https://www.forskningsdagene.no/nyheter/alltid-krangling-farmen/

Derfor blir det «alltid» krangling på Farmen

«Bitch, hør her»: Det er faktisk ikke så vanskelig å legge til rette for at folk skal fly i tottene på hverandre. Men reality-fenomenet gir ingen grunn til å bli pessimist på menneskehetens vegne, sier både sosialpsykolog og medieforsker.

AV SIMEN FAABERG/NEWSLAB | PUBLISERT 8. JUL. 2021 | OPPDATERT 31. AUG. 2022



Deltagerne i Farmen kjendis 2021. Foto: TV2

En sesong med Farmen, Paradise Hotel eller Ex on The Beach kommer nærmest med en garanti for utveksling av kraftsalver og ukvemsord.

For en kritisk seer er det lett å konkludere med at reality-TV forfekter et dystert menneskesyn: Fjern hverdagens struktur og komfort, legg til en lovnad om mulig berømmelse og rikdom, og folk vil gå løs på hverandre som gribber raskere enn du kan si «dialogbasert konflikthåndtering».

Heldigvis er det forskjell på reality-TV og «det virkelig liv».

Gry Cecilie Rustad ved Universitetet i Bergen forsker blant annet på virkemiddelbruk i reality-TV.

– Vi vet jo at mye av grunnen til all kranglingen ligger i castingen. De er veldig flinke til å rekruttere ulike typer som kommer til å innta ulike roller og skape gnisninger mellom hverandre.

Det forklarer medieforsker Gry Cecilie Rustad ved Universitetet i Bergen, som blant annet forsker på virkemiddelbruk i reality-TV. Hun snakker gjerne om hvorfor produsentene legger seg i selen for å skape litt dårlig stemning – det skal vi komme tilbake til.

I mellomtiden: Er alle reality-konfliktene bare produkt av produsentens manipulasjon, eller er det fnugg av innsikt om mennesket å hente der? Mons Bendixen, professor i sosialpsykologi ved NTNU, vedgår at selv om det som foregår på skjermen ikke er representativt for det virkelige liv, kan man bruke det som utgangspunkt for å diskutere ulike aspekter ved vår natur.

– Evolusjonsmessig er vi mer tilbøyelig til samarbeid enn konflikt. Det er nøkkelen til at vi har lykkes som art. Men det som skjer i reality-programmer er at de har på plass en del elementer som øker sannsynligheten for at skyggesidene som evolusjonen har gitt oss kommer fram, sier han.

Ressursknapphet og snyltefrykt

Bendixen forsker mye på konflikt, aggresjon og antisosial adferd mellom individer. Han er også evolusjonspsykolog, og bruker vår arts historie for å finne forklaringer på hvorfor vi gjør som vi gjør. Når vi inviterer ham til å gjøre en kjapp evolusjonspsykologisk analyse av reality-krangling, peker han på tre menneskelige evolverte tilbøyeligheter som produsentene vet å trykke på.

– Vi mennesker klarer oftest å komme godt overens og jobbe mot felles mål. Vår overlevelse har gjennom tusener av generasjoner vært uløselig knyttet til et liv i grupper. Men i reality-programmer som Farmen og Paradise Hotel er belønningen individuell – det er som regel bare én vinner. Det undergraver vår naturlige disposisjon for samarbeid og tillit, siden én blir stående igjen som vinner og resten tapere. Når det er slik ressursknapphet uten mulighet for å dele blir det ofte konflikt om disse ressursene.

Mons Bendixen er professor ved NTNU og forsker på konflikt og antisosial adferd mellom individer.
Og selv når det legges opp til samarbeid – for eksempel når deltagerne må løse oppgaver gruppevis – må deltagerne jobbe i oppoverbakke for å bygge tillit og samhold innad i

gruppen. For selv om vi er naturlig tilbøyelige til å jobbe sammen for å nå et mål, er vi hypersensitive for unnasluntring og snyltere.

– Det har vi sett gang på gang i psykologiske studier. Når en gruppe får en oppgave vil de som bidrar minst bli identifisert og sanksjonert veldig raskt. Vi er rett og slett veldig innstilt på å passe på at alle bidrar, forklarer Bendixen.

– Men samtidig er vi ikke så opptatt av å legge merke til hvem som jobber hardest for gruppen, legger han til.

Han forklarer det slik: Opp gjennom vår evolusjonshistorie har det vært en enorm fordel hvis flere går sammen og setter til side kortsiktig personlig vinning til fordel for å hjelpe hverandre, men bare dersom alle er med. Hvis snyltere får lov å nyte godt av andres innsats uten å bidra selv, vil det svekke gruppen. For å kompensere for denne risikoen er det gjennom seleksjon utviklet mentale mekanismer som registrerer om alle drar sin del av lasset – og å reagere veldig negativt om det ser ut som om noen sluntrer unna.

