

# Thinspiration- vägen till perfektion

En kvalitativ textanalys av Pro-ana bloggar

Av: Hanna Thulin

---

LUNDS UNIVERSITET  
Socialhögskolan

Kandidatuppsats (SOPA63)  
VT 14



Handledare: Ulrika Levander

Examinator: Mats Hilde

## **Abstract**

This paper problematizes the concept of anorexia and in what forms bloggers create their eating disorder and what consequences the constructions made in blogs will involve. From a discursive text analysis, I have problematized the subject not only based on how bloggers create their eating disorder but also their view on femininity and how it may reflect on themselves. The bloggers are part of an online community, also known as Pro-ana. Pro-ana describes a community that encourages, foremost, younger people to be persistent in their eating disorder. The result shows that in these websites, bloggers find a sense of community. Together they create an idea of “the perfect woman”, an often unattainable yet desirable ideal.

**Keywords:** Pro-ana, anorexia, eating disorder.

# Innehållsförteckning

Abstract.....	2
Innehållsförteckning.....	3
1. Inledning.....	5
1.1 Syfte och frågeställningar.....	6
1.2 Begrepp.....	7
2. Tidigare forskning.....	7
2.1 Orsaker till anorexi.....	8
2.2 Pro-ana bloggar.....	9
2.3 Thinspiration.....	9
2.4 Idealet av kvinnan.....	9
2.5 Ätstörning som kulturellt fenomen.....	10
3. Metod.....	10
3.1 Empiriskt underlag.....	11
3.2 Urval.....	11
3.3 Metodens förtjänster och begränsningar.....	12
3.4 Metodens tillförlitlighet.....	13
3.5 Etiska överväganden.....	14
4. Teori.....	16
4.1 Socialkonstruktivism.....	16
4.1.1 Diskursanalys.....	17

4.1.2 Narrativ analys.....	18
4.2 Visuell analys.....	19
4.3 Stigmatisering.....	20
4.3.1 Grupptillhörighet och jag-identitet.....	20
4.4 Normalisering.....	21
4.5 Teorier och femininitet och könsmaktsordningar.....	22
5. Analyskapitel.....	23
5.1 Livsstil eller sjukdom.....	24
5.1.1 ”Thinspiration”.....	26
5.2 Pendlande ambivalens.....	27
5.2.1 Ångestladdad mat.....	28
5.2.2 Systerskapet- Ana och Mia.....	29
5.2.3 Virtuellt anonymitet.....	31
5.3 Den behagande kvinnan- en del av normaliteten.....	32
5.4 Fast i ingenmansland.....	35
6. Avslutande diskussion.....	36
7. Litteraturlista.....	38

# 1. Inledning

Anorexia är ingen sjukdom, det är en självkontrollerad livsstil.

*(Elin)*

Elin är en av hundratusentals aktiva Pro-ana bloggare på nätet. Hennes sätt att tala om anorexi som en livsstil snarare än en sjukdom, är typiskt i bloggar som i internetkretsar benämns som Pro-ana eller Pro-anorexia. Pro-ana beskriver en gemenskap som, främst via bloggar eller forum, uppmuntrar varandra till ätstörning (Tong et al 2013). I dessa bloggar beskrivs vanligtvis en idealbild av kvinnor som återspeglar hur det i media och reklam talas om hälsa och kroppsideal samt hur man som kvinna ska gå tillväga för att få ”den perfekta” kroppen. Genom att referera till hälsa och ett ”gott leverne” förskönas och maskeras sjukdomen anorexi i dessa bloggar till att göras om till ett aktivt val av en bra livsstil.

Enligt Curry och Ray (2010) är anorexia idag ett växande problem, främst bland unga tjejer. Inom sjukvården, såväl som generellt sätt i samhället, betraktas anorexia som en sjukdom och som en form av psykiatrisk diagnos (ibid). Detta stämmer inte överens med den syn på anorexi som förmedlas i Pro-ana bloggar, där sjukdomen tenderar att omtalas som en eftersträvansvärd ”livsstil”. Via sökmotorn Google får sökordet ”Pro-ana” ca 32 400 000 träffar. Vid sökning på ”Pro-ana + blogg” kommer i sin tur 66 900 träffar upp. Lewis och Arbuthnott (2012) menar att det är riskfyllt att bloggarna är lätta att hitta samtidigt som det inte är många som känner till fenomenet Pro-ana. Härigenom finns risk för en ökad spridning av anorexi när bloggare, genom inlägg och kommentarer till varandra, uppmuntrar till en ätstörning.

Mitt intresse för Pro-ana väcktes då jag under hösten 2013 läste en artikel i Veckorevyn (nr 10, 2013) om hur femininet och kroppsideal skapas och upprätthålls på internet och hur människor – oftast kvinnor – uppmuntrar varandra till att bli smalare. I Pro-ana bloggar, där ätstörning eftersträvas, läggs det inte sällan upp citat, inlägg och bilder som har som syfte att ”inspirera” och motivera till att gå ner i vikt. Idealbilden som målas upp i såväl media som i Pro-ana bloggar är enligt tidningsartikeln i Veckorevyn ofta ouppnåelig. Vidare beskrivs hur denna idealbild kan ge allvarliga konsekvenser, såsom just ätstörningsproblematik. I reklam, veckotidningar och TV framställs idealbilden av kvinnan inte sällan som en stereotyp. Härigenom konstrueras och upprätthålls ett ideal som kvinnor förväntas levas upp till (Hirdman 2001:184). Kvinnorna, eller snarar flickorna, som författar Pro-ana-bloggar kopplar

ofta samman viktnedgång med att göra ”rätt” femininitet och eftersträva ideal av ”den stereotypa idealkvinnan”. Den perfekta kvinnan framställs återkommande i media som smal, lycklig och handlingskraftig. Ideal som få klarar av att leva upp till.

Det finns idag relativt få svenska studier gällande Pro-ana. De studier som finns att tillgå är främst amerikanska studier som har inriktat sig på att beskriva Pro-ana sidor. Forskning kring Pro-ana problematiserar i första hand strävan efter att vilja ha en ätstörning och att blogga om det. Att anorexi i dessa bloggar tenderar att förstås och framställas som en livsstil, snarare än en sjukdom, kan enligt den tillgängliga forskningen ge allvarliga konsekvenser för dem som inte får hjälp i rätt tid. Då Pro-ana inte är ett fenomen som är okänt för omvärlden, men heller inte speciellt uppmärksammat, är det viktigt att belysa vilka berättelser och bilder som förmedlas genom bloggarna och hur dessa kan förstås. Varför uppmuntrar Pro-ana bloggare till en livsstil som i mångas ögon kan anses som riskfylld och ohälsosam? Hur kan bloggandet förstås? Vilka bilder av sjukdomen, den egna identiteten och omvärlden förmedlas i dessa bloggar? Och vilka bilder av kvinnlighet och femininitet konstrueras och omformas genom dessa berättelser? Det är några av de frågor som denna studie tar avstamp från och försöker besvara genom att undersöka och analysera vilka berättelser som förmedlas i antal svenska Pro-ana bloggar. Eftersom allt fler insjuknar i anorexi utan möjlighet till vård (Curry & Ray 2010) kan en studie som denna bidra till att öka förståelsen för den subkultur som skapas bland anorektiker och vilka konsekvenser den kan få.

### **1.1 Syfte och frågeställningar**

Syftet med uppsatsen är att undersöka vilka berättelser och bilder av anorexi och ätstörningar som förmedlas i Pro-ana bloggar samt vad de konstruktioner som framträder får för konsekvenser för den syn på anorexi som förmedlas.

Följande frågeställningar besvaras i uppsatsen:

- Hur framställs anorexia i bloggarna?
- Vilka självpresentationer görs av bloggarna och vilka identitetsideal framträder?
- Hur görs femininitet i de berättelser som förmedlas?
- Vilken sensmoral förmedlas i bloggarnas berättelser och hur kan denna förstås mer generaliserat?
- Vilka konsekvenser får de narrativ och konstruktioner som framträder?

## 1.2 Begrepp

I min uppsats använder jag mig utav *egna definitioner* där jag har valt att benämna personerna som *bloggare* och *anorektiker* för att det för läsaren ska vara enklare att förstå och följa med i texten. *Allmänna definitioner* som jag har valt att använda mig utav är *blogg*, *forum*, *thinspiration*, *ätstörning* och *anorexia*.

**Blogg** definieras utifrån engelskans weblog och beskrivs som en personlig eller öppen dagbok på internet. Bloggar består av skriftliga inlägg vanligtvis innehållande personliga inlägg och ibland även bilder (Nationalencyklopedin 2013).

**Forum** är en beskrivning på en öppen plats och förekommer även i internetvärlden. Forum på internet kan vara både öppna och slutna (Nationalencyklopedin 2013)

**Pro-ana** beskriver en gemenskap som uppmuntrar till ätstörning och som ofta driver en publikation exempelvis; blogg eller forum (Tong et al 2013).

**Thinspiration** förekommer ofta genom motiverande texter eller inspirerande bilder på extremt smala modeller (Curry & Ray 2012)

**Ätstörning** är ett tillstånd som kännetecknar problem med ätande, aptit och vikt (Nationalencyklopedin 2013).

**Anorexia** speglar avsiktlig självsvält och innefattar även andra åtgärder för att gå ner i vikt (Nationalencyklopedin 2013).

## 2. Tidigare forskning

Forskning gällande ätstörning finns i stor omfattning i allt från vetenskapliga artiklar till böcker som problematiserar fenomenet. Det finns främst studier kring förekomst av anorexia, vilken behandling som erbjuds samt hur prognosen ser ut för tillfrisknande (se t.ex. Bell 2010 och Wollburg et al 2013). Det går även att finna studier som resonerar om idealet av kvinnan och konsekvenser kring detta för personer med ätstörningar samt om samhällets normer är en bidragande faktor till ätstörningsproblematik (se t.ex. Thornton, Leo och Alberg 1991, Riley et al 2009). I forskning om anorexi resonerar forskare inte bara kring sociokulturella faktorer som bidragande orsak utan även biologiska och psykosociala faktorer (se t.ex. Bergström et al 1995). Eftersom jag är intresserad av fenomenet internet och bloggar som inspirationskälla för ätstörning, har jag för detta kapitel valt att prioritera forskning som tar upp detta ämne. De artiklar jag har funnit som beskriver fenomenet Pro-ana är framförallt amerikansk forskning.

Jag har inte sett någon svensk forskning kring detta förutom några få c-uppsatser om Pro-ana och ätstörning.

I detta kapitel görs först en kortfattad presentation av anorexia med en beskrivning av de biologiska och psykosociala faktorer som vanligtvis beskrivs som orsaksförklaringar till sjukdomen inom forskning. Jag går sedan in på forskning som beskriver hur idealet av kvinnan kan förstås i relation till anorexi. Jag tar även upp forskning kring Pro-ana och begreppet ”Thinspiration” och dess påverkan för bloggarna. Till sist berör jag ätstörningar som ett kulturellt fenomen.

## **2.1 Orsaker till anorexi**

Att det skulle finnas en särskild orsak till att människor, främst kvinnor, utvecklar sjukdomen anorexia är enligt Bergström et al (1995:42) inte vetenskapligt belagt. Att det finns faktorer som spelar in för att sjukdomen utvecklas, är däremot känt. Enligt Bergström et al (ibid.) går det bevisligen inte att säga vilken orsak som spelar störst roll. Studier visar att ätstörning är vanligast bland unga flickor och kvinnor som har högt BMI (Westerberg Jacobson 2010:21). Westerberg Jacobsson (2010:21) menar att flickor som uppfattat sig själva som överviktiga före puberteten har en ökad risk för att utveckla anorexi innan eller under puberteten. Bergström et al (2010:46) påpekar att några forskare anser att anorexia kan ses som en pubertetskris. Detta är däremot inte helt säkerställt eftersom många drabbas även innan och långt efter sin pubertet. Lindh (2009:28) menar att uppmärksamhet från familjemedlemmar spelar stor roll och beskriver att anorexi som en konsekvens av bristfällig uppmärksamhet ifrån nära anhöriga. Detta beskrivs i sin tur leda till sökande efter identitet och självständighet genom att exempelvis utveckla en ätstörningsproblematik (ibid.).

