

Josephine Reijs
GNVM03



Lunds Universitet

Genusvetenskapliga institutionen

GNVM03 30p

HT 2013

Fettets fenomenologi

En fenomenologisk studie om levda erfarenheter av övervikt

Författare: Josephine Reijs

Handledare: Kerstin Sandell

ABSTRACT

Phenomenology of fat- A phenomenological study about lived experience of being overweight

The aim of this research was to study people with the experience of being overweight from a phenomenological perspective. The two main focuses were: How do the informants experience their bodies in their everyday lives with food and eating, working out, health and resistance from a phenomenological perspective? How do the informants experience their bodies in interaction with others and themselves? My own experience of being overweight led me to want to challenge prevalent perceptions about how a body is supposed to be and to want to know more about others with similar experiences. The theoretical framework is foremost inspired by phenomenology and the French philosopher Maurice Merleau-Ponty's thinking regarding embodiment and being in the world. It is also inspired by Iris Marion Young's theories about cultural dominance, Simone de Beauvoir's theories about the body as a situation and Bill Hughes' theories about Jean Paul Sartre's the gaze amongst others.

I have conducted nine semi structured in-depth interviews with eight women and one man. These interviews covered topics such as health, training, the experience of eating and resistance.

One of the most prominent experiences of being overweight is that the informants were never able to forget that they didn't embody the "right" body. Ambivalence was very prevalent in their stories. Fat people are mostly described as lazy, unhealthy, unfit, sick, and ugly. They fight against these perceptions with most everything they do in life, whether they are imposed on them by others or themselves. Most interviewees shared that they regard the experience of being looked at as unpleasant. They are constantly visible, and at the same time, feel invisible.

Keywords; overweight; body; phenomenology; experience; knowledge

Nyckelord; övervikt; kropp; fenomenologi; erfarenhet, kunskap

TACK!

Ett stort tack till mina informanter för att ni delade med er av era erfarenheter, utan er ingen uppsats! Tack för uppmuntran, kärlek, många koppar kaffe, ångesthantering och konstruktiv kritik, ”genusgänget” Birgitta, Linn, Malva och Hanna samt Ola och Nina. Även tack till alla på Genusvetenskapliga institutionen för dessa år. Dessutom, skulle jag vilja rikta ett stort tack till Helena Gyllensvärd, för din alltid öppna dörr, för alla mina oändliga frågor och uppmuntran. Ni, min fina familj och kära man Christian, tack för att ni står ut med mig och er aldrig sinade uppmuntran. Även tack till min största supporter och påhejare min syster Norpan (även kallad Caroline). Slutligen, till dig min handledare, Kerstin Sandell det största tacket går till dig.

INNEHÅLL	
ABSTRACT	2
Tack!	3
Kapitel 1. Inledning	6
1.1 Syfte och frågeställningar	7
1.2 Disposition	7
1.3 Bakgrund & begreppsutveckling	8
1.4 Övervikt?	8
1.6 I valfrihetens kölvatten – neoliberalismen	9
1.7 Det pågående samtalet- forskningsläge	10
1.8 Sammanfattning	16
Kapitel 2. Det teoretiska ramverket	17
2.1 Fenomenologiska grundidéer och kunskapsteoretiska utgångspunkter	17
2.3 Kroppen, <i>livets gömställe</i>	18
2.4 Relationen till sig själv och andra	19
2.5 Simone de Beauvoir- <i>kroppen som situation</i>	22
2.6 Iris Marion Young, <i>kulturell dominans</i>	24
2.7 Bill Hughes, <i>le Regard</i>	25
2.8 Sammanfattning	26
Kapitel 3. Metod & metodologi	27
3.1 Informanterna	29
3.2 Tillvägagångsätt, semistrukturerade tematiserade djupintervjuer som metod	30
3.3 Etiska övervägningar & Vägen till analys	32
3.4 Sammanfattning	34
Kapitel 4. Analys	35
Mat och ätande	36
4.1 Att äta	36
4.2 Ätstörningar	39
4.3 Personal matsalen	42
4.4 Att träna & kroppen i rörelse	44
4.5 Träning	44
4.6 Hälsa	48
4.7 Att ta plats	52
4.8 Att ta plats	52
4.9 Att inte ta plats	55

4.10 Kläder och omklädningsrummet	56
4.11 Viktgörande interaktioner	58
4.12 Dömande interaktioner och blickar	58
4.13 Familjrelationer	61
4.14 Intersubjektivitet-i relation med normer & Ideal.....	62
4.15 Motstånd	64
4.16 Slutdiskussion	67
4.17 Sen då? Eller, nu då!	69
Kapitel 5. Litteraturförteckning.....	71
5.1 Internetkällor	74

KAPITEL 1. INLEDNING

Jag sparade det allra svåraste till sist, att skriva inledningen till uppsatsen. En inledning skall väcka nyfikenhet, en vilja att fortsätta följa med på denna resa, om hur det är att leva i en överviktig kropp. Detta är en kvalitativ fenomenologisk intervjustudie om levda erfarenheter om och av övervikt baserade på nio semistrukturerade tematiserade djupintervjuer. Jag har som syfte att undersöka levda erfarenheter av övervikt och förkroppsligande. Varför skriva om övervikt? Jo, jag själv förkroppsligar övervikt, mitt fetts betydelse är centralt, det är ifrån den kroppen jag skriver. Min egen situation ledde mig till mer frågor och en nyfikenhet om andras levda erfarenheter samt en brinnande ilska över den just nu rådande ordningen om hur en kropp skall vara och se ut. Ständigt och dagligen bombarderas en av normativa påståenden om det farliga fettet och oändliga botemedel på detta. Samhällsvetaren Dawn Zdrodowski menar att erfarenheten av att vara överviktig ofta blir trivialiserad och förbisedd inom forskarvärlden.¹

Studien är förankrad i vardagen, och för att fånga detta använder jag mig olika teman såsom mat och ätande, kroppen i rörelse, hälsa och motstånd. Dessa teman som jag valde ut, skapades i dialog med fenomenologin om kroppsliga erfarenheter och eget intresse. Det är teman som alla kan tala om och upplever i sin vardag, men jag tror att vardagen för en överviktig person upplevs annorlunda.

Att arbeta feministiskt och skriva inom en genusvetenskaplig tradition öppnar för ett emancipatoriskt och interdisciplinärt arbete vilket denna studie kommer att vara en del av. Dock är jag av den mening att genusvetenskapen och feminismen i Sverige inte tillräckligt har problematiserat hur det är att vara fet i dagens samhälle och det behövs mer forskning inom detta område. Marilyn Wann, fettaktivist, feminist och samhällsvetare sätter ramen för fettstudier så här;

The field of fat studies offers a crucial corollary of fat pride community and fat civil rights activism. Fat studies have the potential to make a unique contribution as a theoretical and analytical undertaking, and also provide much-needed momentum and moral suasion for social justice for people of all sizes.²

¹ Dawn Zdrodowski (1996) "Eating out. The Experiences of Eating in Public for the "overweight" Woman" in *Women's Studies International Forum* vol 19 No. 6 s. 663

² Marilyn Wann(2009) "Foreword" *Fat Studies: An invitation to Revolution* i *The Fat Studies Reader*(eds) Esther Rothblum och Sondra Solovay New York University Press: New York & London s. x

Hon refererar till en amerikansk kontext men jag menar att samma slags kultur finns i Sverige. Jag vill situera denna studie inom ramen för kritiska fettstudier.

Att skriva den här uppsatsen öppnar för en diskussion om fettförkroppsligande. Det teoretiska ramverket utgår från fenomenologin och framförallt filosofen Maurice Merleau-Ponty. Merleau-Pontys fenomenologi öppnar för en vid förståelse om kroppslighet och den levda erfarenheten tillsammans med andra fenomenologiskt riktade teoretiker som Iris Marion Youngs förståelse av gruppstillhörighet och kulturell dominans, Toril Mois tolkningar av Simone de Beauvoirs kropp som en situation och Bill Hughes användande av Jean Paul Sartres blick, le regard. Tillsammans agerar dessa inom en fenomenologisk ram och kunskapsproduktion som placerar kroppen och erfarenheten i fokus.

1.1 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Det övergripande syftet med uppsatsen är att undersöka, lyfta, problematisera och analysera levda erfarenheter av övervikt. Genom det föregående syftet kan jag uppfylla det sekundära syftet, att ifrågasätta de starkt voluntaristiska förställningar som existerar runt den överviktiga kroppen, och skapa förståelse för hur det är att förkroppsliga övervikt i de strukturer som omger den.

- Hur upplever informanterna sin kropp i vardagen ur ett fenomenologiskt perspektiv med fokus på kropp, mat och ätande, träning och hälsa och motstånd?
- Hur upplever informanterna sin kropp i interaktion till andra och till sig själva?

För att uppfylla dessa syften har jag gjort en intervjustudie med nio informanter om dessa frågor som alla har erfarenhet av övervikt. Jag valde att göra en intervjustudie för att de som har erfarenhet av övervikt sällan kommer till tals. Det finns en forskningslucka att fylla i framförallt i en svensk kontext.

1.2 DISPOSITION

Jag kommer att inleda uppsatsen med begrepp och en kontextualisering till erfarenheterna jag vill undersöka, en introduktion till fettstudier och placera denna studie i det pågående samtalet, forskningsläget. I kapitel två presenterar jag det teoretiska ramverket, med fenomenologin som övergripande teori. I kapitel tre berättar jag hur jag genomförde denna studie, det vill säga en kvalitativ studie med tematiserande djupintervjuer som metod utifrån en feministisk emancipatorisk forskningstradition. Det empiriska materialet analyseras sedan i kapitel fyra. Analysen är uppbyggd kring fem delar som analyseras genom det teoretiska

ramverket till uppsatsen samt svarar på frågeställningarna och syftet. Till sist kommer en slutdiskussion som närmre knyter ihop och utvecklar resultaten med teorin.

1.3 BAKGRUND & BEGREPPSUTVECKLING

I detta avsnitt kommer jag ge en kontext till de erfarenheter jag vill undersöka, presentera begrepp och neoliberalism.

1.4 ÖVERVIKT?

Jag har valt att använda mig av ordet övervikt och överviktig, inte för att det är ett neutralt ord utan för att det kändes lättare under intervjusituationen att fråga om någons övervikt än någons fett eller upplevda fetma. Istället för att använda ordet man kommer jag i fortsättningen använda ordet en. Ordet övervikt är något som fettaktivister motsätter sig för att ordet implicerar att vikten är över normal, men det är ändå ordet jag valde att använda. Ordet normalviktig kan implicera att det finns en normal vikt att förhålla sig till, jag använder det ordet för personer vars vikt som motsvarar normen, för att differentiera mot övervikt eller när det används av andra.³ Jag är väl medveten om att flera sjukdomar förknippas med övervikt, men det ligger inte inom ramen för studiens intresse.

WHO (World Health Organisations) skriver om en epidemisk utbredning av fetma globalt, som de har benämnt globesity⁴ och i Sverige klassas fetma som en sjukdom som går att behandla, något som vårdapparaten är överens om.⁵ Vilken betydelse fett har beror på dess kontext, i västvärlden uppfattas fett som något farligt, dödligt, något att skämmas över, medan i andra delar av världen kan fett vara något eftersträvt.⁶ Det finns många självutnämnda auktoriteter som bestämmer vem som är överviktig eller inte som försäkringsbolag, vårdutövare, staten och så vidare. Wann menar att det är stora skillnader om du klassas inom normen eller utanför, det kan vara skillnaden mellan privilegier eller förtryck.⁷

³ Wann (2009) s. xii

⁴ WHO (World Health Organization) <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/en/index.html> (2013-11-18)

⁵ Diana Mulinari (2009) "Den andra familjen" Genus, nation och migration" i *Välfärd. Genus och familj* Janet Fink & Åsa Lundqvist (red) Liber AB: Malmö s. 21

⁶ Don Kulick and Anne Meneley (2005) "Introduction" *Fat, The Anthropology of an Obsession* Don Kulick and Anne Meneley (eds) Penguin Group: New York s. 2

⁷ Wann (2009) s. xiv

1.6 I VALFRIHETENS KÖLVATTEN – NEOLIBERALISMEN

För att kunna kontextualisera överviktiga erfarenheter vill jag skriva om neoliberalismen. Den påverkar kroppar och vilka valfriheter den får. Antropologen David Harvey menar att neoliberal ideal har befästs i Sverige på relativt kort tid. ”Probably, nowhere in the Western world was the power of capital more democratically threatened in the 1970s than in Sweden...The really shift towards neo-liberalism came with the Conservative government in 1991.”⁸

David Harvey definierar neoliberalism som ”...a theory of political economic practices that purposes that human well-being can best be advanced by liberating individual entrepreneurial freedoms and skills within institutional framework characterized by strong private property rights, free markets, and free trade.”⁹ Staten har som uppgift att garantera att dessa praktiker efterföljs. Neoliberalism har enligt Harvey internaliserats och styr hur vi tolkar, lever och förstår världen. Ett talande exempel för det som Harvey beskriver finns i Bryan S. Austins artikel *Commodity knowledge in consumer culture*. Han visar på hur hälsokulturen och folkhälsan är starkt sammankopplad med ekonomiska intressen och har varit en lång tid tillbaka.¹⁰ En annan viktig poäng som Julie Guthman presenterar är hur neoliberal idéer befäster sig i våra kroppar. Hon förklarar: ”The neoliberal moment is the key here precisely because it extend capital power into previously unoccupied life worlds and natures in a spatial fix of the body. For the body is not only the site through which capital circulates as labor power, but it is also a site through which capital circulates as commodities.”¹¹

Guthman menar att vad det än må gälla bantning eller fetma, så är kroppen platsen där “where capitalism contradictions are temporarily resolved”¹² En nyckelaspekt i neoliberalismen är tanken om *rätten till valfrihet*, denna tanke uppstod under Thatcher-Regan eran i en kritik emot staten som överdriven eller orimlig. Genom att bruka valfrihet så använder vi oss också av frihet. Idag så konsumerar en för konsumerandes skull och medborgarskapet har övergivits till förmån till konsumismen enligt Guthman.¹³ Konsumentens uppgift är att handla produkter av den globala kapitalismen, tidigare så skulle en bra medborgare arbeta också men det har

⁸ Mulinari (2009) s. 211

⁹ David Harvey (2005) *A brief history of Neoliberalism* Oxford University Press: New York s. 2

¹⁰ Bryan S. Austin (1999) “Commodity knowledge in consumer culture” I *Weighty Issues: Fatness and Thinness As Social Problems* Jeffery Sobal & Donna Maurer (eds) Aldine Transactions: New York s. 174-175

¹¹ Julie Guthman, (2009) “Neoliberalism and the Constitution of Contemporary Bodies” in *The Fat Studies Reader* Rothblum Esther and Solovay Sondra (eds) New York University Press: New York s. 192

¹² Guthman (2009) s. 192

¹³ Guthman (2009) s. 193

övergivits till att endast fokusera på konsumtion. Grundtanken inom kapitalismen är att öka produktiviteten och behålla behoven av att konsumera varor och tjänster och hålla människor hälsosamma.¹⁴ Professorn i sociologi, Deborah Lupton, menar att det finns två orsaker till att vara laglydiga neoliberal subjekt. För det första skall en inte vara en ekonomisk börda för staten, för det andra måste medborgarna vara produktiva. Så det ligger i statens intresse att se till att medborgarna sköter sin hälsa.¹⁵

En annan nyckeltanke är den nyliberala iden om *responsibilization*. Neoliberalismen är emot för mycket intervention från staten och ger individen ansvaret för sig själv och de val som en gör. Guthman skriver ”In that way, neoliberalism also produces a hyper - vigilance about control and self-discipline.”¹⁶ Hennes slutsats är att vi deltar i samhället som konsumenter och själdisciplinerande subjekt, vilket blir intressant i relation till överviktiga erfarenheter. Tillsammans med patriarkala strukturer och nyliberala starka konsumtionskrafter blir frågan om kroppen en hårdvara.

1.7 DET PÅGÅENDE SAMTALET- FORSKNINGSLÄGE

Forskningsläget är indelat tre delar, först kommer en introduktion till varför fett är en feministisk fråga, i den andra delen skriver jag om de kulturella föreställningarna kring övervikt i relation till mina teman och generella erfarenheter, och i den avslutande delen om fenomenologi och övervikt. För att söka rätt på mitt forskningsläge startade jag med att leta referenser i de böcker som jag fann. Snabbt visade det sig att det är nästintill intet skrivet om överviktiga erfarenheter i Sverige, i alla fall inte där jag har funnit.¹⁷ Efter det använde jag olika litteratursökningar på både svenska och engelska för att ringa in forskningsläget. Det finns en rad studier som visar att överviktiga blir diskriminerade och jag tänkte redovisa ett axplock av dessa.

Mycket av forskningen kring fett är situerad i USA, Kanada men även till viss del i Nordeuropa. Den del som jag kommer att behandla är den som på olika sätt berör överviktiga erfarenheter i fas med mina teman och frågeställningar. Jag vill börja med att lyfta *varför* fett skall vara en feministisk fråga. Sociologen Abigail Saguy har identifierat de olika ingångarna till varför fett skall vara en feministisk fråga. En gren menar att kvinnor är överviktiga på

¹⁴ Guthman (2009) s. 193

¹⁵ Lupton (2013) s. 39

¹⁶ Guthman (2009) s. 194

¹⁷ Det har publicerats en svensk journalistisk bok i år kring fett och det är Julia Scotts bok *Kroppspanik. Fett lögner och sjukt onödigt ångest* (2013)

grund av patriarkatet och genom övervikten kommer de undan blickarna och heterosexismen, det är en del av ojämlikheten mellan könen, med böcker av Susie Orbach *Why fat is a feminist issue*, och Becky Thomsons bok *A hunger so wide and so deep*.¹⁸ Sagauy skriver att flera forskare i USA menar att fett är feministisk fråga då den ofta drabbar kvinnor av färg och fattiga kvinnor. Dock så menar andra att sådan slags forskning blir moraliserande och påträngande även om den är välmenad. Andra forskare som Naomi Wolf, Jean Kilbourne och Susan Bordo fokuserar på rädslan för fettet och smalhetens tyranni och vad det gör med kvinnor, vilket leder till dålig självbild och ätstörningar som bulimi och anorexia. Detta är den mest utforskade delen där kvinnor vars vikt motsvarar normen står i fokus och hur deras liv disciplineras.¹⁹ Flera artiklar jag har läst skriver om levd erfarenhet av övervikt, men har som bakomliggande syfte att hantera den växande fetmaepidemin och lösningar på detta. Sondra Solovay och Esther Rothblum, författarna till *The Fat Studies Reader* intar en annan position till varför fett är en feministisk fråga. De ställer vikt i relation till etnicitet, klass, kön, och sexualitet och sätter erfarenheterna i centrum. Saguy menar att denna position är att föredra än de andra, vilket jag ställer mig bakom.²⁰ Gemensamt för studierna jag har funnit är att de är överens om att människor med övervikt råkar ut för stigma, diskriminering och ökat lidande och att det påverkar den sociala interaktionen. Liksom att kvinnor i högre grad råkat ut för stigmatisering och psykisk ohälsa.

Forskarna Jane Ogden och Cecilia Clementi skriver i sin artikel att överviktiga beskrivs som lata, dumma, personer med dålig hygien, karaktärlösa, icke - attraktiva, -atletiska, -framgångsrika, och icke hårt arbetande än dem som vars vikt motsvarar normen.²¹ Idealet i det västerländska samhället är en smal, tonad kropp och denna kropp associeras med självdisciplin och kontroll. Erfarenheten av att bli diskriminerad är en vanlig erfarenhet bland överviktiga människor, framförallt överviktiga kvinnor. I en av studierna de undersökte fick arbetsgivaren i en fiktiv miljö beskriva en nyligen anställd som avgått och fick valet mellan två nya arbetstagare, så hade personer vars vikt inte motsvarar normen 83 % lägre chans att bli erbjudna arbete än personer vars vikt motsvarar normen. Detsamma gällde personer med

¹⁸ Abigail Saguy (2011) ""Why can't you control yourself" *Why fat should be a feminist issue*" i *Feminist Forum Sex Roles* s. 600

¹⁹ Saguy (2011) s. 601

²⁰ Saguy (2011) s. 603

²¹ Jane Ogden och Cecilia Clementi (2010) "The experience of being obese and Many consequences of stigma" i *Journal of Obesity* s. 2, Kathleen LeBesco (2004) *Revolution Bodies The struggle to redefine fat identity* University of Massachusetts Press: Amherst and Boston s. 2

sjukfrånvaro.²² För att sedan bli erbjudna arbete ville arbetsgivaren ha en lönekomensation. Om de skulle anställa en överviktig person skulle de erbjuda en 48 % lägre lön. Intressant nog så visade en av studierna i forskningsöversikten att kvinnliga rekryterare var mer motvilliga att anställa kraftigt överviktiga på grund av att de var mindre villiga att ta risker än manliga rekryterare.²³ Vidare så angav en fjärdedel att en överviktig person skulle prestera sämre än en person vars vikt motsvarar normen.²⁴ Det pågår en skamkampanj över världen att överviktiga är farliga för samhället och sig själva på grund av hälsorisker och kostnaden för samhället.²⁵

Diskriminering mot överviktiga sker på flera plan i samhället, som att överviktiga inte får adoptera från till exempel Kina²⁶, kvinnor med övervikt får inte heller utföra IVF i Sverige²⁷ och England. Dock gäller det endast kvinnan och för en möjlighet att utföra en IVF behöver hon gå ner i vikt. Wann har gjort en forskningsöversikt över USA och visar bland annat att överviktiga studenter råkar ofta ut för överfall och fördomar, en av tio tycker det är acceptabelt att avskeda en arbetare för att denne är överviktig. I affärer får överviktiga sämre service samt har svårare att få boende. Överviktiga kvinnor tjänar mindre än normalviktiga och vackra människor tjänar 5 % mer än normalvackra.²⁸ Stigmat mot överviktiga är också närvarande inom vården. Clementi och Ogden presenterar en studie i deras artikel att människor inom medicin hyser fördomar emot överviktiga. Läkare och läkarstudenter fick svara på vilka personlighetsdrag överviktiga hade. 97 % av läkarna och läkarstudenterna bedömde överviktiga som dumma, 90 % svaga och 55 % som fula.²⁹ Aimée Ekman, en svensk forskare presenterar begreppet *viktordningen* där vissa gynnas och andra missgynnas. Överviktiga i västerländska kulturen drabbas allra hårdast av viktordningen.³⁰ Hon intervjuade 14 överviktiga personer om hur de upplevde deras vardag. De dömande blickarna är med i

²² Emilia Johansson *Forskningsöversikt över rekrytering i arbetslivet Forskning som har presenterats vid svenska universitet och högskolor sedan år 2000* (2013) Diskrimineringsombudsmannen DO 2012 s. 13

²³ Johansson (2013) s. 18

²⁴ Johansson (2013) s. 19-20

²⁵ Neil Seeman and Patrick Luciani (2011) *XXL Obesity and the limits of shame* University of Toronto: Press: London, Toronto, Buffalo s. 73

²⁶ Barnens vänner <http://www.bvadopt.se/scripts/lander.asp?ids=12&title=Kina> 2013-12-02

²⁷ http://www.skane.se/sv/Webbplatser/Skanes-universitetssjukhus/Organisation-A-O/Reproduktionsmedicinskt-centrum/For-patienter/SjukdomarFakta/IVF-enheten/Vem_erbjuds_IVF-behandling/ 2013-12-02.