Det vil kunne slå ekstra sterkt ut på programmer som Farmen, tror Bendixen.

– Så jeg vil tro at dette kan være kimen til konflikt i reality-programmer der man iblant må samarbeide. Man er under press, det er knappe ressurser og ens egen framdrift avhenger av andres innsats. Da vil man bli ekstra vàr på de andre, og vil si veldig tydelig i fra.

Intraseksuell konflikt

Men: langt fra alle konfliktfylte reality-programmer er konkurranser. Kan man for eksempel finne en evolusjonær forklaring på Melina Johnsons skrekkelige «Bitch, hør her»-tirade i Ex on The Beach, der hun kaller en meddeltaker både feit, bleik og stygg?

– Når du samler unge, attraktive deltagere på den måten skaper du en ypperlig arena for intraseksuell konkurranse, altså det som er konkurranse mellom individer av samme kjønn for å tiltrekke seg partner. Da vil vi forvente å se forsøk på øke sin attraktivitet som partner ved å benytte taktikker for å rakke ned på konkurrenter, men også gjennom ulike selvpromoterende taktikker, som å vise fram kroppen sin og lignende.

Han understreker dog at dette ikke er noe deltakerne går rundt og tenker på.

– Det er viktig å påpeke at denne adferden ikke på noen måte er bevisste taktikker. Det som driver det hele, er ubevisste mekanismer for seksuell konkurranse som resulterer i selvpromotering og nedrakking som har utviklet seg over mange tusen generasjoner, sier han.

Skriking er ut, hygge er in

Forholdene ligger altså godt til rette for at det skal bli litt dårlig stemning på reality-TV. Men hvor ligger egentlig appellen i disse verbale kræsjene?

– Vi er helt klart tiltrukket av drama. Tradisjonelle serier har jo ofte vært bygget opp rundt ulike konflikter, sier medieforsker Rustad.

– Sånn sett er reality-serier bare en måte å få til like mye drama og konflikt på mye mindre budsjett. Framveksten av realityprogrammer på 2000-tallet tok på mange måter tatt over for tradisjonelle såpeserier. De fyller mye av den samme funksjonen, men er rimeligere å lage, forklarer hun.

Men der appellen til tidlige reality-programmer har ligget i krangling og utblåsninger, har sjangeren endret seg mye de siste årene.

– Det som er spennende nå er at de desidert mest populære reality-programmene, sånn som Mesternes Mester og Kompani Lauritzen, ikke har krangling i det hele tatt. Der gjør de jo et poeng ut av at alle er kjempegode venner. Vi ser også utviklingen innad i serier. For eksempel er den amerikanske utgaven av Top Chef mye snillere nå enn det den var for noen år siden, sier Rustad.

– Ikke for å bli for spekulativ, men det handler kanskje om at verden har endret seg. Da reality-sjangeren vokste fram var det veldig få som hadde følelsen at verden går under som man kanskje opplever i dag. Så da har man kanskje ikke så lyst til å se på folk skrike på hverandre.

Allikevel påpeker Rustad at konflikt også er en sentral del av selv de «snille» reality-programmene.

– I Kompani Lauritzen er det konflikt mellom mennesket og seg selv, for å se hvor langt man klarer å pushe seg. I Mesternes Mester har vi jo konflikt i form av konkurranse, men i mer ryddig form. Så konflikten er der, den har bare endret form, sier hun, og legger til:

– Derfor tror jeg de «kranglete» programmene blir mer og mer nisje. Kanskje de til og med må bli mer ekstreme for å holde på publikum, avslutter hun.

Les flere nyheter

→ Alle nyhetene



● 5. OKT. 2026

Årets beste forskningsformidler er kåret!

Torsdag 24. september vant Victoria Vinje-Jakobsen årets nasjonale finale i grand prix for forskere. Vinneren er forsker ved Institutt for klinisk medisin ved universitetet i Oslo, og forsker på kreftbehandling som skader hjertet.



● 16. SEP. 2026

Hvordan kan noe som er gøy og gratis styrke Norges motstandskraft?

Under Forskningsdagene møter rundt 1000 forskere barn, ungdom og voksne over hele landet. De åpner laboratorier, besøker skoler, står på forskningstorg, deltar i debatter, svarer på spørsmål og forteller om forskningen sin på nye og kreative måter. Slik viser de hvordan uavhengig og etterprøvbar forskning blir til og bidrar til å styrke kritisk tenkning og tillit til forskning.

Meldinger ved utskriftstidspunkt 4. november 2026, kl. 22.57 CET

> Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.