Bergström et al (1995:45) beskriver att en hög ambitionsnivå från familjemedlemmar kan medföra att sjukdomen lättare utvecklas, eftersom för höga prestationskrav kan bidra till att sjukdomen utvecklas hos individen som inte klarar ”pressen”. Vidare skriver Bergström et al (1995:48) att det i ”insnärjda”, kontrollerande och konfliktskapande familjer är vanligare att barn utvecklar en ätstörning. Ätstörning kan på så sätt förklaras genom vad Bergström et al (ibid) beskriver som en störd familjeinteraktion utifrån Minuchins teorier kring familjeproblematikens som orsak till ätstörning. Minuchins teorier har dock ifrågasatts och det finns inget specifikt stöd för Minuchins hypotes (ibid.). Däremot tyder många studier på att mängden problem inom familjer där ett barn har en ätstörning är större än inom familjer



med friska barn (ibid.). Det står dock oklart om anorexi är ett tecken på ostabil familjemiljö eller om familjemiljöns eventuella ostabilitet märks tydligare vid en ätstörning (ibid.).

## **2.2 Pro-ana bloggar**

Forskning kring bloggar på nätet är relativt nytt. Bloggare som uppmuntrar till ätstörning använder enligt Tong et al (2013) kommunikationen på nätet som en slags frizon från samhällets dömande blickar, där ätstörningar huvudsakligen förstås som en sjukdom. I Pro-ana bloggar beskrivs ätstörning som en livsstil, vilken skiljer sig från den generella synen på ätstörningar (ibid.). Anhängarna av Pro-ana sidor konstruerar en verklighet där att svälta för att bli smal förmedlas som norm (ibid.). Yeshua-Katz och Martins (2012) menar att Pro-ana bloggar ofta hålls hemliga. Det kan förstås genom att familjemedlemmar och vänners syn på anorexia skiljer sig från Pro-ana bloggarnas, vilket på så sätt förklarar varför de flesta Pro-ana bloggar är anonyma.

## **2.3 Thinspiration**

Lewis och Arbuthnott (2012) beskriver *thinspiration* som en blandning av de engelska orden *thin* och *inspiration*. Begreppet används ofta av Pro-ana bloggare i sammanhang där de skriver om att eftersträva smala eller tunna ideal som något inspirerande (Burke 2012). Pro-anas använder begreppet *thinspiration* frekvent och lägger då ut bilder på smala modeller som påvisar ett eftersträvansvärt ideal. *Thinspiration* förekommer också ofta bland uppmuntrande kommentarer och motivationsinlägg, vilket i sin tur göder bloggarnas längtan att gå ner ytterligare i vikt menar Curry och Ray (2012).

## **2.4 Idealet av kvinnan**

Idealet som förmedlas på olika arenor i samhället av kvinnan beskrivs av Thornton, Leo och Alberg (1991) som ”Superwoman-idealet”, där förväntningar på att vara attraktiv, förmåga att vara en effektiv fru, mor och arbetande kvinna utgör starka ideal som kvinnor tenderar att vilja uppnå. Ätstörningar kan således utifrån detta perspektiv förstås som en social sjukdom som framträder utifrån en viss sociokulturell erfarenhet. Att det övervägande är kvinnor som lider av ätstörningar förklaras av Thornton, Leo och Alberg (ibid.) med att samhällets betoning på fysisk attraktionskraft och en tunn kroppsbyggnad lever kvar som starka genusnormer.

Enligt Lindh (2009:31) ställs det i samhället både uttalade och outtalade hälsokrav med återkommande uppmaningar om att tänka på sin vikt och att träna för att må bra. Att vara smal och vältränad förknippas inte sällan med att vara duktig och lyckad (ibid.). Som nämnts

ovan riktas utseendehetsen framför allt mot kvinnor. Den rådande normen beskriver att attraktiva kvinnor tenderar att få bättre jobb, gifta sig i högre socioekonomiska positioner och antas vara mer intelligenta, sympatiska och framgångsrika (Jackson & Lyon 2012). Utifrån att den fysiska kroppen i den rådande samhälleliga normen förstås som något som kan omvandlas efter vad omgivningen förväntar och föredrar, kan ätstörningar här förstås som en reflektion av dessa krav genom att en orealistisk bild av kvinnokroppen eftersträvas (ibid.).

## **2.5 Ätstörning som kulturellt fenomen**

Studier från olika länder och kulturer runt om i världen påvisar att ett stort antal unga, oftast flickor vill bli smalare (Westerberg Jacobson 2010). Forskning tyder dock på att ätstörningar inte enbart framkommer på grund av biologiska eller sociokulturella faktorer utan det är flera orsaker som tillsammans bidrar till att vissa drabbas av anorexia (Lindh 2009:32). Ett stort inflytande beskrivs våra attityder, gentemot varandra och mot oss själva, ha som tillsammans med sociala problem formas av den kulturella kontext som vi lever i. Attityder blir således en viktig förutsättning både för en utveckling och en förändring av ätstörningsproblematik. Sociokulturella sammanhang har också föreslagits vara av betydelse för utvecklingen av ätstörningar. Främst beskrivs influenser ifrån media som har en negativ påverkan (Westerberg Jacobson 2010). Då budskap i media och veckopress inte sällan uppmanar människor att komma i form för att må bra, skapas uppfattningar om att en slimmad kvinnokropp är åtråvärd och attraktiv. Idealet av kvinnan kan enligt Westerberg och Jacobson (ibid.) således bli en riskfaktor. Då höga och omöjliga krav ställs på kvinnan kan detta exempelvis resultera i ätstörningar (ibid.). Lindh (2009:31) påpekar även att uttalade och outtalade krav på hälsa och skönhet som ställs i samhället, och uppmaningar om att träna för att undvika övervikt, sällan lyfter fram att undervikt kan medföra fysiska och psykiska komplikationer. Att vara smal och vältränad förknippas i den mediala diskursen istället återkommande med att vara duktig och lyckad. Många glömmar därför bort eller tänker inte på konsekvenserna av dessa ideal kan resultera i att kvinnor utvecklar en ätstörning (ibid.).

## **3. Metod**

I den här uppsatsen undersöks hur bloggar och forum på internet som uppmanar till ätstört beteende, så kallade Pro-ana bloggar, talar om anorexi och ätstörningar. Eftersom innehållet jag undersöker till största del består av bloggar använder jag mig som analytisk metod dels av narrativ analys, dels av diskursanalys med fokus på berättelser och vilken verklighet som

konstrueras i de texter som författas i Pro-ana inspirerade bloggar och forum (Bryman 2008:41). Analysmetoden beskrivs mer ingående i teorikapitlet. I detta metodkapitel beskrivs hur den metod som tillämpas har använts samt vilka olika metodologiska överväganden jag har gjort under uppsatsens gång.

### **3.1 Empiriskt underlag**

I den här uppsatsen används Pro-ana bloggar och forum som empiriskt material. På så sätt utför jag en kvalitativ textanalys samt i vissa delar även dokumentanalys av visuella dokument, det vill säga bilder. Främst ligger mitt analytiska fokus på bloggarna, då dessa i större utsträckning förmedlar mer sammanhängande berättelser om ätstörning. Forumen innehåller till stor del motiverande budskap eller bilder. Från de forum som jag har valt att använda mig av används i analysen framför allt inspirerande bilder och motivationsinlägg som forumens medlemmar delar med varandra. På så sätt kan interaktionen och kommunikationssättet mellan Pro-ana anhängare studeras. Forumen är helt anonyma till skillnad från Pro-ana bloggarna som skrivs av enskilda personer. Dock tycker jag det är av stor vikt att även använda mig utav forumen i min uppsats, då det oftast är från forumen som bloggarna hämtar information som sedan publiceras på enskilda bloggar. En interaktion mellan forum och bloggar förekommer alltså inom ”Pro-ana världen” – och detta används analytiskt i min undersökning.

### **3.2 Urval**

De bloggar och öppna forum som jag har valt ut för analys är skrivna på svenska. Detta urval har jag gjort för att avgränsa min studie till Sverige. De forum jag har valt att använda mig av är öppna forum och kan läsas av offentligheten. Jag har valt att enbart fokusera på anorexi, även om bulimi också omtalas i vissa bloggar. Att avgränsa mig enbart till anorexi gör jag eftersom arbetet annars skulle ha blivit alltför omfattande. Enligt Google finns omkring 70.000 Pro-ana inspirerade bloggar på nätet, men troligtvis är det fler. Jag har som empiriskt underlag till denna uppsats gjort ett urval av fem bloggar och två öppna forum.

Bryman (2011:392) beskriver *teoretiskt urval* som en form av *målstyrt urval*. Teoretiskt urval gör det möjligt att upptäcka kategorier och tillfälle att analysera dessa utifrån vald teori. Bryman (ibid) redogör även för *teoribildning på empirisk grund*, vilket innebär att data samlas in, i mitt fall blogginlägg, tills vad Bryman benämner som en teoretisk mättnad är uppnådd. Min urvalsmetod kan beskrivas som en blandning av dessa båda nämnda urvalsmetoder, kombinerat med ett så kallat *snöbollsurval*. För att få ett brett och

representativ material har jag använt mig utav sökmotorn Google. Där fann jag de bloggar som jag har valt ut för analys genom att söka på ”Pro-ana + blogg” och ”anorexia + blogg”. I mitt material letade jag efter motsägelser i hur bloggarna talar om och beskriver anorexi. Efter att ha läst igenom och tagit del av ett större antal bloggar kunde jag identifiera återkommande konstruktioner och berättelser, exempelvis att anorexi tenderar att omtalas som en livsstil snarare än som en sjukdom. Samtidigt framträdde ambivalenta och motsatta bilder i talet om anorexi. Jag valde härefter ut ett antal bloggar som speglade typiska konstruktioner och berättelser som ”görs” i dessa bloggar.

De bloggar jag har valt ut har även länkat till bloggar eller forum som de själva läser och därigenom har även jag hittat fler bloggar. Detta kan ses som ett snöbollsurval. Det finns däremot en risk med den så kallade *snöbollseffekten*. Bryman (2011:434) beskriver hur en sådan urvalsmetod, vilket i mitt fall innebär att jag har använt mig av bloggarnas länkar, bidrar till att forskaren får tillgång till material som är väldigt lika ursprungsmaterialet. Eftersom jag är intresserad av hur bloggarna beskriver anorexia kan jag trots att bloggarna länkar till varandra säkerställa att de inte tycker eller skriver samma sak. Texter som förekommer på bloggarna kan därför ses som vad Winther Jørgensen och Phillips (2002:88) beskriver som en intertextuell kedja där en interaktion sker mellan de olika bloggarna och forumen. Bloggarna skriver också utifrån sin personliga erfarenhet, vilket påverkar inläggen och på så sätt konstrueras anorexia olika från blogg till blogg. Härigenom kan olika former av så kallad *interdiskursivitet* undersökas i konstruktionen av anorexi som framträder i Pro-ana sfären (ibid).

