



**LUNDS**  
UNIVERSITET

# Gymcels:

incels samtida utlöpare på sociala medier

Av:

Gabriel Jaeger

Kandidatuppsats i Sociologi

SOCK 10. VT 2023

Sociologiska institutionen: Lunds universitet

Handledare: Sébastien Tutenges

## Abstract

In this paper the studied subject is the recent offshoot of incels: gymcels and associated terms such as sigma among others. This study investigates what this subject implies and does so by defining aspects of conventional incel culture and juxtaposes these with gymcel cultures own differing ones. This includes values, morals, beliefs, concepts and the language used in this community to differ itself from others. Relevant to this discussion is the historical origins of incel culture and forums and as such this paper explores the beginnings of said forums.

The conclusion is that socially and emotionally vulnerable and impressionable young men through social media platforms, primarily Tiktok, get exposed to content preying on these factors and indoctrinates them in a similar fashion to the alt-right pipeline on Youtube around 2017-2018. The Gymcel ideology is a hypermasculine extension of conventional incel ideology wherein aspects such as callous views on women and sexuality are heavily present. The gymcels do however differ in their approaches and see the embracing of hypermasculine ideals such as physical fitness as a central part of finding a sexual partner but also in establishing dominance. These ideals have undergone a transformation online and in some ways become synonymous with terms such as sigma which was initially a mocked new proposed position in the dominance hierarchy. The term sigma is now like many other cryptolect terms in a state of postirony where it is somewhat shielded from criticism but also functions as initially intended. The term along with central gymcel ideals and ideas has gained a huge net following on the social media platform Tiktok, where an increasing amount of genuine support and resonance with it has come to be. Tiktok as the platform of choice is most likely a result of loose restrictions regarding the expressed opinions of gymcels, poor reinforcement of the guidelines there are, sheer amount of content posted to the platform and most importantly the amount of young adults and children on the platform.

Keywords: Internet, Extremism, Masculinity, Incels, Technology, Gymcels, Subculture, Manosphere, Tiktok, Social media

1. Inledning	4
1.1 Syfte och frågeställning	4
2. Bakgrund och Tidigare forskning	5
2.1 Incelforumens första skede	5
2.2 De första studierna kring incels	6
2.3 Samtida forskning kring incels	7
3. Teoretiskt ramverk	8
3.1 Cohen & subkulturteori	8
4. Metod	9
4.1 Insamling och kodning	9
4.2 Kvalitativ metod	10
4.3 Analysmetod	11
4.4 Giltig- och tillförlitlighet	12
4.5 Etiska överväganden	12
5. Resultat och analys	13
5.1 Former av cels	13
5.2 Gymcellen och ‘the black pill’	14
5.3 Incelosfärens teorier och fackspråk	17
5.4 Patrick Bateman	18
5.5 Tiktok som plattform och grogrund	20
6. Slutsats	22
7. Referenser:	25

## 1. Inledning

Termen incel är något som endast på senare tid blivit allmänt känt, innan detta var det en nischad och lös internetgruppering vars existens förekom nästan exklusivt på internetforum och kunskapen om deras existens sträckte sig inte heller längre än så. Alek Minassians fordonsdråp 2018 i Kanada var ett av många exempel på verkligt våld som utförts av incels de närmsta åren (Cottee, 2020). Det är genom brottsdåd likt dessa som incels existens slutade vara begränsad till internetforum och istället kom att något allmänt känt. Aspekter av incelkultur har kommit att uppmärksammas men detta är oftast begränsat till de mest basala centrala begreppen. Kulturen som incelforum fostrat har fått verkliga konsekvenser i form av extremt våld men även drastiska försök att normalisera och internalisera misogynia världsuppfattningar (Cannito & Camoletto, 2022: 599). Gymcels som en gren av incels utgör ett vidare hot eftersom inriktningen vid första anblick kan upplevas som mer avtrubbad eller misstas för att inte vara relaterad alls, något som är problematiskt när gymcelrelaterad media sprids på plattformar som tiktok vars användare övervägande är barn och ungdomar som är högt mottagliga för intryck.