²⁸ Wann (2009) s. xx

²⁹ Ogden och Clementi (2009) s. 2

³⁰ Aimée Ekman (2011) *Ett fett liv: En artikulering av viktordningen på bas av överviktiga människors erfarenheter* Linköping University Electronic Press: Linköping <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:liu:diva-80854> s. 1

hennes informanternas berättelser. ”Den dömande blicken ger sig inte enbart till känna i interaktionen mellan människor utan också i media”.³¹

N. H Crossrow med flera identifierar fem domäner där vikt och stigma upplevs. Inom *familjen* upplevde informanterna mycket tjat och en upplevelse av att bli behandlade sämre än andra familjemedlemmar. I den *sociala miljön* upplevde informanterna att de inte kände sig välkomna på gym, svårt att få romantisk kärlek och uppmärksamhet samt råkade ut för verbala påhopp.³² Författarna lyfte även *arbetsplatsen*, där de nekades arbete eller behandlades sämre än sina medarbetare. Men även inom servicesektorn upplevde de sämre service och där inkluderades även vårdsektorn. Inom vården ville läkaren endast prata om vikt och viktnedgång än det som informanterna verkligen upplevde som problemet. Kvinnor sökte då överlag sig mindre till vården på grund av detta. Den femte och sista domänen var en *generell känsla av att bli behandlade dåligt* som tog sig i uttryck i en känsla av att bli negativt värderade och dömda.³³

Karen Synne Groven och Gunn Engelsrud presenterar liknande resultat och menar att det är just kanske synligheten som ökar stigmat.³⁴ L.S Thomas visar i deras studie att alla av deras 76 deltagare råkat ut för diskriminering eller stigma. Detta skedde främst när informanterna köpte kläder eller mat.³⁵ Vidare så uttryckte informanterna en ökad kultur av skam emot sig samt att de kände sig betraktade som en börda för samhället. För att hantera sin situation gjorde informanterna narr av sig själva, stängde av känslor, och en liten minoritet isolerade sig helt.³⁶

Relationen till mat och ätande problematiserar samhällsvetaren Dawn Zdrodowski som intervjuade på olika sätt 161 kvinnors relation till ätande i offentligheten. Där identifierade hon två olika sätt att förhålla sig till plats, det formella ätandet som innebar dop, bröllop, födelsedagar och liknande, och det informella ätandet på pubar, restauranger och snabbmatskedjor. Hon skriver att för många kvinnor som bär på extra vikt är vikten intet ett

³¹ Ekman (2011) s. 119

³² N. H Crossrow, F. Jeffery, R-W M-T McGuire (2001) "Understanding Weight Stigmatization: A Focus Group Study" in *Journal of nutrition education* vol 33 s. 211-212

³³ N. H Crossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

³⁴ Karen Synne Groven Gunn Engelsrud (2010) "Dilemmas in the process of weight reduction: Exploring how women experience training as a means of losing weight" in *Qualitative Studies on Health and Well-Being* Vol 5 nr 2 s. 7

³⁵ Thomas, S L., Hyde, J., Karunaratne, A., Herbert, D., & Komesaroff, P-A. (2008). "Being"fat" in today's world: a qualitative study of the lived experiences of people with obesity in Australia" *Health Expectations*, vol. 11 s. 325

³⁶ Thomas, S L., Hyde, J., Karunaratne, A., Herbert, D., & Komesaroff, P-A. (2008) s. 325

problem i sig, utan problemet kring vikt konstrueras i de sociala interaktionerna.³⁷ Hennes resultat visade att kvinnornas ätande ute var en stark obehaglig upplevelse. De ville äta rätt mat, som var nyttig för att visa att de gjorde något åt problemet, samtidigt så fasade de över att inte få plats eller känna sig instängda på pubar och kaféer. Att äta rätt var kostsamt och flertalet av kvinnorna tjänade lite och arbetade deltid. Att äta inom familjen upplevdes också negativt då det visades lite förståelse och då åt hellre kvinnorna helt ensamma.³⁸ En viktig slutsats som Zdrodowski lyfter är att kvinnor inte tar plats i samhället på samma sätt som män, att då vara överviktig och ta upp ännu mer plats utmanar gränserna. ”Excess body fat is probably the most stigmatised pshysical feature.”³⁹ Mat förstås i termer om den gör en smal eller fet och inte som näring.

Feta personer, menar sociologen Deborah Lupton för en ständig kamp mot sin plats, de får helt enkelt inte plats på flygplan eller i kollektivtrafiken. ”So too, going out into public spaces can be confronting for fat people, as they feel the assessing gazes of others upon thier bodies”.⁴⁰ Likaså är det svårt för överviktiga att gå ut och äta bland andra människor, de råkar ut för kommentarer, blickar och känner sig dömda. Så det är väldigt sällan som överviktiga kvinnor skämmer bort sig med mat för att undvika kommentarer. Lupton menar att “Eating in public for fat people, therefore, can never be divorced from cultural expectations about the relationship between the fat body and indulgence and the need for self-discipline”⁴¹. Denna studie använder främst skriven litteratur och till viss del bloggar.

Karen Synne Groven och Gunn Engelsrud ville veta hur patienterna upplevde träning, samt hur patienterna upplevde sjukgymnasternas expertkunskap. En skillnad de lyfte fram var att kopplingen mellan unga män och mental ohälsa inte var lika stark som hos unga kvinnor. De använde sig av materialet från fem djupintervjuer med kvinnor som deltog i ett träningsprogram i syfte för att gå ner i vikt. Resultatet visar att vara i andras blickfält skapade en känsla av skam och negativa upplevelser bland andra personer vars vikt motsvarar normen, och att de kände sig tryggare i sin egen träningsgrupp med andra överviktiga människor. De förklarar detta genom Merleau-Pontys dialektiska förståelse inför kroppen till sig själv och andra; “Shame and immodesty, then, take their place in a dialectic of the self and the other which is that of master and slave: in so far as I have a body, I may be reduced to the status of

³⁷ Zdrodowski (1996) s. 657

³⁸ Zdrodowski (1996) s. 660

³⁹ Zdrodowski (1996) s. 663

⁴⁰ Lupton (2013) s. 75

⁴¹ Lupton (2013) s. 76

an object beneath the gaze of another person, and no longer count as a person for him.⁴² De gemensamma erfarenheterna skapade en känsla av trygghet och förståelse. Författarna lyfte även informanternas vilja att hela tiden försöka lite mer och hårdare och att smärta var en del av träningen. Genom viktnedgången upplevde de en känsla av att komma i kontakt med sig själva och personen inuti kroppen, men det ställdes i kontrast till en negativ upplevelse om de fick dåligt resultat på vågen.⁴³

Jag fann tre studier som använder sig av fenomenologin. Karen Synne Groven och Gunn Engelsrud tolkar känslan av att bli sedda genom Merleau-Pontys filosofi. Genom att bli sedda av andra upplever de en känsla av skam och kroppsmedvetenhet som fula och feta. ”On this way, women are responsible for their looks, while at the same time there is a message that they do not have to live with a body of which they are ashamed.”⁴⁴ Deras erfarenheter tolkas i relation till de ideal som omger den feminina kroppen som de inte kan leva upp till. Detta skapar en känsla av skam och en känsla av separation från sig själva.⁴⁵ En intressant slutsats de för är att kvinnorna i studien förnekade sina känslor av obehag och smärta för att leva upp till normen och deras och sjukgymnastens förväntningar.

Deborah Lupton har som ett av syftena i sin bok att undersöka hur feta personer upplever sin kropp och sina viktnedgångsförsök i tid och rum, och om övervikt borde gå som en funktionsnedsättning.⁴⁶ Lupton menar att till skillnad från andra diskrimineringsgrunder så ses fetma som något självförvållat som kan ordnas genom självkontroll och självdisciplin. Kroppsstorleken är något som kan förändras genom viljekraft och som Lupton förstår i relation till neoliberalismen.⁴⁷ Samantha Murray, doktor i kritiska kulturstudier och genusvetenskap problematiserar levda erfarenheter av övervikt. Denna bok utgår också från annan litteratur. Murray visar på hur fettförkroppsliggande skapar en spricka i hur kvinnor uppfattar sig själva mellan jaget och kroppen. Överviktiga, menar Murray avsexualiseras och bilder av överviktiga och sexuella aktiviteter kodas som äckliga, perversa eller som en del av en sexuell fetisch.⁴⁸ Den feta kroppen står som symbol för ett misslyckat jag, okontrollerbara behov och frosseri. Kroppen blir det visuella medlet för att visa det kontrollerade,

⁴² Groven & Engelsrud (2010) s. 10

⁴³ Groven & Engelsrud (2010) s. 8-9

⁴⁴ Groven & Engelsrud (2010) s 10

⁴⁵ Groven & Engelsrud (2010) s 10

⁴⁶ Lupton (2013) s. 67

⁴⁷ Lupton (2013) s. 68-69

⁴⁸ Samantha Murray (2010) *The "Fat" Female Body* Palgrave Mcmillian: New York s. 124 Murray (2010) s. 180

hälsosamma inre jaget.⁴⁹ Murrays viktigaste slutsats är att övervikt är en fundamentalt intersubjektiv värld. Att vara, formas av våra ständiga möten med andra.⁵⁰

Jag vill med denna studie fördjupa mig i vardagliga erfarenheter och relationer samt ge en helhetssyn på upplevda erfarenheter av övervikt genom den fenomenologiska läsningen av erfarenheterna. På så sätt vill jag bidra med att fylla i luckan om levda erfarenheter om övervikt som både ser till kön och kroppslighet från en kritisk feministisk synvinkel i en svensk kontext.

1.8 SAMMANFATTNING

Uppsatsen har som primärt syfte att analysera, problematisera och förstå levda erfarenheter över övervikt. Fettstudier erbjuder en kritisk position att skriva utifrån genom, och att vi alla har ett moraliskt ansvar inför varandra oavsett kroppsstorlek. Forskningsläget visar att det saknas forskning från ett kvalitativt förstahandsperspektiv och framförallt i en svensk kontext vilken jag ämnar bidra till.

⁴⁹ Murray (2008) s. 124

⁵⁰ Murray (2010) s. 180

KAPITEL 2. DET TEORETISKA RAMVERKET

Till denna studie betraktar jag den utvalda teorin som verkligen ett ramverk, vilken innanför teorierna tillsammans verkar för en bred förståelse om överviktiga erfarenheter, med fenomenologin i förgrunden. Fenomenologin är bland annat en erfarenhetsfilosofi, jag skriver bland annat för det är även en metod, och kunskapsteori om fenomenens väsen och varseblivande grundad av Edmund Husserl som verkade i slutet av 1800-talet och 1900-talets början.⁵¹ Min fenomenologiska resa tar avstamp i feministiska och egna läsningar av den franska filosofen Edmund Husserl, Maurice Merleau-Ponty, filosofen Simone de Beauvoir samt Iris Marion Youngs teorier om kulturell dominans och Bill Hughes teorier om *le regard, blicken*.

2.1 FENOMENOLOGISKA GRUNDIDÉER OCH KUNSKAPSTEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER

*”Vi måste gå tillbaka till sakerna själva”?*⁵² Edmund Husserl

Vad menas egentligen med Husserls berömda citat? Gå tillbaka till vaddå? I detta citat finns en inbäddad kritik till empirismen och att vi endast får tillgång till världen genom vårt medvetna, detta är en kritik mot psykologismen och dess övertro på det rationella tänkandet. Husserls och Merleau-Pontys ontologiska utgångspunkt är ifrån kroppen, det är endast genom våra *varseblivningar som varseblivande subjekt* som vi kan veta något. Kroppen är dock något mer än endast ett ting. Fenomenologerna erbjuder en kunskap som är förkroppsligad och situationsbunden.⁵³ Husserl var den som först utvecklade ett fenomenologiskt perspektiv på kroppen, men det var Maurice Merleau-Ponty som erbjuder en mer detaljerad teori om (för)kroppslighet.

Våra liv befinner sig i *livsvärlden*, (*lebenswelt*) det är fundamentet för all kunskap och således också den värld vi lever i. Husserl menade inte att naturvetenskaperna hade på något sätt fel, men de förnekade varifrån kunskapen är sprungen ”den livsvärld som ger kunskap mening”.⁵⁴ Detta filosofiska bortvändande från världen och kroppen in i teorierna nämner han som *epoché*. Alfred Schutz, en nästan samtida filosof och fenomenolog riktade skarp kritik mot den logiska positivismen. Det som ämnas studeras är vad Schutz kallade ”den sociala

⁵¹ Edmund Husserl *Fenomenologins ide* Daidalos: Uddevalla (1907) (1995) s. 41 och 85

⁵² Jan Bengtsson (1993) *Sammanflätningar. Husserls och Merleau-Pontys fenomenologi* Daidalos: Göteborg s. 25

⁵³ Carina Listerborn (2007) *Kroppen som situation – om kön, makt och rum Del 1: Begreppsutveckling* Rapporter och notiser 168: Lunds Universitet KFS Tryck Lund: Lund s. 52

⁵⁴ Klas Gustavsson (2011) *Det vardagliga och det vetenskapliga. Om sociologins begrepp* Media-Tryck: Lund s. 123

verkligheten”, vi människor lever våra liv med andra människor i en intersubjektiv gemenskap.⁵⁵ Merleau-Pontys forskningsfokus var ”levande närvarande i våra varseblivningar och därmed är oupplösligt förbunden med ett varseblivande subjekt”.⁵⁶ För Merleau-Ponty är människan varken endast ett objekt eller subjekt utan ett objekt-subjekt situerat i livsvärlden. Dock menar Merleau-Ponty att världen var där före all analys, till skillnad från Husserl som menade att världen grundas i ett rent medvetande.⁵⁷ Merleau-Ponty tar starka ontologiska ställningstaganden mot det rationella tänkandet och liksom Husserl menar han att kroppen är vårt fundament för vetande och kunskap. Den levande kroppen är utgångspunkten i Merleau-Pontys filosofi. Detta synsätt, skriver filosofen Jan Bengtsson, medförde ett helt nytt tankesätt inom filosofi och vetenskap. Bengtsson menar att Merleau-Ponty destabiliserar den västerländska dualismen medvetande/kropp genom att föra samman dem, enligt honom kan vi inte vara uppdelade. ”Perception is, as it were, midway between mind and body and requires the functioning of both.”⁵⁸

Genusvetaren Elizabeth Grosz pekar på tre saker som Merleau-Ponty har att erbjuda den feministiska forskningsvärlden. För det första ser han inte erfarenheter som en given kategori som vissa feminister gör menar Grosz, för det andra så tar han erfarenheter på allvar till skillnad från poststrukturalister och icke-humanister. ”He renders experience of immediate and direct relevance to philosophy and the production of knowledge”.⁵⁹ För det tredje så lokaliserar Merleau-Ponty erfarenhet någonstans mellan medvetande och kropp.

2.3 KROPPEN, LIVETS GÖMSTÄLLE

“My body is my point of view of the world”⁶⁰ Maurice Merleau-Ponty

“I have access to knowledge of my body only by living it”⁶¹ Maurice Merleau-Ponty

Vad är fenomenologi, frågar sig Merleau-Ponty? ”Fenomenologin har ambitionen av en filosofi som vill vara en ”exakt vetenskap” men den är också en redogörelse för rummet,

⁵⁵ Gustavsson (2011) s. 128

⁵⁶ Bengtsson (1993) s. 66

⁵⁷ Bengtsson (1993) s. 65

⁵⁸ Grosz (1994) s. 94

⁵⁹ Grosz (1994) s. 95

⁶⁰ Maurice Merleau-Ponty [1961] (2002) *Phenomenology of perception* Routledge: London and New York s. 81

⁶¹ Elizabeth Grosz (1994) *Volatile Bodies. Toward a corporeal feminism* Indiana University Press: Bloomington and Indianapolis s. 86

tiden, världen som är ”levda.”⁶² Den fenomenologiska kroppen, *corps propre* är den levda kroppen, är en individs egna unika kropp som är i världen. Inte som ett föremål utan som jag skrev tidigare, kroppen bebor världen. Perception, eller varseblivande, hur vi uppfattar fenomen menar Merleau-Ponty är en kroppslig funktion. ”Varje perception är en perception av någonting”⁶³ När vi varseblir något gör vi det genom kroppen. Han skriver, ”Med andra ord: att betrakta ett föremål är att komma till det och bebo det och därifrån uppfatta saker och ting alltefter den sida dessa visar i förhållande till det”.⁶⁴ Vi vet att en lampa är en lampa just för att vi har sett dessa lysande föremål i olika konstellationer många gånger tidigare. De existerar i ett meningssystem, jag förstår Merleau-Ponty, att allt vi ser gör vi genom våra samlade erfarenheter om till exempel lampor ingår i större system.

Tid, liksom rum kan förstås på liknande sätt. De lampor vi har sett, då, nu och i framtiden är att se alla lampor samtidigt. ”Nutiden håller fortfarande den närmast förflutna tiden i sin hand, utan att sätta den som föremål, och eftersom denna förflutna tid i sin tur håller kvar den tid som föregick den, så övertas och uppfattas hela den tid som förflutit i nutiden.”⁶⁵ Det är genom kroppen, förnimmelser, händelser och saker som är givna oss är givna genom erfarenhet. ”We must therefore avoid saying that our body is in space, or in time. It *inhabits* space and time.”⁶⁶ menar Merleau-Ponty. Genusvetaren Samantha Murray sammanfattar Merleau-Pontys *corps propre* väl; ”Rather, one’s lived experiences are always already corporeal, and we do not simply experience our bodies, but our bodies are our experience”.⁶⁷ Enligt Merleau-Ponty är subjektet situerat i världen och vår kropp bebor den och platsen blir till när kroppen antrar ett rum. Vi och världen är gjorda av samma kött (*la chair*).