### **3.3 Metodens förtjänster och begränsningar**

En kvalitativ forskning fokuserar på ord och skiljer sig från kvantitativ forskning som är mer inriktad på siffror (Bryman 2011:371). I den studie jag har gjort fokuserar jag på bloggar. Jag har därför valt att använda mig utav kvalitativ metod eftersom jag då får möjlighet att på djupet få kunskap om bloggarnas föreställningar, tankar och konstruktioner (Daneback & Månsson 2008:159). För att på djupet undersöka vad bloggarna skriver använder jag mig utav diskursanalys samt narrativ analys. Diskursanalys gör det möjligt att studera hur texterna konstruerar ”verklighet” utifrån de berättelser som framträder i bloggarna (Börjesson 2003:20). Bloggarna kan jämföras med dagböcker på internet och för att förstå vad de förmedlar tar jag mig hjälp utav narrativ analys (Johansson 2008:28). Bryman (2011:500) beskriver internet som stor potential som dokumentkälla men det gäller att ha ett kritiskt

förhållningssätt till de dokument som man tar del av som forskare. Vad gäller att ta del av internet genom virtuella texter menar vissa kritiker att det inte går att veta vem som sitter bakom skärmen och därför blir tekniken opålitlig (Daneback & Månsson 2008:159). Liksom Daneback och Månsson (ibid) menar Bryman (ibid) att för att ta del av virtuella dokument är det viktigt att ha i åtanke att vem som helst kan skapa en webbsida, i detta fall en blogg, och därigenom måste man fundera över hur representativ en sida är. På så sätt finns det begränsningar i trovärdigheten men samtidigt är det svårt, nästintill omöjligt för mig att veta om bloggarna är dem de utger sig för att vara. Däremot menar Börjesson (2003:75) att narrativ analys inte syftar till att göra en uppdelning i vad som är sant eller falskt utan istället fokusera på de berättelser som framträder i bloggarna. Det går inte att se bortom att anorexi är ett känsligt ämne och därför är det viktigt att ha förståelse för att bloggarna är och vill förbli anonyma. På grund av känsligheten i detta ämne valde jag därför bort att genomföra intervjuer.

### **3.4 Metodens tillförlitlighet**

Kvale (2009:263) beskriver *reliabilitet* som syftar till forskningens tillförlitlighet och möjlighet att reproducera resultaten vid en ny studie. Risken med att göra en analys av blogginlägg är att bloggarna kan tas bort av bloggägarna och då försvinner även inläggen. De bloggar som jag hittade hade endast bloggats i några månader med ett fåtal inlägg per dag. Jag har för att försäkra mig om att inläggen finns kvar, valt att spara ner inläggen som Word-dokument, vilket säkerställer att min empiri inte försvinner.

Eftersom att jag har valt att göra en kvalitativ studie är inte validitet av studien av samma betydelse som i en kvantitativ studie. Detta beror enligt Bryman (2011:351) på att resultat från kvalitativa metoder inte går att mäta i den utsträckning som det går att göra i kvantitativa studier. Validitet kan därför förstås som att forskningen är ”sanningsenlig”. I kvalitativ forskning ligger fokus vid bedömning av validitet på den metod som forskaren använder sig av i sin undersökning och hur pass väl denna metod tillämpas (Bryman, 2011:352). Hur och om det är möjligt att använda sig av den valda metoden blir här en central punkt för om forskningen ska bedömas ha validitet (Kvale 2009:264). Kvale (ibid) beskriver *begreppsvaliditet* som en viktig del av kvalitativt inriktad forskning, där validering blir som en öppen process och där ”validera” betyder att undersöka. Validering blir på så sätt inte bara en bekräftelse på undersökningens resultat, utan kan även förstås som en process i vilken

forskaren utvecklar analysen av de observationer som görs i studien. Kvale (2009:268) påpekar vikten av att ha en kritisk syn på sin analys för att motverka selektiv perception och en snedvriden tolkning om det material som analyseras.

För att göra studien tillförlitlig måste analysen göras så *genomskinlig* som möjligt (Kvale 2009:246). Detta innebär att jag i uppsatsen skapar ett sammanhang som gör det enkelt att följa min analysprocess. En fullständig och meningsfull bild av det material som jag har arbetat fram ska tydliggöras. I syfte att arbeta genomskinligt har jag valt att återge det som skrivs i bloggarna genom citat. Min ambition har också varit att dessa tydligt ska illustrera de analytiska slutsatser som dras, så att läsaren kritiskt ska kunna granska mitt analytiska tillvägagångssätt. Vid citering har jag inte korrigerat stav- och språkfel för att inte påverka citatets innehåll eller studiens tillförlitlighet.

Validitet kan också omtalas i termer av *intern och extern validitet*. Det första innebär att forskarens observationer överensstämmer med de teoretiska idéer som studien utgår från. Extern validitet handlar i sin tur om studiens generaliserbarhet till andra sociala miljöer (Bryman, 2011:352). Att värdera sammanhanget i analyserade berättelser kan enligt Johnsson (2005:315) göras internt genom att betrakta hur de olika delarna av analysen hänger ihop och extern genom att relatera resultatet till tidigare forskning i fältet. Båda dessa saker har jag strävat efter i denna uppsats. Johnsson (2005:316) tar även upp att forskaren kan bidra med information som gör det möjligt att pröva arbetets tillförlitlighet genom att beskriva hur tolkningarna skapades och därigenom synliggöra hur omvandlingar av tal till text har gjorts. Att tillföra citat från bloggarna ger analysen trovärdighet och gör även bloggarna ”verkliga”. Detsamma gäller användning av bilder, där begrepp som beskriver inspiration i bloggarna förstås ytterligare med hjälp av bilderna. Det är och förblir svårt att avgöra i vilken mån kraven på tillförlitlighet uppnås i en narrativ studie (ibid.). Med hjälp av att dela med mig av mina reflektioner och slutsatser på ett sätt som gör det begripligt för läsaren att hänga med i mina tankegångar samt genom att arbeta genomskinligt och metodiskt, har jag medvetet arbetat för att uppnå tillförlitlighet.

### **3.5 Etiska överväganden**

Eftersom anorexia är ett känsligt ämne och speciellt för de drabbade, har jag under uppsatsens arbete varit medveten om att jag måste vara försiktig när jag använder mig av materialet som

jag samlar in från bloggar och forum på nätet. Jag har därför valt att analysera bloggar där de som skriver inte skriver ut sitt namn utan använder sig av fingerat namn. När bloggarna lägger ut bilder på sig själva går det vanligtvis inte heller att koppla dem till en specifik person, eftersom dessa bilder tenderar att tas på sätt som inte avslöjar den fotograferades identitet. Vid närmare granskning av bloggar i Pro-anastil visas aldrig identifierbara bilder på bloggarna själva. Istället läggs enbart bilder på kroppar utan huvuden ut. Bloggarna skriver heller aldrig ut sina namn. Det som de skriver om i bloggarna handlar nästan uteslutande om hur de snabbast går ner i vikt och når den perfekta drömvikten.

Jag är medveten om de etiska principer som gäller vid forskning: *konfidentialitetskravet*, *samtyckeskravet*, *nyttjandekravet* och *informationskravet* (Bryman 2011:131-132). Bryman (2011:142) menar att dokument på internet, det vill säga exempelvis bloggar och forum, kan betraktas som offentliga då det behövs inte något lösenord för att komma åt informationen. Däremot kan det påstås att informationen som bloggarna ger är av känslig natur. Samtidigt utgör dessa bloggar och forum ett material jag måste använda mig av för att kunna göra studien möjlig. Forskning är viktig och nödvändig för både individer och samhällets utveckling och tillgängliga kunskaper måste fördjupas och utvecklas. Detta innebär att det så kallade forskningskravet måste vägas mot informationskravet (Svenningsson et al. 2003:177, Bryman 2011:131f). Svenningsson et al. (2003:177) menar att vid forskning på internet finns det skäl för undantag av forskningsetiska principer, men att risker måste vägas mot fördelar med forskningen. Exempelvis kan det vara mycket svårt att spåra användare i internetmiljöer och därför är det svårt att uppfylla informations och samtyckeskravet (ibid). Eftersom bloggar kan läsas av alla som har tillgång till internet tänker jag att jag kan använda mig utav texterna utan att det i någon större omfattning kan skada dem det berör. Då bloggar anses som ett offentligt anslag, kan forskningskravet i denna uppsats anses väga tyngre än informationskravet. Jag har valt att inte använda mig utav låsta forum och chattar, eftersom jag anser att det inte är etiskt försvarbart.

Samtyckeskravet kan, som just påpekats, formellt sätt inte heller inhämtas från bloggare som bloggar inkognito på nätet. Samtidigt är det viktigt att ansvara för att skydda bloggarnas integritet och privatliv. Då bloggarna oftast inte skriver saker som avslöjar deras identitet är det mycket svårt att identifiera dem. De bilder de lägger upp är bilder på kändisar eller bilder som går att finna via olika sökmotorer, exempelvis Google. Ofta används fingerade namn i bloggarna. Jag är medveten om att bloggarna kanske inte tänker på att just deras bloggar kan

användas för forskning i uppsatser och som sedan kan sökas via sökmotorer. Jag har därför valt att helt anonymisera bloggarna och använda mig utav egna fingerade namn för att anonymisera dem ytterligare. I undersökningen har jag haft i åtanke att det är viktigt att sträva efter att ingen kommer till skada varken fysiskt eller psykiskt och försökt göra vad jag kan för att minimera risken för negativa konsekvenser för författarna till de bloggar som används i empirin (Bryman 2011:133).

I vissa fall menar Svenningsson et al. (2003:187) att det inte är möjligt att tillfredsställa kraven på forskningsetik fullt ut och att det ligger ett värde i att utforska nya miljöer och kulturer på internet. Jag har beaktat svårigheterna med att forska kring detta ämne men jag anser att dessa bloggar och forum kan betraktas som öppna anslagstavlor och att jag har gjort de etiska överväganden som krävs för att studien ska nå upp till de krav på etik som finns.

## **4. Teori**

Kunskapsteoretiskt utgår denna uppsats från en socialkonstruktivistisk grund. Winther Jörgensen och Phillips (2002:7) beskriver socialkonstruktivism som ett samlingsnamn för teorier som utgår från en kunskapssyn på världen som socialt konstruerad. De teorier och analysmetoder som används i uppsatsen är därför också socialkonstruktivistiska. Uppsatsens analysmetoder utgörs dels av *narrativ analys*, dels av *diskursanalys*. Eftersom dessa analysmetoder både kan betraktas som metoder och teorier väljer jag att redogöra för dem här i teorikapitlet. I analysen tillämpas också Goffmans (1972) teoretiska begrepp *stigma* och *jag-identitet*. Likaså används begreppet *normalitet* och *teorier om femininitet och könsmaktsordningar* för att förstå och analysera empirin. Kapitlet inleds med en översiktlig redogörelse för socialkonstruktivismen och dess grundpremiss. Härfter beskrivs diskursanalys och narrativ analys, varefter det övriga teoretiska raster som används i uppsatsen går igenom.