### 1.1 Syfte och frågeställning

Syftet med denna studie är att genom olika vetenskapliga artiklar, forum samt andra liknande instanser online belysa fenomenet kring incel-subkategorin gymcels, vad denna innebär, hur den skiljer sig från den mer välkända incelkulturen och hur denna kommit att upplevas som mer lättillgänglig. Samtliga artiklar har valts för att de belyser centrala delar av konventionell incel kultur som fungerar som utgångs- samt referenspunkt för eventuella analyser.

För att försöka besvara detta syfte ställs följande frågeställningar:

- *Vad innebär gymcel, och hur urskiljer sig detta gentemot konventionella incels? Vilka skillnader i attityder förekommer och vad innebär dessa?*
- *Hur har ideologin bakom gymcels blivit tillräckligt normaliserad för att kunna spridas och få popularitet på konventionella sociala medieplattformar och varför främst på Tiktok?*

## 2. Bakgrund och Tidigare forskning

Tidigare forskning kring incels och internetkulturer relaterade till incels har blivit allt vanligare på senare tid men är fortfarande något begränsad. Problematiken med incelkultur är att den är löst definierad och extremt mångfacetterad. Inom kulturen finns flera olika utlöpare och subgrupper som sällan belyses och om dem omnämns så är det endast förbipasserande. Centrala aspekter av incel- och manofären har utforskats allt mer, såsom fackspråk, utveckling och värderingar men centralt är att en stor del av den tidigare forskningen har händelser som Alek Minassian eller Elliot Rodgers terroråd som historisk utgångspunkt eller begynnelse snarare än de faktiska ursprunget som sträcker sig tillbaka till slutet av åttiotalet.

### 2.1 Incelforumens första skede

Former av incelliknande teorier och värderingar sträcker sig tillbaka mycket längre innan punkten där begreppet incel fick innebörden det har idag. Termen "involuntary celibate" myntades redan 1739 av Antoine Banier, en fransk präst, i hans bok om antik grekisk mytologi och praktiker i dåtidens Grekland (1739:527). Termen i sin moderna form kom att myntas som invcel av en kanadensisk aktivist som då enbart var känd via hennes förnamn Alana. Alana Boltwood, dåvarande universitetsstudent i Toronto skapade hemsidan 'Alana's Involuntary Celibacy Project', ett forum skapat för att kunna diskutera hennes och andras sexuella inaktivitet och de upplevda svårigheterna kring detta. Termen myntades av henne i samband med skapandet av hemsidan 1993 (Baker, 2016). En stor del av användarna på Alanas hemsida hade kommit från det tidigare forumet 'Alt.support.shyness' som hade grundats några år tidigare, 1988 (Wasniewska, 2020). Alt.support.shyness handlade inte primärt om romantiska och sexuella svårigheter utan snarare sociala problem i allmänhet såsom blyghet. Forumet kom att bli den första punkten där könsseparation började ske. Friktion uppstod då allt fler män kom att jämföra sina problem på forumet med de kvinnliga medlemmarna, vars problem ofta relaterade till att ha svårigheter med att tala inför större folkgrupper snarare än sexuella och romantiska problem. Detta skapade uppfattningen bland främst manliga medlemmar att deras problem skiljde sig drastiskt från kvinnliga medlemmars och att de inte gick att jämföra. När medlemmar som den nu ökända Darkfalz gick med på forumet blev diskursen allt mer misogyn och fler användare kom att anamma liknande ton (Alt.support.shyness, u.å.). Missnöjet som tog plats på Alt.support.shyness kom dock även till slut att nå Alanas forum och det var genom detta övertagande som även termen incel kom att få den konnotation den idag har.

