

# **Kvinnors utbrändhet utifrån ett genusperspektiv**

**En diskursanalys på tre självhjälpböcker som tar upp och diskuterar kvinnors utbrändhet i arbetslivet...**

**Socialhögskolan vid Lunds universitet**

**SOPA63**

**VT 2009**

**Författare:** Elin Skimutis

**Handledare:** Alexandru Panican

## **Abstract**

In this studie I looked deep into help-to-self-help books that treat the subject; women's burnout in working life. Through discourse analysis I tried to discover different discourses and patterns in the writers texts. My purpose with this study was to try to understand how writers to help-to-self-help books describes women in relation to women's burnout in working life from a gender perspective. To do so it was necessary for me to use discourse analysis to be able to go behind the actual writing and look for unspoken but still shown discourses and patterns. The most important results from this study was my discovery that the writers, who intend to help women who are burned out in working life with their books, tried to make the women to fit into gender structures that suppresses them. In that way the help-to-self-help-books established instead of released gender structures in society. The result showed that also women in society, women who were writers, were a part of the reproduction of structures that in the same way suppresses them.

**Keywords:** Women's burnout, gender structure, discourse, "good girl"

**Nyckelord:** Kvinnors utbrändhet, genusystem, diskurs, "duktiga flicka"

# Innehållsförteckning

<b>Förord.....</b>	<b>1</b>
<b>1 Inledning.....</b>	<b>2</b>
1.1 Bakgrund.....	2
1.2 Kvinnors psykiska ohälsa.....	3
1.3 En avgränsning; kvinnors utbrändhet i arbetslivet.....	4
1.4 Syfte.....	5
1.4.1 Frågeställning.....	6
1.5 Socialkonstruktivistisk forskningsansats.....	6
1.6 Varför diskursanalys.....	6
1.6.1 Diskursanalytiska utgångspunkter.....	7
1.6.2 Språket – en dynamisk handling inte kalla fakta.....	8
1.6.3 Olika sorter av material.....	9
1.6.4 Tillvägagångssätt.....	9
1.7 Etiska överväganden.....	10
<b>2 Avhandling.....</b>	<b>11</b>
2.1 Tidigare forskning.....	11
2.1.1 Kunskapsluckor i forskning om kvinnors utbrändhet i arbetslivet.....	11
2.2 Teoretiska utgångspunkter – ett genusperspektiv.....	13
2.2.1 Genussystemet och patriarkala strukturer.....	13
2.2.2 ”Kvinnligt” och ”manligt”.....	13
2.2.3 Man är norm.....	14

2.2.4 Vi fortsätter att göra genus.....	14
2.2.5 Genussystemet och arbetslivet.....	14
<b>3 Resultat och analys.....</b>	<b>15</b>
3.1 Resumé av böckerna.....	15
3.2 Urval – motivera utvalda böcker.....	16
<b>3.3 Diskursanalys utifrån frågeställningen; Hur framställer författarna kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet?.....</b>	<b>17</b>
3.3.1 Bok 1 - Så ung? Och så duktig! 10 berättelser om att räcka till.....	17
3.3.2 Bok 2 - Diagnos: Duktig. Handbok för överambitiösa tjejer och alla andra som borde bry sig.....	21
3.3.3 Bok 3 - Duktighetssyndromet. Därför går allt fler kvinnor går in i väggen.....	25
3.4 Avslutande slutsatser.....	30
<b>4 Diskussion.....</b>	<b>31</b>
4.1 En återkoppling.....	31
<b>5 Referenser.....</b>	<b>33</b>
5.1 Litteratur.....	33
5.2 Övriga källor.....	35
5.2.1 Internetadresser.....	35

## **Förord**

I detta arbete med denna studie har jag fått stöd och hjälp av många personer i min omgivning. Jag vill ge ett stort tack till min handledare Alexandru Panican som med outtömligt tålamod har följt mig i mitt arbete och gett mig handledning igenom uppsatsens alla delar. Jag vill även tacka min familj och mina nära och kära som har gett mig ovärderligt stöd i denna arbetsprocess. Med hjälp av er kärlek och ert stöd har denna studie äntligen slutförts.

Tack

// Elin

# 1 Inledning

## 1.1 Bakgrund

Vårterminen 2006 gjorde jag min socionompraktik inom allmänpsykiatri i Malmö. Vid flera tillfällen i fikarummet pratades och diskuterades det om kvinnors psykiska ohälsa bland personalen. Det var en återkommande diskussion som verkade skapa känslor av både uppgivenhet och engagemang. Utifrån mina okunskaper om ämnet vågade jag dock själv inte delta i diskussionerna men ett intresse hos mig växte sig stort. I min efterforskning om kvinnors psykiska ohälsa öppnade sig ett hav av böcker, artiklar och information för mig och jag beslöt mig för att dyka in i detta och göra en studie.

Då denna studie omfattas av den samhällsvetenskapliga forskningen finns det fler än ett sätt att forska om kvinnors psykiska ohälsa (Bergström & Boréus, 2005). Ofta finns det ett specifikt teoretiskt intresse för språk och texter vilket till viss del bottnar i att vårt moderna samhälle är ett "informationssamhälle". Textens innebörd är mångfaldig och kan relateras till människor, olika grupper av människor och både medvetna och omedvetna föreställningar hos människorna som producerar texterna. Texter kan även användas för att komma åt relationer mellan människor och grupper som finns i samhället, vilket ligger utanför texterna. På så sätt speglar, reproducerar och ifrågasätter texter. Böcker, filmer och texter produceras i oändliga mängder och är ett resultat av att författare, regissörer och många andra vill förmedla något till resten av samhället. Då detta läses av en mottagare får de konsekvenser för vad vi människor tänker och gör. Att studera texter är på så sätt ytterst relevant för den samhällsvetenskapligt inriktade forskaren samtidigt som det är ett val bland många för samhällsvetenskapliga undersökningar (a.a.). Därmed landar min studie på att undersöka texter. Fortsättningsvis kommer jag att redovisa statistik på kvinnors psykiska ohälsa, göra några nödvändiga avgränsningar för att möjliggöra studien och faktiskt komma fram till vad det är jag avser att undersöka.

## 1.2 Kvinnors psykiska ohälsa

Utifrån statistik från folkhälsoinstitutet som bygger på nationella folkhälsoenkäter mår kvinnor väsentligt sämre än män genom att vara mer stressade, känna större ångslan, oro och ångest (Folkhälsoinstitutet, 2006; 2007). Fortsatt läsning i forskning om kvinnors psykiska ohälsa bekräftar att kvinnor verkar må allmänt sämre än män och att ohälsotalen ökar i Sverige (Jeanneau, 2003). Ytterligare statistik från Socialstyrelsens folkhälsorapport år 2005 påvisade att psykisk ohälsa är ett av Sveriges stora folkhälsoproblem och att gruppen kvinnor känner mer stress, ångest, oro och har oftare sömnstörningar jämfört med andra grupper i samhället (Socialstyrelsen, 2005). Utifrån denna datainsamling verkar det nästintill som att jag utifrån mitt kön som kvinna löper större risk än män för att drabbas av psykisk ohälsa. Därför är det viktigt att uppmärksamma kvinnors psykiska ohälsa då kvinnor är mer drabbade av detta och även ställa sig frågan varför kvinnor mår sämre än män (SOU, 2006:8).

Inom det sociala arbetet är det väsentligt att kunna se olika fenomen i samhället utifrån olika perspektiv som till exempel utifrån ett samhällsvetenskapligt perspektiv. Att se kvinnors psykiska ohälsa ur ett samhällsvetenskapligt perspektiv speglar vad samhället spelar för roll i förhållande till ämnet. Socialt arbete handlar även om att medvetandegöra sociala orättvisor i samhället för att möjliggöra sociala förändringar. Genom att belysa olika fenomen ur ett samhällsvetenskapligt perspektiv belyses även sociala orättvisor (Meeuwisse, Sunesson & Swärd, 2006). Utifrån det faktum att kvinnors psykiska ohälsa är ett så pass omfattande fenomen i samhället att det utgör ett folkhälsoproblem krävs det således även en förändring (Socialstyrelsen, 2005; SOU, 2006:8) Därmed önskar jag undersöka kvinnors psykiska ohälsa sett utifrån ett samhällsvetenskapligt perspektiv.

Begreppet jämställdhet bildades 1972 för att skapa rättvisa mellan kvinnor och män. En tanke bakom jämställdhetsarbetet var att sänka ohälsotalen och sjukskrivningarna i samhället då ett mer jämställt samhälle skulle kunna bidra till detta (SOU, 2006:8). Genusteoretikern Yvonne Hirdman (2001) menar att om vi i samhället skulle acceptera den samhälleliga patriarkala strukturen, som handlar om att kvinnor befinner sig i en underordnad social position i förhållande till män, skulle vi förstå hur svårt det är att förändra orättvisa maktförhållanden mellan kvinnor och män. Detta accepterande av rådande samhälleliga strukturer skulle även vara ett framsteg som inget jämställdhetsarbete kan vara utan (a.a.). Därmed föreslår svensk forskning om kvinnors psykiska ohälsa hur genusorienterad forskning skulle kunna undersöka det kvinnospecifika i psykisk ohälsa

då epidemiologiska undersökningar visar att det finns könsrelaterade skillnader i hur kvinnor och män drabbas av det (Jeanneau, 2003). Även statens offentliga utredningar efterfrågar ett genusperspektiv i sin forskning om psykisk ohälsa. Flera institutioner och forskarsamhällen delar därmed samma uppfattning som Hirdman att ett genusperspektiv är nödvändigt i forskning om kvinnors psykiska ohälsa samt att en ökad jämställdhet i samhället skulle kunna påverka kvinnors psykiska hälsa positivt (Jeanneau, 2003; SOU, 2006:8.).

Detta innebär även att det samhällsvetenskapliga perspektivet, vilket jag utgår ifrån i min studie om kvinnors psykiska ohälsa, bör utgöras av ett genusperspektiv. Då Hirdmans genusteoretiska resonemang om genussystemet problematiserar kvinnor och män i samhället utifrån ett omfattande kön- och maktperspektiv kan hennes genusvetenskapliga tankar och funderingar lyfta diskussionen om kvinnors psykiska ohälsa till en samhällsvetenskaplig nivå (Hirdman, 1988; 2001). Hirdmans genusteoretiska teorier utgör således ett genusperspektiv i denna studie. Jag kommer att gå djupare in på vad jag menar med genusperspektiv i teoriavsnittet.