2.4 RELATIONEN TILL SIG SJÄLV OCH ANDRA

*”And just as our bodies are not separate from our selves, nor can our bodily being –in- the- world ever be separated from others, and the world.”*⁶⁸ Maurice Merleau-Ponty

⁶² Maurice Merleau-Ponty (2004) *Lovtal till filosofin: essäer i urval* Brutus Östlings Bokförlag Symposion: Stockholm/Stehag s. 41

⁶³ Merleau Ponty [1961] (1997) s 17

⁶⁴ Maurice Merleau-Ponty *Kroppens fenomenologi* [1945] (1961) Daidalos AB: Göteborg s. 14

⁶⁵ Merleau-Ponty [1961] (1997) s. 15

⁶⁶ Maurice Merleau-Ponty [1962] (1996) *Phenomenology of Perception* Routledge: New York, London s. 141

⁶⁷ Murray (2008) s. 159

⁶⁸ Murray (2008) s. 150

Förhållandet mellan dig och mig och våra kroppar kallar Merleau-Ponty för *intersubjektivitet*. För att förstå Merleau-Pontys teorier om interaktionen mellan människor måste vi först förstå förhållandet till sig själv. Livsvärlden (vår levda värld) är en slags tredje dimension, där ”subjektet präglas av världen och världen av subjektet.”⁶⁹ Alla våra tidigare erfarenheter i världen fram tills just nu är historiska, kulturella och sociala. Vår levande kropp står i förbindelse med subjekt i världen som han benämner *enveloppement*, det vill säga inveckling eller inlindning. Kroppens rumslighet kan inte förstås på samma sätt som föremål i världen. Vår kropps alla lemmar omfattas av vårt *kroppsschema*. ”När jag står framför mitt skrivbord och stöder mig på det med båda händerna så är det bara de som får betydelse, hela min kropp följer efter som en kometsvans.”⁷⁰ Vi upplever inte kroppen som ett föremål som vi har intern vetskap om utan ”...därför att den *existerar i riktning mot dem*, därför att den samlar sig för att nå sitt mål, och kroppsschemat är till ett sätt att säga att min kropp är till världen.”⁷¹ Kroppens riktning förstås mot kroppens internationalitet;

Let us therefore say rather, borrowing a term from other works, that the life of consciousness-cognitive life, the desire or perceptual life-is subtended by an” intentional arc” which projects round about us our past, our future, our human setting, our physical, ideological and moral situation, or rather which results in our being situated in all these respects. It is the intentional arc which brings unity to the senses.⁷²

Kroppens internationalitet är en förkroppsligad kunskap som stöder sig på tidigare erfarenheter. Vi konstruerar vår identitet mot de riktningar och val vi väljer att göra. Vårt varande i världen är alltid av en tvetydig existens som aldrig kan bli hel eller enhetlig, vi är alltid delade. Merleau-Ponty förklarar denna dubbla cirkuläritet till oss själva så här; ”När min vänstra hand griper den högra är den vänstra handen ett subjekt och den högra ett ting. Men i samma ögonblick som min vänstra hand griper den högra händer något extraordinärt; min högra hand känner den vänstra, den högra handen blir ett subjekt och den vänstra ett ting.”⁷³ Här beskriver Merleau-Ponty en dubbelsensation, vilken hand som är subjekt och objekt går i cirklar. På samma sätt som vår kropp är till världen- varo så är vår samexistens med andra människor, ett oundvikligt existentiellt faktum. Vår kropp är lite förenklat två sidor av ett

⁶⁹ Bengtsson (1993) s. 67

⁷⁰ Merleau-Ponty [1961] (1997) s. 53

⁷¹ Merleau-Ponty [1961] (1997) s. 54

⁷² Merleau-Ponty [1961] (1996) s. 136

⁷³ Bengtsson (1993) s. 73

mynt, men ändå ett och samma mynt. För att se oss själva skulle vi behöva en till kropp, eller en spegel menar han, även om vi aldrig riktigt kan bli hela utan en annan människa.⁷⁴

Jag tolkar denna cirkuläritet att vi aldrig kan bli hela, vår kropp är aldrig hel för vi kan aldrig se hela oss själva. Vår kropp är vår utgångspunkt i världen men samtidigt så är våra kroppar i en dialektisk interaktion med resten av världen. Denna dialektik problematiserar Merleau-Ponty så här;

Så snart vi se andra seende har vi inte längre bara framför oss tingens pupill -lösa blick; deras spegelfönster, denna svaga reflex, denna spegelbild av oss själva som de frammanar genom att peka ut en plats bland dem från vilka vi ser dem. Hädanefter är vi fullt synliga för oss själva genom dessa andra ögon. Detta tomrum där våra ögon finns, vår rygg. Fylls igen, fylls ut ännu mera synligt, som vi inte själva förfogar över.⁷⁵

I dina ögon blir alltså jag helt synlig för mig själv, för jaget kan inte se sig själv. En persons erfarenheter kan alltså förstås som både individuella och relationella samtidigt. Det är här jag tror det händer något som är riktigt viktigt, i mötet med en annan skapas jag själv, och jag påstår inte att reflexen av en annan person alltid är vänlig utan konstituerar mig som subjekt, och att dominanta föreställningar om kroppar sker just i interaktion i mänskliga möten. Lisa Folkmarsson- Käll förklarar väl hur mening av varandra skapas av andra i detta citat och förklarar Merleau-Pontys intersubjektivitetsteori.

Lived embodiment, he writes, reveals with clarity that the order of the subjectively experienced and that of the intersubjectively accessible call for one another and “to feel one’s body is also to feel its aspect for the other” (1968: 137). The way my body is perceived, understood and assessed by others will undoubtedly have an impact on the way I experience and live my embodiment. Particular and generalized others have a hold on me and partly determine who I am. In fact, the lived body is not only the outside manifestation of my intentions, but also a site for the inscription of social and cultural norms and values that I incorporate into who I am.⁷⁶

⁷⁴ Merleau-Ponty [1961] (1997) s. 91

⁷⁵ Helena Dahlberg (2011) *Vikten av kropp. Frågan om kött och människa i Maurice Merleau-Pontys Le Visible et L’invisible* Rebrocentralen vid humanistiska institutionen i Göteborg: Göteborg s. 104

⁷⁶ Lisa Folkmarsson Käll (2009) "A being of two leaves- on the founding significance of the lived body" i *Body Claims* Janne Bromseth Lisa Folkmarsson Käll och Katarina Mattson (reds) Uppsala: University Printers s. 123-124

Är vi då fördömda till mening som skapas av andra och inte mig själv, när Merleau-Ponty menar att vi inte kan se oss själva? Käll bringar ljus i detta och menar att vi föds in i spatiotemporal tid, in i meningar som undgår oss, de är här när vi kommer till världen. Men, menar Käll, genom att vara medveten om de meningar våra kroppar bär med oss så kan vi göra motstånd emot dem. Käll skriver ”Quite to the contrary, meanings inscribed on me from my surroundings are intertwined with my own subjective self-determined articulations of my identity and generate my own specific style of being.”⁷⁷ Vår till-världen-varo emellan oss är av en ambivalent art, liksom förhållande till oss själva. Konsten i att bli ett helt subjekt ligger i att du alltid är delad, världen är i kroppen och kroppen i världen, du är i mig och jag i dig. Detta beskriver Merleau-Ponty som kiasmen som han utvecklar i sin bok *Le visible et l'invisible*, (*Det synliga och det osynliga*). I den boken utvecklar han även begreppet *la chair*, eller köttet som Helena Dahlberg beskriver som ”köttet är alltså i Merleau-Pontys filosofi, glappet, vändpunkten eller glipan.”⁷⁸ Som jag tolkar det är köttet mellan oss och världen. Tänk dig två cirklar som möts, inte helt, fältet där de möts det är köttet, glipan där vi möts. Det är vår köttsliga kropp men även varande i världen och världen i oss, i en alltid öppenhet, cirklar som ständigt möts, bryts och möts igen i oändlighet. Bengtsson uttrycker det som; ”allmänt formulerat utgör vi alla en oändlig och öppen fortsättning av varandra.”⁷⁹

När Merleau-Ponty skriver om kroppen skriver han utifrån sin kropp och dess erfarenheter, en kropp som är vit, funktionell, medelklass och som man, en speciell sorts erfarenhet. Det som saknas i kroppens fenomenologi är förkroppsligade andra(s) erfarenheter som tar människors skilda erfarenheter på allvar. Därför vände jag mig till Simone de Beauvoirs teorier om kön och kroppen som situation.

2.5 SIMONE DE BEAUVOIR- KROPPEN SOM SITUATION

Simone de Beauvoir, filosof, samtida med Merleau-Ponty och Jean -Paul Sartre, skriver i sin bok *Det andra könet* att kroppen skall vara betraktad som *en situation*. Jag kommer närma mig Simone de Beauvoir genom Toril Mois läsning av de Beauvoir. Kroppen är en situation menar Moi är placerad i andra situationer.

Att hävda att kroppen är en situation är att erkänna att betydelsen av en kvinnas kropp är förbunden med det sätt på vilket hon använder sin frihet... andras situationer kommer att påverka våra projekt, som i sin tur kommer att forma våra erfarenheter av

⁷⁷ Käll (2009) s. 127

⁷⁸ Dahlberg (2011) s. 102

⁷⁹ Bengtsson (1993) s. 83

våra kroppar. Således är varje kvinnas erfarenhet av sin kropp förbunden med hennes projekt i världen.⁸⁰

Mois använder sig de Beauvoirs tolkning av kroppens betydelse, hon menar att kroppen i sig inte avgör de sociala strukturerna eller individuella val, men det har betydelse för vilket projekt som blir möjligt och med det vilken frihet en kropp får.⁸¹ Moi argumenterar för de Beauvoirs förståelse av kön och menar att kön inte är det enda förtecken vi bär. Moi menar att vi skall överge kön/genus genom de Beauvoirs sätt att förstå kroppen som situation. Detta kan knappast karaktäriseras som vare sig kön eller genus. Detsamma gäller för ”levd erfarenhet”, som omfattar olika slags situationer (ras, klass, nationalitet etc.)⁸² Mois läsning av de Beauvoir breddar Merleau-Pontys levda erfarenhet till att omfatta flera situationer och där kön blir centralt. ”Min levda erfarenhet är inte uteslutande bestämd av de olika situationer jag är en del av. Snarare framstår den levda erfarenheten som en pågående sedimentering av utfällningar ur mina interaktioner av världen, och som därför ingår i min sedimentering.”⁸³

De Beauvoir blir ofta anklagad för biologisk determinism och essentialism på felaktiga grunder enligt Moi. Biologin är inte en kvinnas öde, men en del av henne. De biologiska fakta får endast betydelse i sin historiska kontext. Biologin, menar Moi, har ändå betydelse i en kvinnas situation även om biologin på intet sätt determinerar henne. Snarare förklarar biologin inte kvinnors underordning i samhället.⁸⁴ Moi hävdar att vår biologi är fundamental för vår situation i världen, men de biologiska fakta ger inte det värde eller betydelse den individuella kroppen får i samhället.⁸⁵

”Kroppen bär alltså inte sin mening på ytan”.⁸⁶ Könets tillblivelse ligger hos den Andre;

For him she is the sex – absolute sex- no less. She is defined and differentiated with reference to man and not with reference to her; she is the incidental, the inessential as opposite to the essential. He is the Subject, he is the Absolute- she is the Other.⁸⁷

Vi hade inte vetat vilket könet på en person är om personen hade levt utan andra människor skriver Moi, det är något vi internaliserar. Mois läsning av de Beauvoir bjuder på ett

⁸⁰ Toril Moi (1997) ”Vad är en kvinna” i *Kön Res Publica* Nummer 35/36 s. 110

⁸¹ Moi (1997) s. 110

⁸² Moi (1997) s. 120

⁸³ Moi (1997) s. 108

⁸⁴ Moi (1997) s. 114

⁸⁵ Moi (1997) s. 112

⁸⁶ Moi (1997) s. 110

⁸⁷ Listerborn (2007) s. 25

intersektionellt perspektiv att arbeta med då kroppen måste förstås som en situation placerad i andra situationer. Jag vill placera den överviktiga kroppen inom en situation där biologin har betydelse men varken determinerar eller blir en essentialiserande utgångspunkt.

2.6 IRIS MARION YOUNG, *KULTURELL DOMINANS*

Jag vänder mig även till den feministiska statsvetaren Iris Marion Youngs fem förtryck, exploatering, marginalisering, maktlöshet, kulturell dominans och våld. Jag vill främst bruka mig av *kulturell dominans*. Young använder förtryck som ett strukturellt begrepp det vill säga;

Orsakerna till det strukturella förtrycket finner vi i normer, sedvanor och symboler som aldrig ifrågasätts, i föreställningar som ligger inbäddade i hävdvunna och institutionaliserade regler och rutiner och de samhälleliga konsekvenserna av att dessa regler och rutiner är allmänt omfattande och åttlydda.⁸⁸

Kan övervikt vara en grund för en grupptillhörighet? Personer med övervikt har olika kön, sexuella preferenser, klass, nationalitet och så vidare. Vår identitet menar Young uppstår i den andres ögon där en redan blir förknippad med vissa attribut och föreställningar. Hon använder sig av Heideggers ord ”inkastad” vilket betyder att en istället för att ansluta sig till en grupp blir som inkastad.⁸⁹ Att bli inkastad i en grupp gör att en inte heller har makt över att bestämma över gruppidentiteten.⁹⁰ En grupptillhörighet, i det komplexa skiktade samhället menar Young är koherenta, komplexa och heterogena.⁹¹

Young förklarar begreppet; ”att vara kulturellt dominerad innebär för den grupp som är utsatt att den är osynliggjord samtidigt som den framställs i stereotypa bilder och skiljs ut som annorlunda som den Andre”.⁹² Vidare så framställer sig den dominerande gruppens erfarenheter och kultur som allmängiltiga. Den dominerande gruppen har makten över kommunikation- och andra informationskanaler och därför menar Young, kommer deras värderingar, perspektiv, och tolkningar av sociala skeenden framställas som universellt giltiga.⁹³ När den dominerade gruppens hegemoni utmanas säkerhetsställer de sin position genom att konstruera måttstocken för vad som är accepterat som normalt och rimligt.⁹⁴ På detta sätt formuleras skillnader mellan människor. Young vänder sig till WEB du Bois

⁸⁸ Iris Marion Young (1990) *Att kasta tjejkast. Texter om feminism och rättvisa* Atlas: Stockholm s. 53

⁸⁹ Young (1990) s. 60

⁹⁰ Young (1990) s. 61

⁹¹ Young (1990) s. 62

⁹² Young (1990) s. 79

⁹³ Young (1990) s. 79

⁹⁴ Young (1990) s. 79

begrepp *dubbelt medvetande*, det vill säga, ”känslan att alltid se sig själv med andras ögon och ständigt mäta sig med måttstockar som upprättas i en främmande värld som betraktar en med kombination av roat förakt och medlidande”.⁹⁵ Kulturell dominans menar Young skapar en paradoxal känsla av att både vara i iögonfallande och osynlig samtidigt.⁹⁶

2.7 BILL HUGHES, *LE REGARD*

Iris Marion Young skriver om kvinnligt förkroppsligande utifrån en fenomenologisk infallsvinkel i sin artikel ”Att kasta tjejkast: om feminism och rättvisa”. En betydande del av kvinnligt förkroppsligande handlar om ”att bli tittad på”. En del av kvinnors situation menar Young handlar om ett vara en ren kropp, ett objekt. Denna objektifiering är en del av patriarkatet som kvinnor internaliserar och det blir en del av kvinnors situation.⁹⁷ Statsvetaren Bill Hughes utvecklar Jean-Paul Sartres blick *le regard* i artikeln *The Constitution of Impairment: modernity and aesthetic*⁹⁸ *of oppression*. Hughes ontologiska utgångspunkter tangerar till poststrukturalismen men använder sig också av en fenomenologisk ontologisk kunskapsproduktion. Det hans fenomenologiska användning och förståelse av blicken som jag vill använda. Liksom föregående teoretiker sätter han kroppen i centrum och vill undersöka funktionsnedsatta kroppar; ”The oppression of disabled people is also umbilically linked to the visual constitution of impairment in the scopic regime of modernity”.⁹⁹

Hughes menar att seendet i sig är vanställande. Utifrån en fenomenologisk förståelse är vision och perception fördunklad av mening, och seendet är funktionen som objektifierar och konstituerar. Hughes menar att en annans blick är som att ha ett vapen siktat mot sig. ”To be looked at is to experience a loss of power and the feeling of the play of power on the surface of the body.”¹⁰⁰ Seendet både konstituerar och makten av att fördöma någon till en identitet, liknande Youngs användande av Heideggers grupptillhörighet. ”Vision is an act of judgement which extends well beyond the senses that grounds it. It is a carnal point of view which is always simultaneously a cognitive, aesthetic, moral and a political point of view.”¹⁰¹ Samt blicken ordnar in människor i hierarkiska kategorier. Den som har makt över blicken har även en önskan om ordning och sanning. Skönhetsmyten menar Hughes är mitt ibland oss och är en del av vårt konsumtionssamhälle där yta är en viktig del av det. Dock går det att vända

⁹⁵ Young (1990) s. 80

⁹⁶ Young (1990) s. 81-82

⁹⁷ Iris Marion Young (1990) s. 275

⁹⁸ Ordet aesthtic översätts till svenska, esteticism, och betyder i korthet vad som betraktas som vackert.

⁹⁹ Bill Hughes (1999) ”The constitution of impairment: Modernity and the aesthetic of oppression” i *Disability & Society* 14:2 s. 155

¹⁰⁰ Hughes (1999) s. 162

¹⁰¹ Hughes (1999) s. 163

blickarna, att helt enkelt vägra underkasta sig den. Kraften, enligt Hughes är skammen, som är bränslet till en revolutionär kraft.¹⁰²

2.8 SAMMANFATTNING

Enligt Merleau-Ponty är vi alltid i öppen relation till varandra och våra blickar fullgör vår existens eftersom vi inte kan se hela oss själva. I det ständiga kontinuumet i mänsklig interaktion formuleras vår subjektivitet som alltid är föränderlig och ständigt i omförhandlande. I utgångspunkt i Toril Moi's läsning av de Beauvoir så förstår jag kroppen i en situation och placerad inom andra situationer. Kön, menar Moi är socialt och historiskt konstruerat men också en del av vår kropp, vilken vi erfar våra erfarenheter igenom likaså övervikt. Young öppnar för en förståelse av grupptillhörighet och kulturell dominans. Hughes tolkning av *le regard* ger ett analytiskt verktyg till att förstå hur blickar både skapar och fördömer den i synfältet till en kategori. Vilka slags friheter och utrymme en kropp får och tar beror på kroppens levda erfarenheter och projekt i världen i relation till andra människors projekt och situationer. Grundförståelsen till levda erfarenheter sätter Merleau-Ponty och de Beauvoir genom kroppen som basen för kunskapsproduktion.

¹⁰² Hughes (1999) s, 159, 162

KAPITEL 3. METOD & METODOLOGI

“Feminists have to insist of a better account of the world.” Donna Haraway¹⁰³

Fenomenologin som är den teoretiska utgångspunkten för studien inspirerade även metodvalet och de epistemologiska utgångspunkterna. Detta är en kvalitativ, explorativ och empirinära studie. I detta avsnitt kommer jag att diskutera mitt metodval som är tematiserade semistrukturerade djupintervjuer, vägen till informanter, min roll, som forskare och kropp, och konsten att vara reflexiv och vägen till analys.

Metodologiskt har jag inspirerats av artikeln *Objectivity and Truth: Problems in doing feminist research*. Där problematiserar sociologerna Johanna Essevald och Joan Acker samt statsvetaren Kate Barry vilka metoder som är/kan vara feministiska och kopplar samman det med en tanke om att göra forskning emancipatorisk och bidragande till att underminera maktstrukturer.¹⁰⁴ ”Emancipation, as we use the term, means the eventual end of social and economic conditions that oppress women and the achievement of a free society”.¹⁰⁵ Detta genom att analysera människors erfarenheter och att koppla samman med större socioekonomiska strukturer. Jag har utgått från dessa samhällsvetares tre mål; ett; kunskap som produceras som bidrag till kvinnors frigörelse och skall kunna användas av kvinnor själva, två; metoder som används skall icke vara förtyckande och till sist; forskning skall också alltid ifrågasätta sig själv och sina traditioner.¹⁰⁶ Forskarens viktigaste del i arbetet är att publicera slutresultatet.¹⁰⁷ Den emancipation jag eftersträvar innefattar alla människor.

Basen för kunskapsproduktionen i min studie är mina informanternas levda erfarenheter, berättelser och tolkningar av deras vardagliga liv. Sociologen Dorothy E. Smith skriver ”The knowing subject is always located in a particular spatial and temporal site, a particular configuration of the everyday/every night world.”¹⁰⁸ Det är där min forskning är situerad. Sociologen Terese Anving skriver att lyfta fram olika erfarenheter kring ett fenomen kan ge

¹⁰³ Donna Haraway (1988) ”Situated knowledges: The science question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective” i *Feminist Studies*, Vol, 14, No,3 s. 579

¹⁰⁴ Joan Acker, Kate Barry, och Joke Essevald (1983) ”Objectivity and Truth, Problems in Doing Feminist Research” i *Women’s Studies Int. Forum* Vol. 6 No. 4 s. 423

¹⁰⁵ Acker, Barry, och Essevald (1983) s. 424

¹⁰⁶ Acker, Barry, och Essevald (1983) s. 425

¹⁰⁷ Acker, Barry, och Essevald (1983) s. 428

¹⁰⁸ Dorothy E. Smith (1999) *Writing the Social. Critique, Theory, and Investigations* University of Toronto Press: Canada s. 5

en mer komplex och fullständig bild av det man studerar.¹⁰⁹ Smith problematiserar forskarens roll som kunskapsproducerade subjekt;

Riding a train not long ago in Ontario I saw a family of Indians, woman, man and three children standing together on a spur above a river watching the train go by. There was (for me) that moment- the train, those five people seen on the other side of the glass, I saw first that I could tell this incident as it was, but that telling as a description built in my position and my interpretations. I have called them a family; I have said that they were watching a train. My understanding has already subsumed theirs. Everything may quite other for them my description is privileged to stand as what actually happened, because theirs is no heard in the contexts I may speak. If we begin from the world as we actually experience it, it is as least possible to see that we are located and what we know of the other does conditional upon as part of a relation comprehend the other's location also. There are and must be different experiences of the world and different bases of experience.¹¹⁰

Smiths citat pekar på självklarheten i att både kategorisera människor och göra fenomen och människor förståeliga är något som föregår människorna i citatet på bron, hennes tolkning inbegriper dem. Denna självklarhet är något som måste tas i beaktning när en gör forskning och något jag själv reflekterade kring.

