og på hvilken måte? I det følgende vil jeg sette historiene om slit og utholdenhet inn i en ramme av folkehelsevitenskap og skissere noen forklaringer som kanskje kan gi litt forståelse av hvordan disse båndene og relasjonene bygges og styrkes.

### **Kan samhandling og samarbeid i beitelaget ha betydning for helse og livskvalitet?**

Samtalene eller intervjuene gir noen pekepinner på at beite- og sankelagene kan betraktes som sosiale nettverk hvor medlemmene gjennom felles gjøremål eller aktiviteter og formelle avtaler/forpliktelser, bygger samhold, fellesskap og identitet. Beitelaget kan representere et sosialt støttesystem hvor det utveksles og byttes ulike former for hjelp og støtte, både sosial, emosjonell og instrumentell støtte. Det finnes mye forskning om sammenhengen mellom sosial støtte og helse (Aartsen et al., 2017; Hofstad, 2021; Jiang et al., 2023). Å ha tilgang til ulike former for uformell hjelp og sosial støtte og å være del av et gjensidig uformelt hjelpeapparat, kan også betegnes som å ha tilgang til sosial kapital (Fyrand, 2005). De hverdagsaktivitetene som medlemmene i beitelaget deltar på, fremstår som meningsfulle gjøremål og kan dermed betegnes som «doing» (Wilcock & Hocking, 2015). Slike meningsfulle aktiviteter har vist seg å påvirke helse og livskvalitet og særlig gjelder det når aktivitetene skjer i samhandling med andre. I slike settinger som kan betegnes som «Belonging through doing» skapes det relasjoner og tilhørighet gjennom felles aktivitet og interaksjon (ibid). Med henblikk på beite- og sankelagene er det interessant å se på sammenhengen mellom «doing» og «belonging», Det vil si å tilhøre et fellesskap, og disse to begrepene betydning for utvikling av sosialt nettverk.

### **Hvordan kan vi forstå samholdet og de gjensidige forpliktelsene som binder beitelag sammen?**

Hvor viktig er gjøremålene som vedlikehold av gjerder og tilsyn på beite for samholdet? Hva er det som er «limet» i beitelagene? Hvorfor fungerer samarbeidet godt i noen lag, mens andre sliter med uenigheter og konflikter? Og hva betyr disse aktivitetene og forpliktelsene for helse, trivsel og samhold? Gjennom samtalene med lederne for de tretten ulike beite- og sankelagene dannet jeg meg et bilde av viktig trekk ved samarbeidet rundt tilsyn og sanking.

Jeg har valgt å belyse funnene fra samtalene med teori om sosiale nettverk, sosial kapital og sosiale støttesystemer satt inn i en folkehelsevitenskapelig ramme. Jeg er særlig opptatt av hvilken betydning beitelagene kan ha for sauebøndernes helse og livskvalitet. Aktivitet eller dagligdagse gjøremål i et beitelag kan forstås som en syntese av å gjøre, være, tilhøre og bli, på engelsk doing, being, belonging og becoming (Wilcock & Hocking, 2015). Disse fire begrepene handler om hvordan mennesker er knyttet sammen og om hvordan relasjonene deres utspiller seg. Begrepene tar inn i seg alle de tre dimensjonene som påvirker helse og trivsel; det fysiske, mentale og sosiale (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017). Med en slik tilnærming er det mulig å få et bilde av hvordan de sentrale og meningsfulle aktivitetene i et beitelag som sauesanking og tilsyn (doing/å gjøre) gir bønder sosial interaksjon, personlig tilfredsstillelse og utvikling. Disse handlingene tillegges mening og er med på å forme egen oppfatning av hvem man er. Dette bidrar igjen til å gi mening til livet, siden det er gjennom det vi gjør at mening skapes og at livskvalitet eller velvære oppstår (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017).