### **1.3 En avgränsning; kvinnors utbrändhet i arbetslivet**

Jag har valt att avgränsa min studie om kvinnors psykiska ohälsa till att undersöka kvinnors psykiska ohälsa i arbetslivet eftersom att det finns en direkt koppling mellan detta och den psykiska ohälsa jag redan har redovisat. Vidare påvisar folkhälsoinstitutet i sina årliga folkhälsorapporter att kvinnor är mer utsatta för utbrändhet i arbetslivet jämfört med män, vilket leder in mig på ytterligare en avgränsning i denna studie; att undersöka kvinnors utbrändhet i arbetslivet (SOU, 2006:8; Folkhälsoinstitutet, 2006; 2007). Begreppet utbrändhet har således en direkt koppling till kvinnors psykiska ohälsa i arbetslivet och handlar om stressframkallande sjukdomstillstånd i arbetslivet, vilket gör begreppet relevant för mig att använda mig i denna studie. Utbrändhet är den svenska översättningen av det amerikanska ordet ”burnout”. Det kan definieras på följande sätt; ett långvarigt, negativt arbetsrelaterat sinnestillstånd som karakteriseras av att personen upplever utmattnings, olust, nedsatt kapacitet samt utvecklar negativa och destruktiva attityder och beteenden i arbetslivet. Det sker en kollision mellan personens ideal och verklighet angående yrkesroller och roller som har att göra med familjelivet och privatlivet vilket är oerhört stressframkallande (Shaufeli & Enzmann, 1998).



I takt med att sjukdomstillståndet kvinnors utbrändhet i arbetslivet har uppmärksammats både i media och i offentlig statistik har det skrivits en hel del om fenomenet i allmänhet. I början på 2000-talet kom det flera skönlitterära böcker och forskningsstudier i populärversion som behandlar ämnet kvinnors utbrändhet i arbetslivet ([www.dn.se](http://www.dn.se)). Söker du på litteratur om ämnet i studentbibliotekens kataloger hittar du många böcker där författarna är kvinnor som riktar sig till kvinnor. De så kallade självhjälpsböckerna fångade mitt intresse och utgör mitt urval av böcker och därmed texter som behandlar kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Det finns ett fåtal självhjälpsböcker som uppfyller mina kriterier för mitt urval och därmed är mina utvalda självhjälpsböcker tre av ett fåtal. Jag går vidare in på kriterier för urval i resultat och analysdelen. Självhjälpsboken bygger på den enkla principen att då läsaren läser självhjälpsboken hjälper läsaren sig själv. Självhjälpsböcker om kvinnors utbrändhet i arbetslivet är utformade på nästintill samma sätt. Nämligen författarnas utsagor, som delvis bygger på utsagor från olika yrkeskårer, och författarnas utsagor från intervjuer med kvinnor som är i riskzonen för att bli, som har varit eller som är utbrända.

Texterna i dessa självhjälpsböcker skulle kunna avse att göra något med läsaren. Om så är fallet får det konsekvenser för hur läsaren tänker och gör (Bergström & Boréus, 2005). Om vi antar att en hel del kvinnor läser dessa självhjälpsböcker och tar till sig av deras budskap blir självhjälpsböckernas innehåll, det vill säga deras texter, intressanta att undersöka. Vilka budskap och "sanningar" om könets betydelse i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet sprider dessa självhjälpsböcker? Hur framställer författarna till självhjälpsböcker de intervjuade kvinnorna? Hur framställer författarna kvinnor vara i allmänhet? Detta leder fram till uppsatsens syfte och vad jag avser att försöka undersöka i denna studie.

## **1.4 Syfte**

Syftet med uppsatsen är att undersöka hur författare till självhjälpsböcker framställer kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet utifrån ett genusperspektiv. Undersökningen består av en diskursanalys på tre självhjälpsböcker som tar upp och diskuterar kvinnors utbrändhet i arbetslivet.

### 1.4.1 Frågeställning

Hur framställer författarna kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet?

#### Följdfrågor

- Vilka återkommande utsagor och teman om kvinnor är framträdande i böckerna?
- Hur framställs kvinnor vara i böckerna?
- Hur framställs de intervjuade kvinnorna vara i böckerna?

## 1.5 Socialkonstruktivistisk forskningsansats

Malcolm Payne är förespråkare för teorin socialkonstruktivism, även kallat för socialkonstruktionism, och han beskriver hur teorin hör hemma inom det sociala arbetet och i den professionella debatten om socialt arbete. Ett socialkonstruktionistiskt perspektiv kan liknas en förståelsemodell som försöker förstå varför människor reagerar som de gör i sociala relationer och i sociala sammanhang. Payne beskriver det sociala arbetet utifrån ett socialkonstruktionistiskt perspektiv; socialarbetaren och klienten konstruerar det sociala arbetet i ett tidensligt sammanhang med socialtjänsten. Dock återskapas inte det sociala arbetet varje gång socialarbetaren och klienten träffas då de existerar redan i en viss tid och på en viss plats. Detta betecknar Payne vara en process som kallas för sociala konstruktioner (Payne, 2002). Utifrån en socialkonstruktionistisk utgångspunkt är det samhälle vi lever i inte någonting självklart utan det är något som konstrueras och omförhandlas hela tiden (Sandberg, 2004). Detta socialkonstruktionistiska synsätt på vår verklighet och vårt samhälle är en gemensam samlingspunkt för olika angreppssätt inom diskursanalys, som är en textanalytisk inriktning (Alvesson & Skoldberg, 1994).

## 1.6 Varför diskursanalys

Diskursanalys handlar om att söka efter olika tolkningsmöjligheter om hur vår verkligen ser ut snarare än att nå en ultimat sanning om verkligheten. Därför behöver den diskursanalytiska forskaren backa några steg och ge perspektiv till det som annars verkar vara självklart för oss människor. Språket är en del av de ting som vi i samhället behandlar som självklart och naturligt. I själva verket avspeglar språket inte verkligheten utan framställer den i olika ljus. Genom

finns tendenser inom kvalitativ metod, vilket diskursanalys omfattas av, att överbetona samband mellan utsaga och underliggande meningar. Enligt diskursanalys tas variationerna och nyanserna i vad som uttrycks, inte på fullt allvar (Alvesson & Skoldberg, 1994). Att ta reda på språket och således textens nyanser innebär att fundera över det som sägs, hur det sägs, hur det skulle kunna sägas på andra sätt och framför allt vem som får tala (Winther Jørgensen & Phillips, 2000; Börjesson, 2003). Diskursanalys hanterar även maktfrågor inom den samhällsvetenskapliga forskningen genom att studera olika typer av ordningar i samhället, som till exempel könsmaktsordning (Bergström & Boréus, 2005).

Det diskursanalytiska arbetet kan därmed innebära att utforska och kartlägga maktförhållanden i samhället, berätta om normativa perspektiv och vad som anses vara "normalt" och "allmängiltigt" (Börjesson, 2003; Winther Jørgensen & Phillips, 2000). Genom Hirdmans genusteoretiska tankegångar om könsmaktsordning i samhället genomskådas vad som anses vara "normalt" och "allmängiltigt" om könets betydelse i samhället och således i arbetslivet. Detta utgör även en samhällskritik som kräver förändring (Hirdman, 1988). En gemensam utgångspunkt inom diskursanalys handlar om att en diskursanalytisk målsättning utgörs av samhällskritik, vilket kräver förändring (Börjesson, 2003; Winther Jørgensen & Phillips, 2000). Därmed verkar diskursanalysen vara en nödvändig metod för min studie. Språk, kön och makt hör nära samman, överlappar varandra och är signifikant för diskursanalysen, och således även för denna studie (Bergström & Boréus, 2005).

### **1.6.1 Diskursanalytiska utgångspunkter**

Det finns olika typer av tillvägagångssätt inom den diskursanalytiska skolan och en gemensam nämnare är som sagt den socialkonstruktionistiska utgångspunkten som binds ihop av fyra grundläggande filosofiska antaganden. Det första antagandet innebär att du som forskare har en kritisk inställning till det som anses vara "naturliga" och "självkla" kunskaper om världen. Det andra antagandet handlar om att världen alltid tolkas genom ett kulturellt och socialt perspektiv. Det tredje antagandet består av att vår syn på verkligheten är konstruerat och upprätthålls av sociala processer vilket innebär att våra kunskaper har ett samband med sociala processer. Det fjärde antagandet innebär att acceptera att en bestämd syn på världen leder till att det alltid kommer finnas "naturliga" handlingar och handlingar som inte är socialt acceptabla inom den bestämda världsåskådningen. På så sätt leder sociala konstruktioner av kunskaper till konkreta sociala

2003).

Diskursanalysens socialkonstruktionistiska utgångspunkt har dock ett inneboende problem som innebär att det är svårt att argumentera för att det forskaren själv producerar är objektivt och sant. Det synsätt som forskaren utgår ifrån i sin forskning, nämligen att världen består av sociala konstruktioner och att människans kunskaper och "sanningar" är producerade effekter av olika diskurser, ger frågeställningen hur forskaren ska förhålla sig till sitt eget studieobjekt och dess utfall (Winther Jörgensen & Phillips, 2000; Börjesson, 2003; Börjesson & Palmblad, 2007). Därmed är det nödvändigt att påminna läsarna av denna studie att jag som forskare är präglad av mina egna erfarenheter utifrån mitt kön som kvinna, min uppväxt och min omgivning. Dock betonar reflexiv tolkning och forskning såsom diskursanalys tolkning och reflektion inte bara i relation till studien utan även i förhållande till forskaren själv som en fruktbar utvecklingslinje för kvalitativ forskning. I detta sammanhang är det även viktigt att påpeka och acceptera att min representation av denna studie är en av flera möjliga (Alvesson & Sköldberg, 1994).

### **1.6.2 Språket - en dynamisk handling inte kalla fakta**

Genom att namnge saker, bilda grupperingar och kategorier bildar språket och således texter olika sammanhang som i sin tur konstruerar verkligheten. Det är också genom språket som diskurser avgränsar och utesluter verkligheten, samtidigt som diskursen representerar och frambringar verkligheten för oss genom sitt diskursiva öga. På så sätt är språket både konstruerat och konstruerande i sig själv och det betyder att diskurser representerar och framställer vår verklighet samtidigt som diskurser skapar verkligheten (Winther Jörgensen & Philips, 2000; Börjesson, 2003). Till detta riktas en kritik som består av att diskurser är en oacceptabel relativitet gentemot olika förståelser och tolkningar av vår verklighet. Exempelvis skulle förtryckande ideologier som fascism vara ett lika acceptabelt perspektiv på verkligheten som vilket annat perspektiv. Självklart är diskurser inte förtryckande och ond i "sin natur" utan det handlar om forskaren och forskarens medvetenhet om hur tillvaron kan återspeglas i olika perspektiv (Börjesson & Palmblad, 2007) Detta redovisar jag genom att beskriva diskursanalysens utgångspunkter och målsättningar under ovanstående rubriker (Alvesson & Sköldberg, 1994).