Reflexivitet, som en del att det feminsitiska projektet förklarar Nagy Hesse Biber;

The feminists, reflexive researcher's perspective begins with an understanding of the importance of one's own values and attitudes in relation to the research process. This recognition begins prior to entering the field. Reflexivity means taking a critical look inward and reflecting on one own lived reality and experiences; this self-reflection or journey can be extremely helpful in the research project.¹¹¹

Reflexivitet är en hjärtefråga i feministisk forskning. Att vara reflexiv gör forskaren uppmärksam på situationsdynamiken mellan informanten och forskaren i intervjusituationen.¹¹² Donna Haraway diskuterar feminismens kunskapsanspråk och ett sätt

¹⁰⁹ Terese Anving *Måltidens paradoxer. Om klass och kön i vardagens praktiker* Media -tryck: Lunds Universitet s. 80

¹¹⁰ Dorothy E. Smith (2004) "Women's perspective as a Radical Critique of Sociology" i *The Feminist Standpoint Reader. Intellectual & Political Controversies* (ed) Sandra Harding Routledge: New York and London s.30

¹¹¹ Sharlene Nagy Hesse-Biber (2007) "The Practice of feminist In-depth Interviewing" i *Feminist research Practice* Sage Publications: London, New Delhi s. 119

¹¹² Hesse-Biber (2007) s. 130

att ”se” i sin artikel *Situated knowledges: The science question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective*. För Haraway handlar det om att ta ansvar för hur forskare lär oss att se, positionerar och situerar oss.¹¹³ ”I would like here to insist on the embodied nature of all vision, and so reclaim the sensory system that has been used to signify a leap out of the marked body and into a conquering gaze from nowhere.”¹¹⁴ Att se från ingenstans och överallt är något som feministisk forskning inte kan göra, för då blir jag inte skyldig till ”guds tricket”¹¹⁵. Objektivitet kan endast uppnås enligt Haraway genom devisen; ”Feminist objectivity means quite simple situated knowledges”¹¹⁶, och vidare en förkroppsligad sådan vilken Merleau-Ponty advocerar för. Den historia vi väljer att berätta är vi direkt delaktiga i och kan inte stå utanför, och genom att vidkänna vår ”sight/site” som historiskt situerade subjekt rumsligt och seende kan vi bli moraliskt och politiskt ansvariga och därmed kan berätta en partiellt situerad berättelse och undvika det dubbla greppet om ”the greased pole”.

3.1 INFORMANTERNA

Mina informanter är människor som har erfarenhet av övervikt. Jag definierade aldrig övervikt utan det tolkningsföreträdet låg hos mina informanter. Jag satte upp informationsblad om studien på utvalda platser i Lund och Malmö, på Lunds Universitet, Malmö Högskola, bibliotek, matvarubutiker, lyktstolpar och allmänna tavlor. Jag bad även bekanta på Facebook att dela min status för att nå så många som möjligt, och jag postade även informationstexten i grupper som Fed-Up, ett nätverk för fettaktivister i Stockholm och Malmö. På detta sätt nådde jag människor långt utanför min krets och på många platser i Sverige. Mina första försöka att nå informanter var fruktlösa, men med en ny omgång på Facebook så blev jag kontaktad av flera. Detta resulterade i nio informanter åtta kvinnor och en man. Mina informanter är Cecilia, Moa, Tilde, Maja, Hugo, Lucy, Mia, Karin och Jill. Namnen är fingerade och citat som kan verka avslöjande är anonymiserade. Åldern på informanterna var i ett spann mellan 20-50 år. Merparten av dem har akademisk utbildning, arbetar eller/och studerar, är vita och från arbetar- och medelklassen. Det hade varit spännande att ha en jämn fördelning av könen för jämförelsens skull hur femininitet och maskulinitet förkroppsligas i relation med övervikt. Varför färre män sökte sig till studien kan jag inte svara på, en tanke är att kroppens yta och vikt ligger närmre kvinnor även om jag är helt övertygad att vikthetsen har spillt över på män

¹¹³ Haraway (1988) s. 583

¹¹⁴ Haraway (1988) s. 581

¹¹⁵ Haraway (1988) . 581

¹¹⁶ Haraway (1988) s. 581

och killar nu. Efter dessa nio intervjuer upplevde jag en empirisk mättnad även om jag säkert hade kunnat intervjuas minst lika många till.¹¹⁷

3.2 TILLVÄGAGÅNGSÄTT, SEMISTRUKTURERADE TEMATISERADE DJUPINTERVJUER SOM METOD

Intervjuerna, som är tematiserade semistrukturerade till sin form genomfördes våren 2013. Alla samtyckte till att bli inspelade. Intervjuernas längd varierar, den kortaste på cirka 35 min och den längsta på cirka 1,20 h, i genomsnitt ligger de på cirka runt en timme. Två av intervjuerna är genomförda över Skype där jag i den ena intervjun såg informanten men hon inte mig, och i den andra såg vi inte varandra. Vissa menar att närheten och den visuella aspekten mellan forskaren och informanten försvinner. Jag upplevde inte detta som något negativt snarare fokuserades mitt sätt att lyssna och betoningar blev tydligare.¹¹⁸ Fem av intervjuerna genomfördes på caféer, en hemma hos min mor och en hemma hos informanten. Jag lät informanterna bestämma plats och tid för att de skulle känna sig trygga.

Mitt metodval är sammankopplat med studiens syfte och teorival där erfarenheten av övervikt står i fokus därför valde jag tematiserade semistrukturerade djupintervjuer. Syftet var att fånga vardagliga skeenden och kroppsliga erfarenheter jag valde jag teman som mat och ätande, träning och kroppen i rörelse och motstånd sammanvävt med den sociala kontext de lever i. Att använda mig av semistrukturerade intervjuer betydde att jag hade vissa frågor i åtanke samtidigt fanns det en öppenhet för nya frågor och spår. Semistrukturerade intervjuer ger möjlighet till klargörande, utvecklande och tillfälle till en dialog runt ett ämne.¹¹⁹

Sociologen Sharlene Nagy Hesse-Biber menar att intervju som metod ger tillträde till annars inte artikulerade berättelser. Hon citerar Sculamit Reinharz för att göra sin poäng;

Interviewing offers researches access to people's ideas, thoughts, and memories in their own words rather than in the words of the researcher. This asset is particularly important for the study of women because in this way learning from women is an antidote to centuries of ignoring women's ideas altogether or having men speaking for woman.¹²⁰

¹¹⁷ Acker, Barry, och Essevald (1983) s. 425

¹¹⁸ Hesse – Biber (2007) s.119

¹¹⁹ Tim May [1993](2011) *Social Research, Issues, Methods and Research* 4th edition Open University Press: New York s. 134

¹²⁰ Hesse-Biber (2007) s. 110

Djupintervjuer är också bra på att utforska ett specifikt ämne som i mitt fall överviktiga erfarenheter. I de första intervjuerna följde jag intervjuguiden men i de andra intervjuerna så märkte jag att informanterna svarade på frågorna utan att jag behövde ställa dem. Att genomföra intervjuer är ett hantverk som kräver övning menar sociologen Karin Widerberg. Folk brukar i regel tycka om att tala om sig själva och är inte så intresserade av intervjuaren i sig, vilket stämde när jag intervjuade.¹²¹ Denna studies syfte ligger nära mina personliga erfarenheter och att inta en fet ståndpunkt var inte lätt och är inte lätt. Trots alla rädslor så har denna studie mötts med respekt och nyfikenhet. Två av informanterna uttryckte under intervjuerna att det var bra att min kropp inte var normativ enligt smalhetsnormen. Lucy hade varit orolig ändå från att vi bestämde möte tills intervjun hade skett. Efteråt så pratade vi om detta, hur svårt det var att dela dessa erfarenheter men också viktigt. Jill var rädd att det skulle sitta en smal person och bedöma henne under intervjun. Min kropp fungerade då i intervjusituationen som en trygghet där jag kände igen mig i flera situationer och kunde bekräfta dem. Det leder till en väldebatterad fråga; kan vem som helst intervjuas vem som helst? På denna fråga säger jag både ja och nej, jag tror inte att intervjusituationen hade varit lika trygg för vissa av mina informanter om jag hade kodats som smal eller varit man.

När bandspelaren hade stängts av frågade jag var informant om de ville fråga mig något eller undrade över något. I vissa av intervjuerna på kaféet påverkade just den offentliga platsen för hur högt de vågade tala eller så tystnade vissa när personer kom för nära oss. Jill och Lucy uttryckte i intervjuernas början att de hade varit nervösa inför vårt samtal. Tystnaden, och nervositeten säger något om hur känsligt det är att tala om sin kropp och övervikt.

Transkriberingen är gjord ord för ord, till detta använde jag ett transkriberingsschema för att få med betoningar, tystnader och attityder.

() Tystnad

... sökande efter ord

(...) reflekterande

(skratt) (sarkasm) attityder

Betoning

Inte betoning

¹²¹ Karin Widerberg (2002) *Kvalitativ Forskning i praktiken* Studentlitteratur: Malmö s. 101

Transkriberingen tog mycket tid, att intervjua och arbeta med intervjumaterial är en relativt nytt men spännande arbetssätt för mig. Jag transkriberade intervjuerna i sin helhet och lyssnade sedan igenom den en gång till för att vara säker på vad som sades. I transkriberingsprocessen lärde jag mig mycket om intervjuteknik och om mina tillkortakommanden, men som Widerberg poängterar så gör även den mest rutinerade forskaren ”fel” ibland,¹²² vilket är skönt och höra för en nybörjare inom metoden. Men även i de intervjuer som jag själv inte tyckte gick som önskat brukar det innehålla intressant material. I den sista redigeringen av uppsatsen har citaten blivit skrivna i skriftspråk istället för talspråk för att underlätta för läsaren.

3.3 ETISKA ÖVERVÄGNINGAR & VÄGEN TILL ANALYS

Jag har utgått ifrån vetenskapsrådets fyra etiska principer. *Informationskravet* innebär att jag informerade informanterna om studies syfte och deras deltagande i den. I informationsbladet stod mina uppgifter och vilken institution jag tillhör samt kontaktuppgifter.¹²³ Informationsbrevet finns bifogat som en bilaga i slutet av uppsatsen. Ett samtyckesformulär upprättades också i led med *samtyckeskravet* där informanterna informerades om villkoren runt deras deltagande, ett avtal skrevs även på, ett som jag har i ägo och ett som de behöll. De har möjlighet att avbryta sin medverkan när de vill och utan konsekvenser.¹²⁴ Jag har hanterat konfidentialitetskravet så att alla namn är fingerade och vissa citat är omskrivna för att skydda deras anonymitet. Transkriberingar och annat känsligt material förvaras säkert, de utskrifter som finns är utan namn.¹²⁵ Dessa uppgifter kommer endast utnyttjas i forskningsändamål och intet annat, därmed följs nyttjandekravet.¹²⁶ Jag valde att skicka ut den färdiga uppsatsen till informanterna främst för att ge dem en chans att läsa citaten så de inte kände sig felrepresenterade, ingen av informanterna valde att kommentera uppsatsen. På detta sätt uppnår jag också ett demokratiskt krav.

Den feministiska sociologen Diana Mulinari satte ord på de farhågor och rädslor jag bar med mig under forskningsprocessen i sin artikel *Vi tar väl kvalitativ metod-det är så lätt*. Som Mulinari skriver är det ett privilegium att få tillgång till andras berättelser men det ställer också mycket krav och ansvar. Analysen startar enligt mig i det första mötet med

¹²² Widerberg (2002) s. 102

¹²³ Vetenskapsrådet (2011) *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning* s. 7

¹²⁴ Vetenskapsrådet (2011) s. 9

¹²⁵ Vetenskapsrådet (2011) s. 12

¹²⁶ Vetenskapsrådet (2011) s. 14

informanten. Anteckningar, tankar, mer frågor och nya frågor. Som jag poängterade innan vill jag att denna studie inte skall vara förtyckande för mina informanter, men det var en konstant oro att det skulle bli så, denna oro resulterade i ett tolkningsstopp. Att använda sig av intervju som metod betyder att jag bär med mig nio personers berättelser om deras liv. Forskning om övervikt handlar till stor del om antingen viktnedgång eller den ”dödliga” fetman så jag ville berätta en annan historia, en som sällan har artikulerats. I led med Acker, Essevald och Berry vill jag berätta en historia utan att våldföra mig på informanternas berättelser.¹²⁷ Jag håller med Mulinari om att kvalitativ metod på intet är sätt en ”mjuk” metod som den ofta beskrivs. Kvalitativa metoder baseras på tillit och trygghet, annars hade det varit svårt att genomföra, däri ligger faran för manipulering och förräderi.

Jag har utgått ifrån Mulinaris devis; ”Tolkning är ett försök att länka det individuella ödet och den djup personliga berättelsen med teorier om samhällsstruktur och samhällsförändring”¹²⁸ Det finns ingen handbok i tolkningars a-ö, det är egentligen en bra sak. Varje intervju är unik, det mötet som uppstod mellan mig och mina informanter kan ingen annan tolka än vi men som forskare har jag tolkningsföreträde. ”Tolkning innebär att utforska variationer och likheter i informanternas berättelse för att förstå skiljer sig åt”.¹²⁹ Det intellektuella ansvaret ligger i att vara ”en främling är att våga vara ensam med sitt material, med sitt tvivel och sin osäkerhet.”¹³⁰ Till en början läste jag transkriberingarna ett antal gånger vart för sig som sin egen berättelse och sedan läste jag dem i följd. Att läsa transkriberingarna under olika perioder i forskningsprocessen lät mig hitta nya teman och koder som jag först inte identifierade på en gång.

Detta är en empirinära studie där materialet har talat snarare än att ha teoretisk ingång till analysen. Smiths citat om sin tågresa gav insikt i att vara förutsättningslös till materialet och analyserna. Först studerade jag informanternas individuella erfarenheter av övervikt till att sedan sätta dem i relation till varandra vilket gav utrymme till motsägelser och tystnader. Jag ser analysen som en matrix av syfte, teori, genomförande, tillbakablickar som ständigt influerar och påverkar varandra. Det riktigt svåra är att göra materialet läsbart för andra. Det är lika viktigt att studera enhetlighet som motsägelser vilket skapar en dynamisk och genomskinlig analys enligt mig. Analysen breddades även av det som inte spelades in, det

¹²⁷ Acker, Barry, och Essevald (1983) s. 429

¹²⁸ Diana Mulinari (1999) ”Vi tar väl kvalitativ metod- det är så lätt” i *Mer än kalla fakta* (red) Katarina Sjöberg Studentlitteratur: Lund s. 45

¹²⁹ Mulinari (1999) s. 45

¹³⁰ Mulinari (1999) s. 54

som sades före och efter intervjun och där jag själv berättade om mina egna erfarenheter av övervikt. De resulterade inte i några explicita citat men de finns med i bakgrunden i analysarbetet.

3.4 SAMMANFATTNING

I detta kapitel har jag diskuterat mitt metodval som är tematiserade semistrukturerade djupintervjuer. Valet av metod är kopplat både till det teoretiska ramverket och en vilja att arbeta feministiskt och emancipatoriskt. Djupintervjuer öppnar upp för en möjlighet till fördjupningar och en chans att gå på djupet om överviktiga erfarenheter. Materialet består av transkriberingar från nio intervjuer från åtta kvinnor, och en man. Alla intervjuer är transkriberade ord för ord. Genom att diskutera begreppen objektivitet och reflexivitet har jag positionerat mig inom en feministisk kunskapsproduktion. Vägen till analysen har bestått av ett steg framåt och två bakåt för möjligheten att reflektera, förstå och omformulera resultat och funderingar.

KAPITEL 4. ANALYS

Analysen är uppdelad i fem huvudspår med underkategorier. I den första delen analyserar jag mat och ätande, samt temat ätstörningar och var och när informanterna känner sig trygga att äta och känslorna runt detta. Den andra delen fokuserar på kroppen i rörelse framförallt träning och var, när, hur de tränar och hur det känns. Vidare så för jag en diskussion om hälsa och hur de ser på hälsa och vad det betyder för dem. I den tredje delen diskuterar jag informanternas upplevelser till att ta plats och inte.

Det vill säga både upplevelsen av den plats de tar, får och nekas. I det fjärde huvudspåret lyfter jag erfarenheterna kring viktgörande relationer. Hur vikt blir till av andra, i familjen och till sig själv och artikulerat motstånd. I den sista och femte delen diskuterar jag utvalda teman i en teoretisk slutdiskussion och allra sist vad som händer efter denna studie. Genomgående i analysen är ett fokus på förkroppslig, känslor, upplevelse till sig själv och andra och plats.

MAT OCH ÄTANDE

Jag vill inleda analysen med fenomenet mat och ätande och hur detta upplevs av informanterna. Måltiden bjuder på en social gemenskap och att äta är nödvändigt för överlevnaden. Idag existerar det många normer kring ätande, och vad man skall äta är vida debatterat. Diet och matprogrammen avlöser varandra på Tv och i tidningarna går spaltmeter text åt var, när, hur och vad man skall äta. Att vara överviktig är starkt kopplat till just ätande eller snarare överätande. I detta avsnitt kommer jag undersöka den levda erfarenheten av ätande och informanternas relation till mat.

4.1 ATT ÄTA

Det finns några centrala tendenser jag vill lyfta från materialet och den första är informanternas relation till mat och ätande, sedan med vem informanterna känner sig trygga att äta med och vart och vilka känslor som är inkopplade. Materialet talar för att det är framförallt andras möjliga blickar som påverkar informanterna, det vill säga vad de tror andra tänker om dem när de äter. De möjliga eller direkta blickarna manifesterar sig framförallt när man skall äta ute eller i sällskap av andra, en känsla av att känna sig iakttagen och bedömd av smala människor. Jag skriver möjliga blickarna för det kan både vara föreställningar som informanterna bär med sig om vad andra tror om överviktiga och direkta blickar från andra. Hugo beskriver det så just denna känsla i detta citat.

Hugo; Jag känner att jag är nervös inför att äta inför andra, det för en äcklig smak med sig. Det är någonting som har hela tiden suttit kvar, men det är någonting som jag inte alltid känner hela tiden. I vissa sammanhang känner jag mig ändå trygg. Jag är rädd för att folk ska se på mig konstigt. Det här är ganska vettigt att folk skulle få sin fördom bekräftad. Att säg att jag tänker, – men här sitter någon äcklig tjockis och bara så här slevar i.

Ambivalensen i Hugos citat är närvarande också hos de andra informanterna när det gäller ätande. Han poängterade även under intervjun att han faktiskt satt där och åt en smörgås och kände sig trygg och upplevde inte detta som något problematiskt. Denna ambivalens är starkt närvarande i berättelserna och tar sig uttryck på flera sätt, vilket jag kommer att diskutera längre fram i analysen. Jill har liknande upplevelser av detta.

Jill: ...jag kan inte, jag har jättesvårt att beställa in kaffe och tårta på ett café. Det får man ju inte då för då visar man ju verkligen hur totalt det är ett begrepp jag letar efter.

Hur totalt karaktärlös man verkligen är – ja det är ju inte så konstigt att du ser ut som hon gör, inte undra på att du är så tjock.

Just denna känsla av andras möjliga blickar och föreställningar om dem själva som ätande personer skapade en otrygghet i att äta med andra personer. Hugo och Lucys upplevelser berättar om just andras blickar och att de inte vill bekräfta fördomen om överviktiga som personer som endast slevar i sig och frossar. Men det är inte bara på kafé som Jill upplever känslan av karaktärlöshet utan även när hon är bortbjuden på middag. Innan hon brukar gå på middag så äter hon en macka, hon förklarar närmre i citatet.

...Så att man inte tar för mycket så att man inte för det får man inte göra om man är fet som smala gör att man får ta om en gång till. Om man är fet du måste alltid tänka på att eller man, jag ska äta normalportioner när jag är ute. Jag får inte. Om någon bjuder på snacks eller godis eller så får jag aldrig äta för många, som andra normalviktiga får äta. Jag får inte vara den som äter det här, för då så skulle jag framstå som den totalt karaktärlösa personen som inte som inte har någon koll på sig själv.

Att framstå som karaktärlös är för Lucy mycket påfrestande. Att inte överdriva sitta ätande på ett sätt som jag tolkar som en strategi för att inte uppfylla de kulturella föreställningarna kring överviktiga som överätande. Otryggheten och osäkerheten gjorde att flera av informanterna valde att äta i ensamhet. Ätandet kopplas ihop med utseende och övervikten skylls på just ätandet. Känslor av skam, karaktärlöshet, och äckel är närvarande i berättelserna om ätande.

Moa: (...) ehmm ja det har det definitivt om man är grovt överviktig så tycker jag det är svårt att äta i sällskap.

J: okej

Moa: Det tycker jag. Jag tycker nästan det är pinsamt att folk kollar på mig när jag äter och jag kan mer trycka i huvudet när jag är själv, förstår du vad jag menar?

J: ja okej

Moa: att det är då jag känner att jag kan äta ...

J: är det i några speciella sällskap?

Moa: nä bara överlag, när det är fler människor och det är oavsett om det är kompisar bekanta.

Det är ett visst sorts ätande som fördöms och det är frosseri, överätande eller som Moa säger att trycka huvudet i maten. Implicit förespråkas ett kontrollerat ätande inför andra. I hemmets fyra väggar ger informanterna en känsla av att kunna äta som de vill, likande det resultat som Zdrodowski kom fram till att ätande bland människor för överviktiga är problematiskt.¹³¹

Jill: Jag tror också att det bidrar till när man får chansen att äta i sin ensamhet eller hemma o så tror jag att det leder att jag kan frossa. Eftersom jag inte kan äta det här i offentligheten. Så kan jag ju äta det här hemma för mig själv på ett helt på ett osunt sätt.

Ett annat sätt att tala om sitt ätande eller snarare ett sätt att få möjlighet att äta som informanterna ville var att sammanföra ätande med träning.