### **4.1 Socialkonstruktivism**

Det finns fyra centrala grundpremiss för socialkonstruktivismen (Winther Jörgensen och Phillips 2002:7). Första premisen betonar vikten av att ha ett kritiskt förhållningssätt till vad som ses som självklar kunskap, eftersom kunskap utifrån ett konstruktivistiskt perspektiv kan betraktas som ett resultat av sociala förhandlingar och interaktioner människor emellan. Andra premisen beskriver att vår verklighet inte bör betraktas som objektiv, då det vi



uppfattar som ”verklighet” och ”sanningar” alltid är kulturellt och historisk präglad. I en annan social kontext hade vår verklighetsuppfattning därför kunnat vara annorlunda. Det som förstås som ”självklar kunskap” i en kontext behöver således inte betraktas som det i en annan. Den tredje premissen beskriver att kunskap skapas i sociala processer. Vad som antas vara sant och falsk i en viss kontext kan således betraktas som ett resultat av de sociala konstruktioner som sker genom mänskliga interaktioner i den specifika kontexten. Detta resulterar i sin tur i uppfattningar av vad som är ”verklighet”. Någon objektiv sanning eller verklighet antas därför inte finnas utifrån ett socialkonstruktivistiskt perspektiv. Istället betraktas sanningar och verklighet som resultat av sociala konstruktioner. Den fjärde premissen beskriver kunskap och social handling och sambandet däremellan. Beroende på vilken verklighet som framstår som ”sann” i ett visst sammanhang anses också vissa handlingar som naturliga och andra som otänkbara. På så sätt begränsar de konstruktioner och ”självklara sanningar” som omger oss också vår syn på verkligheten (ibid. 2002:11).

#### **4.1.1 Diskursanalys**

En diskurs beskrivs vanligtvis som ett speciellt sätt att tala om något (Börjesson 2002, Winther Jörgensen & Phillips 2002). Diskursanalys fokuserar på hur texter framställer ”verklighet”. Genom att studera diskurser undersöks hur ”verklighet” konstrueras genom språk och sociala interaktioner (Börjesson 2003:20). Winther Jörgensen och Phillips (2002:2) menar att diskurser bidrar till att forma och omforma sociala strukturer, då språk kan ses som den mest centrala sociala interaktion som vi människor använder oss av för att skapa ”verklighet”. Utifrån ett socialkonstruktivistiskt perspektiv kan verkligheten därför förstås som redan bestämd. Vi har genom vår språkanvändning redan på förhand bestämt vad som är ”naturligt” och ”verklighetsavspeglande”. Detta sker exempelvis genom att olika fenomen i vårt sätt att tala om dem kategoriseras på ett sätt som innebär att vi utgår från att saker faktiskt existerar, såsom exempelvis diagnoser, sjukdomar, klass och kön (Börjesson 2003:48). Detta innebär att vad som sägs, hur det sägs och hur det skulle kunna ha sagts annorlunda undersöks med hjälp av diskursanalys (Börjesson 2003:20).

Hur olika fenomen kategoriseras och vilka konsekvenser det får är ett vanligt analytiskt grepp inom diskursanalysen (ibid.). En form av kategoriseringar som ofta uppstår i texter är vad Kvale (2009:248) beskriver som *binära motsatser*, vilka finns inbyggda i tankar och språk. Börjesson (2002:40) talar också om dessa former av kategoriseringar i termer av *binära dikotomier*, vilket innebär kategoriseringar som utesluter varandra, t.ex. bra och dålig, god och ond etc. När binära motsatser framträder i en text kan dessa kategoriseringar analytiskt

användas för att undersöka vad som konstrueras som sant eller falskt, bra eller dåligt, subjektivt eller objektivt o.s.v. i en specifik kontext. Det som utesluts ur det som antas vara positivt, bra och eftersträvansvärt kan således förstås som det som den analyserande diskursen normativt vill utesluta.

Börjesson (2008:33) beskriver vidare hur en annan form av kategorisering antingen kan vara valbar/frivillig eller tvingande. Uppdelningen syftar till vad som kan beskrivas som språkliga handlingslinjer, där vissa medlemskap är frivilliga och andra är tvingande. *Frivillig kategorisering* kan vara ett resultat av subjektiva överväganden såsom identitet eller val av livsstil. *Tvingad kategorisering* är däremot inte valbar utan utgör kategorier som vi tilldelas, exempelvis man och kvinna. Sociala kategoriseringar gällande exempelvis diagnoser eller sjukdomstillstånd är också exempel på tvingande kategorier.

Det finns också flera andra diskursanalytiska verktyg som kan användas för att undersöka hur händelser och sociala relationer framställs och konstrueras i texter. Winther Jørgensen och Phillips (2002:99) ger exempel på ett viktigt grammatiskt element som kan användas i diskursanalytiskt syfte: modalitet. *Modalitet* fokuserar på talarens grad av samhörighet med eller tillhörighet till sitt uttalande. En *subjektiv modalitet* pekar exempelvis på att det som sägs framställs som något subjektivt upplevt, t.ex. ”jag mår dåligt”. På så sätt framstår det sagda som något med giltighet enbart för den enskilda personen som gör uttalandet i den situation som det uttalas. När *objektiv modalitet* används talas istället om världen och verkligheten på ett sätt så att det som sägs framstår som allmängiltigt och ”sant”. I meningen ”Anorexia är ingen sjukdom, det är (...) en självkontrollerad livsstil” används en objektiv modalitet. Påståendet framstår som självklart och sant då anorexi på ett grammatisk obestridbart sätt inte uppges vara (”är”) en sjukdom. Ytterligare en form av modalitet som återkommer i min empiri är *förpliktigande modalitet*, som t.ex. uttrycks genom ord som ”måste” och ”behöver” (Levander 2011:123). Denna form av modalitet bidrar till att ge det som sägs en normativt förpliktigande kraft, vilket exempelvis är fallet i meningen ”Du måste välja, antingen är du normal eller överviktig”.

#### **4.1.2 Narrativ analys**

Börjesson (2003:75) menar att narrativ – eller berättelser – kan ses som socialt uppbyggda och situationsbundna versioner av ”verkligheten”. Enligt Johansson (2005:23) kan narrativa berättelser förstås som berättelser som synliggör hur människor upplever sina liv. Johansson (2005) beskriver att varje livsberättare skapar en specifik version av berättarjagets liv och

självuppfattning, vilket gör att historier om liknande livsöden aldrig blir identiska. När bloggarna skriver sina inlägg gör de egna framställningar av sig själva, vilket i sin tur möjliggör för andra att skapa sig egna kategoriseringar genom den komplexitet och motsägelsefullhet som finns i dessa berättelser (ibid). Att göra en narrativ analys betyder enligt Börjesson (ibid.) inte att göra en uppdelning i vad som är sant eller falskt, utan att istället fråga sig vad olika berättelser och deras sätt att skapa verklighet har för konsekvenser för människor. Narrativ analys betonar här vikten av ett reflexivt förhållningssätt. Detta innebär att systematiskt beakta relationen mellan den kunskap som produceras och sättet som det produceras på (Johansson 2005:28). Då bloggarna kan betraktas som berättelser reflekterar jag i min analytiska process över vad berättelserna förmedlar och hur bloggarna konstruerar normer och kultur kring ätstörning. Att ha ett reflexivt förhållningssätt och hela tiden reflektera över vad som står i berättelserna och vad de faktiskt berättar är därför ett viktigt förhållningssätt både vid narrativ analys och vid diskursanalys (Johansson 2005:28).

Berättelserna i bloggarna framträder genom de inlägg som bloggarna skriver. För att förstå hur bloggarna väljer att formulera sina berättelser och hur de beskriver sin livsstil tar jag mig hjälp utav vad Börjesson (2003:87) beskriver som *dekonstruktion*. Genom att betrakta bloggarna som uttryck för berättelser och diskurser som formas i en viss social kontext, kan deras konstitutiva element brytas ner och analyseras. En dekonstruktiv läsning bryter ner en text och inriktar sig på spänningar i texten. Vad säger texten? Hur sägs det och hur skulle det kunna sagt annorlunda? Dekonstruktionen medför inte bara en upplösning av texten utan även en omskrivning, vilket innebär att den sociala verklighet som konstrueras i texten kan brytas ner och tydliggöras i analytiskt syfte (ibid). Den narrativa analysen kan enligt Kvale (2009:240) här ses som en rekonstruktion av de historier som berättas i en text. På så sätt kan analysen betraktas som en sammanhängande berättelse istället för flera olika osammanhängande berättelser. Men att arbeta narrativt kan även innebära att bryta ner flera mindre berättelser – att dekonstruera en text eller flera – för att analysera fram vad de mer generaliserat berättar tillsammans (ibid:248).

#### **4.1.3 Visuell analys**

Min empiri utgörs av bloggar som enligt Bryman (2011:489) kan beskrivas som dagböcker på internet. Eftersom jag även tagit del av bilder som bloggarna refererar till använder jag mig i min analys delvis också av *visuell dokumentanalys* (Bryman 2011:492). Bryman (2011:406) menar att det är viktigt att reflektera över den bild som man avser att analysera. Han skiljer

här mellan ett realistiskt och reflexivt reflektionssätt. Vid realistisk reflektion analyseras ett skeende eller en miljö som sedan blir ett faktum: ”så här är det”. Vid reflexiv reflektion är det snarare en medvetenhet om hur jag som forskare, genom att analysera bilder, kan påverka vad bilden säger och vad det står för (ibid. 2011:492). Bilderna som läggs ut på bloggarna hör ofta ihop med de texter bloggarna skriver. Som forskare kan jag inte vara helt säker på vad bilden står för. Genom att reflektera över vad bloggarna säger genom bilden är det väsentligt för mig att ta med visuell dokumentanalys i min analys.

## **4.2 Stigmatisering**

Stigma kan förstås som någon form av avvikelse från de normativa förväntningar som finns i samhället. Ofta förstås stigma som något som generellt sett anses vara oacceptabelt. De som bär ett stigma i någon form anses därför oftast som ”onormala”. De som inte avviker på ett negativt sätt benämns i sin tur vanligtvis som ”normala” (Goffman 1972). Genom att avvika från det som anses vara normalt och accepterat, kan anorexi förstås som ett stigma. Goffmans teori om stigma används därför för att förklara och förstå den kultur som konstrueras och formas genom Pro-ana bloggar och forum på nätet.

Goffman (ibid) menar att när en stigmatiserad person anses som avvikande vidtas vanligtvis åtgärder av personer i det omgivande samhället för att hjälpa och/eller korrigera den stigmatiserade. Insatserna kan vara välmenande, men om den stigmatiserade inte är intresserad av hjälp kan det uppfattas som kränkande. I dagens samhälle anses exempelvis anorexi som en sjukdom som kräver behandling för att personen som lider av sjukdomen ska kunna bli friska. Insatser från vårdinstanser eller anhöriga kan i dessa fall antas vara välmenande. Trots det kanske de inte uppfattas som positiva av personen med anorexi som kanske helt eller delvis hellre vill vara kvar i sitt beteende (Goffman 1972:113).

Goffman (1972) talar om att stigmatiserade blir kategoriserade genom sitt avvikande beteende. Goffman (1972:15) menar också att det finns en skillnad mellan om den stigmatiserade redan vet om att den skiljer sig från andra eller om personen tar för givet att omgivningen inte har lagt märke till att personen avviker. Goffman (ibid) beskriver det förstnämnda som *misskrediterande* och *vanhedrande stigmat*.

## **4.3 Grupptillhörighet och jag-identitet**

Goffman (1972:112) beskriver även en skillnad mellan individers personliga och sociala identitet. Begreppen *jag-identitet* och *social identitet* är av relevans i uppsatsen då det kan

användas för att undersöka bloggarnas självpresentationer och förhållningssätt, både i relation till sig själva och den grupp de kategoriserar in sig i genom att skriva Pro-ana bloggar. Begreppet *jag-identitet* förstås här som den subjektiva känsla en individ skapar om sin egen situation och sociala erfarenhet. Identitetsskapandet kan medföra att hur en individ ser på sig själv inte stämmer överens med andras syn, exempelvis familjemedlemmar eller generellt rådande normer i samhället.