Inom diskursanalysen talas det om stora och små diskurser. De stora diskurserna förknippas med exempelvis Foucault och hans verk om "Vansinnets historia", feministisk kritik och kritisk

sammanhanget för det som ska studeras, det vill säga studieobjektet. Vidare vaskar forskaren fram mönster över tid och rum och söker efter diskursiva sammansättningar och förändringar i sin studie. Ofta finns det inslag av samhällskritik i stora diskurser, vars innebörd jag har nämnt tidigare i texten. De små diskurserna har intresse för hur man till exempel framställer verkligheten på en viss plats, på en viss ort och fokus är på den lokala produktionen av verkligheten. Stora och små diskurser har en gemensam syn på språket och den utgörs av betoningen på hur - frågor, kategorier och klassifikationer och att forskaren avstår från att söka efter bakomliggande konklusioner i det diskursanalytiska arbetet (a.a.). Således utgör min studie diskursanalys av stora diskurser då jag avser att undersöka hur kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet framställs i olika texter utifrån ett genusperspektiv (Hirdman, 1988).

### **1.6.3 Olika sorter av material**

Inom diskursanalysen har forskaren möjligheter att undersöka olika typer av material oavsett materialets anspråk på sanningshalt. Den diskursanalytiska forskaren behöver öppna upp för många olika sorters material istället för att behandla dem hierarkiskt och utifrån deras sociala status eftersom att olika material kan bearbetas med samma analytiska verktyg. Det väsentliga är att materialet gör anspråk på att säga något om verkligheten vare sig det exempelvis är en dagstidning eller en doktorsavhandling. (Börjesson & Palmblad, 2007; Börjesson, 2003). En annan viktig princip inom diskursanalys är att det inte är mängden utsagor och material som är intressant, utan fokus ligger på det närmare studiet av nyanser och variationer som finns i olika redogörelser, som till exempel texter i självhjälpböcker (Alvesson & Sköldberg, 1994).

### **1.6.4 Tillvägagångssätt**

Det finns ett moment i min diskursanalys som jag önskar gå närmare in på utifrån studiens reliabilitetskrav, det vill säga trovärdighet (Bergström & Sköldberg, 2005). Författarna till självhjälpböckerna tar hjälp av vad jag sammanfattar vara en så kallad expertpanel och den består av olika yrkeskårer såsom psykologer, konsulter, socionomer, företagschefer och karriärrådgivarcoacher. Expertpanelens funktion består framför allt av att underbygga och ge legitimitet åt författarnas utsagor och till viss del står expertpanelen inte i relation till författarna. Dock fungerar expertpanelen i första hand i författarnas tjänst. En annan anledning till att jag slår samman olika yrkeskårer till en expertpanel per bok beror på att de tar ungefär lika stort utrymme i de utvalda självhjälpböcker. Utifrån expertpanelens funktion och utrymme i texterna ser jag

har författarna valt att använda sig av utvalda expertpaneler för att nå ut med sina budskap till läsaren. För att ändå kunna urskilja utsagor från författarna och från expertpanelen har jag valt att namnsätta yrkestitel i källhänvisningarna i redovisade citat i diskursanalysen.

Mitt tillvägagångssätt i det diskursanalytiska arbetet består framför allt av att citera författarna och därmed även till viss del expertpanelen. Citaten varvar jag med författarnas diskursiva framställning av kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet. I slutet av varje diskurs kommer en sammanfattning som knyter an diskursen till ett genusperspektiv. Genom att jag konsekvent använder mig av citat och hänvisningar till dessa i diskursanalysen gynnas genomskinligheten i studien. Vidare genom att noga beskriva hur jag går tillväga för att nå mina resultat i diskursanalysen ökar möjligheten för god intersubjektivitet, vilket ökar möjligheten för andra forskare att nå samma resultat. Ett annat moment för det diskursanalytiska resultatet är att studiens utgångspunkt relateras till annan forskning inom respektive forskningsområde. Finns det ingen relevant forskning på grund av kunskapsluckor eller brister inom relevant forskningsområde bör detta påpekas. Detta moment går att följa upp i diskussionen av studien (Bergström & Boréus, 2005).

## **1.7 Etiska överväganden**

Jag har valt att undersöka och granska redan skrivet material och därmed handlar etiska överväganden framför allt om författarna till litteraturen. Mitt material består av publicerad litteratur och är offentligt material vilket innebär att namnutgivelser i uppsatsen kräver mindre etiska överväganden. Jag namnger författarna och ser inget direkt oetiskt med detta då det som sagt är offentligt material som dessutom är till för att spridas (Bergström & Boréus, 2005). I en del av materialet är identiteten på olika personer utgivna och utifrån att deras identitet inte har någon relevans för studiens resultat och diskussion har jag av etiska skäl valt att inte ge ut dessa namn i uppsatsen. Istället för personernas namn utsätter jag ett X.

## **2.1 Tidigare forskning**

Forskningsområdet kvinnors utbrändhet i arbetslivet och kvinnors ohälsa överlag sett utifrån ett genusperspektiv har kunskapsluckor och därför har det varit svårt att hitta tidigare forskning om ämnet (Jeanneau, 2003; Nilsson, 1998; Östlin et al, 1996). För att kunna hitta någon relevant tidigare forskning har jag tagit mig friheten att utvidga min forskningsöversikt och jag har tittat på kvinnors psykiska och fysiska hälsa och ohälsa sett utifrån ett genusvetenskapligt orienterat perspektiv.

### **2.1.1 Kunskapsluckor i forskning om kvinnors utbrändhet i arbetslivet**

#### **Bidrag 1**

Utifrån internationell forskning finns det tydliga samband mellan kvinnors ohälsa och samhällliga strukturer (Jeanneau, 2003). Ett exempel på en sådan samhälllig struktur är patriarkatet som hämmar kvinnors utveckling och egenmakt. Inom den genusvetenskapliga disciplinen är det även konstaterat att det finns samband mellan ett socialkonstruktionistiskt perspektiv och kvinnors psykiska ohälsa. Det innebär att man belyser sociala processer och sociala strukturer i det samhälle som kvinnor lever i och utgår ifrån dessa faktorer för att försöka förstå orsaken till bland annat kvinnors psykiska ohälsa. Inom det svenska forskarsamhället har man kommit fram till att det finns lite bedriven forskning om psykisk ohälsa från de genusteoretiska institutionerna i Sverige. Det saknas aktuella svenska studier och undersökningar om skeva samhällsstrukturer såsom patriarkatet och hur dessa påverkar kvinnors psykiska ohälsa (a.a.).

#### **Bidrag 2**

I slutet på 1990 talet utkom det en antologi om kön och ohälsa som bland annat behandlar en sociokulturell förklaringsmodell om könsskillnader i ohälsan (Östlin et al, 1996). Denna antologi tar avstamp från folkhälsoforskningen och inom denna disciplin anses det vara viktigt att studera skillnader i framför allt hälsa utifrån könstillhörighet och ur ett genusteoretiskt perspektiv. Det konstateras att ju större jämställdhet som råder mellan kvinnor och män desto bättre livsvillkor får de, vilket leder till ökad hälsa. Den sociokulturella modellen handlar bland annat om att det finns könsskillnader mellan kvinnor och män angående hälsorelaterade beteenden, livssituationer och livsvillkor i framför allt arbetslivet och i familjelivet vilket gör skillnad på kvinnor och mäns hälsa.

påvisas det i form av sämre status och sämre lön jämfört med män. De arbetsrelaterade nackdelarna inkluderar även den rådande könssegregeringen på arbetsmarknaden som innebär att kvinnor har andra arbeten än män och att kvinnor har andra möjligheter att göra karriär. Detta utgör bokens fortsatta diskussion om arbetsrelaterad ohälsa hos kvinnor, och hos män. En slutsats som klargörs i antologin är att om fler kvinnor vägrar ställa upp på att vara underordnade männen, till exempel genom att kräva lika lön och lika makt i arbetslivet, skulle ekonomin och politiken i samhället hjälpa kvinnor till en bättre livssituation och därmed en bättre hälsa (a.a.).

### **Bidrag 3**

Ett komplement till redan presenterad forskning består av en rapport från Socialstyrelsen från 2003 som behandlar utmattningssyndrom och stressrelaterad psykisk ohälsa. Rapporten hade som syfte att kartlägga forskning om utmattningssyndrom och utbrändhet och att hitta slutsatser angående diagnoskriterier, sjukdomsförlopp, behandling, rehabilitering och prevention. I rapporten klargörs det att arbetsrelaterad stress som leder till psykisk ohälsa i form av utbrändhet har blivit ett stort samhällsproblem. På grund av detta faktum pågår det diskussioner om orsakerna till den kraftiga ökningen av sjukskrivningar, som beror på utbrändhet. Diskussionerna handlar dels om att det har skett stora förändringar på arbetsmarknaden såsom neddragningar och omorganiseringar de senaste 20 åren vilket kan ha ökat arbetsbördan för den enskilde i arbetslivet. Dels har det skett en förändring i hur vi prioriterar arbete och fritid i dagens samhälle. Dessutom påverkar olika samhällsliga förändringar människors livsvillkor och den informativa tätheten ökar i samhället. I rapporten framkommer det att de personer som har blivit sjukskrivna på grund av utbrändhet ofta kan beskrivas som lojala och hårt arbetande personer som anses vara värdefulla arbetstagare på sina arbetsplatser. Det läggs även fram att de som drabbas av denna arbetsrelaterade ohälsa ofta är människor som arbetar och har mycket kontakt med människor i sitt arbete till exempel inom vård, skola och omsorg. Genom rapporten upptäckts det vetenskapligt grundade kunskapsluckor i området utbrändhet. Det framkommer en önskan om att fylla detta forskningsbehov då så pass många som 80 procent av alla långtidssjukskrivna har mer eller mindre stressrelaterade problem (Socialstyrelsen, 2003).