Lucy: Det är klart att jag kan välja om jag vill äta mycket någon dag så gör jag det hellre hemma och hellre ensam än tillsammans med andra. Men jag kan fortfarande äta ihop med andra, och jag kan fortfarande beställa en efterrätt utan dåligt samvete. Där tror jag också att jag använder träningen för att få balans i det. För att har bestämt mig att inte låta det hindra mig. Jag har lika stor rätt som någon annan att sitta på en restaurang och äta och så jag skiter nog lite i det. Samtidigt som jag ibland kan tänka andra saker (skratt) ahh!!

Jag är i den mening att som det illustreras i Lucys citat, så även om hon upplever samma rätt att sitta på restaurangen att äta så besvärar hon ändå av blickarna, ibland. Upplevelsen att äta med andra människor kan kosta på. Att vara överviktig är starkt kopplat till överätande, frosseri, sleva i sig och liknande uttryck, stereotypa bilder.

Att äta i det offentliga upplever Hugo och Jill att de bekräftar fördömen om tjockisar att de endast äter och äter. Vål hemma så upplever Jill en frihet att kunna äta det hon vill men där kopplar hon ätandet till ett osunt ätande. Den andras blick gällande kommer ifrån personer vars vikt motsvarar normen eller smala personer, deras kroppar ställda i motsats till den andras då smala kropp. Öppningen till andra som Merleau-Ponty skriver om blir tydlig när det gäller den kroppsliga erfarenheten av ätande.¹³² Vad andra tror om informanterna påverkar deras sätt att äta och var. Det är ett ambivalent förhållande till mat som illustreras enligt mig.

¹³¹ Zdrodowski (1996) s. 660

¹³² Merleau-Ponty [1961] (1997) s. 53

Lupton presenterar liknande resultat, att överviktiga ofta råkar ut för kommenterar, blickar och en känsla att bli dömda.¹³³

4.2 ÄTSTÖRNINGAR

Lucy beskriver sin relation till mat så här;

J: jag tänkte fråga lite hur är din relation till mat?

Lucy: Störd

J: ja

Lucy: störd jättestörd som har med många saker att göra jag känner inte hunger och känner inte mättnad jag har system för både och.

När vi talade om mat och ätande blev det tydligt i berättelserna att nästan alla av informanterna hade erfarenhet av någon slags ätstörning. Det utkristalliserade sig lite olika mönster angående ätstörningar. För Cecilia, Hugo, Maja och Mia handlade det om ett känslomässigt ätande. Cecilia beskriver sig själv som en gammal matmissbrukare som använde mat som tröst. Cecilia använde även maten som en medicin mot emotionell smärta. Det var mycket Cecilia inte fick äta för sin mamma och hon köpte sådant i smyg och åt, som hon beskriver som känslomässigt ätande, tillslut åt hon för att hon var uttråkad. Idag har hon inte ätit känslomässigt på 10 år. Hon tror att hennes ätande bottnar i en dålig självkänsla, en väldigt smal mor och hon har alltid varit den stora bland sina vänner. Mia har också försökt göra upp med sitt känslomässiga ätande och känslorna runt ätande. Tidigare upplevde hon en stark ångest och skam när hon åt känslomässigt, mat fungerade då som en ångestdämpare. När hon lade märke till hur känslorna fungerade runt hennes ätande så fick det mindre makt över henne.

Maja utvecklade en ätstörning på grund av att hon var i ett förhållande där hon blev psykiskt misshandlad. Liksom hos Cecilia blev maten en tröst och beskriver maten som ångestdämpande. Det var först när hennes familj påpekade att hennes ätstörning nog berodde på förhållandet som hon gjorde kopplingen mellan sitt ätande och förhållande.

Maja: Då fick jag bromsa lite för mig själv att inte fick hålla på med det längre för det ledde till att jag skulle få vara ifred så jag kunde få äta. Det är inte så bra, jag är en rätt

¹³³ Lupton (2013) s. 75

social människa och gillar att ha folk omkring mig. Det var som att maten vart nästan viktigare i perioder, och det är väl inte så kul men jag fattade inte

J: ok nä

Maja: Jag hade en dålig period och självdisciplin det var inte så kul då var man en dålig människa också dålig karaktär.

För Maja blev det farligt att äta ensam och försökte istället äta bland människor. Att äta och väga kopplade Maja till dålig karaktär och en att hon var en dålig människa. Terapi hjälpte henne att komma ur dessa tankemönster. Hon beskrev sitt förhållande som tortyr och att hon verkligen åt upp sina känslor för att orka leva.

Maja; Jag levde ju med det i ett par tre år utan att fatta vad det var, trodde att jag hade dålig karaktär.

J: Så du anklagade dig själv mycket?

Maja; Ja det var väldigt skönt när jag insåg att jag hade en ätstörning. Det var lite en lättnad för mig att förstå att det inte var mig det var fel. Okej att jag har lite psykiska problem att det är fel på en det kan man gå i terapi för. Det är svårare att bota att man är en dålig människa, eller att man har dålig karaktär det är inte lätt att hantera det är mer fundamentalt.

Detta citat är intressant för det speglar hur stor rädsla det finns för fett och att lida av dålig karaktär, och att det explicit innebar att hon var en dålig människa. Det var lättare för Maja att hantera psykiska problem än att ha dålig karaktär. Att ha dålig karaktär är starkt förknippat med fetma och övervikt, en kausalitet mellan dessa. Dålig karaktär är ett återkommande inslag i berättelserna som jag tolkar inom ramen för det nyliberala samhälle informanterna lever i. Maja berättar att det är något mer fundamentalt att ha en dålig karaktär än att lida av psykiska problem eller en ätstörning. I självförverkligandets tid kan det vara svårt att misslyckas att leva upp ett kroppsideal som väldigt få kan förkroppsliga. Sverige är det land där neoliberalismen har ett starkt fäste och har fokus på individerna istället för kollektivet. Individfokus är kännbart i informanternas berättelser då som i Majas fall hellre lider av psykiska problem än att ha en dålig karaktär.¹³⁴

Tilde beskriver sig som en nykter anorektiker, hon blir aldrig helt frisk utan rycken kommer och går. Hon finner stöd i ett uttalande som hennes terapeut sade. ” – det kvittar hur tjock du

¹³⁴ Guthman (2009) s. 194

är du får aldrig banta igen”. Det var det var en underbar upplevelse. Att aldrig få banta igen var en befrielse för Tilde. Under anorektiska perioder upplevde hon maten som äcklig och som ett misslyckande. Karin har gått i behandling mot en ätstörning i nästan 13 år. Jill berättar;

Jill: Man tar väl till ätandet som kanske ett sätt döva ångest eller döva stress utan att den ångesten eller den stressen är mycket värre än den någon annan har. Det är mitt eget sätt att hantera svårigheter som dyker upp. Så blev det sen klassificerat som någon slags ätstörning.

Känslorna som informanterna har upplevt är ångest, stress, skam och en känsla av att vara en dålig människa samt implicit en känsla av misslyckande. Jill blev diagnostiserad som ätstörd när hon sökte upp läkaren för en fysisk åkomma. Då blev hon erbjuden att delta i en undersökning med doktorander och dietister. ”...Jag också känna såhär ätstörning aha ska jag se mig som störd hur ska jag förhålla mig till det här och samtidigt så känner jag många av dom jag känner är väldigt ätstörda iså fall ska vi diagnostisera alla som ätstörda i så fall. Hon kände sig inte ätstörd.” Jag menar att samtidens normer på mat och ätande har resulterat i att det inte går att ha en icke-värderande sätt till sitt ätande och vad en väljer att äta”. Jag tror Jill satte fingret på spiken, att alla nog kunde diagnostiseras som mer eller mindre ätstörda idag. Vägen tillbaka till ett sunt ätande för Mia blev att lyssna på kroppen och njuta av maten. Tidigare kopplade hon ihop att äta choklad med ångest för att hon just då åt det. Nu är hon mer medveten om hur hennes kropp fungerar, och att illamåendet angående chokladen snarare har med att göra just att det är choklad och inte strukturer. Mia slutade lyssna på media och vad samhället sade och lyssnade istället på sig själv för att kunna arbeta bort ångesten och skamkänslorna runt mat. Att ångesten inte ligger i chokladet, utan i de normer som omger att äta choklad. Mia utvecklar;

Mia: Om jag har en ätstörning och det jag har kommit fram till jag är inte det mer än vad samhället är, samhället i sig är ätstört. Vi har ju en gemensam ätstörning som vi går omkring med när vi försöker kontrollera ätandet och kontrollera. Och dom här viktpendlingarna som vi gör något rituellt några gånger vissa tillfällen per år så ska man göra sina uppryckningsförsök och äta nyttigt och må bra. Det är en allmänt utbredd ätstörning. Den gör inte jag har inte varit i den situationen då jag känner att maten har kontrollerat mitt liv om man säger.

Mia beskriver ett slags ritualiserade uppryckningsförsök som återkommer årligen som människor går igenom, hon menar att samhället är ätstört och inte individer som är ätstörda. Jag skulle vilja påstå att det finns för mycket normer runt ätande, och ätande handlar snarare om att inte äta eller äta av den mat som anses vara ”rätt”. Implicit i ”rätt” mat finns ett undvikande av att bli fet eller överviktig som en medicin på att undvika att bli överviktig. Vidare så aktualiseras de nyliberalistiska idealen i ett sociopolitiskt landskap i informanternas kroppar. Som i berättelserna så manifesteras en känsla av ansvar och upplevelse av bristen av självkontroll. I Tildes fall, att få slippa banta och ansvaret över sin vikt visar just på hur mycket ansvar som lastas på en individ. Det finns en gemensam levd erfarenhet mellan övervikt och ätstörningar. Det är tydligt i materialet att äta och informanternas relation till mat är problematiskt.

4.3 PERSONALMATSALLEN

Flera av informanterna tog upp personalmatsalen som en viktgörande plats där samtal om mat, vikt och ätande var en central upplevelse av det rummet. Mia reflekterade över att det verkade gälla kvinnor från hela världen. I personalmatsalen var maten och ätandet det man talade om inte bara i en svensk kontext, då hon arbetar med många som hon benämner som världsmedborgare. Detta gällde uteslutande kvinnor och detta var en kvinnlig erfarenhet.

Tilde: om jag sätter mig bland damerna på jobbet så i nio fall av tio sitter de och pratar om sina Nutriettkurer, komma i form till sommaren, med välvilliga kommentarer. Det mest frustrerande av allt med att gifta sig, är att om du inte tar en kaka till kaffet som kommer det automatiskt kommentarer som – försöker du tappa lite vikt till bröllopet? Då försöker jag säga – nej det försöker jag inte jag vill inte ha en kaka idag. (Skratt)
Varför är det så djupt rotat att alla kvinnor som ska gifta sig ska banta? Jag fattar det inte? Varför ger det helt plötsligt en viss grupp kvinnor att uttala sig om vad jag borde göra med min kropp? På ett intellektuellt plan förstår jag det men jag blir lika frustrerad varje gång.

Runt personalmatsalen aktualiseras situationen som kvinna, att ständigt behöva vakta sin kropp där femininiteten framstår att ta hand om sin kropp. Att hon skall gifta sig tolkar kvinnorna runt bordet som en önskan om att gå i ner i vikt det är därför hon tackar nej till en kaka. Det går inte att säga nej för nejets skull det finns alltid en undermening med nej. Det bli ännu tydligare i Mias citat.

Mia: Det ett väldigt stort fokus på ätandet varenda måltid så här och då gå igenom och se vilken mat som är godkänd eller inte. Hela tiden något slags värderande kring vad man äter och definitivt aldrig godkänt vad dom äter blir aldrig godkänt det alltid något slags fel på det man själv väljer att äta. Det är någon slags kollektiv socialiserings sak att du att man alltid kan säga till någon annan åh vilken bra mat du har va fint du är så duktig. Jag är inte så duktig, jag skulle skärpa mig och då upprepas det hela tiden det är inte så här även om man ska ge komplimanger till någon annan även om det är ju jätte intressant. Jag tänker aldrig så kring min mat jag tänker inte så att någon mat är dålig eller så det jag?

Mia berättar att man talar om vilken mat som är godkänd, bedömer andras mat och vilka dieter man går på för tillfället. Personal matsalen blir ett viktgörande könat rum där dieter, kroppar, vikt och mat diskuteras och värderas för kvinnor. Det är något som Mia påpekar ett ritualiserat och socialt upprepningsmönster. Hos flera av informanterna väckte detta en känsla av motstånd och frustration. Lucy ifrågasatte om de inte kunde tala om något annat istället för vikt som lika löner eller revolution men möttes oförstående och skratt. Personal matsalen blir ett rum där femininiteten säkerhetsställs och reproduceras.

Cecilia och Lucy upplever det mer skamfyllt att äta inför andra kvinnor än män. Män får enligt Tilde sitta med sina flabbiga magar i vädret och bryr sig inte så mycket över vad de äter. Tilde som har umgått mycket med män och varit en av grabbarna upplevde en befrielse i att de inte talade bantning eller gjorde några skamkopplingar mellan mat och ätande. Sammanfattningsvis upplevs mat och ätande som problematiskt, skamfyllt och i materialet framgår det en vilja att inte förkroppsliga det informanterna upplever andra tror om dem samtidigt en känsla av att ha samma rätt att äta i lugn och ro. Den tryggaste platsen för ätande är dock just i ensamhet gärna hemma. Detta överensstämmer väl med Deborah Luptons resultat om att överviktiga kvinnor inte kan skämma bort sig själva eller hänge sig till mat.¹³⁵

¹³⁵ Lupton (2013) s. 76

4.4 ATT TRÄNA & KROPPEN I RÖRELSE

4.5 TRÄNING

Kroppen rör vi varje dag på ett eller annat sätt, och i kroppen pågår alltid rörelse. Kring träning fanns det massa känslor sammankopplade och varför man tränar. Jag frågade just om träning för det är något som jag menar en måste ta ställning till, speciellt överviktiga eftersom träning ses som en del av viktminskning och det är en kroppslig erfarenhet. Detta avsnitt är uppdelat i varför de började träna, hur informanterna upplevde platserna att träna på och andra erfarenheter rörande träning och kroppen i rörelse och till sist vad hälsa är för dem.

Tanken på att gå till ett gym kan stanna redan vid tanken på grund av de föreställningarna som informanterna bär med sig om vad andra tror om dem, precis som med ätande bland andra människor. Mia beskriver just denna känsla, att röra sig i bilder av överviktiga i rörelse;

Mia: Rörelse, när vi ser det speglat i media det e det är alltid det som skall väcka till skratt. En fet tjej som gympar eller dansar loss helt frigjort det är ju sånt man ska skratta åt det. Jag kan verkligen känna så här fysisk skam över det när jag ser den sortens bilder och bara ja att röra sig i dom inre bilderna i sin egen rörelse. Jag menar hur svårt är inte det att ta sig igenom alla dom lagerna. Och gå emot det att det är det här folk ser det är det här folk tänker när jag rör mig ehm så jag kan ha stark förståelse av att dom bilderna har funnits där.

I Mias citat illustreras just känslan att vara en kropp som rör sig i bilderna av andras kroppar i rörelse. Det som Mia beskriver i citatet ovan var något som flera av informanterna uttryckte och det som Mia berättar om i detta citat.

Mia: det men just när det erbjuds när det finns så här tränings möjligheter på nya ställen på hotell eller iväg på någon ny kurs. Och dom frågar så här om dom ska gå iväg till något gym och jag bara – nä absolut inte för jag för då får jag så starka fantasier kring det här. Folk kommer att titta otroligt mycket på mig och skratta åt mig. – Vad gör hon här hon kan ju inte ens göra rätt vad tror hon att hennes kropp kommer att ha för nytta av de här rörelserna? Det är så starka det är så otroligt starka värderingar i mitt tänkande där.

Att röra sig handlar både om vilka föreställningar om överviktiga kroppar som informanterna bär med sig och en känsla av att vara uttittad i en träningsmiljö. Mias citat är ett tydligt Youngs kulturella dominans. En annan grupp bestämmer vad som räknas som normalt och

inte, vilket bekräftas genom detta citat.¹³⁶ Mia beskriver även en känsla om vilken nytta träningen skulle ha för en överviktig person som henne. Denna känsla delade flera av informanterna. När Jill försöker gå till gymmet stoppas hon redan innan av en känsla av utanförskap och exkludering.

Jill: Jag kom till gymmet i gamla joggingbyxor det hade varit bättre att komma i joggingbyxor till en bal. Jag menar det ska vara tight, och man ska fixa sig, och man ska sätta ihop springa då måste man först gå ut och köpa diverse olika prylar. Som man snygga träningskläder. Jag kommer i alla fall inte leva upp till den där normen, jag kommer vara den där flåsmajan som kommer långt efter som andra som inte ser rätt ut.

Jill berättar om att hur hon än gör så kommer hon ändå inte leva upp till normen. Jill och Cecilia vill inte upplevas som flåsande, samt att platsen för flåsandet skall vara på rätt ställe. Platsen att röra sig på är också begränsad på det sätt var de väljer att träna och vilka ställen det känns tryggt att röra sig på. Cecilia berättar att gymmet är ett ställe som är till för rörelse, men till exempel att springa på gästigar inte känns bra för där kan folk se henne. Att vara högröd och svettig är okej på ett gym men känns inte bra där människor kan se henne när de till exempel är på väg till arbetet. Detta kopplar jag till att inte vilja vara den där ”tjockisen” som flåsar och inte orkar när Cecilia sade ”så är jag dessutom andfådd så tänker dom – AHA typiskt tjockis hon rör sig aldrig hon gör aldrig någonting”. Platsen man är andfådd och svettig på har betydelse, även om de känslorna finns på gymmet också. För henne hör det ihop med att vara den goda tjockisen som orkar och vill vara en förebild, när hon inte orkar kommer det dåliga samvetet. Mia upplevde också en skam när hennes kropp inte kunde göra de rörelser som en smal kropp kunde göra vilket också begränsade henne. Lucy som tränar ungefär fem gånger i veckan upplever gymmet lite annorlunda, för henne är det en plats där hon upplever att hennes kropp har en funktion och inte är ett hinder. Hon har även funnit en enorm glädje på den klubb där hon tränar där alla kroppar är välkomna efter förmåga. Dock blir ambivalensen tydlig i hennes berättelse när hon talar om att hon upplever ibland att andra tittar på henne, men samtidigt menar hon att de andra som tränar är väl upptagna med deras egen svett och inte hur hennes mage putar.

Känslan att vara uttittad upplevde Cecilia efter träningen när hon skulle gå mellan badet och duschen men hon vände blickarna ifrån sig och menade att de får väl titta och snacka skit då. Men samtidigt så menar jag att det är på ett sätt en villkorad vänd blick när hon efter detta

¹³⁶ Young (1990) s. 79

berättar att det är en plats som är fullt accepterad att röra sig på. Då finns det platser som inte är acceptabla för henne att röra sig på.

För Moa handlade träningen om att hitta tillbaka till sig själv, efter hennes viktuppgång så kände hon att hon tappade bort sig själv som hon säger att hittat tillbaka till sitt rätta jag. Träningen skulle då bli vägen tillbaka till ett smalare jag. För Maja har träning varit en stor del av hennes liv. Under en längre tid kunde hon inte träna på grund av en skada men har sakta börjat träna igen. Maja upplevde sin kropp så här;

Maja: Nu är jag ändå piggare och så jag ville verkligen träna jag det var obehagligt speciellt när jag skulle springa. Framförallt var jätte obehagligt, alltså jag har kraftiga lår men det har jag fortfarande alltså dom rörde sig mycket. Och magen, när magen rörde på sig låren rörde på sig kroppen rörde sig på ett sätt den inte ska göra det var inte bara benen springer framåt

J: m

Maja: utan magen vibrerade i takt lså det var nästan lite smärtsamt ibland det huden gjorde ont av rörelserna och det var inte så kul.

Att röra sig i sin överviktiga kropp kände Maja var obehagligt och det blev lättare när hon gick ner.

Tilde har en annan inställning till träning;

Tilde; Känslan av att vara utstirrad, känslan av att alla ser hur mycket eller lite jag tar ehm jag får nog lite av en identitetskris också. Jag har mycket mer byggt upp min känsla av att ligga på kuddar och röka vattenpipa, än svettas och bli en del en del av det som jag ser som jag ser som vårt moderna samhälles hälsofetischism.

Hälsa återkommer jag till i nästa avsnitt. Tilde känner sig väldigt utsatt i gymmiljöer och väljer helst att inte gå dit då det kontraderar hennes ideal. Detta som Mia berättar om är det flera av informanterna som har upplevt, de dömande blickarna. Samtidigt är hon själv väldigt bedömande över sin egen kropp och vad den inte kan göra. Skam, menar Mia är den mest verkningsfulla komponenten att få människor att inte göra saker och väldigt svårt att ta sig förbi. Detta kontraherar mot det Hughes påstår, han menar snarare att skam är en verkningsfull kraft men inte för Mia utan snarare tvärtom.¹³⁷ Idag är hon tacksam över den

¹³⁷ Hughes (1999) s, 159, 162

träningen och tiden till den men hon var tvungen att övervinna stora rädslor för att ta sig dit där hon är idag. För Jill handlar det om att hon skall ha rätt kläder, det duger inte med gamla joggingbyxor, rätt prylar sen känner hon sig otrygg på gymmet. Om hon går dit är det en plats för alla slags kroppar. ”Samt där det finns plats för alla men det tycker jag är svårt man drar sig för att gå till dom här simhallen eller ja men nån så här gym eller träning och man tittar på alla andra och tänker här platsar inte jag så blir den här utanförkänslan ännu starkare.”