Goffman (1972:118) beskriver vidare hur stigmatiserade grupper som skapar egna normer och regler genom en subkultur skapar något som de tror på och som de även anser att andra kan tänkas anta vara trovärdigt. Härigenom stärks grupptillhörigheten. De som tillhör dessa former av grupper anses sig inte sällan vara ”bättre” än andra kategorier eller grupper. En slags idealiserad social identitet kan alltså konstrueras i olika former av subgrupper. Om de individer som ingår i en sådan subgrupp av någon anledning skulle vilja byta grupptillhörighet anses det inom ursprungsgruppen vanligtvis som fejt. Att stanna kvar anses i sin tur vara lojalt gentemot gruppen (ibid). Eftersom medlemmar av subgrupper oftast betar sig på ett visst sätt för att bli accepterade av andra likasinnade krävs det enligt Goffman att gruppmedlemmarna till fullo tror på vad gruppen representerar. Ibland kan individer tendera att känna att de inte riktigt tillhör en grupp. Samtidigt kan de inte heller klara sig själva, utan sin sociala identitet – sin ”subgruppsidentitet”. I dessa situationer tenderar en ambivalens att uppstå mellan en individs jag-identitet och sociala identitet. Detta synliggörs också i de analyserade Pro-ana bloggarnas sätt att konstruera identitet, vilket jag återkommer till i analyskapitlet.

#### **4.4 Normalisering**

Börjesson (2003:119ff) påpekar att det i normalfördelningskurvor av olika slag går att se gränsdragningar mellan vad som anses vara normalt respektive avvikande. Det avvikande definieras i sociala problemsammanhang vanligtvis genom att det ställs emot vad som anses som ”normalt”. Själva begreppet ”normal” växte fram under 1800-talet och användes då i betydelsen ”vanlig” eller ”typisk” (Svensson 2007:18). Som kategori är begreppet normal en term som ingår i ett motsatspar, där normaliteten kategoriserar det ”friska” och där motsatsen pekar på det abnormala, det ”onormala” eller det sjuka. Oavsett vilket av begreppen som fokuseras, frisk eller sjuk, handlar det om ett resonerande i förhållande till en normalitet (Svensson 2007:18). Svensson (2007:19) menar att normaliteten aldrig är homogen. Alla i ett samhälle har inte fullt ut samma normer och alla är därför inte en del av ”normaliteten”. Det

finns alltid avvikelser, vilket innebär att det vanligtvis förekommer olika normer och motstridiga uppfattningar och tolkningar samtidigt. I ett samhälle finns alltså åtskilliga parallella sammanhang och kulturer, vilket skapar en dynamik och ett ständigt prövande av normerna bland de människor som lever i ett samhälle eller en specifik kultur. Avvikelsen kan därför sägas utmana normaliteten samtidigt som den är en del av den. Det annorlunda märks och kräver uppmärksamhet. Det hotar det ”normala”, men möjliggör också förändring.

Goffman (1972:132) menar att det är en nödvändig förutsättning för socialt liv att samhällsmedlemmarna i en viss kultur delar vissa normativa förväntningar. Normerna vidmakthålls genom att de institutionaliseras och därigenom bygger upp en normalitet. Detta gäller exempelvis när en individ exponerar ett jag som av samhället ses som avvikande och som inte lever upp till normerna (ibid). Genom att använda begreppet normalitet i uppsatsen kan frågor om hur bloggarna konstruerar sin verklighet samt hur gränser kring ideal och normer formas i Pro-ana kulturen undersökas närmare.

#### **4.5 Teorier om femininitet och könsmaktsordningar**

Då Pro-ana bloggarna och forumen i mångt och mycket formar ideal utifrån rådande genusnormer används även teorier om femininitet och könsmaktsordning för att analysera uppsatsens empiri. I den västerländska kulturen råder enligt Connell (2002:58) en könsmaktsordning, där kvinnan förstås som det underordnade könet och mannen har konstruerats som norm. Kvinnor och män antas härigenom ha olika egenskaper. Kvinnan förväntas exempelvis vara omvårdande, känslösamma och sexuellt lojala, medan män i större utsträckning förväntas vara mer aggressiva, analytiska och promiskuösa. Tron på att kvinnor inte kan eller bör ta för sig ingår enligt Connell (ibid.) i denna ordning, vilket resulterar i att kvinnor tenderar att ”göra femininet” genom att på olika sätt underordna sig och behaga mannen. På så sätt gör de kvinnlighet på ”rätt” sätt och passar in i den rådande könsmaktsordningen. Även Hirdman (2001:80) beskriver ”den naturliga ordningen” och förväntningar om ”hur det ska vara” mellan könen som att mannen förväntas ta hand om kvinnan, som i sin tur antas vara mindre och svagare. I reklam, veckotidningar och TV framställs kvinnan inte sällan som en stereotyp utifrån rådande könsmaktsordning. Härigenom konstrueras och upprätthålls ett ideal som kvinnor förväntas levat upp till (ibid. s.184). Utmärkande för denna stereotypa idealkvinna är enligt Hirdman (2001:185) att hon ska klara av flera saker samtidigt, parallellt som hennes sexualitet endast framställs på så sätt – som

behagande. Butler (2007:55) menar i likhet med Hirdman och Connell att våra kroppar är könade och att genus är kulturellt konstruerat. Också Butler (ibid.) påpekar att det kvinnliga könet räknas som ”det andra” och det manliga könet betraktas som norm. Man föds inte till kvinna utan blir det. Och hur kvinnan ”blir” beror på rådande normer (ibid).

I relation till mitt uppsatsämne är feministisk teoribildning av relevans, då kvinnorna, eller snarar flickorna, som författar Pro-ana bloggar inte sällan kopplar samman viktnedgång med att göra ”rätt” femininitet och eftersträva ideal av ”den stereotypa idealkvinnan”. Enligt studier som Connells hänvisar till (2002:60) finns det inget som påvisar att exempelvis män skulle vara mer analytiskt lagda eller kvinnor mer lättpåverkade. Det finns enligt Connell (ibid) heller inget som påvisar att det skulle finnas några psykologiska skillnader mellan män och kvinnor eller forskning som stödjer idén om att kvinnor skulle vara ”det svagare” könet (ibid). Trots detta framställs den perfekta kvinnan återkommande i media som smal, lycklig och handlingskraftig. Ideal som få klarar av att leva upp till, men som trots detta bidrar till att upprätthålla ideal om eftersträvansvärd kvinnlighet i begränsande och idealiserade former. Hur normer och idealitet kring kvinnlighet görs och vävs in i Pro-ana-inspirerande berättelser samt hur den rådande maktordningen mellan könen återspeglas i bloggarnas tal om sig själva som kvinnor är därför en intressant utgångspunkt i uppsatsens analys. I det kommande kapitlet presenteras och analyseras nu den empiri som jag har inhämtat via Pro-anainspirerade bloggar och forum.

## 5. Analyskapitel

Anorexia beskrivs återkommande i Pro-ana inspirerade bloggar som en *livsstil*. Samtidigt beskrivs anorexia emellanåt också som en *sjukdom*. En pendlande och ambivalent bild av fenomenet framträder alltså. Perfektion är också ett återkommande begrepp i bloggarna. I pro-ana-inspirerade blogginlägg förespråkas vanligtvis viktnedgång för att nå perfektion. Härigenom konstrueras ätstörning som något eftersträvansvärt. I det här kapitlet analyseras hur bloggarna konstruerar sin identitet och kultur, vilka motsägelser och spänningar som framträder och hur de berättelser och bilder som beskrivs kan förstås. Inledningsvis problematiserar jag konstruktionen av ätstörningar som görs i Pro-ana bloggar. Vidare diskuteras hur de bloggande tjejerna konstrueras sin individuella och kollektiva identitet i förhållande till sin ätstörning utifrån de berättelser som framträder i Pro-ana bloggarna.

## 5.1 Livsstil eller sjukdom

I bloggarna tenderar de flesta tjejerna att lägga stort fokus på BMI och vikt. All vikt, vare sig den pekar nedåt eller uppåt kontrolleras. Bloggarna kan sedan jämföra sina resultat, inte bara med sig själva, utan även med andra som kontrollerar sin vikt på detta sätt. Framför allt omtalas detta i bloggarna som ett sätt att få motivation för att gå ner ännu mer i vikt. Bloggarna refererar ofta till sin startvikt och vilken vikt de vill uppnå. Träningstips och andra tips, så som hur en viktnedgång lättast döljs för familj och vänner som ifrågasätter anorektikerna, förekommer också frekvent i bloggarna. Här visas två exempel på hur träning och vikt omtalas i bloggarna:

Jag driver denna bloggen för att kunna gå ner i vikt...kommer skriva om thinspiration, träning och sånt.... (Stina)

Träning kan du inte få för mycket av, all träning är bra, ingen kan klanka ner på dig för att du tränar (du mår ju så bra av det?) (Elin)

I de exemplifierade citaten uttrycks en tydlig målsättning med bloggen: viktnedgång. Begreppet *thinspiration* eller förkortningen *thinspo* är en sammansättning av orden ”thin” och ”inspiration” som ofta används i bloggarna, som exempelvis i det första citatet. Smala ideal associeras här med inspiration. Strävan efter viktnedgång får på så sätt en positiv klang. Begreppen *thinspiration* och *thinspo* förmedlar alltså motivation för fortsatt viktnedgång. Träning associeras vidare gärna med god hälsa och i citaten ovan benämns träning som positivt genom att ”all träning är bra”. Genom att tala om träning som bra framställs det också som acceptabelt och eftersträvansvärt att träna mycket. Det beskrivs som hälsosamt – och ingen kan säga emot en strävan efter att vara hälsosam. I bloggarna syns alltså hur positivt laddade begrepp som hälsa och inspiration används för att beskriva anorexia som en eftersträvansvärd och bra livsstil.

Nedan beskrivs ytterligare ett exempel på hur en bloggare beskriver anorexia som livsstil:

Anorexia är ingen sjukdom, det är heller inget spel. Det är en skicklighet, som bara kan utövas av få. De utvalda, de rena, de felfria. Det är en självkontrollerad livsstil. (Anna)

Citatet är analytiskt intressant på flera sätt. Bland annat framträder vad Börjesson (2008:40) beskriver som en *binär dikotomi* då anorexi framställs som en självkontrollerad livsstil. Härigenom utesluts att det skulle vara en sjukdom. Det ena utesluter det andra, helt enkelt. Livsstilen kan också förstås som en *frivillig kategorisering* (Börjesson 2008:33). ”Anna”



väljer själv att följa de krav som livsstilen ställer. I beskrivningen av att anorexia inte ”är” en sjukdom, utan ”är” en självkontrollerad livsstil används också en *objektiv modalitet* (Winther Jørgensen & Phillips 2002:99). Detta bidrar till att påståendet gör anspråk på att vara allmängiltigt och sant: anorexia ”är en självkontrollerande livsstil”. Att anorexi är en livsstil och inte en sjukdom framstår därför som en självklarhet i de kategoriseringar som görs inom Pro-ana kulturen.

Hur anorexia konstrueras som en livsstil och som något unikt som endast få klarar av syns också i detta citat:

Du måste välja, antingen är du normal eller överviktig som övriga världen eller så är du unik och är den tjejen som alla överviktiga vill vara. Du väljer.  
(Jennie)

De som inte förstås som ”unika” i citatet beskrivs som överviktiga eller normala. Och det framställs inte som något eftersträvansvärt. I uttrycket ”antingen är du normal eller överviktig (...) eller unik” framträder åter igen en binär dikotomi, där det ena utesluter det andra (Börjesson 2008:40). Det goda och eftersträvansvärda kopplas här till det ”unika”. I uttalandet ”du *måste* välja” används också en *förpliktigande modalitet* (Levander 2011:123). Det som sägs får härigenom en normativt förpliktigande kraft. Den livsstil som beskrivs utifrån de kategoriseringar som görs kan härigenom förstås som något du ska följa om du om du ska kunna tillhöra Pro-ana kulturen. Att Pro-Ana kulturen vidare associeras med något ”unikt” och perfektionistiskt avspeglas också i följande citat:

Perfektion är uppnått när det inte längre finns något att ta bort  
(Stina)

Samma bloggare skriver några inlägg senare:

Jag vet att jag inte är perfekt eller någonsin kommer bli. Men varje dag jag fastar tar jag ett steg emot perfektion  
(Stina)

Perfektionism omtalas i bloggarna som något eftersträvansvärt som enbart nås genom viktnedgång och då det, som ”Stina” skriver, ”inte längre finns något att ta bort”. Perfektion framstår här som motsägelsefullt, då det å ena sidan omtalas som eftersträvansvärt och å andra sidan framstår som något omöjligt. När det inte längre finns ”något att ta bort” finns ju ingen människokropp kvar. Bloggarna konstruerar härigenom perfektionistiska ideal som framstår som ouppnåbara.