## 2.2 De första studierna kring incels

Boltwoods hemsida kom dock även att bli katalysatorn för akademiska studier av incels och några år senare kom Donnelly et al.s uppmärksammade studie från 2001 att publiceras. Donnelly med fleras studie uppmärksammade de svårigheter en stor andel av befolkningen hade kring att finna sexuella och romantiska partner. Studien var den första att via internet ta kontakt med respondenter från olika incelforum. Deras studie konstaterade tydligt utifrån deras resultat att sjuttiosex procent av svarstagarna som var oskulder var män och resterande tjugofyra procent kvinnor, åttio procent av singlar var män och resterande tjugo var kvinnor. Studien visade även att många trender inom incelkulturen idag såg väldigt lika ut då. Överensstämmande med könsnormer fanns det en tydlig trend, tjugo procent av singelmän konstaterade att deras enda sexuella interaktioner hade varit med sexarbetare samtidigt som noll procent av singelkvinnorna rapporterade samma sak (Donnelly, et al., 2001:163-164). Studien konstaterade dock inte enbart relationsstatus och sexuell in- och aktivitet. Man konstaterade vad som var barriärer till sexuella relationer, för oskulder och singlar poängterades blyghet vara ett problem för 94 respektive 84 procent samtidigt som individer som var i relationer endast rapporterade blyghet som ett problem 20 procent av tiden. De mest centrala resultaten var dock redogöranden kring sociala aspekter såsom svårigheter att relatera till andra. Den största barriären för många i studien var deras självupplevda brist på sociala och datingfärdigheter. Respondenter beskrev det som att man förväntades ha genomgått flertalet relationer vid en viss punkt i livet och hade man varit oförmögen att göra detta var man nu fast som en ständig tonåring vad gällde relationspotential. En ytterligare skillnad mellan de individer som var i relationer gentemot dem som inte var och aldrig hade varit det var den kroppsliga självbilden. I deras arbete hänvisade Donnelly et al. till Trapnell, Meston och Gorzalkas (1997) teorier om en indirekt länk mellan kroppslig självuppfattning och sexuell erfarenhet. Människor som upplever en negativ kroppsbild tenderar även att undvika sociala situationer och genom detta missar tillfällena där sexuella möten och interaktioner kan ske. Konsekvent tydde Donnellys et al. resultat på att en tredjedel av respondenterna upplevde deras fysiska attributer som hinder för sexuella och romantiska partner, varpå singlar och oskulder var i genomsnitt fem gånger mer sannolika att påpeka detta än människor i relationer (Ibid., 165).

### 2.3 Samtida forskning kring incels

Cannito och Camoletto skriver om de pseudovetenskapliga teorierna som förekommer inom incelkretsar och forum. Artikeln ger likt tidigare inblick till incelkulturen i helhet men den är framförallt relevant för arbetet eftersom den redogör kring aspekter av gymcelskulturen. Exempelvis begrepp som “looksmaxing” och diskursen kring LMS, (L)ooks, (M)oney and (S)tatus (2022:602-603). Looksmaxing innebär likt namnet antyder att försöka maximera sitt utseende, dessa åtgärder varierar från att vara relativt enkla så som en klippning eller stimulera hårväxt med minoxidil till mer extrema så som plastikkirurgi, steroider eller bone smashing. Bone smashing är möjligtvis en av de mest extra metoderna som förekommer på incelforum och bruket är långt ifrån vidspritt. Praktiken baseras på Wolffs lag som hävdar att ben utvecklas utifrån mängden belastning dem utsätts för. Slutsatsen användare på forum drog var att man kan ändra sin benstruktur, då främst i ansiktet, genom att utsätta den för mild trubbig våld, exempelvis upprepade lätta slag med en hammare. Looksmaxing och LMS cirkulerar kring tankar om att kunna kompensera för aspekter incels anser väsentliga för att finna en partner eller sex, såsom utseende, pengar och status. Begrepp som LMS kom från internetforumet PUAHate som kom att bli ökänt efter Elliot Rodgers terrordåd 2014. Koncepten om att kunna kompensera för vad incels anser vara väsentliga aspekter är vad som utgör en central punkt i vad det innebär att vara en gymcel.