En gemensam erfarenhet i relation till kroppen i rörelse är att träning inte är till för att bli smal utan för att bli stark. När Lucy kom till ett gym var det första de frågade henne om hon ville bli av med sina mammakilon, men de hade hon redan blivit av med så hon bytte gym. Att bli smal är inte målet, utan träningen är för att bli stark även om det för flera hängde ihop med viktnedgång, för när de började träna så började också kilona försvinna. För Hugo är träning den tid han kan umgås med sin kropp, framförallt i vatten som han upplever som något relativt nytt i hans liv.

Hugo: Utan det är ett sätt för mig att umgås med min kropp och att faktiskt kunna röra den obehindrat. Att inte känna av mina knäproblem inte känna av mina smärtor och att kunna umgås och röra mina muskler det är en fantastisk känsla. Och göra det under ganska långsamma meditativa former det ger mig jättemycket.

Hugo reflekterade även över en avväpnad maskulinitet, han trivdes i de sociala utrymmena där ”än om en en fråga om för jag tycker jag upplever det nästan som en frihet att vara liksom i en lite avväpnad miljö där män står lite osäkra och liksom relaterar till kropp på något sätt samtidigt som dom låtsas om att dom inte gör det jag tycker det är lite skönt.” För Moa och Maja är träning något de har växt upp med och något de gör flera gånger i veckan, fokus har varit på att få en stark kropp som orkar mycket. Dock är det viktigt att träningen inte görs i syftet i viktnedgång utanför att få en stark kropp som orkar mycket. Mitt material kontraherar till viss del mot vad forskningsläget visar, att träningen är ett medel för viktnedgång, även om informanterna har gått ner i vikt på grund av den ökade rörelsen men deras intentioner är inte viktnedgång.¹³⁸

När jag frågade om kroppen i rörelse var det andra situationer som togs upp. Maja berättade att hon kände sig trygg med kroppen i rörelse när hon har sex;

¹³⁸ Ogden och Clementi (2009) s. 2

Maja; alltså då är min kropp funktionen av min kropp är så tydlig samma sak när jag tränar på ... då är jag då är min kropp gör den vad jag vill att den ska göra. Då är den inte där för att bli bedömd, utan som ett instrument för njutningen som jag får när jag tränar eller när jag har sex. Det är ingenting som sitter i vägen eller så träningskläder är kanske inte så snygga men dom är sköna (skratt). Samma sak med när jag är naken med någon jag känner mig trygg med och tycker om. Det behöver inte vara med någon jag känner mig trygg med utan det kan vara någon jag ligger med i det sammanhanget är jag så trygg med mig själv. Jag tycker om att njuta jag tycker om och känna lust och glädje och närvaro och sammanhanget när man skapar även om det bara är för två timmar så där är jag trygg,

En annan situation som dök upp i materialet var att gå ut och dansa, något som både upplevdes befriande och begränsande. Liksom som det ambivalenta förhållandet till träning så dansar Mia helst på hemma fester och inte på nattklubbar. Träning och kroppen i rörelse visar materialet är en levd erfarenhet som kan tolkas genom Merleau-Pontys dialektiska livsvärld vi har i vår till-världen-varo. Genom andras blickar reduceras informanterna till objekt, inför andras blickar menar jag uppstår känslan av skam, och utsatthet.¹³⁹ Det bekräftar Merleau-Pontys tankar om att vi alltid är i evig öppning till varandra.¹⁴⁰

4.6 HÄLSA

Hälsa och att vara hälsosam är ett väl debatterat ämne, att prata om hälsa blir en ambivalent position eftersom hälsa är starkt förknippat med att vara smal, samt att övervikt är kategoriserat som patologiskt i Sverige.¹⁴¹ Det skapas spänningar mellan att vara överviktig och vara hälsosam, och inta en position att tala om hälsa. För flera av informanterna finns det en känsla av att hela tiden göra bättre, träna hårdare och äta bättre för att bli hälsosamma. Just kopplingen mellan hälsa och träning blev tydlig i materialet. Jag tänkte börja med att plocka upp tråden från förra avsnittet om träning och hälsa.

Lucy: Eftersom jag är en sån här träningsfreak och alla bara –hur orkar du träna? För mig är det ju mitt sätt att orka är ju att jag tränar mycket. För det ger mig ju energi ibland även om det är vissa morgonar skitjobbigt att gå upp och träna så hälsa är väl när jag känner att min kropp mår bra.

J: m

¹³⁹ Groven & Engelsrud (2010) s. 10

¹⁴⁰ Bengtsson (1993) s. 67

¹⁴¹ Per Andén (2011) (Online) *Vårdguiden Region Skåne* <http://www.1177.se/Skane/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Fetma/> (2013-11-17)

Lucy: Jag önskar att jag hade kunnat känna att min kropp mår bra oavsett hur den ser ut.

För Lucy är hälsa när kroppen mår bra, och hon har en önskan om att hon borde få må bra i den även hur den ser ut. Hon ser sig själv som hälsosam då hon inte äger någon bil och går och cyklar vart hon än ska samt tränar runt fem gånger i veckan. Hälsa för de flesta informanterna handlar om välmående både psykiskt och fysiskt där man lyssnar på kroppens signaler. Mia menade att det var väldigt svårt att lyssna på kroppen då kroppen störs av alla strukturer som polisar runt mat, träning och hälsa.

En aspekt som var genomgående i berättelserna var att överviktiga kodos som ohälsosamma, och de hanterade detta på olika sätt. Tilde var väldigt kritisk mot vad hon beskrev som en hälsohets som var med ohälsosam än hälsosam. Hon vände blicken genom att helt ta avstånd från det.

Tilde: ehm det är mitt sunda ideal av hur man bör leva, sen har jag lite grann en ibland så blir jag så förbannad på hela den här hälsorörelsen. Att jag som den lilla fröken tvärtemot gör säger – NÄ nu ska jag ligga på en soffa och kedjeröka och supa ihjäl mig (fniss) och inte röra mig överhuvudtaget, och sen så har jag haft mycket roliga är er! (med förställd röst) (Skratt)

Jill och Hugo upplevde det svårt att prata om hälsa överhuvudtaget. Jill berättar;

Jill: Det där är ju också en lite känslig fråga. För att jag vet ju att jag borde när man pratar hälsa så är det ju nä jag undviker helst det. För jag vet ju att jag inte är hälsosam i deras ögon och att jag borde ändra på en massa saker och inte är motiverad att ta itu och förändras. Och då kan jag ju inte sitta och säga och inte sitta och försvara ohälsotänk så då undviker jag diskussionerna istället.

Det är två saker jag vill diskutera i det som Jill tar upp först, undvikandet av att inta en hälsoståndpunkt och det andra om förändring och måsten angående hälsa. Just att överviktiga skall vara ohälsosamma var något som Cecilia reflekterade över mycket och hon hanterar detta genom att hon känner sig frisk och lider inte av någon av de sjukdomar som brukar förknippas med övervikt.

Cecilia: (hihi) det låter jättefel inte alls få farligt som det kan låta lite den grand den goda tjockis förebilden. Jag är hälsosam och det har tack och lov tack och lov har jag alltid varit jag har haft tur med min hälsa.

J: m

Cecilia: Jag har aldrig haft något problem med blodfetter, jag har aldrig haft något problem med blodtryck in. Jag har aldrig haft några men för att jag är fet och då känner jag någonstans att jag måste upprätthålla den bilden.

Det som Cecilia menar enligt min tolkning är att en överviktig person skall helst vara hälsosam, och inte lida av några av de metabola sjukdomar som är förknippade med övervikt. Cecilia berättar senare att hon inte vill att någon skall känna som hon har gjort och vill därför vara en god förebild. Den andra delen jag vill lyfta är om själva måsten. Maja berättar;

Maja: så åt vi helt okej mat och sådär men det kändes mer hela tiden det här jag borde äta bättre jag borde träna mig mer. Jag hade mer det när jag var större även om jag är inne i en vecka då ingenting är bra jag hade mer dåligt samvete då med vad jag borde göra för jag vet ju mycket väl vad jag ska göra för och må bra. Det känns som man, och då kändes det lite dåligt men jag har inte lika dåligt samvete som jag hade då jag känner inte lika ofta det här borde jag göra.

Majas dåliga samvete har mildrats efter hennes viktnedgång hon kände sig mer ohälsosam när hon var större i kroppen. Ett annat tema som informanterna lyfte var kopplingen mellan att vara smal och hälsosam.

Cecilia: Ja det är det här det liksom utgår från att liksom från att man är smal och då är man hälsosam fast inte för smal givetvis. Man skall vara smal på rätt sätt man skall inte vara smal på det utmärglade sättet man ska inte vara smal på det här för slanka sättet som det ser ut som man hela tiden skulle få höra att man behöver äta en smörgås till.

Att vara smal är lika med att vara hälsosam, sen skall man även vara smal på "rätt" sätt. För Mia var det största hälsomålet att släppa den hemliga drömmen om den smala kroppen. Även om det är något de alla förhåller sig till så gör de det på olika sätt. Överviktiga som grupp kodas som ohälsosamma som forskningsläget visar, Som David Harvey skriver så internaliserar vi neoliberalismen och den aktualiseras i våra kroppar menar Julia Guthman.¹⁴² Young menar att i skapandet av grupper kastas man in i en grupp utan möjlighet att välja.¹⁴³ Eftersom överviktiga kastas in i en grupp som kodas som ohälsosamma är

¹⁴² Guthman (2009) s. 192

¹⁴³ Young (1990) s. 60

egentligen det enda valet att förkroppsliga hälsa istället vilket informanterna berättar om. Cecilia berättar att ”nä men dom här jag känner liksom bara vad jag än gör så vill jag gå emot dom fördomarna så hårt jag bara kan jag vill inte att folk ska ha dom fördomarna om folk jag vill folk ska att tjockisar ska ses som individer som alla andra.” Hennes uttalande ser jag som en reaktion i att bli inkastad i en grupp där hon inte har möjlighet att sätta agendan för gruppens samhörighet, liksom Sartres blick som skapar identiteter som en själv inte får välja.¹⁴⁴ Jill var av den meningen att övervikt inte borde ses som ett individuellt problem utan det hon saknade var en kollektiv lösning.

Jill: Och vem skulle säga jag förespåkar ohälsa? I ju med att vara fet tjock eller överviktig är att vara ohälsosam och du vill väl inte uppmuntra ohälsa? Alltså jag känner att jag får de det motståndet när jag pratar om de här frågorna och att vi alltså vi lever i en mycket mera individualistisk tidsperiod där det är ditt ansvar röker du då kanske du ska komma lägre ner i operationskön det är ditt eget det är mitt ansvar att sköta om mig själv och min kropp och gör jag inte det så får jag skylla mig själv. Och då kan jag till och med få konsekvenser som gör att jag får höra - ja men gå ner i vikt eller så kan du dö, för att hårdra det hela – ja men tränar du inte mer än så?

Det Jill berättar om här är något som flera av informanterna känner igen sig i, de är väl medvetna om ansvaret över sin kropp. Hon undrar var solidariteten tog vägen och gav flera förslag till hur en kollektivt kan uppmuntra till rörelse i vardagen till exempel med lite dans på lunchen eller kollektiva matlådor. Sammanfattningsvis så upplever informanterna sig själva som hälsosamma och friska men det finns ingen subjektsposition ledig att förespråka hälsa eftersom övervikt i Sverige anses vara en sjukdom. Att vara smal kopplas samman med hälsa men detta menar informanterna är felaktigt. De förnekar inte heller att viktnedgång kan hjälpa till för att minska risken för metabola sjukdomar. Jag tolkar dessa erfarenheter inom den nyliberalistiska strukturen som är väletablerad i det svenska samhället.¹⁴⁵ För att inte kosta samhället pengar eller vara en börda bör informanterna agera för att hålla sig hälsosamma, därför vinner också nyliberalistiska idéer mark genom att proklamera individens ansvar. Det är svårt att tala ifrån en fet ståndpunkt och bli tagen på allvar när det gäller hälsa, det spelar ingen roll om de känner sig hälsosamma eller inte när deras kroppar kodas som ohälsosamma på grund av deras vikt.

¹⁴⁴ Hughes (1999) s. 162

¹⁴⁵ Harvey (2005) s. 2

4.7 ATT TA PLATS

I detta avsnitt kommer jag att diskutera och lyfta informanternas berättelser om hur det är att leva i en överviktig kropp i förhållande till att ta plats. Viktgörande sker på olika sätt och på olika platser. I förhållande till andras blickar och egna intersubjektiva blickar på dem själva samt hanterandet av detta i relation till normer och ideal. Denna del av analysen kommer att börja med en diskussion om att ta plats och att inte ta plats samt en diskussion om upplevelsen av omklädningsrummet som en del av det vardagliga rummet.

4.8 ATT TA PLATS

Ett återkommande tema i berättelserna var att ta plats både kroppsligt och psykiskt att ta plats. Så länge vi lever så tar vi plats i världen och att ta plats är något som vi gör var dag vi existerar men hur tillgången till plats är beroende på vem vi är och hur våra kroppar tas emot. Enligt Merleau-Ponty är vi i världen som kropp i första hand och inte medvetande, och kroppen tar olika riktningar.¹⁴⁶ Här kommer jag undersöka *att ta plats* och vilka betydelser det får med kroppen placerad i olika situationer samt att se samspelet mellan kropp och kön och hur det manifesterar sig i relation till normer och ideal. I detta avsnitt kommer jag att undersöka kroppen som en situation i andra situationer där övervikt inte är det enda förtecknet.

Lucy: För mig det var inte en sån kamp att ta för mig. Bara det här liksom man ska gå förbi någon där det är trångt. Det är inte så att jag mig söker alltid men ibland känns det jobbigt att alltid ta så stor plats. Jag tar nog stor plats även när jag är mindre för jag är en människa som låter mycket, hörs mycket, tänker mycket, och tycker mycket och aldrig är bekväm liksom. Men det var skönare att kunna se normal ut och ibland ut, efter vad jag har för bild av det har normal kropp.

Att ta plats sker i olika nivåer som Jill berättar om i sitt citat, att gå förbi någon kan skapa olust. För henne så tar hon mycket plats liten som stor men att ta plats menar hon kan vara lättare om man har en ”normal” kropp. Det är en ambivalent position då kroppen tar mer ”plats” än en som anses vara normativ, men tillåts inte sin plats. Som Lucy berättar i sitt citat så står den materiella överviktiga kroppen i jämförelse till en smalhetsnorm. Denna kropp är alltid synlig men osynliggörs på grund av de normer som omger den. Kroppen möter också materiella ting och en konkret materiell verklighet där tingen så att säga håller i ordning kroppar. Tingen materialiserar en fysisk norm om den plats kroppar tillåts att ta, som när

¹⁴⁶ Maurice Merleau-Ponty (2004) s. 41

Anna åker kollektivtrafik. Hon kan åka men hennes kropp spiller ut på den andres utrymme, hennes givna utrymme rymmer inte hennes kropp.

Moa: och sätta oss i flygplanstolarna och då kände jag hur det tog i på sidorna förstår du hur jag menar

J: ja

Moa: Det var jättejobbigt för där kunde man liksom sitta och kolla på alla andra, och det var ingen annan som hade problem med det. Det kändes precis som jag var tvungen att trycka mig ned verkligen i stolen liksom och det är samma på biosalonger.

I Moas citat begränsas inte endast hennes handlingsutrymme utan hon synliggörs i förhållande till andra som ”får plats”. Den materiella verkligheten är inte anpassad efter henne, något som Deborah Lupton påpekar.¹⁴⁷ Några av informanterna har gått ner i vikt och de påpekade hur stor skillnad det var på hur de blev bemötta och upplevde sig själva och vilken plats de tog. Att känna sig synlig är något som informanterna upplever mer eller mindre konstant. Tilde som har gått ner cirka 20 kilo berättade; Tilde: (...) ja du, ...idag känner jag mig inte överviktig hela tiden”. Innan Tilde gick ner i vikt så kände hon sig överviktig hela tiden. Detta var något hon upptäckte efter att hon hade gått ner i vikt hur mycket hänsyn hon alltid tog till sin omgivning i form av den kroppsliga plats hon tog upp i världen. Alla bebor vi världen med våra kroppar men som informanternas berättelser visar så skall en överviktig kropp helst inte synas men ändå skrytineras offentligt.

Tilde: Det var något jag på allvar började tänka på när jag tappade vikt och fick uppleva skillnaden mellan före och efter. Jag insåg inte förrän efteråt hur jag hade gått och spänt mig, hur mycket mer hänsyn jag omedvetet tog till andra människor när jag var mera överviktig än vad jag är nu. Det offentliga rummet är inte direkt ett snällt rum att vara fet i.

Tilde som har gått ner en del i vikt kunde då efter sin viktnedgång visa på hur hon har gått och spänt sig och tagit väldigt mycket hänsyn till andra människor i sin omgivning. På bussen försökte hon förminska sin plats och inte inkräkta på den andres plats. Skillnad av att förkroppsliga övervikt skedde när hon blev till stor del av den.

¹⁴⁷ Lupton (2013) s. 68-69

Tilde: () I mitt fall att jag ofta nu så kan jag gå in konversationer med en helt annan självsäkerhet. Innan bad jag nästan om ursäkt i det offentliga rummet mycket mer förut. Jag gick mer in i konversationer med mer en attityd – ursäkta mig jag har någonting så här kanske ursäkta mig jag tycker att jag har rätt att säga någonting. Medan nu så har jag mycket lättare att gå in och peka med hela handen och säga – Du det här är mitt samtalsutrymme ge mig det.

Nu när hon har gått ner en del i vikt känner hon att hennes plats är mer given och som hon skriver; kan peka med hela handen utan att be om ursäkt. Hennes förminskade plats gav henne talutrymme som hon annars inte tilläts. Jag tolkar det som hon gick in i en annan situation där hennes kropp tilläts utrymmet hon annars hade blivit nekad. Maja ”så här småtjock men liksom det är inte det sticker inte ut på samma sätt längre jag märker stor skillnad.” En viktnedgång innebar en statusförskjutning, att alla välmenade kommentarer försvann samt en känsla av att kroppen inte sticker ut så mycket. Tilde upplevde en saknad när hon förlorade sin fysiska storhet;

Tilde: Jag antar att det kommer med en auktoritet med fysisk storlek för att fetma är stigma men är också så här om du är ofantligt mycket kroppsligt mindre än en person så hamnar du i någon nivå att du tar ett underläge. Jag har alltid uppskattat ha förmågan att bredda ut axlarna och jag tror till viss del att det här att ta rumslig plats gör att man kan ta social plats.

Innebörden av Youngs begrepp om den dominerande gruppen som säkerhetsställer vad som är ”naturligt och normalt” blir explicit i de levda erfarenheterna av att förlora vikt.¹⁴⁸ Young menar att det är så skillnad skapas mellan människor vilket stämmer väl överens med informanternas erfarenheter. Zdrodowski menar att kvinnor i offentligheten redan tänjer gränser och om en är överviktiga också så tänjs det verkligen på gränserna. Normen kring övervikt blir tydlig i informanternas berättelser om viktnedgång. När de gick ned i vikt försvann mycket av stigmat och de belönades genom positiv feedback och en känsla av tillhörighet i samhället. Det blir explicit tydligt i hur starka normerna verkligen är när informanternas har gått ner i vikt.¹⁴⁹ Hugo skapade den plats han nekades med sitt arbete.

¹⁴⁸ Young (1990) s. 79

¹⁴⁹ Zdrodowski (1996) s. 663

4.9 ATT INTE TA PLATS

En utmärkande del i de levda erfarenheterna av att vara överviktig som är genomgående i informanternas berättelser är den *att inte ta plats*. Det var ingen explicit uttryckt berättelse men den är lika närvarande som den att ta plats. Att inte ta plats handlar liksom om att ta plats i förhandlande med sig själv och de bilder av överviktiga som cirkulerar. Tilde berättar hur hon upplever sin kropp i förhållande till plats när hon åker kollektivtrafik;

Tilde: alltså såna här saker som hur mycket jag satt på bussar och tryckte ihop mig för att inte vara i vägen för personen som satt bredvid. Ja man flyttar sig lite länge in på sätet man sveper ytterkläderna lite tätare omkring sig. Man intar en position där man tar så lite plats som möjligt för att sätena är så små. Och man vill inte inkräkta på den andra personens utrymme.

I relation till rum är de rum som informanterna inte tar eller tillåter sig själva vidare att samhället inte erbjuder plats för människor med större kroppar. Detta är främst utmärkande i relation till exempelvis kläder. Att kläder inte görs i större storlekar eller att de stora kläderna är avskilda från de ”normativa.” Detta tolkar jag i förhållande till Young hur kulturell dominans över det som anses vara normalt i ett samhälle, har makt över till exempel klädindustrin. Att möta läkarvården var något som informanterna upplevde problematiskt utifrån att de var stora och de tankar de hade runt bemötandet av läkarvården. Som bakgrunden visade så är sjukvården inte alltid en välkomnande plats.

Lucy: Jag går inte till doktorn i onödan aldrig någonsin för jag tycker inte om det liksom men när jag var smal så gjorde jag nog det då kunde jag gå till doktorn för då tyckte jag att jag var berättigad att göra det. Men nu när jag är överviktig så kommer de bara säga – ja men du får banta du måste gå ner i vikt alltså jag kan inte förklara det här men det känns som mitt berättigande ...att va man orkar inte med all kritik alltid och då väljer jag istället mina fighter så.