På 1980 talet stiftade Yvonne Hirdman (2001) begreppet genus i Sverige som handlar om att kunna se människan bortom hennes kön och kropp. Syftet med genusbegreppet var att synliggöra det som tas för givet om hur vi samhällsmedborgare formas till kön, till kvinnor och män. Genus kan således användas för att synliggöra rådande styrande samhällsliga mönster som håller oss fast i någonting vi inte vill, menar Hirdman (a.a.). I en banbrytande rapport om det som hon kallar för genussystemet utvecklar hon dessa tankar och försöker förstå hur det kommer sig att kvinnor är socialt underordnade män. Hon beskriver två grundläggande principer till genussystemet (i) isärhållandet av det ”kvinnliga” och det ”manliga” vilket möjliggör (ii) hierarkin om mannen som norm, vilket kvinnan anpassar sig efter (Hirdman, 1988).

### **2.2.1 Genussystemet och patriarkala strukturer**

Begreppet genus utgör således inledningen till Hirdmans resonemang om genussystemet som bygger på en könsmaktsordning mellan män och kvinnor. Vi lever i ett patriarkalt samhälle som bygger på patriarkala strukturer (Hirdman, 1988; 2001). Innan jag går djupare in på Hirdmans resonemang om genussystemet är det viktigt att påpeka att detta inte är någon objektiv sanning i förhållande till verkligheten. Det finns kritik för Hirdmans genusteoretiska resonemang. Hur grundläggande genussystemet är i dagens samhälle är en frågeställning och kritik som ställs av andra genusteoretiker inom disciplinen som sådan (Östlin et al, 1996).

### **2.2.2 ”Kvinnligt” & ”manligt”**

Den första principen inom genussystemet är således isärhållandet av det som kallas för ”kvinnligt” och ”manligt”. Själva isärhållandet kallar Hirdman för en maktstrategi inom genussystemet, som bygger på maktförhållanden mellan könen. Maktstrategier beskriver hon vara fundamentala känslor hos oss människor som leder till potentiella handlingsmönster för kvinnor och män. Exempel på sådana fundamentala känslor är längtan till frihet och längtan till symbios. Mannen tillskrivs frihetslängtan och förväntas expandera sin ”manliga frihet” medan kvinnan tillfördelas symbioslängtan som är sammankopplad med bland annat barnafödande, kontroll och sociala traditioner. Vidare föder maktstrategier nya isärhållanden av könen som i sin tur legitimerar kvinnans och mannens olikheter (Hirdman, 1988).

### **2.2.3 Man är norm**

Genom en historisk tillbakablick beskriver Hirdman (2001) hur kvinnan är och har varit artskild från mannen. Under upplysningstiden slog Darwin igenom med sin evolutionsteori och det skapades en ny världsåskådning i samhället. Att vara kvinna innebar huvudsakligen att vara en ”god mor”, att föda och att uppfostra många barn. Det ansågs ”onaturligt” för en kvinna att vilja göra andra saker i livet än att följa sin ”längtan” till att skaffa barn. Här framkommer det tydligt hur kvinnan blir artskild från mannen genom sin ”längtan” till att skaffa barn. Men hur är då mannen, frågar sig Hirdman? Mannen är en norm som kvinnor särskiljs ifrån och som de förväntas att anpassa sig efter. Han konstrueras utifrån olika sammanhang och kan vara vem som helst i samhället exempelvis arbetare, poet och läkare. Poängen är att normen är en han och att det är mannen som representerar arbetaren, poeten och läkaren. Vidare beskriver Hirdman hur normer är något djupt kulturellt nedärvt som generellt anses vara någonting ”självklart”, vilket gör det svårt att vara objektiv och kritisk i förhållande till normer i samhället (Hirdman, 1988; 2001).

#### **2.2.4 Vi fortsätter att göra genus**

Än idag lever vi i ett patriarkalt samhälle vilket innebär att vi gör genus dagligen. Att göra genus handlar om att vi människor har en viss social och kulturell förståelse som finns lagrad i samhälleliga sociala processer och sociala strukturer. Denna förståelse gör det mänskliga sociala samspelet möjligt på så sätt att vi människor har gemensamma erfarenheter och normativa åsikter vilket gör andra människor delaktiga i egenupplevda upplevelser. Människors dagliga genusskapande är upprätthållande för det rådande genussystemet vars könsmaktordning skapar orättvisor mellan kvinnor och män (Hirdman, 1988).

#### **2.2.5 Genussystemet och arbetslivet**

Hirdman (2001) diskuterar genussystemet och jämställdhet utifrån ekonomiska strukturer i samhället. De ekonomiska strukturer som råder idag har inneburit minskat behov av arbetskraft, ökade löneskillnader mellan sektorer i samhället, ökad rörlighet på arbetsmarknaden, ett generellt minskat fackligt inflytande och till sist ett större växande utanförskap i samhället. Vidare kräver detta ”nya” arbetsliv individens totala hängivelse samtidigt som alltfler befinner sig i en arbetssituation med en kompetensnivå som är lägre än vad arbetet kräver, vilket är negativt stressframkallande. På detta sätt skapar ekonomins strukturer nya klassbildningar i vår globala värld där genussystemet har en formande och avgränsande påverkan på kvinnor och mäns arbetssituationer. Hirdman kallar högutbildade kvinnor för samhällets ”nya överklass” och samtidigt

deras totala hängivelse och där det råder hård konkurrens. På kvinnornas arbetsplatser bildas föreställningar, precis som på alla andra platser i samhället, om "kvinnligt" och "manligt" vilket leder till att kvinnor avbildas till kopior av män på de arbetsplatser som förr varit dominerande "manliga" arbetsplatser. Desto fler kvinnor som integreras in det "nya" arbetslivet desto fler kvinnor avbildas mannen, vilket förstärker mannen som norm. På detta sätt beskriver Hirdman hur det bildas en ny variant av underordning av kvinnor i dagens arbetsliv vilket upprätthåller och reproducerar genussystemet i samhället (a.a.).

## **3 Resultat och analys**

### **3.1 Resumé av böckerna**

#### **Bok 1 - Så ung? Och så duktig! 10 berättelser om att räcka till.**

Katarina Pietrzak skriver om kvinnor, kvinnors prestationer och stress i arbetslivet, vilket hon ser kan leda till kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Författaren är intresserad av kvinnors prestationer i arbetslivet och dess konsekvenser. Med hjälp av en expertpanel försöker hon få klarhet i detta ämne. Hon intervjuar även ett tiotal kvinnor som befinner sig i arbetslivet och som har tendenser att bli, som är eller som har varit utbrända. Genom sin bok önskar författaren förmedla en förståelse för kvinnors utbrändhet i arbetslivet och hon vill även hjälpa kvinnor som befinner sig i riskzonen för att bli utbrända. För övrigt har Pietrzak arbetat för Sveriges Radio P4 som radiojournalist och hon varit programledare för flertal program om stressen i arbetslivet och dess konsekvenser (Pietrzak, 2002).

#### **Bok 2 - Diagnos duktig. Handbok för överambitiösa tjejer och alla andra som borde bry sig.**

Tinna Ernsjö Rappe och Jennie Sjögren intresserar sig för kvinnor och framför allt unga kvinnor som i arbetslivet blir utbrända och sjukskrivna med psykisk diagnos. De ifrågasätter hur det kommer sig att så många kvinnor blir sjuka och sjukskrivs på grund av utbrändhet i arbetslivet. Med hjälp av utlåtanden från en expertpanel och genom att intervjuar kvinnor som har blivit utbrända försöker författarna gå bakom och hitta orsaker till kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Med sin bok önskar författarna utforska kvinnors utbrändhet framför allt utifrån strukturella perspektiv,

för att bli utbrända. Tinni Ernsjö Rappe och Jennie Sjögren är frilanserande journalister som har arbetat tillsammans på Svenska Dagbladets näringslivsredaktion och de har bland annat skrivit om arbetsmiljöproblem i samhället (Ernsjö Rappe & Sjögren, 2004).

### **Bok 3 - Duktighetssyndromet. Därför går allt fler kvinnor går in i väggen.**

Monika Renstig och Helene Sandmark skriver om varför kvinnor blir utbrända i arbetslivet. De har i en tidigare studie kommit fram till bakomliggande orsaker till varför kvinnor blir utbrända i arbetslivet och i denna bok presentera de vad de har kommit fram till. Utifrån detta ger författarna tips och råd till kvinnor i arbetslivet. Boken är uppbyggd på intervjuer med kvinnor som har blivit utbrända, författarnas egna kommentarer och kommentarer från en expertpanel. Med sin bok önskar de kunna förebygga kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Renstig har yrkestitlarna civilekonom, karriärrådgivare och journalist och Sandmark är medicindoktorand i yrkesmedicin. Båda författarna arbetar med studier och forskning om kvinnors hälsa, yrkesliv och karriärutveckling (Renstig & Sandmark, 2005).

## **3.2 Urval - Motivera utvalda böcker**

### **Kriterium 1**

Inom diskursanalysen förs det en diskussion om skillnaden mellan naturligt förekommande material och forskarproducerat material. Exempel på naturligt material kan vara sångtexter och enkätfrågor tillhörande svar, tanken här är att så kallat naturligt material speglar samhällslivet bättre än forskarproducerat material (Börjesson & Palmblad, 2007). Då mitt urval består av självhjälpsböcker, som står för författarnas framställning av kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet, utgör det ett naturligt material. På så sätt återspeglas samhällslivet genom att dessa självhjälpsböcker (a.a.).

### **Kriterium 2**

Det andra kriteriet i mitt urval handlar om författarna och författarnas målgrupp. Jag har valt att fokusera på kvinnor som målgrupp i förhållande till utbrändhet, utifrån att kvinnor drabbas betydligt mer än män (SOU, 2006:8; Folkhälsoinstitutet, 2006; 2007). På så sätt är böckerna relevanta då de riktar sig till kvinnor. Jag har även valt att använda mig av författare som är kvinnor eftersom att det oftast är kvinnor som skriver om kvinnors utbrändhet. Hade jag använt mig av

har jag inte funnit tillräckligt med material då det finns få författare som är män och som skriver om kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Därför har jag valt att använda mig av författare som är kvinnor vilket överensstämmer med mitt urval.