Detta arbete berör vidare andra aspekter av den så kallade ‘manosphere’ eller ‘incelosphere’, en paraplyterm för alla forum som faller under incelkategorin på något vis, däribland väsentliga begrepp som ‘Redpill’. ‘The red pill’ som ursprungligen kom från filmserien The Matrix innebär inom manosfären bortstöttningen och förkastandet av vad incels upplever som mainstream lögn och osanningar vad gäller livet i allmänhet men främst dating, politik och sociala relationer (Ibid., 2022). The red pill är ett av hundratals begrepp som incelosfären har myntat. I ett kapitel om kryptolekt utforskar och redogör Waśniewska kring en rad symboler och konceptuella metaforer inom incelkulturen. Incelkultur, internetkulturer samt subgrupper i allmänhet brukar sig i hög grad av sina egna språk, termer, metaforer och symboler. Slangen som brukas på dessa forum är kontroversiellt men samtidigt intressant där myntandet av nyord med- och omedvetet skapar avgränsningar mellan in- och utgruppen och som i sin tur resulterar i utbyten som ter sig obegripliga för utomstående (Waśniewska, 2020; O’Malley, et al., 2022). Detta blir relevant inte bara för att förstå innehållet av forumen men även de sociologiska effekterna av upplevd grupptillhörighet som resultat. Kapitlet förklarar aspekter

av alfa samt beta hierarkin inom communityn. Likt i princip alla samtliga begrepp så förekommer det i varierande utsträckning en uppriktig tro men samtidigt en sarkastisk klang för principerna som redogörs på forumen och i diskursen som förs där. Hennes redogörelser kring alfa och beta dynamiken är relevant för att kunna vidare förklara hur sigma kommit att bli, vad detta innebär och hur sarkasm och komedi går att bruka för att maskera, avtrubba och föra vidare begrepp och ideologin (Waśniewska, 2020:70).

### 3. Teoretiskt ramverk

I denna uppsats brukas centrala aspekter av Cohens teorier kring subkulturer eftersom dessa belyser centrala delar och funktioner av incel samt gymcelkultur även om dessa grupper är mycket mer löst organiserade och inte nödvändigtvis fullt inom ramen av vad som utgör den konventionella definitionen av en kriminell grupp (Cohen, 1955). Cohens teorier kring delikventa subgrupper och kulturer har brukats i hundratals olika arbeten som i princip alla berör olika aspekter av brottslighet, våldsbejakande extremism, grupptillhörighet och dynamiker, och i modern tid flertalet arbeten som berör incels och upplevs därför som både central och relevant till arbetet.

#### 3.1 Cohen & subkulturteori

Vid framtagandet av ett teoretiskt ramverk har valet gjorts att utgå från Albert K. Cohens teorier kring subkulturer. Dessa teorier cirkulerar kring ett koncept av ojämnt fördelade sociala förhållanden och restriktioner som ger upphov till subkulturer som ett uttryck för någon form av social differentiering eller uttryck av missnöje. Dessa avvikande normer innefattar system och förväntningar som centralt skiljer sig från samhällets egna men uppfattas som normala inom gruppen (Cohen, 1955). Cohens teori grundar sig i analysen av unga kriminella men centrala aspekter och förklaringar är applicerbara för grupper som inte nödvändigtvis ter sig kriminellt men som fortfarande har avsevärt avvikande normer. Cohen definierar subgrupper som system eller antisystem gentemot samhället. Subkulturer differentierar sig själva genom att ha aspekter såsom övertygelser, normer, värderingar och hierarkier som skiljer sig från det dominerande samhällets. För Cohen utgör socioekonomiska orättvisor i klassamhällen basen till varför ungdomar dras till subkulturer. Han menar att en ung man från en lägre klass alltid kommer sträva efter att nå en högre strata men kommer att vid någon eller flera punkter konfronteras över detta då andras förväntningar och sociala strukturer inte kommer tillåta honom. Till följd av detta tvingas denne att erkänna sin låga