---

Gjennom sauesanking og tilsyn (å gjøre) skapes det identitet for den enkelte (being/å være). Gjøre målene eller oppgavene i beitelaget kan oppfattes som meningsfulle aktiviteter som gir medlemmene muligheter for å bruke sine evner og utvikle sine ferdigheter. Siden mange av beitelagets oppgaver utføres i et fellesskap så kan det foregå en sosialisering hvor verdier deles og tilhørighet bygges og styrkes (belonging/å tilhøre). Gjennom aktiviteter opprettholder mennesker tilhørighet i samfunnet og ved å utnytte sitt potensiale og sine evner i meningsfulle aktiviteter kan det skapes forandring og utvikling som igjen er av stor betydning for helse og livskvalitet (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017).

Det kan være særlig interessant å se på sammenhengen mellom doing og belonging og betydningen av de sosiale nettverkene i beitelagene for å forstå samholdet og hvordan uenigheter og konflikter håndteres. Det er gjennom aktiviteter med andre at bånd knyttes og man får erfaring med følelsen av tilhørighet og verdien av felles interesser. Tilhørighet i et beitelag skapes gjennom de gjøre målene eller aktivitetene som foregår i fellesskapet og gjennom de relasjonene som knyttes i handlingene. I disse relasjonene utøves det blant annet gjensidighet, vennlighet, forpliktelse, velvilje og affeksjon. En felles forståelse av verdier, historie og symbolikk i beitelaget underbygger det emosjonelle elementet i aktivitetene. Følelse av aksept og det å vite at man har tilhørighet et sted fører til en trygghet i aktivitetene og påvirker helsen i positiv retning (Wilcock & Hocking, 2015). Det er med andre ord en gjensidighet i de to elementene doing og belonging. På den ene siden er sosial interaksjon gjennom aktivitet viktig for å fremme helse ved å få sterkere tilknytning til sosiale nettverk og tilhørende sosial støtte. På den andre siden øker også muligheten for enda mer helsefremmende aktivitet gjennom tilknytning til andre.

Gjennom å utføre felles aktiviteter i beitelaget dannes det gjensidige relasjoner og medlemmene får antakeligvis en opplevelse av å tilhøre noe større (Wilcock & Hocking, 2015). Beitelaget kan forstås som et sosialt nettverk; en møteplass for sosiale relasjoner og samhandling. Gjennom planleggingsmøter, muntlig og skriftlig kommunikasjon og praktiske gjøre mål utveksles det både følelsesmessig og praktisk støtte i form av råd og hjelp. Slike sosiale nettverk kan styrke både den enkeltes ressurser og beitelaget som gruppe sin evne til å mestre utfordringer i hverdagen. Beitelaget som sosialt nettverk har vokst frem som en konsekvens av samhandling over lang tid. Mange lag har eksistert som en ressurs og organisasjon siden 1960/70-tallet.

Ved sosial samhandling skjer det en form for interaksjon gjennom kommunikasjon partene imellom. Dette behøver ikke nødvendigvis å utgjøre en gjensidighet i form av likeverd, men kan heller representere en utveksling av verdier gjennom kommunikasjon, både med og uten bruk av ord. Samtalene med beitelagsledere forteller om slike verdier, gjennom utsagn som «Vi er alle fullt klar over at vi er gjensidig avhengige av hverandre. Holdningen er at vi hjelper hverandre uansett» og «Det er ikke mine sauer før de er hjemme på tunet. I fjellet er sauene et fellesansvar». Ved å være sammen om felles aktiviteter bygger beitelaget såkalt sosial kapital som kan forstås som det å ha tilgang til ulike former for uformell hjelp og sosial støtte (Fyrand, 2005).

## Oppsummering

I denne artikkelen har jeg sett på om gjøre målene i beitelagene kan være bra for sauebøndernes helse og trivsel, og i så fall på hvilken måte? Til tross for mye slit, så forteller likevel sauebønderne at sauesanking og tilsyn oppleves som aktiviteter som gir mening, glede, sosialt samvær og tilhørighet. Gjøre målene og det sosiale fellesskapet ser ut for å romme både det å gjøre noe, å være noe eller noen og samtidig gi tilhørighet til andre. Ifølge teori fra disiplinen folkehelsevitenskap så er det syntesen eller sammenstillingen av disse elementene og særlig samspillet mellom gjøre målene og det sosiale, som har positiv betydning for helse og livskvalitet. Kanskje kan vi si at helheten av alle felles gjøre mål og aktiviteter er det som kan bidra til bedre helse og livskvalitet. Denne helheten utgjør noe mer enn bare summen av enkelt delene.