### 5.1.1 "Thinspiration"

Att kategorisera sig själv som positivt annorlunda och särskilda från andra sker genomgående i de analyserade Pro-ana berättelserna, inte minst när bloggarna skriver om "thinspiration".

Jag tror att den här filmen ska avskräcka tjejer som mig.  
men jag ser det som thinspiration. (Emma)

"Emma" beskriver en film som är gjord för att vara "avskräckande", men som hon ser som thinspiration. Ätstörning framstår på så sätt återigen som önskvärt och därigenom som eftersträvansvärt. Beskrivningen av "tjejer som mig" tyder också på att en kategorisering görs av ett kollektivt "oss" som ansluter sig till Pro-Ana kulturen. Detta "oss" framstår som något annat än "vanliga" tjejer, eftersom det "vi" som ser filmen som inspirerande kan förstås som något annat än "de" som upplever den så som det var tänkt, nämligen avskräckande. I citatet nedan talas också om thinspiration:

Ska kolla mycket thinspiration så jag kanske inte vill äta mycket idag. Måste  
fixa detta! Får inte vara tjock längre! (Stina)

"Stina" talar om thinspiration som motivation för att inte vilja äta. Användandet av en förpliktigande modalitet är också något återkommande i Pro-ana bloggarna. En förpliktigande här syns i meningarna "Måste fixa detta! Får inte vara tjock längre!". Genom att ge tips och tricks genom thinspiration-inspirerande inlägg och bilder uppmanar Pro-ana anhängare varandra till fortsatt viktning. Vanligt förekommande motiverande budskap på de olika Pro-ana forum som jag har studerat är till exempel:

- Du kan aldrig bli för smal.
- Lär dig att älska hungerkänslan.
- Det är något vackert i att spy maten och svälta sig smal.

(Forum 1)

Dessa punkter kan förknippas med för Pro-ana kulturen specifika budskap. De kan alltså ses som beskrivande för Pro-ana livsstilen. Också dessa budskap uttrycks genom en förpliktigande modalitet. Således kan de förstås som budskap som används för att konstruera normer om hur Pro-anas ska gå ner i vikt och hålla sig smala. Det finns också budskap eller "slagord" på forumen som hämtas från den "vanliga" världen och som appliceras på Pro-anas kultur:

- Ge inte upp det du vill ha mest av allt i hela världen för något du vill ha just för stunden.
- Spela som om det vore omöjligt att misslyckas.

(Forum 1)

Också dessa ”budskap” uttrycks genom en förpliktigande modalitet, som ger som sägs en normativ kraft; Underförstått är att så här *ska* du leva. I detta skapas normer där de som vill ingå i Pro-ana kulturen måste följa dessa för att nå sina mål: att bli smala. Sammantaget framträder i bloggarna alltså en bild av anorexi som en självvald och eftersträvansvärd livsstil, som bara är till för ”oss” ”utvalda” och ”unika”. För att ingå i denna livsstil *ska* du uppnå högt ställda krav. Annars kvalificerar du inte. Det är en starkt normerande kultur som härigenom framträder.

## 5.2 Pendlande ambivalens

Genom den kultur som formas i Pro-ana bloggarna konstrueras en egen kultur och subgruppsidentitet. Utmärkande för den kollektiva identitet som framträder är att de ideal som ställs upp i mångt och mycket är ouppnåeliga. Att bloggarna inte vill leva upp till vad som betraktas som ” normalt” i samhället framgår tydligt i de exemplifierade citaten ovan. Men om de inte fullt ut heller kan leva enligt Pro-anas – alltså subgruppsidentitetens – syn på anorexia kan detta enligt Goffman (1972:118) medföra ambivalens. Detta resulterar i ofta svårigheter att acceptera sin grupp, såväl som att bryta sig loss från den. I följande citat beskrivs ambivalenta bilder anorexi, som i detta fall också omtalas som en sjukdom:

Suttit och kollat på mina "thinspo bloggare" som menas med fd ätstörda eller fortfarande är. Visst är det hemskt att en sådan hemsk sjukdom kan ändå vara så fint? Jag är verkligen hemsk. Men jag blir så avundsjuk. Sylvassa höft ben, revbenen man bara kan räkna uppefrån och ner, dom spetsiga armbågarna, dom lätta blåmärkena man får. Det är verkligen fint! Att man är lätt som luft, man är så vacker.

(Emma)

I det exemplifierade citatet benämner ”Emma” både andra bloggare, så kallade ”thinspo bloggare” och ätstörning som en sjukdom. ”Thinspo-bloggarna” beskrivs som före detta ätstörda och vissa av dem kanske fortfarande är ätstörda. ”Emma” skriver att trots att det är en ”hemsk sjukdom” är det ändå ”fint”. Hon beskriver även sig själv som hemsk för att hon tycker att det är vackert, vilket illustrerar det ambivalenta förhållningssättet till anorexia som kan förstås utifrån Goffmans (1972) teori. Trots att sjukdomen framställs som hemsk beskrivs

den ändå som önskvärd. Konstruktionen av anorexi som en eftersträvansvärd livsstil kan på så sätt också förstås som ambivalent och i slutändan ohållbar.

### 5.2.1 Ångestladdad mat

Mat i Pro-ana inspirerade bloggar är ofta förknippat med ångest; En ångest som bloggarna kan sätta ord på, men ofta beskriver att de inte vet hur de ska hantera. Här följer ett exempel på hur ett inlägg kan se ut angående mat:

Ibland känner jag såhär "jag ska INTE spy upp den här lunchen, maten är ju god? jag vill inte se den nergeggad i toaletten om 5 min. Sluta nu sluta tänk på det. jag ska bara äta upp det här, det är knappt 200 kcal.. men då har jag ju inte räknat med mjölken och såsen här bredvid. äter upp allt Fan fan fan vad håller jag på med, fan oxå! jag måste ju kämpa för att bli smal som jag önskar.  
(Emma)

"Emma" beskriver att hon "måste kämpa för att bli smal" samtidigt som hon beskriver att hon inte vill se maten "nergeggad" i toaletten, eftersom den trots allt är god. Å ena sidan vill hon äta. Å andra sidan så vill hon inte äta. Svält beskrivs återigen som något positivt som kopplas ihop med att bli smal. Samtidigt illustreras en kamp och en ambivalens. Bloggaren "Elin" beskriver sin relation till mat så här:

Åt tre bitar fisk med MASSA potatismos och två varmkorvar plus ett glas mjölk. Så jävla misslyckad dag med tanke på maten... Så jävla ångest.  
(Elin)

Mat framställs här som förknippat med ångest och som ett misslyckande. Även här illustreras således en kamp och ambivalens. En annan bloggare, "Stina", beskriver istället en känsla av kontroll genom att kunna säga nej till maten:

Jag ska bevisa för alla att jag kan säga nej åt saker, att jag kan hålla mig i styr med maten, att jag har kontroll och ingen ska kunna ta den ifrån mig. Ingen.  
(Stina)

Kontrollen beskrivs även här som en kamp, "jag ska bevisa". Att äta framställs i samtliga citat alltså som ett misslyckande. På så sätt blir även den sociala identiteten "pro-ana" svår att förhålla sig till, eftersom den innefattar krav på "perfektion" och svält. Ett ambivalent förhållningssätt till mat framkommer i citaten, då bloggarna beskriver att de vill gå ner i vikt

men samtidigt inte klarar av att inte äta. Likaså framträder en ambivalens i relation till de starkt normerande krav som ställs upp inom Pro-ana kulturen.

### 5.2.2 Systerskapet – Ana och Mia

Samtidigt som Pro-ana kulturen både framstår som hårt normerande och ambivalent, illustreras i bloggarna också en känsla av gemenskap och ”systerskap”. Pro-ana anhängare kallar exempelvis sig själva för ”systrar”.

(...) vi ana-systrar bär ett rött armband för att visa vad vi står för och för att se på personer om de är pro-ana, så att vi vet att vi inte är ensamma.

(Anna)

Andra illustrationer av sisterskapet inom kulturen syns även i följande citat:

Nu har jag ett armband som är rött med små och stora pärlor på. Ni kanske förstår vad de innebär? Yes, mitt ana-armband.

(Elin)

Till alla pro anas där ute, håll varandras händer. Vi är systrar <3

(Jennie)

Armbandet förstås utifrån hur det beskrivs i bloggarna som en symbol för tillhörighet. Det beskrivs även som ett bevis för att ”Anas” håller ihop och strävar mot samma sak. Utifrån Goffmans (1972:16) teori kring grupptillhörighet kan symbolen förstås som en representation för den subkultur Pro-ana står för. Armbandet symboliserar på så vis gemenskap Pro-anas emellan. Och det är bara de invigda som vet vad det betyder, vilket ytterligare bidrar till att stärka kulturen kring Pro-ana (ibid). Ytterligare en motsägelse i Pro-ana kultur påvisas här. Å ena sidan framträder bilden av en kultur med hårda regler och ouppnåeliga ideal som måste eftersträvas för att kunna kvalificera in i gruppen, vilket också skapar ambivalens. Å andra sidan framträder en bild av gemenskap och sammanhållning, som närmast för tankarna till sisterskap, värme och inkludering.

I berättelserna om Pro-ana som ett sisterskap framträder också *Ana* och *Mia* som två narrativa gestalter som bloggarna relaterar till. De som är anorektiker talar om *Ana* och de som är bulimiker skriver om *Mia*. *Ana* och/eller *Mia*, främst *Ana*, blir i de berättelser som förmedlas i bloggarna någon att se upp till. *Ana* blir en vän som aldrig sviker, men även någon som motiverar.

På dagen är *Ana* min bästa vän och när hon blir trött kommer *Mia* och hjälper mig att fortsätta vara stark...

(*Elin*)

De säger att jag inte har några vänner men jag har ju *Ana* och jag behöver ingen annan.

(*Stina*)

Säger till mig vad jag ska göra och inte. Så länge jag ha det på mig får jag inte äta äckel mat. Måste visa *henne* att jag är duktig och ska lyda henne och bli smal.

(*Jennie*)

”Ana” och ”Mia” konstrueras i berättelserna som verkliga personer som berättar för bloggarna vad som är tillåtet att äta och vad som inte är tillåtet. Både ”Elin” och ”Stina” beskriver ”Ana” som en vän. En vän som stöttar dem för att de ska fortsätta vara starka och gå ner i vikt, som en alltid närvarande, omtänksam och personifierad syster. Samtidigt är hon sträng. I det sista citatet talas med en förpliktigande modalitet genom att bloggaren ”måste” göra på ett visst sätt för att ”visa” och ”lyda” henne.