status, prestige och eventuella chanser till framgång i allmänhet. Genom dessa im- och explicita markeringar av samhället som distinkt olika gror och frodas en animositet mot strukturerna som håller dessa individer nere. Subgrupper etablerar därför, samt karaktäriseras av, distinkta egna värderingar, moraler och system som på något vis avviker från samhällets egna. I kriminella sammanhang innebär detta att medlemmar kan uppnå former av prestige, status och erkännande oberoende samhällets inflytande men eftersom vad som definierar dessa är deras opposition av samhällliga normer anses dem externt som avvikande (Ibid., 1955). Cohen definierar vidare brottsliga, eller delinkventa, subkulturer som icke utilitaristiska, d.v.s. att handlingar inte görs på en ekonomiskt rationell basis, illvilliga, negativistiska, i den mån att kriminella eller klandervärda handlingar görs med avsikt för att distansera samt urskilja sig från konventionella normer, versatila, hedonistiska samt resistent. Resistansen mot externt påtryckande konformitet kommer från den interna lojaliteten inom gruppen eller kulturen enligt Cohen (1955). Vidare arbeten och analyser som baseras på Cohens subkulturteorier är bl.a. Simon Cottees (2020) artikel kring centrala logiker inom incelkulturen samt Andersens (2022) och vidare O'Malley et al.s (2022) arbeten, samtliga av vilka används som teoretiska ramverk.

## 4. Metod

Detta kvalitativa arbetes analys brukar sig av diskurser online på primärt incelforum för att definiera och förklara fenomenet kring incels och nya utlöpare som gymcels. Detta görs genom en utförlig insamling och genomgång av en rad olika forum samt foruminlägg som under de senaste trettio åren utgjort delar av vad som kommit att bli incelosfären.

Förhoppningen är att denna insamling, kodning och sammanställning på ett sakligt och konsekvent vis kan redogöra både för denna kulturs historia men även samtidigt. Utöver detta används även tidigare arbeten, litteratur och forskning som historisk samt teoretisk utgångspunkt och komplement.

### 4.1 Insamling och kodning

För att kunna undersöka de kulturella logikerna som förekommer online på incelforum så brukar sig detta arbete av existerande data från primärt ett incelforum på internet. Forumet valdes eftersom det är ett av de största forumen samt öppet tillgängligt. På forumet finns möjligheten för medlemmar att skapa trådar kring valfritt ämne under en rad etiketter som andra användare sedan kan ge respons på. Vid punkten detta skrivs (4 maj 2023) hade det

valda forumet 9,969.462 inlägg samt 438,923 trådar och 20,849 aktiva medlemmar. Detta ställer krav på att kunna urskilja vad som är relevant data och inte. Alla trådar på forumet förde inte diskurser som är relevanta till detta arbetes frågeställning så den primära avgränsningen blev att endast använda trådar som fokuserar på aspekter så som former av maxing, sigma, gymcel, volcel och populariteten av karaktärer som Patrick Bateman m.fl. Till skillnad från plattformar som 4chan där trådar tenderar att vara längre så genererar dem på det valda forumet i genomsnitt omkring 23 responser. I fallet av detta arbete valdes i slutändan 80 trådar som sammanlagt genererat 1933 responser med ett genomsnitt på 24 responser per inlägg. Kodningen av denna datas gjordes för att se vad de mest allmänt förekommande åsikterna är kring aspekterna som valts att undersöka. Utöver empirisk data brukas även till stor del tidigare data bland annat i former av användarstatistik från Tiktok, tidigare vetenskapliga artiklar vars forskningsobjekt överlappar samt former av litteratur som berör relevanta fenomen.