---

Kanskje kan det å ta vare på og styrke samholdet innad i beitelagene også være en strategi for å svare på de store samfunnsmessige endringene som beitebrukerne møter i den norske utmarken, knyttet til blant annet hyttebygging, kraft- og industriutvikling, kommersialisering av jakt og andre fritidsaktiviteter. Mange av disse nye brukerne er ressurssterke aktører og har tunge organisasjoner i ryggen. Å møte disse utfordringene og aktørene som enkeltbonde kan bli for krevende. Et godt organisert beitelag med sterkt samhold kan være avgjørende for å holde ut den sosiale slitasten som den nye bruken av utmarken kan innebære.

## Takk

Takk til forsker og bygdesosiolog Bjørn Egil Flø i NIBIO som i forskningsprosjektet «Mot ei framtid for utmarksbeitet – om reglar, normer og samarbeid i utmarkas beiteområder» gjorde det mulig å skrive denne artikkelen. Forskningsprosjekt ble finansiert av Forskningsmidlene for jordbruk og matindustri (FFL/JA), Småbrukerlaget, Bondelaget, Norsk Sau og Geit, Statskog representert ved Fjellstyresambandet, TYR og Animalia. Takk til Bjørn Egil for gjennomlesning og forbedring av manuset.

## Referanser

- Aartsen, M., Veenstra, M. & Hansen, T. (2017). Social pathways to health: On the mediating role of the social network in the relation between socio-economic position and health. (Sosiale veier til helse: sosiale nettverks rolle i sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og helse). *SSM – Population Health*, Volume 3, 2017, Pages 419-426, ISSN 2352-8273 <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2017.05.006>
- Flaten, O. (2017). Factors affecting exit intentions in Norwegian sheep farms. *Small Ruminant Research* Volume 150, May 2017, Pages 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.smallrumres.2017.02.020>
- Fyrand, L. (2005). Relevante teorier for å forstå og analysere sosiale nettverk. I: *Sosialt Nettverk. Teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Hofstad, E. (2021). Ensomhet er den glemte risikofaktoren. *Tidsskrift Sykepleien*. Publisert 2. september 2019. <https://sykepleien.no/2021/09/ensomhet-er-den-glemte-risikofaktoren>
- Jiang, L., Cheskin, L. J., Frankenfield, C. L., Rana, Z. H. & de Jonge, L. (2023). Loneliness is associated with unhealthy dietary behaviors and physical inactivity among US college students. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2141060>
- Lindahl-Jacobsen, L., & Jessen-Winge, C. (2017). Meningsfulde aktiviteters betydning for sundhed og velvære. I: *Nordisk Aktivitetsvidenskab*, s 61-76. København; Munksgaard.
- Logstein, B. (2016). Farm-Related Concerns and Mental Health Status Among Norwegian Farmers. *Journal of Agromedicine*, 21(4), 316–326. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2016.1211055>
- Logstein, B., & Almaas, H. E. (2019). Mental helse blant unge bønder. Trondheim: Ruralis – Institutt for rural- og regionalforskning 2019 49 s. Rapport Norsk senter for bygdeforskning (11/19). <https://hdl.handle.net/11250/3013454>
- Melberg K. (2003). Farming, stress and psychological well-being: the case of Norwegian farm spouses. *Sociol Ruralis*. 2003;43:56–76. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1467-9523.00229>
- Riise, T., Moen, B. E., & Nortvedt, M. W. (2003). Occupation, lifestyle factors and health-related quality of life: The Hordaland Health Study. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 45(3), 324–332. <https://doi.org/10.1097/01.jom.0000052965.43131.c3>
- Wilcock A. A., & Hocking, C. (2015). Occupations. Belonging through doing. *An Occupational Perspective of Health*. 3rd ed. Thorofare: SLACK Incorporated.