I Pro-ana bloggar talas om att den ”rätta vägen” till perfektion är fortsatt viktnedgång. Enligt den berättelse som återges i bloggarna kommer anorektikerna om de följer den ”rätta vägen” att uppnå välmående och bli respekterade. I Pro-Ana forum framträder också krav från *Ana*, som ska föra in anhängare på ”den rätta” vägen. Exempel på sådana krav från *Ana* är:

1. Om du inte är smal är du inte attraktiv.
2. Att vara smal är viktigare än att vara frisk.
3. Du måste köpa kläder, styla håret, ta laxermedel, svälta dig själv, göra något för att göra dig själv smalare.
4. Du skall inte äta utan att känna skuld.
5. Du skall inte äta ohälsosamt utan att straffa sig själv efteråt.
6. Du skall räkna kalorier och begränsa intaget därefter.
7. Vad vågen säger är det viktigaste.
8. Gå ner i vikt är bra/gå upp i vikt är dåligt.
9. Du kan aldrig vara för smal.
10. Att vara smal och att inte äta är tecken på verklig vilja, makt och framgång.

(*Forum 2*)

Goffman (1972:128) skriver om konstruktioner av ”den rätta” vägen som inom olika gruppkonstellationer anses leda till respekt och bra mående för de som följer den. Han beskriver att människor i sådana grupper, för att slippa ta ansvar själva, inte själva beslutar om vad som är rätt eller fel utan tenderar att acceptera att någon annan för deras talan (ibid.). I detta fall är det Ana eller Mia som talar om för bloggarna. Ana och Mia berättar för dem vem

de är och hur de ska leva för att bli lyckliga. Problematik uppstår enligt Goffman (ibid.) när rådande normer i samhället skiljer sig från den ”rätta” väg som konstrueras inom olika subgrupper. Individer som följer den av subgruppen konstruerade ”rätta vägen” riskerar då att formas som avvikande och annorlunda. Då de bryter mot rådande normer kan den sammanhållning som återges i Pro-ana-inspirerade bloggar därför förstås som en kultur eller rörelse som erbjuder möjlighet att söka stöd hos likasinnade. Samtidigt innehåller den, precis som Goffman (1972:129) påpekar ambivalens och motsägelser. Systerskapet inom Pro-ana-kulturen framstår härigenom också som ambivalent och motsägelsefullt.

### 5.2.3 Virtuellt anonymitet

Det finns också andra sätt som bloggarna använder för att hantera den avvikande ”stämpel” som de riskerar genom att svälta sig själva. Pro-ana bloggar utmärker sig genom det faktum att nästintill alla användarna är anonyma. De är måna om att det inte kommer ut vem de är. Har individen blivit exponerad stängs bloggen ofta ner. En ny blogg startas med annan bloggadress, ofta på en ny bloggsajt. Av beskrivningar på bloggarna framkommer att det oftast är familjemedlemmar, pojk- och flickvänner eller vänner som till slut säger ifrån och vill få stopp på beteendet om de får reda på bloggarna. Att kulturen bör hållas hemlig framgår exempelvis i följande citat:

Håll din livsstil hemlig och när någon frågar om du gått ned i vikt säger  
du bara lugnt att du börjat träna mer och äta rätt.  
(Jennie)

Utifrån Goffmans (1972:28) begrepp *virtuell* och *faktisk identitet* kan bloggaren förstås skapa en identitet genom bloggen och en annan identitet som kan visas upp utåt i det ”verkliga” livet. Å ena sidan förefaller bloggaren härigenom följa rådande normer i samhället, där anorexia är klassat som en sjukdom. Detta – den ”faktiska” identitet som uppvisas utåt för familj och vänner – bidrar då till att dölja sjukdomen. En anorektiker riskerar ju att stigmatiseras som ”ätstörd”. Å andra sidan eftersträvar bloggaren att följa Pro-ana livsstilen, där anorexi förstås som en livsstil. När bloggarna till fullo varken kan leva upp till Pro-anas eller samhällets normer riskerar de utifrån Goffmans teori att avskämmas och bli ensamma och isolerade (ibid). Att den virtuella identiteten som bloggare inte ska röjas, utan bör behållas hemlig, kan därför förstås som ett sätt för Pro-ana anhängare att inte kategoriseras som avvikande i sin ”faktiska” identitet som visas utåt. Att Pro-ana kulturen formas i termer av ”systerskap” och gemenskap samtidigt som de som ingår i kulturen inte vill skylta med sin

virtuella identitet visar åter på den ambivalens och det ständiga pendlande mellan identiteter som måste hanteras inom kulturen. Att vara, eller inte vara, normal (eller unik). Det är frågan.

Då det i samhället finns åtskilliga parallella sammanhang och kulturer, skapas enligt Svensson (2007:19) oftast en dynamik kring förståelsen av normalitet genom ett ständigt prövande av normer. Avvikelsen, det vill säga anorektikerna i bloggarna, kan utifrån detta perspektiv också ses som en utmanare av normaliteten. Samtidigt kan bloggarna förstås som en del av normaliteten genom den ambivalens och det hemlighetsmakeri som Pro-ana kulturen innebär. Olika synsätt på vad anorexi är medför ett prövande av normerna och vad som ska anses som normalt. Normalitet konstrueras i bloggarna genom de kategoriseringar som görs, exempelvis genom sjukdom- kontra livsstilsbegreppen. Begreppet *normal* beskrivs i olika kategorier, främst i vikt och mat. Helst ska vikten ligga under det som anses som normalt för längden. Men vad som också är intressant är hur samhälleliga ideal och normer, samtidigt som de tas avstånd från, också används i konstruktionen av de ideal och normer som formas inom Pro-ana kulturen. Ett sådant tydligt exempel är de kvinnoideal som används i bloggarna och som undersöks närmare i det kommande avsnittet.

### **5.3 Den behagande kvinnan – en del av normaliteten**

Anorexia drabbar oftast kvinnor och i många fall är de väldigt unga när de drabbas. (Bergström 1995). Samhällets uttalade och outtalade krav på att vara smal och vältränad förknippas inte sällan med att vara duktig och lyckad (Lindh 2009:31). Ätstörning kan på så sätt betraktas som en reflektion av dessa krav och den orealistiska bild av kvinnokroppen som därigenom projiceras ut.

Vem vill ha en tjock flickvän? Jag kollar på mina ben, tittar på tjejerna i klassens ben, tittar på mig igen och sen dom igen... Jag vet inte vem som är smalast eller vem är tjockast. Dom är ju ändå fina i kroppen, det är inte jag. Tjocka tjejer är äckliga.

(Emma)

I citatet ovan beskrivs föreställningen om att det bara är smala tjejer som får en pojkvän. Tjocka tjejer beskrivs som äckliga. Att vara smal framträder här som ett ideal och som en del i att göra ”rätt” kvinnlighet. Idealet att vara vacker som kvinna används också i detta citat:

(...) vill kunna se benen som sticker ut, ryggkotor som putar utåt, nyckelben som är sylvassa och lår med en halv meters mellan rum. Något som är så



vacker. Det ska jag uppnå. En dag ska ja ha en vikt som är låg och känna sig vacker.

(Emma)

Vad som är vackert och inte enligt Pro-ana kulturen beskrivs tydligt i det exemplifierade citatet ovan. Syns benen tydligt anses det som vackert. Att ”känna sig vacker” förknippas av berättarjaget med att ha en låg vikt. I detta anspelar det ideal som beskrivs i bloggen på vad som enligt rådande kvinnoideal i samhället anses vara vackert och åtråvärt (Hirdman 2001). Victoria Secrets modeller eller andra kända personer som kan anses vara väldigt smala – eller till och med utmärglade – används ofta som inspiration; Som kroppar att sträva efter. Exempel på sådana *thinpirationbilder* som publiceras i bloggarna är bilderna här nedan.

Båda bilderna beskrivs som eftersträvansvärda och vackra i den blogg som de har publicerats. I detta sammanhang konstrueras en idealbild av kvinnan utifrån föreställningar om vad som förstås som den perfekta kvinnan. Det beniga lyfts genom bilderna också fram som ”kvinnligt”, vilket förtydligas ytterligare i det följande citatet:

Det är inget fel på att tycka att smala, beniga modeller är det vackraste som finns (dom är modeller av en anledning... alla tjejer, precis ALLA tjejer vill vara smala, det är i våran natur...  
(Elin)



**Bild 1 och 2:** Exempel på idealbilder som publiceras på Pro-ana bloggar.

I det exemplifierade citatet ovan konstrueras anorexi som något som kan antas vara naturligt och normalt genom att orden ”vår natur” används. Att vara smal och benig kategoriseras även här som kvinnligt och vackert. Beskrivning av kvinnlighet är, som en bloggare uttrycker sig, inte att vara en ”size ten” utan en ”size zero”. Att göra femininitet enligt rådande genusnormer där kvinnan på olika sätt förväntas underordna sig och behaga mannen (Connell 2002) är något som alltså är återkommande i bloggarnas konstruktioner av kvinnliga kroppsideal. Att vara smal förknippas i bloggarna återkommande också med att vara lycklig och älskad.

Motivera dig själv att träna och äta nyttigt genom att föreställa dig själv som den lyckliga och slanka tjejen du vill bli. *(Elin)*

I citatet framkommer uppmaningar om hur du ska göra för att bli lycklig. En nyttig livsstil konstrueras i ”Elins” citat inte som att vara hälsosam i sig utan som att vara tränad för att bli smal. Att äta nyttigt beskrivs leda till att bli ”den lyckliga och slanka” tjejen som ”Elin” underförstått beskriver att den som läser bloggen självklart vill bli. Det är också en förpliktigande modalitet som används eftersom citatet talar i form av en uppmaning. Att träna och äta nyttigt uppges resultera i att bli en lycklig och slank tjej. ”Lycka” beskrivs i citatet ovan alltså komma genom att vara smal. Denna koppling återkommer i flera andra blogginlägg.

Rösten som säger åt mig att när man är tjock som jag är man oälskad.  
*(Emma)*

”Emma” beskriver här en röst som talar om för henne att hon är oälskad om hon är tjock. Att vara tjock beskrivs inte som önskvärt eftersom det leder till att bli oälskad. Att vara smal sammankopplas också i nedanstående med att bli älskad:

(...) tom, älskad, smal.  
Jag vill känna mig tom, älskad, smal. *(Elin)*

I beskrivningen ”tom, älskad och smal” får svält en positiv klang. En konstruktion i berättelserna görs genom att både ”Elin” och ”Emma” inte bara vill gå ner i vikt för att få en smal kropp utan upprepande beskriver en önskan om att detta ska öka chansen för dem att bli älskade. Butler (2007) påpekar att vi inte föds till kvinnor, utan blir det. Detta ”blivande” menar hon görs utifrån rådande normer och könsmaktsordning, där kvinnan är ”det andra” könet. Att underordna sig och behaga mannen ingår enligt Connell (2002:58) i denna

könsmaktsordning. De kvinnoideal som läggs fram och eftersträvas i bloggarna kan på så vis ses som tätt sammankopplade med de genusnormer som råder i samhället i stort. Även om Pro-ana kulturen drar dessa ideal extremt långt, faller de ändå tillbaka på en kultur som vi alla, vare sig vi ser oss som normala eller avvikare, ingår i och är en del av. Man skulle därför också kunna fråga sig vilket ansvar för och vilken del i Pro-ana kulturens mindre sunda konstruktioner vi alla har.

#### **5.4 Fast i ingenmansland**

Så, vad berättar egentligen bloggarna på ett mer generaliserat plan? Hur kan vi förstå dem och vilka konsekvenser skapar de? Några av individerna kommer under sin tid som bloggare till insikt att deras livsstil är farlig. Följande citat kan få illustrera en sammanfattande slutsats som kan dras av analysen:

Vi är inte blinda, för vi vet! egentligen.  
Det är bara min spegel med en förvriden bild.  
*Till alla pro ana där ute, systrar <3*

*(Elin)*

Exemplet visar att bloggaren är medveten om sin sjukdom. Hon ”vet” ”egentligen”. Hennes syn på sig själv – spegelbilden – beskrivs som förvriden. Samtidigt framstår gemenskapen till andra Pro-anas som stark. De kallas ”systrar”. Gemenskapen inom Pro-ana kulturen kan här förstås som viktig även när eller om en sjukdomsinsikt finns.