Lucy väljer att inte söka hjälp för sina problem då hon tycker att hon inte är berättigad vård när hon var överviktig tolkar jag det som. Läkarvården blir då en plats hon inte tar. Jill vittnar om liknande erfarenheter;

Jill: /./så här det såhär när man söker sjukvård. Jag snarkade eller snarkade fortfarande ganska mycket och sökte vård för att jag tänkte att min trötthet kanske berodde på det. Och då var det så här – gå ner 15 kilo så återkommer du då det beror säkert på din övervikt och ingen hjälp vidare hur du skall gå ner i vikt.

Mötet med sjukvården vittnar om just det som forskningsläget talar om, en rädsla för vårdens bemötande men också en känsla av en plats där ”överviktigas” problem kan lösas med viktnedgång¹⁵⁰. Också något som lämnades till informanterna själva att lösa. Citaten korrelerar väl med vilka slags (val)friheter en överviktig kropp anses ha. Att inte ta plats, manifesterar sig i de ögonblick som man väljer eller inte vågar ta del av. Jill beskriver det som att hon gärna skulle vilja bada med andra till exempel, men hon beskriver det som hon måste dölja skammen.

Jill: Jag vill inte vinterbada men jag vill inget hellre än att vara med i gemenskapen. Men jag orkar inte vara den där som liksom och när jag väl orkar så är det ju jätteskönt att vara det men det kostar så mycket och rädslan är så stor och kanske rädslan för det här att ah men gud såg du va ful hon va.

Jills citat vittnar om en känsla av utanförskap och rädsla för vad andra skall tycka. Maja undvek att åka tillbaka till sin stad där hon växte upp när hon gått upp i vikt, hon orkade inte med att folk spärrade upp ögonen när de såg henne. Hon sade att det sved för mycket, samt att staden hon kom ifrån hade en berömd strand. Kombinationen kropp, bikini och dömande blickar var inget hon ville utsätta sig för, okej hade väl varit om hon hade haft en klänning på sig menade hon. Att vara överviktig är på många sätt att nekas gemenskap och att nekas få utrymme att vara en kropp bland andra kroppar i det sociala, som kan vara allt från att inte kunna handla kläder till att inte våga vara med i olika sammanhang i rädsla för rädslan. Likaså valde Moa att inte söka vissa jobb för att slippa bli nekad på grund av sin vikt vilket enligt forskningsläget stämmer ganska bra.¹⁵¹ Efter hennes viktnedgång känner hon sig lite säkrare på det området. De dömande blickarna fanns överallt, i och med viktnedgången blev fler rum tillgängliga vilket tyder på hur starka normer är kring det oönskade fettet.

4.10 KLÄDER OCH OMKLÄDNINGSRUMMET

Hur är informanternas relation till kläder och klädshoppande? Vilket förhållande tillåts de ha? Omklädningsrum och klädaffärer var något som informanterna upplevde problematiskt i alla fall i Sverige.

Lucy: Och det är också ett sånt där vacklande för när man går in i en butik och det inte finns. Och någon tittar så här på en – du vi har inte kläder i din storlek. Sådana saker,

¹⁵⁰ N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

¹⁵¹N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

det är klart att det gör något med mig det är klart att det gör något om hur jag uppfattar mig själv. Att inte kunna hitta stövlar för det passar liksom inte min kropp.

Lucy säger att det gör någonting med henne hur hon uppfattar sig själv när det inte finns kläder i hennes storlek. Detta var något som nästan alla informanter upplevde problematiskt, det fanns inte kläder som passade deras kroppar. Moa berättade att gå i klädesaffärer var väldigt jobbigt för att det inte fanns kläder i hennes storlek.

Moa: Det värsta är när man skall testa byxor i klädesbutiker. Jag har alltid varit smal här uppe, men så har jag alltid haft väldigt breda höfter och stor röv, (skratt). Och när man har varit överviktig också så har det varit ännu värre det har varit jättejobbigt att behöva gå till avdelningen med extra stora kläder.

J: ja

Moa: och jag kunde inte ens köpa byxor på ett tag för jag ville inte gå till den här avdelningen och tyckte det var jättepinsamt, dessutom så när man väl kommer i en storlek 44 igen så är man så jävla glad så det finns inte.

Klädaffärer marknadsför stora kläder för sig som på Kappahl heter det XLNT, på HM är det HM+ 44-54. I nästan alla stora kedjor finns de stora kläderna för sig, i en egen avdelning på butiken. Informanterna berättar om känslor av pinsamhet och att de helt enkelt inte vill handla kläder. Cecilia sökte sig till USA där det både erbjöds mer kläder och omklädningsrum som passade hennes kropp. För Moa var det en lättnad efter sin viktning att äntligen kunna handla som alla andra. Denna lättnad var det flera av informanterna som upplevde. Tilde berättade ” (...) speciellt när det handlar om att gå till klädbutiker så känner jag ett helt annat självförtroende för att traska in och fråga efter vad jag ville ha idag än när jag var 20 kilo större. Om inget annat för att det jag ville ha fanns inte i min storlek på den tiden.” Att kunna handla kläder som de andra gav Hugo en känsla av gemenskap i konsumtionssamhället. Utifrån ett kapitalistiskt perspektiv är det förundransvärt att kläder för alla kroppar inte existerar. Detta tolkar jag som att genom att differentiera kroppar så skapas det andra behov att konsumera i form av dietprodukter och träning som man kanske tjänar ännu mer pengar på. Klädaffärerna utestänger ”överviktiga” kroppar både genom att inte ha deras storlekar, samtidigt som de erbjuder kläder men på en egen avdelning. De stora kläderna får inte blandas med de ”normativa”.

4.11 VIKTGÖRANDE INTERAKTIONER

I detta avsnitt kommer jag att diskutera och lyfta informanternas berättelser om hur det är att leva i en överviktig kropp i förhållande till blickar. I förhållande till andras blickar och egna intersubjektiva blickar på dem själva samt hanterandet av detta i relation till normer och kön. Blickar antingen från andra och blickarna till sig själva påverkar informanterna i deras dagliga livsvärld. Detta var ett återkommande tema som jag fann i intervjuerna, om hur andras blickar eller föreställningen om vad andra tyckte om dem påverkade dem på olika sätt och skapade motstånd.

4.12 DÖMANDE INTERAKTIONER OCH BLICKAR

Denna del kommer att undersöka denna mellanmänniska interaktion och betydelsen av blickar. Berättelserna visade på en variation av interaktioner och deras betydelse. Jag fann olika slags interaktioner vilka jag vill börja lyfta i detta avsnitt samt hur motstånd artikuleras. Jag vill börja lyfta erfarenheter som informanterna råkar ut för både i offentligheten och i det privata livet, familjesfären. Till att börja med bär informanterna föreställningar om hur överviktiga förväntas vara och det är i de föreställningarna deras livsvärld utspelar sig.

Hugo: Det var under en fest en bekant till mig och vi satt och pratade och han bara brast ut i att han var han var liksom lite förbluffad och brast ut i – men alltså du är ju faktiskt inte som dom andra tjockisarna utan alltså jag kollar liksom i dina ögon och dom är liksom klara du är liksom medveten... Han, det här var en ganska kroppsfixerad människa och det var ju en ganska extrem åsikt. Jag tycker det flyter ihop lite med den allmänna bilden av en överviktig människa. Du vet ja – luddig i kanterna, vag, ofokuserad, det är väldigt jag upplever det väldigt lätt för folk att projicera väldigt mycket på en. Ofta väldigt negativa attribut typ som att man inte kan kontrollera sig själv, att man är lat att man inte ...att liksom att man upplevs liksom väldigt ofta som en karakityr av vad allt en människa i ett samhälle inte bör vara.

Hugos citat är talande för informanternas upplevelser om hur en överviktig person förväntas att vara. Andra ord är lat, lite mer tacksam, tacksam för att få vara med överhuvudtaget, typisk fetknopp som alltid äter och så vidare. Bakgrunden till det här citatet handlar om vad Jill råkade ut för som person i offentligheten.

Jill: nämen då är det någon som skriver så här men hon är ju (...) hur fan kan hon någonting om (...) hon som är så fet och ful ungefär alltså det är jag ju inte ensam om. Det drabbar alla kvinnor men det tar extra hårt när man vet på något sätt ligger

någonting i det inom citationstecken att det vet att jag är fet och därigenom kan man aldrig bli fin heller. Jag är definitionen av ful, det blir då den här offentliga bekräftelsen och jag vet att det är priset jag får betala och det är priset jag betalar och det påverkar men än jag skulle vilja erkänna att dom smällarna tar lite hårdare.

Jill beskriver flera saker i det här citatet. Skönhetsidealet drabbar alla kvinnor men Jill menar att det tar ännu mer i en överviktig kropp. Jag skulle säga att det drabbar överviktiga kvinnor dubbelt. Jill berättar om det i termer som priset som hon får betala för att vara en kvinna i offentligheten är jobbigt redan så, men att vara en överviktig kvinna menar hon är tuffare och det påverkar henne. Grundläggande så är Tildes citat beskrivande för hur informanterna upplever sina kroppar.

Tilde: Och när jag säger att jag har mycket problem med min kropp så menar jag att jag slits emellan en ilska av att den inte får lov att vara som den är. Och ett självförakt för att den inte är som samhället vill att den skall vara. ... och det är en konflikt som jag pratar väldigt mycket om med mina närstående och sen både vänner och sexualpartners. De får hjälpa mig att hantera psykosen av den (skratt).

Denna konfliktkänsla, att inte få vara som de vill och känslan att de inte uppfyller normen aktualiseras i förhållande till andras blickar. Det vill säga att inför någon människa blir deras vikt till enligt mig. Detta är väldigt tydligt i intervjuerna att inför någon annans blick fastställs normen. Alla informanterna har på något sätt råkat ut för glåpord, kommentarer i offentligheten.¹⁵² Tilde kan i alla fall minnas tre tillfällen när hon har varit ute och ätit och råkat ut för kommentarer– som ska du verkligen äta det där? Jill har stämplats som fetknopp i offentligheten. Hon beskrev det som att hon fick en bekräftelse att hon avvek från normen på ett negativt sätt och en bekräftelse på att hon uppfattas som överviktig. Lucy berättade om en chef som under ett antal år mobbade henne för hennes vikt och hennes sätt att klä sig. Hon berättade;

Lucy: hon – ja var det meningen att du skulle ha en sådan urringning eller för jag kunde inte sluta titta på dina bröst på hela intervjun? Och det är ju hade hon varit man så hade det varit så solklara sexuella trakasserier så det bara smäller om det! Men hon tyckte hon kom undan för att hon som kvinna talar om för en annan kvinna behave! Och du som är tjock kanske borde tänka lite på vad du sätter på dig.

¹⁵² Ekman (2011) s. 119

Efter de två åren sade hon upp sig, liknande resultat som N. H Cossrow med flera kom fram till i deras studie att mobbing ofta förekommer på arbetsplatsen.¹⁵³ Dock är diskriminering om utseendet inte en diskrimineringsgrund men något som sker i deras livsvärldar samt något som inte går att agera emot rättsligt. Moa berättade att hon blev skickad till företagshälsovården utan någon direkt anledning, dock trodde hon att det berodde på hennes storlek. Hennes kollegor blev inte ditskickade. Besöket resulterade i vad hon kunde förbättra och ändra på angående vikt. Som till viss del stämmer överens med det som Engelsrud och Grovens resultat om hur det är att vara överviktig på en arbetsplats.¹⁵⁴

Hugo: Jag upplever det alldeles för jobbigt att hela tiden behöva speglas mig i andras ögon hela tiden. Det här är en känsla jag har känt ända sen jag var liten. Jag har upplevt det jobbigt när folk ser mig,

Hughes beskriver att bli sedd av någon är som att ha en pistol riktad mot sig och det passar väl in på informanternas erfarenheter. Även det som Merleau-Ponty menar att den andra personen blir din spegel.¹⁵⁵ Hugo berättade även att han sällan orkar bära upp sitt goda självförtroende en hel kväll ute till exempel, det blir för jobbigt. Mia:” jaa ja ja gud där finns innan så har jag alltid haft en erfarenhet att en del av min verklighet som inte får finnas eller som inte är tillgänglig för den är så beskuren det finns liksom inget språk att prata om den här kroppsliga upplevelsen på ett ovärderat sätt”. Tilde berättar att det fanns inga tillfällen där hon fick glömma att hon inte var som hon skulle vara. Mia har liknande upplevelser.

Mia: Ja alltid det är liksom en av de första tankarna som dyker upp så fort jag möter en ny människa, så finns det med som en av dom här tankarna som stör mig. Jag tänker var tänker den här personen om mig utifrån min kropp? Hur värderar den vad jag för egenskaper för det och jag märker med att jag är väldigt snabb med att berätta om min status.

När hon inte berättar om sin status känns det som att känna sig synlig och osynlig samtidigt, något som kan kopplas till Youngs teorier om kulturell dominans. Med status menar Mia sin position inom arbetslivet. Att gå in i en diskussion eller ett nytt sammanhang är för flera av informanterna en obehaglig upplevelse. De slits mellan känslan att inte duga rent kroppsmässigt till en ilska över att inte få förkroppsliga den kropp de har.

¹⁵³ N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

¹⁵⁴ Groven & Engelsrud (2010) s. 8

¹⁵⁵ Helena Dahlberg (2011) s. 104

4.13 FAMILJERELATIONER

En annan slags interaktion som utkristalliserade sig var familjens och vännernas blickar. Informanterna var oftast störst i familjen och upplevde sig långt ner i hierarkin i familjen och till vänner. Moa upplevde sig som att hon var sämst i familjen. Deras minnen från barndomen berättar att de har växt upp i ett samhälle där överviktiga inte är välkomna. De informanter som var överviktiga vittnade om att de redan då visste att det var något ”fel” på dem.

Lucy: Jag förstod väldigt tidigt att jag var tjock, Jag förstod aldrig vad det var för fel på mig. Varför inte jag var söt, jag förstod inte det jag tyckte själv när jag tittade mig i spegeln jag tittade på min kropp och tyckte den var fin. Men jag fick hela tiden veta att den inte var det, och att det pratades om kroppen som att det är något som växer bort. Eller som att det var ett problem hela tiden men för mig var det inget problem.

Hugo och Lucy var de två som explicit talade om sin barndom och jag tolkar att de alltid har råkat ut och levt med att hantera dessa blickar. Utanförelkänslorna skapas således tidigt i livet. Moa berättar om ett minne om en familjesituation.

Moa: Jag vet en gång när jag var mindre för jag har nästan alltid varit överviktig och när jag var mindre så kommer jag ihåg att jag gick framför min pappa han gick bakom mig (...) ehm och sen jag inte kommer ihåg vad vi gjorde vi var uppe i stan eller något sånt där och sen när vi kommer hem då så säger min syster till mig att min pappa har sagt till min syster – gud va tjock hon börjat bli bakom min rygg alltså (...) och ja alltså det sätter ju sig.

Majas syster påpekade ofta att hon var tjock och skulle skärpa till sig, men hon upplevde någon slags upprättelse när det kom fram att hon led av en ätstörning och inte av dålig karaktär. Men samtidigt så säger hon att familjen tycker att hon är tjock. Karin upplevde att hennes mammas status blev lägre på grund av att hon var överviktig och detta var något som skapade spänning mellan dem. Hos flera av informanternas berättelser fungerade familjen som en viktgörande enhet även om de kände sig älskade. Men även i hemmet kände de sig mest trygga när de var helt själva. Familjen och vänner fungerade både som en plats där de

var trygga och älskade men även där gjorde sig viktnormen påmind, liksom forskningsläget visar.¹⁵⁶

4.14 INTERSUBJEKTIVITET-I RELATION MED NORMER & IDEAL

Relationen till sig själva filtreras genom de föreställningar som informanterna bär med sig menar jag. Merleau-Ponty menar att vi är i världen delade, men vi är även delade till oss själva och vi påverkas av världen runt omkring oss eftersom vi föds till en värld full av meningar. Vi lever i en ständig och öppen fortsättning till varandra.¹⁵⁷ Genomgående i berättelserna upplevde jag en levd ambivalens till sig själv och kroppen. En berättelse kunde gå ifrån ilska över att de inte fick se ut som de ville, till ilska över att de inte följde normen och tillbaka igen. Hugo berättar här kampen han har upplevt med blickar genom livet.

Hugo; Jag tänker väldigt mycket på hur man upplevs av andra. Kontra liksom sin egen upplevelse av kroppen och hur man upplever den. Hur man har hanterat det och hur man liksom har förhållit och hanterat det genom ens hela personliga historia. Man tänker ju väldigt mycket på normer och liksom hur andras blickar känns. Det är något man genomled hela iallafall hur andras blickar känns är något som har färgat mig ganska mycket och det är något jag har haft ganska stora problem med. Och faktiskt någonting jag nu går i terapi för men att jag upplever en väldigt stark uppgivenhet och irritation över just hur den allmänna bilden av hur en överviktig kropp ser ut.

Även om Hugo var säker på sig själv kände han sig väldigt osäker inför andra. De egna blickarna tog olika vägar och Lucy liksom Karin menade att så länge de var snälla mot sig själva så kunde inget hota. Moas berättelse illustrerar väl ambivalensen till sin kropp och dess plats i världen. Till en början när hon gick upp i vikt var det inte något hon lade så stor notis om, tills omvärlden började påpeka det. Sedan kände hon att kläder var mer skadereglering än att klä upp sig till att vägra hata sin kropp och runt igen. Just nu har hon gått ner en del i vikt och beskriver sig själv som lite småtjock och inte fet längre. De egna blickarna filtreras menar jag också genom normer och ideal. ”Jag vill jag ju inte vara men ändå så måste jag förhålla mig till den normen hela tiden ändå fast jag inte ens vill det, så måste jag förhålla mig till den normen i alla fall”. Jill citat pekar på något viktigt att hur det än är måste informanterna förhålla sig till normerna, det är därför jag menar att de egna blickarna är av en ambivalent karaktär.

¹⁵⁶ N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

Jill: ja extremt svårt och också att vara så snäll mot sig själv. Att det här är också en effekt av strukturerna, hur kan vi gå emot ett helt samhälles bilder när vi när vi tänker så där självkritiskt omkring vårt eget fett eller andras fett. Så vara också snäll mot sig själva det här är inte mina egna röster utan det här är ju strukturerna som talar i mitt huvud nu. Och sedan då att aktivt tänkande att det här behöver ju inte vara sant, det här är ju inte hela verkligheten så det är ju ett ganska det är så att jobba med alla normer.

Berättelserna pendlar mellan självförakt till det som Cecilia berättar

Cecilia: För det mesta när jag känner på mig själv nä inte när jag ligger på sidan och magen eller på magen (fniss) men annars så kan jag liksom känna att jag när jag känner på mina höfter, känner på midjan såhär så känner jag mig inte så himla tjock. Jag känner mig ganska välskapt.

Här vill jag föra en diskussion om femininitet. De Beauvoir menar att vara kvinna är att bli utsatt för en manlig blick och objektifiering vilket också styrks av forskningsläget. Cecilia beskriver sig själv som feminin med stora bröst och kurvor på rätt ställe, hon berättar att ingen tvivlar på hennes könstillhörighet. Medan Jill menar att hon aldrig kan leva upp till idealen hur mycket hon än försöker, hon blir aldrig som hon säger den kvinnliga kvinnan.

Jill: Det pratades på det viset att det fanns ju vissa normer som man skulle leva upp till och specifikt kvinnorna naturligtvis och alltså det blev ju jättetydliga normer att man skulle (suck) lägga mycket tid på utseende man skulle ha liksom lagom utmanande kläder man skulle vara intresserad av kläder man får ju absolut inte vara för manhaftig utan man måste ju liksom bejaka sin kvinnlighet.

Att vara kvinna och överviktig framstår i materialet liksom mycket annat ambivalent. Fettet kodades som oattraktivt och fult. Jill, Moa och Tilde som alla är över 30 år upplevde att ålder var lika oattraktivt som fett. Att vara åtrå(värd) kopplade informanterna samman med en slags parålder, mellan 20-30 år. De menade även att äldre människor sällan pratade om vikt och att det också hade med ålder att göra. För Hugo illustrerade hans viktnedgång en ökning i att vara åtrå(värd) men också en ilska att han inte fick vara det innan. Jill undrar om hon skall komma ut som fet på till exempel nätet, och frågade sig själv hur hon då skulle beskriva sig själv?¹⁵⁸Framträdande i materialet var att normerna kring kroppar fick informanterna från sina mödrar. Mammor som ständigt bantat, stått framför spegeln. Cecilia reflekterar över detta, ” Ja alltså könsmissigt så har jag rakt av blivit influerad rakt av kvinnor.” Jag tolkar detta inom

¹⁵⁸ N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

ramen för respektabilitet, det vill säga att informanternas mödrar och deras mödrar överför ideal som fungerar inom normen och femininiteten. Detta tror jag de gör för att skydda sina barn från konsekvenser av att inte passa in i normen.