### **Kriterium 3**

Ett tredje kriterium för mitt urval har varit att böckerna ska vara aktuella och nutida i förhållande till ämnet kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Då de utvalda självhjälpböcker är producerade och utgivna i början på 2000 talet och behandlar ämnet kvinnors utbrändhet i arbetslivet uppfyller de detta krav. Jag har även efterfrågat en viss överensstämmelse hos självhjälpböckerna för att behålla en röd tråd i studiematerialet. Detta utgörs av självhjälpböckernas upplägg och helhet vilket urvalet tillgodoser (Pietrzak, 2002; Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002; Renstig & Sandmark, 2005).

## **3.3 Diskursanalys utifrån frågeställningen; Hur framställer författarna kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet?**

### **3.3.1 Bok 1 - Så ung? Och så duktig! 10 berättelser om att räcka till.**

I författarens intervjuer med kvinnor som befinner sig i riskzonen för att bli, som är eller som har varit utbrända i arbetslivet gör hon detaljerade och fylliga beskrivningar om hur de är. Därför hamnade mitt fokus på de intervjuade kvinnorna och hur författaren framställer dem.

#### **Diskursen om den ”för” ambitiösa och ”för” duktiga kvinnan**

En återkommande tendens i texten handlar om hur författarens utsagor om de intervjuade kvinnorna ger en känsla av att de har ”för” höga ambitioner och att de är ”för” duktiga. Vidare framställer författaren hur detta skulle kunna leda till utbrändhet. Jag har således följt upp detta tema och upptäckt tendenser som går under diskursen om den ”för” ambitiösa och ”för” duktiga kvinnan. För att statuera exempel på diskursen kommer jag att återge citat från texten i boken. Följande citat beskriver hur de intervjuade kvinnorna är effektiva, engagerade och duktiga. Samtidigt ger några av citaten en känsla av att författaren är något sarkastisk i sina utsagor om kvinnorna.

att göra en sak i taget, en förutsättning för att vara effektiv. Hon jobbar omodernt mycket och drivs av en sak. Resultatet.

(Pietrzak, 2002. sid. 21)

Det är också därför som man kan ha den otroliga meritlistan att ha varit valberedare för RFSU centralt, styrelseledamot i RFSU Stockholm, drivit ett stort projekt inom samma organisation, haft ett frikopplat styrelseuppdrag utanför jobbet och fött sitt andra barn. Och så rapporten hon skrev förstås. Samtidigt.

(Pietrzak, 2002, sid. 44)

För det är så hon framstår, som någon slags supertjej som inte bara utnyttjar rum effektivt, utan också varje vrå av sig själv.

(Pietrzak, 2002. sid. 66)

Men mellanbarnet X har alltid haft höga ambitioner och tillhört de duktiga.

(Pietrzak, 2002, sid. 170)

Reaktionen från de intervjuade kvinnorna består av att de känner sig upprörda och frustrerade då de får höra från sin omgivning att de är för intresserade, för engagerade av sitt arbete och att de bör sänka sina ambitioner. De vill vara engagerade, ha höga ambitioner, vara effektiva och duktiga eftersom att det är sådana de är som människor, vilket följande citat återspeglar.

X har fått höra att hon engagerar sig för mycket i just sina skolbarn [...] Men det var ju delvis därför hon blev just lärare [...] – Jag vill engagera mig fullt ut i skolan och barnen, jag är ju sådan!

(Pietrzak, 2002, sid. 169)

Hon kallar glöden hon känner för ett gift [...] Och hon vill gärna tro att det finns de som kan hantera och kombinera sin glöd med livet på ett bättre sätt än hon själv. Men hon kan också bli förbannad över att det numera ska vara så fel, att brinna för sin sak och vara engagerad.

(Pietrzak, 2002, sid. 155, 159)

Kanske är det därför hon ger sig ut i den mest konkurrensutsatta branschen av alla så småningom, popmusikindustrin. Hon medger gärna att fåfängan alltid finns med och att hon söker efter kickar. – Jag gillar att vara hög!

(Pietrzak, 2002, sid. 76)

(Pietrzak, 2002, sid. 33)

Det handlar också om att de intervjuade kvinnorna värdesätter sitt arbete högt och att de önskar göra en insats genom sitt arbete som kan leda till en positiv förändring i samhället.

Men samtidigt blir hon frustrerad över att få höra att hon är för intresserad av sitt eget jobb, för det är något hon värdesätter högt.

(Pietrzak, 2002, sid. 169)

Men ändå är det värt allt slit när man gör skillnad här i världen, jag blir alltid lycklig när jag märker det, när någon tackar mig eller när jag ser resultatet av mitt engagemang...

(Pietrzak, 2002, sid. 155)

Hon suckar djupt och avslöjar en trött frustration bakom den starka viljan att åstadkomma bra resultat och göra världen bättre.

(Pietrzak, 2002, sid. 42)

Jag är så unnad, så fantastiskt unnad. Jag måste få göra skillnad här i världen [...] Det hon verkligen vill, är att få ge och göra gott.

(Pietrzak, 2002, sid. 29, 36)

Författarens utsagor om hur de intervjuade kvinnorna har höga ambitioner, höga krav och hög prestationsförmåga har således en underliggande ton av att något inte stämmer. Det finns något outtalat i dessa utsagor som skulle kunna tolkas som att det är något som dessa kvinnor gör fel. Följande citat lämnar en känsla av att författaren framställer de intervjuade kvinnorna vara "för" duktiga och "för" ambitiösa för deras eget bästa.

Och med sin sprudlande energi och glädjen i det stora skrattet, kommer hon smitta ännu fler med sin entusiasm och förmåga att vilja göra gott. Och jag hoppas att hon får må bra av det – hela vägen.

(Pietrzak, 2002, sid. 38)

Nu kanske tidningsrubrikerna om en "slutkörd, utbränd X" aldrig behöver slås upp. Om hon inte sätter upp högre krav efter det att barnet kommit, förstås...

(Pietrzak, 2002, sid. 180)

och läser upp i rasande fart: - Arbeta, ge av sig själv, bli sedd, ha koll, följa sitt kall, utnyttja tiden väl, prestera/få något gjort, se resultat, vara duktig [...] Vem kan uppfylla hela den listan, frågar han sen med plirig blick?  
(Etnolog i Pietrzak, 2002, sid. 161)

## Sammanfattning

Utifrån redovisade citat finner jag en röd tråd i resonemanget och diskursen om den ”för” ambitiösa och ”för” duktiga kvinnan som utgörs av att det inte kan vara kvinnorna själva som står bakom detta resonemang. Genom ett genusperspektiv strävar forskaren att se människan bortom sitt kön, som kvinna och man. Egenskaper som engagemang, kreativitet och viljan att göra gott är för oss människor något väsentligt mänskligt, vilket det även verkar vara för de intervjuade kvinnorna (Hirdman, 2001). Men något verkar ändå vara fel utifrån att författarens utsagor om hur de intervjuade kvinnorna är ger en underliggande mening och känsla av att de intervjuade kvinnorna är ”för” ambitiösa och ”för” duktiga. Vilket eller vems perspektiv lutar sig dessa tendenser emot?

Utifrån ett genusperspektiv kan denna diskurs omvandlas till könskraftstermer såsom patriarkat, kraftstrategier och ”kvinnlig” underordning i förhållande till ”manlig” överordning. Utifrån författarens utsagor förmedlas en känsla av att de intervjuade kvinnorna verkar vara ”för” ambitiösa och ”för” duktiga vilket kan det tolkas som att författaren omvandlar dessa från början positivt laddade egenskaper till något som går till överdrift och som blir negativt. Vidare återkommer och upprepas detta tema i boken vilket gör att begrepp som ambitiös och duktig kommer att förknippas och relateras till de intervjuade kvinnorna och hur de är i arbetslivet. På så sätt kvinnliggörs egenskaper som ambitiös och duktig vilket innebär att de kommer att förknippas med kvinnor, att vara kvinna och det ”kvinnliga”. Detta skapande av någonting ”kvinnligt” kallar Hirdman för kraftstrategier (1988). Således leder ovanstående resonemang och diskurs till att kvinnor är ”för” ambitiösa och ”för” duktiga utifrån det faktum att de är kvinnor. Vidare föder kraftstrategier nya föreställningar om ”kvinnligt” och ”manligt” som i sin tur legitimerar kvinnans och mannens olikheter, vilket utgör grunden för genussystemet och det patriarkala samhället (a.a.).

Det verkar hända någonting då dessa intervjuade kvinnor beger sig in i arbetslivet, övertar så kallade ”manliga” egenskaper som råder inom de förr mansdominerade domänerna och då de dessutom riskerar att bli utbrända. Kvinnorna tillåts inte att lyckas i arbetslivet eller för den delen att ”misslyckas” eftersom att deras sätt att vara, då de lyckas och även ”misslyckas”, framställs



de förr mansdominerade arbetslivet och mäns sätt att vara i arbetslivet. Detta beror på att författaren skapar och därmed upprätthåller så kallade ”kvinnliga” och ”manliga” egenskaper i arbetslivet. Författarens genusgörande positionerar henne innifrån genussystemet och gör henne delaktig i den process som håller kvinnor kvar i en underordnad position i förhållande till män. Således är författarens egna utgångspunkt innifrån genussystemet som hon genom sin självhjälpsbok försöker hjälpa kvinnor, som befinner sig i riskzonen för att bli, som är eller som har varit utbrända att överleva i (Hirdman, 1988; 2001). Författarens utgångspunkt är därmed paradoxal och tvivelaktig utifrån den kontext hon befinner sig i, att hjälpa kvinnor till självhjälp. Jag kommer att följa upp detta i sammanfattningarna i resterande diskursanalys.

### **3.3.2 Bok 2 - Diagnos: Duktig. Handbok för överambitiösa tjejer och alla andra som borde bry sig.**

Författarna inleder denna bok med att ifrågasätta var alla så kallade ”duktiga flickor” kommer ifrån, hur det kommer sig att alltfler kvinnor sjukskrivs med psykiska diagnoser, såsom utbrändhet, vad detta kan bero på och hur lösningen kan se ut. Författarna beskriver hur de önskar hitta förklaringar och framför allt lösningar på vad de kallar för ”duktiga flickors - syndromet”.

Följ med oss i sökandet efter de duktiga flickornas ursprung.  
(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 8)

Slutdestinationen för detta sökande och ett av bokens budskap handlar om att författarna önskar belysa strukturella perspektiv i diskussionen om ”duktiga flickor” och i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet.