Bloggarnas ambivalenta förhållningssätt gentemot anorexi som en livsstil kontra sjukdom kan förstås utifrån Goffmans (1972:113) teori om ambivalens. Individerna tillämpar en viss identitetsstandard på sig själv (beskrivningen av att anorexi är en livsstil) men utan att riktigt kunna leva upp till den. Det är endast de ”utvalda” och ”unika” som uppges klara av det. Utifrån detta konstrueras ideal som bara några få sägs kunna uppnå. I realiteten kan dessa ideal också förstås som högst motsägelsefulla och ouppnåeliga. Således går det inte att ”lyckas” i Pro-ana kulturen, vilket den ambivalens som genomgående illustreras i blogginläggen påvisar.

Även egna normer och regler konstrueras utifrån de ideal som är rådande inom Pro-ana kulturen. Goffman (1972:33) menar att stigmatiserade individer ofta driver en publikation av något slag som ger röst åt hur de känner sig. I detta fall driver individerna Pro-ana inspirerade

bloggar. I dessa bloggar utformas medlemmarnas ideologi, där anorexi förstås som en livsstil. I bloggarna förs även diskussioner kring hur de ska hantera den stigmatiserande situationen som självsvält trots allt innebär (ibid). Oftast finns i bloggarna också beskrivningar av att de inte vågar ta steget att bli friska, för vad händer då?

Jag vill bli frisk en dag men inte om det innebär att få upp i vikt.  
(Anna)

Att identiteten som anorektiker är stigmatiserande och därför helst hålls hemlig för andra beskrivs av flera bloggare. De vänner som bloggarna beskriver sig ha, enligt blogginläggen, är andra Pro-ana anhängare som inte heller de vill eller kan bli friska. Individerna är kvar i något som inte går att ta sig ur.

Mer generaliserat kan bloggarna alltså förstås förmedla berättelser där en subkultur formas som skapar gemenskap och stöd för en utsatt och stigmatiserad grupp, anorektiker. Samtidigt skapas starkt normerande krav och ideal i kulturen som gör det svårt för individerna att leva upp till subgruppens normer. Här framträder bilder och berättelser av att vara fångad i gränslandet mellan en starkt normativt präglad "idealkultur" och en normalitet som "frisk". Vagar ut ur kulturen beskrivs som svår att hitta, då sjukdomen döljs för omgivningen, och fortsatt medlemskap i den gemenskap som formas kräver fortsatt självsvält. Bilden som framträder är inte enbart starkt normerande och ambivalent. Den är också klart dystopisk.

## 6. Sammanfattning och slutdiskussion

Syftet med uppsatsen var att undersöka vilka berättelser och bilder av anorexi och ätstörningar som förmedlas i Pro-ana bloggar samt vad de konstruktioner som framträder får för konsekvenser för den syn på anorexi som förmedlas. Sammanfattningsvis kan synen Pro-ana bloggare har på anorexi och ätstörningar beskrivas som något ambivalent och inte helt okomplicerat. Å ena sidan formar de vad de beskriver som en eftersträvansvärd livsstil med målet att uppnå perfektion. Samtidigt som de å andra sidan är medvetna om att det är ett omöjligt projekt.

I vad som kan beskrivas som en självdestruktiv livsstil finner Pro-ana bloggarna en gemenskap, en känsla av tillhörighet i något som kan beskrivas som oförståeligt för en utomstående. För de bloggande tjejerna är det dock inte oförståeligt. Att vara en del i Pro-

anakulturen tillåter dem att tillhöra en gemenskap och på så sätt är de aldrig ensamma i sin kamp mot sina ätstörningar. Subkulturen som formas av denna gemenskap representerar ett ideal, där magra kroppar eftersträvas och som inom kulturen konstrueras som en ”hälsosam” livsstil. Tjejerna som driver bloggarna, men även andra Pro-ana anhängare, eftersträvar perfektion samtidigt som de menar att de aldrig kan bli perfekta. Perfektion blir således ett omöjligt projekt. Men om inte perfektion kan uppnås, när blir de då nöjda?

Pro-anas livsstil och ideal vävs samtidigt ihop med ”vanliga” ideal i samhället, där ”vi andra”, ”vanliga” och ”normala” samhällsmedborgare kan betraktas som lika ansvariga som bloggarna för hur vi konstruerar och upprätthåller ideal och stereotyper av ”den perfekta kvinnan”. Strävan efter ouppnåeliga ideal kan utifrån ett sådant perspektiv inte enbart antas vara ett individuellt problem utan även ett socialt problem. Tidigare forskning (Curry och Ray 2010) visar att bristande vårdinsatser påverkar det faktum att ätstörda som ”följer” Pro-ana inte får den vård som krävs för att de ska kunna bli friska från sin ätstörning och på så sätt försvinner även möjligheten att få ”rätt” hjälp. Således påvisas även det faktum att om vårdinsatser innehar bättre kunskap och förståelse för just denna sorts problematik skulle situationen kunna se annorlunda ut för Pro-anabloggarna (ibid).

Så hur kan vi förstå den kultur som konstrueras i Pro-anavärlden? Ska bloggarna ytterst förstås som en reflektion på bristande vård- och behandlingsinsatser för anorektiker? Eller ska de snarare ses som ett uttryck för den ambivalens och de motsägelser som anorexi som sjukdom inneboende bär på? Ska bloggarna förstås som ett forum för stöd och gemenskap i processen mot ett tillfrisknande? Eller ska Pro-anakulturen ses som en snara som håller människor fast i en destruktiv livsstil grundad på sjuka kropps- och kvinnoideal, som vi ytterst alla är med om att skapa och upprätthålla? I denna uppsats ges inga enkla eller raka svar på dessa frågor. Istället problematiseras de genom att den komplexitet som omger fenomenet lyfts fram och diskuteras. De ambivalenta, idealiserade, ångestfyllda och ytterst dystopiska bilder som förmedlas genom Pro-anakulturen och bloggarnas möjlighet att ta sig ut ur självsvälten manar däremot till eftertanke. Genom att kritiskt granska Pro-anakulturens kategoriseringar och konstruktioner och sätta dessa i relation till det omgivande samhällets normer och krav, hoppas jag att uppsatsen kan bidra till en ökad medvetenhet om och reflektion kring den komplexitet som omger ätstörningar, liksom samhällets förhållningssätt till – och ansvar för – dem.

## 7. Litteraturlista

Bell, Kathryn. (2010) ” Anorexia Nervosa in Adolescents: Responding Using the Canadian Code of Ethics for Psychologists” *Canadian Psychology Vol. 51, s, 249–256*

Bergström Råstam, Maria. Gillberg, Christopher, Gillberg, Carina. (1995) ”Orsaker-fakta och teorier” i *Anorexia nervosa- Bakgrundsfaktorer, Utredning och Behandling*  
Stockholm: Författarna och Liber utbildning AB

Bryman, Alan. (2011) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB

Burke, Eliza. 2012. ”Reflections on the WAIF. Images of Slenderness and Distress in Pro-anorexia Websites” *Australian Feminist Studies, Vol. 27,s, 37-56*

Butler, Judith (2007) *Genustrubbel- Feminism och Identitetens Subvention*  
Uddevalla: MediaPrint Uddevalla AB

Börjesson, Mats (2003) *Diskurser och konstruktioner- En sorts metodbok*  
Lund: Studentlitteratur

Börjesson, Mats & Palmblad, Eva (2008) *Strultjejer, arbetssökande och samarbetsvilliga. Kategoriseringar och samhällsmoral i socialt arbete*  
Helsingborg: Gyllene Snittet AB

Connell, RW. (2002) *Om Genus*  
Uddevalla: MediaPrint Uddevalla AB

Curry, J & Ray, S. 2010. ”Starving For Support: How Women With Anorexia Receive ”Thinspiration” On The Internet” *Journal of Creativity in Mental Health 5, s, 358-373.*

Daneback, Kristian och Månsson, Sven-Axel. I Meeuwisse, A & Swärd, H & Eliasson-Lappalainen, R & Jacobsson, K. (red) (2008) *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur

Goffman, Erving. (1972) *Stigma- Den Avvikandes Roll Och Identitet*  
Göteborg: Elanders Digitaltryck AB

Hirdman, Yvonne (2001) *Genus- Om Det Stabila Föränderliga Former*  
Lund: Wallin & Dalholm Boktryckeri AB

Johansson, Anna (2005) *Narrativ Teori och Metod- Med Livsberättelsen i Fokus*  
Lund: Studentlitteratur

Kalodner, Cynthia. R. (2005) ”Anorexia Nervosa”, Sociocultural Influences: The Impact of Western Culture on Eating and Body Image Disturbances” i *Too Fat Or Too Thin?- A Reference Guide to Eating Disorders*  
Wales: Crown House Publishing Ltd

Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend (2009) *Den kvalitativa forskningsintervjun*  
Lund: Studentlitteratur

Levander, Ulrika (2011) *Utanförskap på entreprenad. Diskurser om sociala företag i Sverige*. Göteborg: Daidalos.

Lewis, Stephen P. och Arbuthnott Alexis E. 2012. "Searching for Thinspiration: The Nature of Internet Searches for Pro-Eating Disorder Websites" *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 15, s 200-206

Lindh, Anna-Karin (2009) *Spegelproblemet- En kommenterad bibliografi över ätstörningar i litteraturen*  
Lund: Grahns Tryckeri AB

Riley, Sarah, Rodham, Karen och Gavin, Jeff . (2009) "Doing Weight: Pro-Ana and Recovery Identities in Cyberspace". *Journal of Community & Applied Social Psychology* Vol.19, s, 348-359

Svenningsson, Malin & Lövhem, Mia & Bergquist, Magnus (2003) *Att fånga Nätet- Kvalitativa metoder för Internetforskning*  
Lund: Studentlitteratur

Svensson, Kerstin (2007) (red) *Normer och Normalitet i Social Arbete*  
Lund: Studentlitteratur

Thornton, Bill, Leo, Rachel och Alberg, Kimberly. 1991. "Gender Role Typing, the Superwoman Ideal, and the Potential for Eating Disorders" *Department of Psychology*, Vol. 25, s. 468-484

Westerberg Jacobson, Josefin. 2010. "Wish to be thinner. Development and Prediction of Disturbed Eating: A Longitudinal Study of Swedish Girls and Young Women"  
*Digital Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Social Sciences* 57.

Whitehead, Krista "Hunger Hurts but Starving Works: A Case Study of Gendered Practices in the Online Pro-eating-disorder Community" *Canadian Journal of Sociology/Cahiers canadiens de sociologie* 35 Vol.4, s, 595-628

Winther Jørgensen, Marianne & Phillips, Louise J (2002) *Discourse Analysis as Theory and Method- The Field of Discourse Analysis*  
London: SAGE Publications Ltd

Wollburg, Eileen, Meyer, Björn, Osen, Bernhard och Löwe, Bernd (2013) "Psychological Change Mechanisms in Anorexia Nervosa Treatments: How Much Do We Know?" *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 69, s, 762-773

Yeshua-Katz, Daphna & Martins, Nicole. 2012. "Communicating Stigma: The Pro-Ana Paradox" *Health Communication*, 28 ,s, 499-508

Kunskapscentrum för ätstörningar. [www.atstorning.se/](http://www.atstorning.se/)

Nationalencyklopedin 2014