Förutom att informanterna måste förhålla sig till normer och ideal så tolkar jag de egna blickarna genom avsaknaden av kroppar att spegla sig i. Hugo beskriver det som något han har märkt av redan som liten. I filmer fanns det inga stora barn, och om de fanns var de endast där för att vara roliga. Hugo menade att överviktiga aldrig är subjektet eller subjektet för romantiskt ideal i till exempel filmer. I relation till de föreställningar som informanterna bär med sig av överviktiga och explicita uttalanden så är det inte så förvånande med hur de egna blickarna reflekterar fram och tillbaka. De egna blickarna var av en ambivalent karaktär och visar på hur lite de kan stå utanför vår samtids normer och pendlar fram och tillbaka. Det är tydligt att informanterna speglar sig genom och mot de kulturella föreställningarna som finns angående överviktiga.¹⁵⁹ Framförallt den sista domänen som var en känsla av att generellt bli behandlad sämre.¹⁶⁰ Men jag håller med Zdrodowski som menar i sin artikel att kvinnorna inte lider av övervikten i sig utan övervikten sker i interaktionerna.¹⁶¹ Nästa avsnitt kommer jag att diskutera motstånd och hur det ser ut och upplevs.

4.15 MOTSTÅND

Informanterna delade även med sig berättelser om motstånd och hur det ser ut. Ett sätt, även om det inte var ett uttalat sådant var att gå ner i vikt. Jag lägger ingen värdering i detta utan vill endast peka på att när informanterna gick ner i vikt upphörde kommentarerna och blickarna försvann. Att gå ner i vikt var för de flesta en positiv upplevelse och skapade en känsla av gemenskap och tillhörighet till samhället, samtidigt som de upprördes över att inte bli accepterade som de var innan de gick ner i vikt. Ett annat sätt att vända blickar som jag vill lyfta var för informanterna att bli en positiv förebild för andra överviktiga.

Maja; Försöka visa jag har varit väldigt utåt självsäker som ett man faktiskt vara nöjd med sin kropp, men det har varit kämpigt ibland liksom och blivit ledsen och känt att jag är tjock. Jag ska fan nog visa respekt nog och acceptera den liksom man kan alltid vara nöjd liksom man kan vara stor och snygg liksom.

¹⁵⁹ Groven & Engelsrud (2010) s. 8-9

¹⁶⁰ N. H Cossrow, -F. Jeffery, R-W, & M-T. McGuire, (2001) s. 212

¹⁶¹ Zdrodowski (2010) s. 65

Maja ville fortsätta vara en förebild men det slet så mycket på hennes kropp att vara överviktig att hon kände sig tvungen att gå ner i vikt. Att vara en positiv förebild handlar helt enkelt att förkroppsliga övervikt och stå för det, eller som Karin uttrycker det så stryper hon konversationen om vikt i dess linda och tycker mest synd om människor som är så ytliga. Motståndet för Lucy, Mia och Cecilia var att söka sig till fettaktivistiska grupper.

Cecilia: eller så typ så såg jag att någon hade skrivit någonting och sen gick jag med och tyckte det var intressant vara och läsa och så här det var ett stort så WOW WOW WOW just det här /--/ Cecilia: gud så häftigt det finns folk som sitter här som är helt utan ursäkter /--/Cecilia: ingen skam överhuvudtaget ingen skuld

J: hehe

Cecilia: ingenting det här jo det är helt okej och vara fet om eller ingenting sånt. Utan bara helt enkelt bara ja fine! Du får jättegärna vara fet liksom, och det är fel att det stigmatiserar och det är fel att det blir liksom diskrimination BLÄNÄ diskriminering eller bara på grund av att man väger si och sådär mycket.

Att hamna i fettaktivistiska kretsar öppnade upp för en gemenskap och en gemensam analys. Att vara ensam i sitt motstånd upplevde Moa som väldigt svårt. Moa kände att det var till stor hjälp i sin vardag att veta att det var strukturer runt omkring henne och de möjliggjorde för henne att gå över hennes skamgräns som hon uttrycket det. För Cecilia blev det ett uppvaknade från att folk tyckte om henne trots hennes fett till att de kanske till och med gillade hennes fett. Mia berättar om känslan kring att dela erfarenheterna om att vara överviktig med andra.

Mia: Det där blir jag nästan helt euforisk att ha dom här träffarna att få ha dom här träffarna att få sitta med den gemensamma erfarenheten och även en slags gemensam analys. Att här är det inte i första hand vår vilja att gå ner i vikt som ska diskuteras utan olika aspekter av att leva med den här överviktiga kroppen och strategier för att kunna bryta vissa normativa beteenden, som vi har framförallt om man tänker internaliserad fettfobi dom sakerna krävs verkligen att diskuteras mycket.

Just den gemensamma analysen och gemenskapen tror jag speglar att inte känna sig välkomna i samhället. Som analysen och forskningsläget har visat så är övervikt något för en individ och något som individen måste ta hand om. Att vara i fettaktivistiska kretsar tolkar jag genom berättelserna som en plats där övervikt är något tillåtet, en plats där informanterna kan andas.

Men liksom alla de andra aspekterna i informanternas livsvärld gör sig ambivalensen sig påmind. Cecilia pendlar mellan att vissa dagar känna sig väldigt tjock och en vilja att göra en gastric bypass, till att vilja vara en god förebild för andra tjockisar. För Lucy var det lättare att stå utanför andra normer om vissa normer var innanför. Hon beskriver sig själv som någon som står utanför normen på flera sätt och om kroppen inte sticker ut så mycket upplevde hon att det vara lättare att göra motstånd i övrigt.

4.16 SLUTDISKUSSION

Jag har genom den fenomenologiska blicken lyft, problematiserat och analyserat levda erfarenheter av övervikt. Jag vill här lyfta några centrala tendenser från resultatet utifrån det teoretiska ramverket. Maurice Merleau-Ponty liksom Simone de Beauvoir menar att vi är i världen genom vår kropp och världen är i oss.¹⁶² Genom Mois läsning av de Beauvoir, att kroppen är en situation samt att biologin inte determinerar oss men biologin har betydelse för våra livsvärldar är explicit tydligt i materialet. Övervikten eller det som just nu benämns som övervikt påverkar informanternas riktningar, friheter och val i livet. Exempel på det är att inte söka jobb, söka gemenskap, inte söka sig till läkarvården och äta i ensamhet. Informanternas projekt i världen och friheter reduceras kraftigt av vad de tror att andra tycker om dem samt vad andra explicit påpekar om deras kroppar.¹⁶³ Jag menar att den överviktiga kroppen till viss del överskuggar könets betydelse.

Det är väl synligt i materialet som till största delen består av kvinnliga erfarenheter att stigmat som kvinnlig överviktig kropp både slår på feminiteten och att de är överviktiga. Dock, framstår den överviktiga upplevelsen av kroppen som mer framträdande enligt mig. Tildes erfarenhet av att gå ner i vikt gjorde att hon behandlades bättre men hennes situation som kvinna gjorde att hon förlorade en del utrymme på grund av feminitet. Den manliga informantens upplevelse av sin övervikt är överensstämmande med kvinnornas i studien. De går inte att jämföra eftersom det endast är en man som är med i studien. Det kanske visar på en förskjutning av skönhetsideal och att övervikt drabbar män lika hårt som kvinnor, detta tål att undersökas vidare. Alla informanter utom en var dock överens om att kvinnor lider hårdare av sin övervikt på grund av att som de Beauvoir menar att, mannen är subjektet och kvinnans tillblivelse som könad varelse blir till existens i mannens blick.

Jag vill spinna vidare på vad det innebär att vara i någon annans synfält. Bill Hughes beskriver det som att vara inför en annan persons blick är som att ha ett vapen riktad mot sig, och identitetsbestämmande. Blickar hierarkiserar enligt Hughes och informanterna hamnar långt ner i hierarkin. Vår delade tillvaro i världen påverkas av den historiska och sociala kontext vi lever i och påverkar oss vilket informanternas berättelser bevisar. Vår delade värld, delad i bemärkelse med andra, och delad i den formen att vi är i världen delade, genom andras

¹⁶² Merleau Ponty [1961] (1997) s 17

¹⁶³ Moi (1997) s. 110

blickar blir vi hela eftersom vi inte kan bli hela utan en annan människa.¹⁶⁴ Lisa Folkmarsson Käll menar att den andres blick inte helt determinerar subjektet, men det är något som informanterna alltid måste förhålla sig till är tydligt i informanternas berättelser. Deras livsvärldar skulle jag ständigt vilja påstå är en kamp mot andras blickar och deras egna blickar mot sig själva liksom Groven och Engelsrud menar.¹⁶⁵ Tydligt är att de sällan tillåts glömma att de inte är som de förväntas vara.

I och med andras blickar så skapas en tydlig gruppidentitet i materialet som Iris Marion Young teoretiserar. En grupps tillhörighet, bestämmer inte individerna själva utan de kastas in i den här lånar Young Heideggers begrepp. Att informanterna förstår sina upplevelser inom en gruppidentitet är tydligt när de beskriver dem själva som *vi tjockisar*. De är väl medvetna om de stereotyper som finns runt överviktiga kroppar och förhåller sig dagligen till dessa. Dock, bestäms deras grupp tillhörighet av andra vilket är en del av vad Young menar är kulturell dominans, en förtryckarmekanism för att beskriva vad som är naturligt och ”bra” i ett samhälle. Young beskriver det som att vara synlig och osynlig samtidigt och hennes beskrivning sätter precis de överviktiga erfarenheterna på pricken. De upplever sina kroppar som konstant synliga i andras blickfält, världen formas inte efter dem utan de måste anpassa eller avstå vissa delar av samhället för att få en plats. Samtidigt så osynliggörs de genom att inte få vara med i samhället, gå till läkaren, vara åtrå(värd), rätt till arbete, plats, kläder, respekt, talutrymme.¹⁶⁶ Såklart är inte alla deras erfarenheter negativa utan jag menar att övervikten i sig skapas av andra som de ständigt måste förhålla sig till vilket är explicit i materialet. Jag tolkar Merleau-Pontys intentionalitet på ett bredare perspektiv inte endast den kroppsliga intentionaliteten utan i relation till platsen om informanterna inte tar. Informanternas intentionalitet menar jag avbryts och tar andra vägar på grund av viktnormen. Som att inte besöka sin hemstad på grund av en tror folk kommer tänka om en, eller inte söka alternativt inte få ett arbete på grund av sin kropp.¹⁶⁷

De själva beskriver denna gruppidentitet i negativa ordalag, som lata, dumma, karaktärslösa och till viss del internaliserar de dessa påståenden. Deras livsvärld präglas av de kulturella föreställningarna som omger den överviktiga kroppen. Där pågår hela tiden en kamp om att få vara ett helt subjekt och få plats i världen som kropp, få talutrymme och en känsla av

¹⁶⁴ Dahlberg (2011) s. 104

¹⁶⁵ Groven & Engelsrud (2010) s. 10

¹⁶⁶ Young (1990) s. 81-82

¹⁶⁷ Merleau-Ponty [1961] (1996) s. 136, Ogden och Clementi (2009) s. 2

gemenskap. Hughes menar också att skammen kan vara en revolutionär kraft, att vända blickar genom det kan jag till viss del hålla med om men inte bara skam utan också ilska att formulera en egen identitet.¹⁶⁸ Jag tror att gruppidentiteten även formuleras av neoliberalismen på det sätt att strukturen befästs i våra kroppar. Neoliberalismen efterfrågar hälsosamma subjekt i kapitalismens tecken för att reproducera sig själv, och att göra övervikt till en individuell fråga istället för en fråga för kollektivet. Du är din egen lyckas smed, de misslyckas som neoliberal subjekt. Som medborgare skall en både konsumera snabbmat (som kodas som dålig mat), köpa viktminskningsprodukter, gå till gym och välja det ”sunda” livet. Det finns en inneboende valfrihet, och så är det nästan omöjligt att förkroppsliga övervikt när det finns ett *val* att inte vara det som Groven och Engelsrud skriver.¹⁶⁹ Konsumenter fastnar i ett ekorrhjul av att vara köpkraftiga snabbmatsätare till att inhandla viktminskningsprodukter. Informanterna valde att inte uppsöka läkarvården på grund av deras vikt, och när de väl gjorde det koncentrerades läkarbesöket på övervikten och inte varför de uppsökte vården. Kan det inte vara så då att överviktiga upplevs som mer sjuka om de inte erbjuds eller vågar söka upp den vård de förtjänar?

Deras motstånd har samma ursprung som gruppidentiteten, det ger en känsla av gemenskap och gemensam förståelse av deras upplevelser som överviktiga. Det hade inte funnits om det inte fanns en annan gruppidentitet att spegla sig emot menar jag. Den kulturella dominansens effekter blir synliga i erfarenheterna av att ha förlorat kroppsmassa, kroppen passar då in i samhället, kroppen stöps då in i normen och tvärtom det belönas med att kunna ingå i konsumtionssamhället och belönas i viktgörande relationer. Som informanterna säger är det lätt att heja på någon som försöker gå ner i vikt. Det finns ingen subjektsposition för en nöjd och glad överviktig person. Att utforska dessa erfarenheter genom ett fenomenologiskt perspektiv har öppnat för en vid förståelse av levda erfarenheter av övervikt om varseblivandets beskaffenhet.

4.17 SEN DÅ? ELLER, NU DÅ!

Jag avslutar denna studie med fler frågor innan jag började. Det behövs mer forskning inom detta område, som Mia sade finns det inte ens en ram att prata om dessa erfarenheter inom. I ett samhälle där övervikt är så starkt förknippat med ett misslyckat modernistiskt, nyliberalistiskt subjekt med dåliga egenskaper, behövs fler arenor och platser för samtal, akademiska som aktivistiska. Viktnormen, som förtryckande struktur måste lyftas från

¹⁶⁸ Hughes (1999) s, 159, 162

¹⁶⁹ Groven & Engelsrud (2010) s 10

individnivå till just strukturnivå. Det här förtrycket är så naturaliserat och reproduceras dagligen på alla samhällets arenor. Det känns som denna studie endast har skrapat på ytan av ett berg av erfarenheter att undersöka. Att undersöka och tala om erfarenheter är mycket givande både privat och forskningsmässigt.

Vidare att utveckla de metodologiska aspekterna och använda andra metoder för kunskapsproduktion som kollektivt minnesarbete och dagböcker. Emancipatoriskt, vill jag liksom andra förtyck att detta upphör och inte fångslar kroppar och reducerar en människa till en viktnorm.

Kapitel 5. Litteraturförteckning

Acker, Joan, Barry Kate, och Essevald Joke (1983) "Objectivity and Truth, Problems in Doing Feminist Research" i *Women's Studies Int. Forum* Vol. 6 No. 4

Anving, Terese *Måltidens paradoxer. Om klass och kön i vardagens praktiker* Media tryck: Lunds Universitet

Austin, S. Bryan (1999) "Commodity knowledge in consumer culture" I *Weighty Issues: Fatness and Thinness as Social Problems* Jeffery Sobal & Donna Maurer (eds) Aldine Transactions: New York

Bengtsson, Jan (1993) *Sammanflätningar. Husserls och Merleau-Pontys fenomenologi* Daidalos: Göteborg

Cossrow, N. H., -F., Jeffery, R-W., & M-T. McGuire, (2001). "Understanding weight stigmatization: a focus group study". *Journal of nutrition education*, vol. 33 pp. 208-214

Dahlberg, Helena (2011) *Vikten av kropp. Frågan om kött och människa i Maurice Merleau-Pontys Le Visible et Línvisible* Reprocentralen vid humanistiska institutionen i Göteborg: Göteborg

Ekman, Aimée (2011) *Ett fett liv: En artikulering av viktordningen på bas av överviktiga människors erfarenheter* Linköping University Electronic Press: Linköping
<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:liu:diva-80854>

Grosz, Elizabeth (1994) *Volatile Bodies. Toward a corporeal feminism* Indiana University Press: Bloomington and Indianapolis

Groven, Karen Synne and **Engelsrud**, Gunn (2010) "Dilemmas in the process of weight reduction: Exploring how women experience training as a means of losing weight in *Qualitative Studies on Health and Well-Being* Vol 5 nr 2

Gustavsson, (2011) *Klas Det vardagliga och det vetenskapliga. Om sociologins begrepp* Media-Tryck: Lund

Guthman, Julie (2009) "Neoliberalism and the Constitution of Contemporary Bodies" in *The Fat Studies Reader* Rothblum Esther and Solovay Sondra (eds) New York University Press: New York

Haraway, Donna (1988) "Situated knowledges: The science question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective" i *Feminist Studies*, Vol, 14, No,3

Harvey, David (2005) *A brief history of Neoliberalism* Oxford University Press: New York

Hesse-Biber, Sharlene Nagy (2007) "The Practice of feminist In-depth Interviewing" i *Feminist research Practice* Sage Publications: London, New Delhi

Hughes, Bill (1999) "The constitution of impairment: Modernity and the aesthetic of oppression" i *Disability & Society* 14:2

Husserl, Edmund [1907] (1995) *Fenomenologins ide* Daidalos: Uddevalla

Johansson, Emilia (2013) *Forskningsöversikt över rekrytering i arbetslivet* *Forskning som har presenterats vid svenska universitet och högskolor sedan år 2000* Diskrimineringsombudsmannen DO 2012

Kulick, Don and Meneley, Anne (2005) "Introduction" *Fat, The Anthropology of an Obsession* Don Kulick and Anne Meneley (eds) Penguin Group: New York

LeBesco, Kathleen (2004) *Revolting Bodies The struggle to redefine fat identity* University of Massachusetts Press: Amherst and Boston

Listerborn, Carina (2007) *Kroppen som situation – om kön, makt och rum Del 1: Begreppsutveckling* Rapporter och notiser 168: Lunds Universitet KFS Lund AB: Lund

Lupton, Deborah (2013) *FAT* Routledge: New York and London

May, Tim [1993] (2011) *Social Research, Issues, Methods and Research* 4th edition Open University Press : New York

Merleau-Ponty, Maurice (2004) *Lovtal till filosofin: essäer i urval* Brutus Östlings Bokförlag Symposion: Stockholm/Stehag

Merleau-Ponty, Maurice [1961] (2002) *Phenomenology of perception* Routledge: London and New York

Merleau-Ponty, Maurice *Kroppens fenomenologi* [1945] (1961) Daidalos AB: Göteborg

Moi, Toril (1997) "Vad är en kvinna" i *Kön Res Publica* Nummer 35/36

Mulinari, Diana (1999) "Vi tar väl kvalitativ metod- det är så lätt" i *Mer än kalla fakta* (red) Katarina Sjöberg Studentlitteratur: Lund

Mulinari, Diana (2009) ""Den andra familjen" Genus, nation och migration" i *Välfärd. Genus och familj* Janet Fink & Åsa Lundqvist (red) Liber AB: Malmö

Ogden, Jane och Clementi, Cecilia (2010) "The experience of being obese and Many consequences of stigma" i *Journal of Obesity* Vol. 2010

Puhl, R-M., Moss-Racusin, C-A., Schwartz, M-B., & Brownell, K-D. (2007). Weight stigmatization and bias reduction: perspectives of overweight and obese adults. *Journal of health education*, vol. 23, pp. 347-358.

Saguy, Abigail (2011) ""Why can't you control yourself" Why fat should be a feminist issue" i *Feminist Forum Sex Roles*

Seeman, Neil and Patrick Luciani (2011) *XXL Obesity and the limits of shame* University of Toronto: Press: London, Toronto, Buffalo

Smith, E. Dorothy (1999) *Writing the Social. Critique, Theory, and Investigations* University of Toronto Press: Canada

Smith, E. Dorothy (2004) "Women's perspective as a Radical Critique of Sociology" i *The Feminist Standpoint Reader. Intellectual & Political Controversies* (ed) Sandra Harding Routledge: New York and London

Thomas, S L., Hyde, J., Karunaratne, A., Herbert, D., & Komesaroff, P-A. (2008) "Being"fat" in today's world: a qualitative study of the lived experiences of people with obesity in Australia " *Health Expectations*, vol. 11 pp.321-330

Wann, Marilyn (2009) "Foreword" *Fat Studies: An invitation to Revolution* i *The Fat Studies Reader*(eds) Esther Rothblum och Sondra Solovay New York University Press: New York & London

Vetenskapsrådet, (2011) *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning*

Widerberg, Karin (2002) *Kvalitativ Forsking i praktiken* Studentlitteratur: Malmö

Young, Iris Marion (1990) *Att kasta tjejkast. Texter om feminism och rättvisa* Atlas: Stockholm

Zdrodowski, Dawn (1996) "Eating out. The Experiences of Eating in Public for the "overweight" Woman" in *Women´s Studies International Forum* vol 19 No. 6 pp. 655-664

5.1 INTERNETKÄLLOR

Per Andén (2011) (Online) *Vårdguiden Region Skåne* <http://www.1177.se/Skane/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Fetma/> (2013-11-17)

Barnens vänner <http://www.bvadopt.se/scripts/lander.asp?ids=12&title=Kina> 2013-12-02

WHO (World Health Organization) (2013) <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/en/index.html> (2013-11-18)



LUNDS UNIVERSITET
Samhällsvetenskapliga fakulteten

Josephine Reijs
Masterstudent i genusvetenskap
Centrum för genusvetenskap

Samtyckesavtal

Samtyckesavtal till medverkande i studien *Levda erfarenheter av övervikt*.

Jag är skriftligt informerad om att mitt deltagande är frivilligt och kan avbryta min medverkan när som helst. Samt att mina uppgifter hanteras konfidentiellt och att mina uppgifter anonymiseras. Vidare att jag har fått tillfälle att ställa frågor om min medverkan i studien och fått dem besvarade om min medverkan i studien.

Upprättas i två exemplar, ett för forskaren och ett för intervjupersonen.

Jag samtycker att bli intervjuad till studien *Levda erfarenheter av övervikt*.

Ort och datum

Namnunderskrift

Namnförtydligande