En viktig bakomliggande orsak till att alla duktiga flickor finns är naturligtvis det manssamhälle vi lever i...  
(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 22)

Ytterligare ett budskap från författarna handlar om att de önskar avlasta kvinnor från ansvar i diskussionen om ”duktiga flickor” och kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Detta gör de genom att inte skuldbelägga kvinnor för att vara ”duktiga flickor”.

inte ditt fel att du vill vara duktig. Det är inte ditt fel att du dignar under alla krav. DET  
ÄR INTE DITT FEL.  
(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 135)

Trots författarnas önskan om att vända fokus från alla ”duktiga flickor” i diskussionen om kvinnors utbrändhet i arbetslivet och istället belysa strukturella förklaringar och perspektiv lyckas de inte riktigt med detta, enligt mig. Mycket av bokens innehåll handlar ändå om den ”duktiga flickan” och då hamnar fokus på kvinnor. Trots författarnas önskan om att se bortom hur kvinnor är och gör genom att avlasta dem från ansvar i diskussionen om ”duktiga flickor” och kvinnors utbrändhet i arbetslivet framställer de likväl hur kvinnor är och gör genom den ”duktiga flickan”. Detta har lett mig in på följande.

### **Diskursen om den ”duktiga flickan” – vem är hon?**

Ett framträdande tema i diskussionen om den ”duktiga flickan” handlar om att författarna framställer henne vara ett offer. Ett offer för ett snedvridet kvinnoideal och ett offer för samhällliga strukturer såsom den patriarkaliska strukturen. Författarna beskriver hur många kvinnor pressas och pressar sig själva till det yttersta för att leva upp till en mytbild, en drömbild av livet och/eller ett snedvridet kvinnoideal i form av den ”duktiga flickan”. Utifrån författarnas framställning av kvinnor verkar de falla offer under pressen och i sin strävan att vara den ”duktiga flickan”, vilket följande citat återspeglar.

När vi började studera vilka krav som duktiga flickor av idag känner fanns det ingen hejd. Först och främst finns kravet på en lyckad karriär. Att bli *någon*. Utöver det försöker de förtvivlat se ut som modellerna i Damernas Värld – smala och snygga i trendiga kläder [...] Pressen på oss är värre än någonsin. Och den anfaller från alla håll.

(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 13, 14)

I ett annat kapitel i boken beskriver författarna hur ”duktiga flickor” fram tills de bildar familj lever i en slags drömvärld där män och kvinnor värderas och behandlas likadant.

uppväxt fram till tiden för familjebildandet [...] Under denna period har hon svårt att ta till sig information om könsdiskriminering. Hon känner sig inte diskriminerad och hennes tro på sig själv är stor.

(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 18)

Vidare beskriver författarna hur ”duktiga flickor” som bildar familj behöver göra upp med sin kommande roll som den ”underordnande mamman”. De framställer hur kvinnor som är ”duktiga flickor” och som samtidigt tar på sig rollen som den ”underordnande mamman” hamnar i en situation där de orimliga kraven tar överhand.

Detta leder till orimliga krav som kan knäcka vem som helst – i synnerhet om kvinnan inte ser sin situation i ett större perspektiv.

(Psykoanalytiker i Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 21)

Här verkar det som att ”duktiga flickor” faller offer för deras bristande insikt i den patriarkaliska strukturen, vilket kan leda till allvarlig psykisk ohälsa utifrån författarnas utsagor.

Många högpresterande tjejer har en förvrängd bild av sig själva [...] De ser inte samhällets roll – att det är kraven som är sjuka – utan lägger skulden att inte leva upp till idealbilden på sig själva. Följden kan bli depression eller psykosomatiska symtom.

(Psykoanalytiker i Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 22)

Diskursen om vem den ”duktiga flickan” är har således en tendens att handla om hur hon faller offer för sitt eget sätt att vara i privatlivet. Ytterligare utsagor från författarna handlar om hur ”duktiga flickor” kan behöva stöd och hjälp från arbetsgivare och chefer i arbetslivet för att inte bli utbrända. Även i arbetslivet verkar det som att ”duktiga flickor” faller offer för sig själva, vilket följande citat återspeglar.

Han var den medlande länken mellan chefer och medarbetare och han mötte ofta ambitiösa unga kvinnor som arbetat sig trötta och ledsna.

(Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 109)

Författarna ger förslag på en metod som kan användas av chefer för att sätta gränser för ”duktiga flickor”.

vara tydlig med sina prioriteringar och verkligen tala om för omgivningen vad hon tycker och vad hon vill.

(Chef i Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 112,113)

Nu får jag backa några steg i min diskursanalys då jag upptäcker att det även finns utsagor från författarna som motsäger sig ovanstående beskrivningar som framställer den ”duktiga flickan” vara ett offer. Med hjälp av en konsult med kunskaper om ett könsteoretiskt perspektiv beskriver författarna hur de håller med om att chefer har stort ansvar för sina medarbetare. Men de framställer det som att problemet inte handlar om den ”duktiga flickans” vara eller icke-vara i arbetslivet.

Nej, problemet ligger i omedvetna och sedan länge inarbetade strukturer där mannen är norm och kvinnan den som jämförs med normen [...] Kvinnor har kompetens, vet att de kan sitt jobb och att de ofta har kunskap att göra lite till. Problemet är att de inte har makten och inte får befogenhet att ta makten.

(Konsult i Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 104, 106)

Så, vem är den ”duktiga flickan” och hur framställer egentligen författarna kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet?

### **Sammanfattning**

Utifrån ovanstående utsagor och redovisade citat verkar det som att författarna framställer den ”duktiga flickan” vara ett offer för sin ”duktighet” i arbetslivet och i privatlivet, men samtidigt en aktör. Då författarna synliggör strukturella perspektiv om patriarkatet och hur detta påverkar kvinnor i arbetslivet lyckas de med att befria kvinnan från fokus som den ”duktiga flickan”. De vänder diskussionen till att handla om orättvisa könsmaktperspektiv i samhället. Den ”duktiga flickan” som offer byts ut till att; ”kvinnor har kompetens, vet att de kan sitt jobb och att de ofta har kunskap att göra lite till” (Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002, sid. 106) och framställs på så sätt vara aktör. Denna dubbla företeelse i boken ger mig som läsare ett förvirrat intryck. Det lämnar en känsla av att författarna både anklagar kvinnor för och befriar kvinnor från att vara ”duktiga flickor”. De anklagar kvinnor för att vara ”duktiga flickor” vilket orsakar deras egen utbrändhet i arbetslivet och även i privatlivet. Samtidigt befriar författarna kvinnor från skuld och ansvar i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet genom att belysa och medvetandegöra patriarkala strukturer i samhället och hur det påverkar dem i arbetslivet och i privatlivet.

Vad som däremot är relativt påtagligt anser jag vara att hur än författarna vänder och vrider på diskussionen om den ”duktiga flickan” i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet förblir den ”duktiga flickan” en kategorisering av kvinnor som säger något om hur kvinnor är och gör. Även om författarna avsäger kvinnor skuld och ansvar för att vilja vara ”duktiga flickor” och även om författarna beskriver hur ”duktiga flickor” är en konsekvens av orättvisa maktförhållanden mellan kvinnor och män förblir det en kategorisering av kvinnor. Det handlar om att författarna försöker passa in kvinnor i en mall, ”duktiga flickan – mallen”, vilket innebär att de reduceras som människor. Genom denna ”mall” reduceras kvinnor till att exempel vara ett offer för sitt eget beteende. Utifrån ett genusperspektiv innebär författarnas diskussion om den ”duktiga flickan” att de kvinnliggör kvinnor, det vill säga att de bildar en föreställning om det ”kvinnliga” (Hirdman, 1988).

I ovanstående citat från diskursanalysen tillskrivs den ”duktiga flickan” vara en kvinna med höga krav på sig både i arbetslivet och i privatlivet, en kvinna som är högpresterande och som ofta har en förvrängd självbild. Genom att författarna tillskriver kvinnor olika egenskaper i sina utsagor bildas det föreställningar om att detta är något ”kvinnligt” vilket kommer att förknippas med hur kvinnor är och gör. Att kvinnliggöra kvinnor inom den samhälleliga patriarkala strukturen är att reproducera nya maktstrategier vilket bildar och därmed upprätthåller densamma. På så sätt verkar diskursen; om vem den ”duktiga flickan” är, vidmakthålla patriarkala strukturer snarare än att upplösa och förändra dem. Återigen gör författare till självhjälpsböcker genus vilket positionerar de innifrån genussystemet och gör de delaktiga i den process som underordnad kvinnor i förhållande till män. Samtidigt önskar författarna belysa patriarkala strukturer i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet för att på så sätt hjälpa kvinnor att befria sig från ansvar i förhållande till deras ”duktighet” och utbrändhet. Dock verkar detta företag underbyggas av författarnas genusgörande som handlar om att de försöker hjälpa kvinnor att hjälpa sig själva genom att försöka få dem att passa in i ”duktiga flickan – mallen” (Hirdman, 1988, 2001).

### **3.3.3 Bok 3 - Duktighetssyndromet. Därför går allt fler kvinnor går in i väggen.**

Redan i början av boken träder ett relativt tydligt tema fram från författarnas utsagor. Detta tema handlar om hur kvinnor är och gör i karriären och således i arbetslivet. Författarna beskriver hur många kvinnor i karriären utgår ifrån ett ”kvinnligt beteendemönster” som de menar är orelevant och olämpligt i arbetslivet. Kvinnornas sätt att vara skadar deras karriär, det hindrar dem från att lösa problem i arbetslivet på rätt sätt och det kan dessutom leda till att kvinnorna insjuknar i olika

stressrelaterade besvär, skriver författarna.

En del kvinnor sitter fast i kvinnliga beteendemönster, tankebanor och känslomässiga förväntningar som sällan är relevanta i arbetslivet och som skadar deras yrkes- och arbetslivsutveckling [...] Detta kan leda till att de bli sjuka och deprimerade eller får andra stressrelaterade besvär [...] Gång på gång hamnar kvinnor snett därför att de inte kan kräva, bara ge.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 25, 34)

Varför kvinnor i karriären har detta ”kvinnliga beteendemönster” framställer författarna bero på att många kvinnor fostras till att vara lydiga, följsamma och att inte gå utanför utsatta regler. Samtidigt beskriver de hur män fostras till att ifrågasätta och överskrida givna regler och förhållningssätt vilket leder till ett fritt tänkande och ett gränsöverskridande vilket är förmågor som krävs i karriären. Därmed är män mer utrustade för att göra karriär och att lyckas med det, resonerar författarna. Jag anser att de för en intressant diskussion då de framställer kvinnors sätt att vara som fel i arbetslivet medan mäns sätt att vara framställs som rätt sätt att vara. Följaktligen leder detta resonemang och tema mig in på följande diskurs.