#### 4.2 Kvalitativ metod

Valet av metod gjordes i tidigt skede av arbetet då exempelvis enkäter ansågs otillräckliga vad gällde insamlingen av information kring ämnet samt frågeställningen och utifrån bedömning mest sannolikt ett antalsmässigt lågt deltagande. Det senare nämnda ansågs även som en brist vid övervägandet av intervjuer och valet att bruka sig av inslag av etnografisk observation och arbetet som en fallstudie gjordes därför. Det kvalitativa tillvägagångssättet innebär en grundlig genomgång av källmaterialet. För att på ett tillfredsställande vis införskaffa information kring det valda ämnet ter sig en kvalitativ metod bättre då aspekter av fenomenet som undersöks är svårfångade rent kvantitativt. I och med källmaterialets natur, utöver tidigare teorier och forskning, krävs en höjd medvetenhet kring generaliserbarheten samt den externa giltigheten av inlägg och värderingar som uttrycks på samtliga forum och plattformar som undersöks (Jacobsen, 2017). Valet blir därför att bruka sig av etnografiskt inspirerade inslag vad gäller införskaffandet av material från tidigare och pågående diskussioner online för att finna och säkerställa att det finns tillräckligt med data för att maximera generaliserbarheten. Vidare brukas etnografiska inslag för att finna så relevant och samtida data om de kulturella logikerna som möjligt. Samtidigt krävs ett teoretiskt men även historiskt ramverk för att kunna redogöra för utvecklingen av det valda fenomenet samt dess kulturella logiker och detta arbete brukar sig därför även till stor del av dokumentanalys för att tillgodose detta behov.

Induktiv kvalitativ metod användes för att finna mönster och genomgående logiker bland resonemangen som fördes på forumet. Kodningen gjordes alltså utan försök att anpassa den till befintliga teorier. Samtliga data sammanställdes och kodades öppet manuellt utifrån förekommande koncept och kategoriserades utifrån respektive egenskaper och dimensioner. Centrala exempel på detta är bland annat looksmaxing som en cope, gener som väsentlig en faktor för attraktivitet och gymcels som meningslösa m.fl. Kodad data organiserades sedan för att mer enkelt kunna ge överblick på de mest centrala aspekterna. Av dessa sammanställningar gjordes ytterligare en överblick för att se om det fanns vidare gemensamma faktorer mellan kategorier för att kunna vidare skapa överkategorier som har ytterligare generaliserbarhet. Vad som ansågs tematiskt relevant var om ett sentiment eller logik förekom mer än en gång och av fler än en användare, detta för att urskilja mer gemensamma logiker från dem som enbart hålls av enstaka individer (Auerbach & Silverstein, 2003).

I relation till litteratur och tidigare teorier har i denna studie valet gjorts att bruka en rad olika tidigare arbeten som berör centrala aspekter av kulturella logiker och aspekter som språk samt terminologier inom incelkultur. Tidigare teorier och forskning upplevdes som väsentliga för att förstå kontexten kring fenomenet och för att ha en utgångspunkt i analysen av ett extremt löst organiserat fenomen (Braun & Clarke, 2006). Med allt detta i åtanke upplevs det att utförandet av detta arbete som en fallstudie är den bäst lämpade forskningsstrategin. Detta arbetes fokus är främst gymcels och aspekter kring dessa så som sociala relationer, processer och kulturella logiker. Tanken är därför att kombinationen av flera olika datainsamlingsmetoder och datatyper kan gynna innehållet och kvalitén av studien och analysen som förs.

### 4.3 Analysmetod

Kvalitativ metod med primärt tematisk analys kom att brukas. Genom tematisk analys identifieras, analyseras och dokumenteras de olika teman och mönster som förekommer vid datainsamlingen. Tematisk analys i samband med kvalitativ metod är enligt Braun och Clarke det vanligaste analytiska inslaget och ter sig därför extremt naturligt som analysmetod (2006). I fallet av denna studie var det centralt att kunna finna konsekventa mönster, åsikter och uppfattningar i den diskurs som förts och analyseras på forumen som undersökts. Detta

går endast att göra genom att följa trådar, se rådande åsikter och se hur diskussionen ter sig inom, emellan och utanför specifika forum.

#### 4.4 Giltig- och tillförlitlighet

Genom att bruka sig nästan exklusivt av forum och foruminlägg där samtliga är anonyma innebär ett utökat behov av noggrann granskning för att försöka garantera och säkerställa hög tillförlitlighet. Reliabiliteten, giltig- och tillförlitligheten av kvalitativ data är redan något som är svårt att säkerställa. Frågor kring tillförlitligheten bör därför göras och vidtaganden som ökad precision och stringens krävs för att efter förmåga säkerställa att datan man insamlat inte utgör en risk för studiens analys och konsekvent dens slutsatser (Hayes, 2000).