### **Diskursen om den ”missanpassade” kvinnan i karriären**

Detta ”kvinnliga beteendemönster” beskriver författarna handlar om att många kvinnor har svårt för att sätta gränser och säga nej samt att de har en strävan om att göra ett perfekt arbete vilket kan leda till att de överarbetar sina arbetsuppgifter. Det handlar även om att kvinnor gör moraliska bedömningar i arbetslivet som utgår ifrån en referensram som används inom privatlivet, skriver författarna.

De utgår från en referensram som hindrar dem från att förstå hur saker och ting fungerar i arbetslivet. De bedömer det som händer i på jobbet utifrån samma värdeskala som används inom familjen eller vänner emellan, det vill säga de sätter de mänskliga behoven först.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 25)

Vidare beskriver författarna hur kvinnor i karriären underskattar vad som krävs av tävlingsinstinkt och kunskaper i taktik, strategi och spelregler för att lyckas i karriären. Detta sammanfattar de på följande sätt.

Kvinnor har alldeles speciella hinder att övervinna för att lyckas i karriären.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 25)

Fortsättningsvis går författarna djupare in på hur det kommer sig att kvinnor i högre utsträckning än män drabbas av stressrelaterade sjukdomar som bland annat utbrändhet och finner gemensamma nämnare hos de kvinnor som de har intervjuat i boken. Författarna baserar även sina resultat på andra internationella rapporter, svenska studier och erfarenhet från amerikanska karriärrådgivare vilket gör att de breddar sin fråga och riktar den till kvinnor i allmänhet.

Vad är det som kvinnor som grupp har gemensamt för att risken att drabbas är så mycket högre än för män, har vi frågat oss.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 31)

Författarnas frågeställning går hand i hand med deras diskussion om att kvinnors ”kvinnliga beteendemönster” som handlar om att kvinnors sätt att vara utgör ett hinder för dem i arbetslivet. De gemensamma nämnare som författarna belyser är att kvinnor arbetar för mycket, de utför medarbetares arbetsuppgifter, de strävar efter perfektionism, de har svårt för att säga nej och de har ”duktiga flickan-syndromet”. Dessa gemensamma nämnare hos kvinnor i karriären går in i varandra och har att göra med hur författarna framställer kvinnor vara och göra i arbetslivet. De håller sig lite längre kvar med att beskriva ”duktiga flickan-syndromet” som enligt dem verkar drabba många kvinnor i karriären då de som barn fostras till att följa regler, inte säga emot vuxna och att vara duktiga. Detta gör kvinnor till ”duktiga flickor” även i vuxen ålder som har svårt för att säga nej, beskriver författarna.

När dessa kvinnor nu kommer ut i yrkeslivet fortsätter de att visa sig duktiga genom att prestera. De är en person arbetsgivaren alltid kan lita på, som alltid ställer upp [...] Följaktligen har duktiga flickor också svårt att säga nej. Något som naturligtvis är nödvändigt om de inte ska bli utarbetade och sjukskrivna.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 34)

Vidare konstaterar författarna att de flesta av de intervjuade kvinnorna i boken lider av ”duktiga flickan-syndromet”.

Som en röd tråd genom berättelserna löper ”duktiga-flickan-syndromet”...

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 37)

Utifrån kvinnors ”speciella hinder” i karriären och de gemensamma nämnare som författarna beskriver i boken följer råd och tips vilket författarna önskar ska hjälpa kvinnor i karriären. Dessa råd handlar till stor del om att kvinnor inte ska vara på det sättet som författarna framställer dem att vara, kvinnor med ett ”kvinnligt beteendemönster”. Följande citat återspeglar hur kvinnor bör ”lära sig” och därmed anpassa sig för att kunna göra karriär och utvecklas i arbetslivet.

Lär dig spelreglerna. Inse att det är skillnad på det privata livet och dess värderingar och det som gäller i arbetslivet...

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 150)

Lär dig att inte göra ett helt perfekt arbete, utan ett tillräckligt bra arbete.

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 148)

Lär dig säga nej på ett vänligt sätt genom att för dina chefer berätta vad det får för konsekvenser om du tar dig an ytterligare en uppgift...

(Renstig & Sandmark, 2005 sid. 149)

Är det viktigt för dig att ständigt få bekräftelse på att du är en ”duktig flicka”? Är du rädd för att inte duga och att det är därför som du överpresterar? Är du rädd för att få kritik, att inte duga och att det är därför som du inte slår näven i bordet och säger stopp?

(Renstig & Sandmark, 2005, sid. 149)

## **Sammanfattning**

Sammanfattningsvis handlar författarnas framställning av kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet om att kvinnor ”är” och ”gör fel”. De framställs vara ”missanpassade” i karriären och i arbetslivet. Denna framställning av kvinnor sker redan i början av boken och går att följa i bokens alla kapitel. Utifrån ett genusperspektiv är denna framställning av kvinnan som ”gör fel” i arbetslivet i förhållande till mannen som ”gör rätt” i arbetslivet i direkt relation till kvinnors underordning i förhållande till mäns överordning i samhället (Hirdman, 1988). Genussystemet bär på budskapet om att kvinnor är socialt underordnade män. Könshierarkin bygger på att det ständigt i samhället bildas föreställningar om och förväntningar på vad som är ”kvinnligt” och vad som är ”manligt” vilket författarna gör i deras bok. Genom att tillskriva kvinnor i karriären ett ”kvinnligt



beteendemönster” har författarna inte bara skapat en förväntan på hur kvinnor ”är” och ”gör” genom sitt ”kvinnliga beteende” utan de har även fastställt att det finns ”kvinnligt” – och därmed ”manligt beteende” i samhället. Genom bildandet av ”kvinnligt” och ”manligt” grundläggs könshierarkin att man är norm. Detta leder således till att kvinnor fortsätter att anpassa sig efter män som är norm och upphör på så sätt att vara ”missanpassade”, som i detta sammanhang utspelar sig i arbetslivet (a.a.).

Denna diskurs kan även förstås utifrån hur genussystemet verkar inom de ekonomiska strukturerna i samhället. De ekonomiska strukturerna utgörs av de förändringar som skett på arbetsmarknaden under 2000-talet vilket har skapat hur dagens arbetsliv ser ut för många högutbildade kvinnor. Då kvinnor tillträder detta arbetsliv som är och har varit dominerat av män bildas det en nya ”överklass” i samhället, som Hirdman (2001) kallar det för. Genussystemets påverkan på samhällets ekonomiska strukturer innebär att det inom denna domän sker en ny variant av underordning av denna nya ”överklass” i förhållande till män. Många högutbildade kvinnor integreras in i ett arbetsliv som kräver att de avbildas män och att de ändrar sitt sätt att vara för att efterlikna mäns sätt att vara. På så sätt sker det en ny variant av underordning av högutbildade kvinnor i arbetsliv och i karriären, vilket återspeglas i denna självhjälpsbok (a.a.).

En annan dimension på diskursen om den ”missanpassade” kvinnan i arbetslivet handlar om att det speglar en hierarki inom arbetslivet som sådant genom författarnas framställning av att utveckling i arbetslivet och framgång i karriären kräver att du; ”Lär dig att...” (Renstig & Sandmark, 2005, sid. 149.). Författarnas råd och tips skulle lika gärna kunna rikta sig till män som den ”duktiga pojken”. Genom att författarna väljer att rikta sina råd och tips till gruppen kvinnor i arbetslivet och som dessutom har blivit utbrända kvinnor i arbetslivet väljer de att se det som att det är kvinnor i arbetslivet som ”är” och ”gör fel”. Författarna belyser således detta fenomen som ett ”problem” som tillhör kvinnor i arbetslivet och därför är det kvinnor som ska ändra på sig, anpassa sig och ”lära sig” för att inte bli utbränd i arbetslivet. På så sätt trycker författarna ner gruppen kvinnor i arbetslivet och kvinnor som har blivit utbrända. Utifrån ett genusperspektiv är det tydligt att det här handlar om könsmaktförhållanden i samhället där kvinnor från början ligger i ett underläge utifrån sitt kön (Hirdman, 1988). Det gör det lättare för författarna att peka ut kvinnor som ett ”problem” i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Att påpeka att även dessa författare gör genus och därmed befinner sig innifrån genussystemet kan tyckas överflödigt i denna sammanfattning då de har namngett ”källan” till kvinnors utbrändhet i arbetslivet för ”kvinnligt beteendemönster” (a.a.).

### 3.4 Avslutande slutsatser

Utifrån min diskursanalys på tre självhjälsböcker har diskurser trätt fram och tagit sig form i texterna; Diskursen om den ”för” ambitiösa och ”för” duktiga kvinnan, diskursen om vem den ”duktiga flickan” är och diskursen om den ”missanpassade” kvinnan i karriären. Till varje självhjälsbok har jag gjort en sammanfattning där jag har kopplat diskurs till ett genusperspektiv. Vad jag framför allt har kommit fram till och som har varit återkommande i varje självhjälsbok har varit att författarna reproducerar och bevarar så kallat ”kvinnliga” företeelser i många av sina texter och på så sätt är de delaktiga i skapandet av könshierarkin att man är norm (Hirdman, 1988). Författarnas genusgörande uttrycker sig på ett nyanserat sätt genom varje diskurs, vilket främst påvisas genom diskursernas framställning i diskursanalysen och genom diskursbenämningarna. Trots detta leder mina diskursanalytiska slutsatser fram till att det i ovanstående empiri och diskursanalys föreligger en övergripande diskurs med varierande inriktningar, vilka utgörs av diskursbenämningarna (Magnusson, 2000).

En gemensam nämnare hos den övergripande diskursen och för självhjälsböckerna handlar om att författarna upprepar gång efter gång använder sig av utsagor om ”duktig flickor” och/eller ”duktiga flickan – syndromet” i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet i sina texter. Hur författarna använder sig av begreppen ”duktig flicka” eller ”duktiga flickan – syndromet” varierar som sagt i den övergripande diskursens nyanserade inriktningar, dock finns det en gemensam innebörd. Den består av att författarna framställer det vara något negativt och nästintill destruktivt i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet.

En annan gemensam nämnare för den övergripande diskursen utgörs av författarnas gemensamma genusgörande. Trots att författarna gör genus på ett något varierat och nyanserat sätt i sina texter sker det likväl en reproduktion av det ”kvinnliga” och därmed det ”manliga” och på så sätt bevaras orättvisa könsmaktförhållanden mellan kvinnor och män i arbetslivet och även i privatlivet. Detta påvisar som sagt hur kvinnor, författarna, själva är en del av reproduktionen av samhällsliga könsmaktsstrukturer och att de är delaktiga i processen som bevarar rådande patriarkala strukturer. Jag har redan nämnt i ovanstående diskursanalys att denna utgångspunkt är paradoxal eftersom att författarna är positionerade inifrån genussystemet som de försöker hjälpa kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet att överleva i. I själva verket stjälpes författarna kvinnor då de genom sina självhjälsböcker försöker ”hjälpa” kvinnor att passa in i ett samhälle där kvinnor är socialt underordade män (Hirdman, 1988; 2001).

## 4 Diskussion

### 4.1 En återkoppling

Genom att försöka besvara min frågeställning om hur författarna till tre utvalda självhjälpsböcker framställer kvinnor i förhållande till kvinnors utbrändhet i arbetslivet har jag kommit fram till följande. En författare framställer kvinnor vara ”för” duktiga och ”för” ambitiösa för deras eget bästa i arbetslivet medan två författare framställer kvinnor vara ”missanpassade” i arbetslivet utifrån deras ”kvinnliga beteendemönster” (Pietrzak, 2002; Renstig & Sandmark, 2005). Två andra författare ger från början ett intryck av att kvinnors utbrändhet i arbetslivet inte handlar om hur kvinnor ”är” och ”gör” i arbetslivet utan att det handlar om strukturella perspektiv i samhället. Dock snärjer författarna ändock in sig i en diskussion om hur kvinnor ”är” och ”gör” i form av den ”duktiga flickan” vilket kategoriserar och reducerar kvinnor till att passa in i den ”duktiga flickan – mallen” (Ernsjö Rappe & Sjögren, 2002). I mina avslutande slutsatser kom jag fram till att det föreligger en övergripande diskurs i diskursanalysen. Dels utifrån författarnas gemensamma genusgörande och dels utifrån deras gemensamma frossande i framför allt negativa utsagor om ”duktiga flickor” och ”duktiga flickan – syndromet” i många av sina texter (Hirdman, 1988; 2001).

Utifrån tidigare forskning om kvinnors psykiska och fysiska hälsa och ohälsa sett utifrån ett genusvetenskapligt orienterat perspektiv kan jag dra följande paralleller till denna studies utgångspunkter; Vid ökad jämställdhet mellan kvinnor och män i arbetsliv och i privatliv ökar hälsan. Genom ett upplösande av könsmaktsförhållanden mellan kvinnor och män ter sig negativa könsskillnader i kvinnors arbetsliv upphöra att orsaka negativa konsekvenser för dem (Östlin et al, 1996). Utifrån mina avslutande slutsatser verkar det som att vidare forskning och studier om kvinnors utbrändhet i arbetslivet utifrån ett genusperspektiv leder till ökade kunskaper och en medvetenhet om hur könsmaktsförhållanden reproduceras i samhället och påverkar kvinnors utbrändhet i arbetslivet. Därför finns det anledning till att engagera forskarsamhällen och institutioner på universiteten i Sverige i detta område då det kan leda till förebyggande åtgärder (Jeanneau, 2003). Det finns även anledning till att forska vidare på fenomenet utbrändhet i sig då detta öppnar upp ett mångdimensionerat utforskande av kvinnors och även mäns utbrändhet i arbetslivet. Vidare forskning och kunskaper om kvinnors utbrändhet i arbetslivet möjliggör handling och handlingsstrategier för att nå en positiv förändring inom detta område i samhället (Socialstyrelsen, 2003).

I den avslutande delen av diskussionen önskar jag framföra några egna tankar och erfarenheter som skulle kunna utgöra ett exempel på vad jag har kommit fram till i uppsatsen. Som anställd vikarie inom den kommunala vård och omsorgen har jag vid flera tillfällen haft erfarenhet av hur män som utför arbetsuppgifter såsom nagelvård, hårvård och personlig omvårdnad av brukaren framställs vara nästintill beundransvärda utav annan vårdpersonal. Han utför arbetsuppgifter som ofta har tilldelats kvinnor. Då en i min bekantskapskrets fick det efterlängtrade arbetet som chef valde hon att satsa hårt på sin begynnande karriär. Hon fick ofta höra från sin omgivning att hon skulle tänka på att ” ta det lugnt” för att inte ”bränna ut sig”. Hon tillträder ett arbetsliv som förr har varit mansdominerat. Denna personliga erfarenhet anser jag vara ett exempel på hur kvinnor och män tillträder arbetslivet med olika förutsättning. För kvinnor handlar det i många fall om att de ligger ett steg efter män utifrån deras kön som kvinna (Hirdman, 1988; 2001). Nya tankar och frågor som väcks hos mig handlar om vad vi samhällsmedborgare kan göra för att förebygga kvinnors utbrändhet i arbetslivet? Hur kan du och jag motverka och förebygga stereotypa könsroller som kategoriserar och sorterar in kvinnor och även män i reducerande mallar och fack? Det lämnar jag åt varje enskild läsare av denna uppsats att fundera vidare på.

# 5 Referenser

## 5.1 Litteratur

Alvesson, M. & Sköldbberg, K. (1994) *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur

Bergström, G. & Boréus, K. (2005) *Textens mening och makt. Metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Lund: Studentlitteratur

Börjesson, M. (2003) *Diskurser och konstruktioner. En sorts metodbok*. Lund: Studentlitteratur

Börjesson, M. & Palmbald, E. (2007) *Diskursanalys i praktiken*. Slovenien: Liber AB.

Ernsjö Rappe, T. & Sjögren, J. (2002) *Diagnos: Duktig. Handbok för överambitiösa tjejer och alla andra som borde bry sig*. Stockholm: Bokförlaget DN.

Hirdman, Y. (1988) *Genussystemet - teoretiska funderingar kring kvinnors sociala underordning*. Uppsala: Maktutredningen, rapport 23.

Hirdman, Y. (2001) *Genus - om det stabilas föränderliga former*. Malmö: Liber AB.

Jeanneau, M. (2003) *Kvinnors psykiska ohälsa i aktuell svensk forskning*. Stockholm: Enhet för psykisk Hälsa, Samhällsmedecin.

Magnusson, E. (2000) ”Studier av konsistens och föränderlighet i könsinnebörder – att arbeta med dubbla analytiska utgångspunkter”. I Haavind, H. (red): *Kön och tolkning. Metodiska möjligheter i kvalitativ forskning*. Gjøvik: Natur och Kultur & Gyldendal Norsk Forlag AS.

Meeuwisse, A. Sunesson, S. Swärd, H. (2006) *Socialt arbete: en grundbok*. Stockholm: Natur och Kultur.

Nilsson, A. (1998) *Att främja kvinnors hälsa: ett diskussionsunderlag utifrån femton ohälsoområden*. Stockholm: Yrkesmedicinska enheten, Stockholms läns landsting.

Payne, M. (2002) *Modern teoribildning i socialt arbete*. Stockholm: Natur och Kultur.

Pietrzak, K. (2002) *Så ung? Och så duktig! 10 berättelser om att räcka till*. Finland: Förlag Atlas.

Renstig, M. & Sandmark, H. (2005) *Duktighetssyndromet. Därför går allt fler kvinnor in i väggen*. Stockholm: Wombri Förlag.

Sandberg, H. (2004) *Medier & fetma: en analys av vikt*. Lund: Sociologiska institutionen. Lunds Universitet.

Schaufeli, W. & Enzmann, D. (1998) *The burnout companion to study and practice: a critical analysis*. London: Taylor & Francis.

Winther Jörgensen, M. & Phillips, L. (2000) *Diskursanalys som teori och metod*. Lund: Studentlitteratur.

SOU 2006:8 *Om jag syns, finns jag! Att synliggöra kvinnor och män med psykiska funktionshinder och psykisk ohälsa*. En rapport med fokus på psykisk ohälsa, kön och samhällets insatser. Statens offentliga utredningar (SOU). Stockholm: Nationell psykiatrisamordning.

Östlin, P. Danielsson, M. Diderichsen, F. Härenstam, A. Lindberg, G (1996) *Kön och ohälsa - en antologi om könsskillnader ur ett folkhälsoperspektiv*. Lund: Studentlitteratur.

## 5.2 Övriga källor

### 5.2.1 Internetadresser

Dagens Nyheter (2005) ”Opinion”. Uppdatering av hämtade uppgifter 2009-02-24.

<http://www.dn.se/opinion/debatt/unga-kvinnor-i-karriaren-hart-drabbade-av-stressen-1.760809>

Folkhälsoinstitutet (2006) Wadman, C. Boström, G. Karlsson, A – S. *Hälsa på lika villkor. Resultat från nationella folkhälsoenkäten 2006*. Uppdatering av hämtade uppgifter 2009-02-24.

[http://www.fhi.se/upload/ar2007/Rapporter%202007/A2007-01\\_Halsa\\_pa\\_lika\\_villkor\\_0705.pdf](http://www.fhi.se/upload/ar2007/Rapporter%202007/A2007-01_Halsa_pa_lika_villkor_0705.pdf)

Folkhälsoinstitutet (2007) *Folkhälsoenkät 2007. Nationella data*. Uppdatering av hämtade uppgifter 2009-02-24.

[http://www.fhi.se/templates/Page\\_12220.aspx](http://www.fhi.se/templates/Page_12220.aspx)

Socialstyrelsen (2005) *Folkhälsorapport 2005*. Uppdatering av hämtade uppgifter 2009-03-09.

<http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/7456A448-9F02-43F3-B776->

[D9CABCB727A9/6169/20051114.pdf](http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/7456A448-9F02-43F3-B776-D9CABCB727A9/6169/20051114.pdf)

[Socialstyrelsen \(2003\) Utmattningssyndrom – stressrelaterad psykisk ohälsa. Uppdatering av hämtade uppgifter 2009-02-24.](http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/389587AF-9ECD-4338-P84F-8A94415F4DOC/1069/200312319.pdf)

<http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/389587AF-9ECD-4338-P84F->

[8A94415F4DOC/1069/200312319.pdf](http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/389587AF-9ECD-4338-P84F-8A94415F4DOC/1069/200312319.pdf)