Kodningen samt kategoriseringen som gjorts av den insamlade datan har inte gjorts enbart för underlättandet av analysen som följaktligen tog plats utan även som ett medel för att säkerställa att logikerna som redovisas baseras på en grund av verklig utsträckt förekomst och inte enbart enstaka uttryckanden (Auerbach & Silverstein, 2003).

#### 4.5 Etiska överväganden

Bruket av sociala medier och forum som huvudsakliga källor för data innebär en rad etiska överväganden kring informerat samtycke, anonymitet och profilering (Townsend & Wallace, 2017). Informerat samtyckes roll i ett arbete är alltid väsentligt att se över, detta behov blir dock större om deltagarna som undersöks är sårbara eller befinner sig i någon form av risk. Samtlig data från Tiktok samt alla inlägg på forum som Incels.is är offentlig och allmänt tillgänglig information. I detta arbetes fall är det svårt att bedöma individers sårbarhet, något som krävde mer information än vad som vid tillfällena av insamling fanns. Däremot är analysobjekten inte individer utan snarare kulturella logiker, fokus läggs inte på individuella uttryck eller inlägg utan vad dessa sammanlagt menar. Som följd av detta presenteras alltså inte tillräckligt med information för att dels urskilja specifika individer och dels för att informerat samtycke skulle anses nödvändigt eller genomförbart. Användarnamn på Incels.is är alla anonymiserade i den mån att ingen personlig information går att utvinna från dem. I fallet av data insamlad från Tiktok så är samtlig data inte bunden till någon enskild individ eller användare utan enbart makrostatistik från plattformen. Informerat samtycke utgör alltså inget problem detta arbetes fall enligt AOIR (Association of Internet Researchers) eftersom ingen data som insamlats är PID (personally identifiable information) (Franzke, et al., 2020).

## 5. Resultat och analys

För att förstå subgrupper och utlöpare krävs en grundläggande förståelse för den centrala utgångspunkten. För att förstå fenomenet som är gymcels och termer som sigma krävs en grundläggande förståelse för vad en incel faktiskt är. Detta avsnitt försöker belysa väsentliga och centrala aspekter av incelkultur genom att förklara begrepp och distinktioner för att sedan kunna förklara hur dessa nya subgrupper urskiljer sig. Centralt är bland annat att förklara hur aspekter som manofärens dominanshierarki skiljer sig inom olika subgrupper och hur det förekommer en rad skilda meningar kring vad incelterminologier innebär.

### 5.1 Former av cels

Termen gymcel är likt ordet incel ett teleskopord, en sammansättning av "gym" och "incel". Likt kategorin dem själva är utlöpare från lever de i vad de själva hävdar är ett ofrivilligt celibat, d.v.s. ett liv utan någon form av sexuella och romantiska relationer. Den argumenterbart första incelstudien från 2001 definierade incels som vuxna som misslyckats finna någon form av sexuell partner de senaste sex månaderna trots försök till detta (Donnelly, et al.). Donnellys definition är något skarp och vad som definierar en incel är en period av svårigheter att finna romantiska och sexuella relationer som är avsevärt längre än sex månader och framförallt något som är fortsatt pågående. Externt är definitionen något slapp, någon som aldrig har haft sex och har svårigheter att ha det är i lekmannatermer vad som definierar en incel. Internt däremot är vad och vem som räknas som en incel högst omdebatterat. Likt diskussionerna som skedde precis innan begynnelsen av incelkulturen på forumet Alt.support.shyness så förekommer det en diskurs om vad som bör klassas som ofrivilligt och inte. Blyghet som ursprungligen var fokuset för Alt.support.shyness kom att av främst manliga medlemmar inte ses som en verklig ursäkt till någon form av ofrivilligt celibat och borde, enligt dessa, istället ses som en form av senare kom att kallas för 'volcel', voluntary celibacy (frivilligt celibat). Argument som dessa brukas primärt av vad incel-communityn kallar för truecels samt uglycels, som enligt sig själva är den mest 'renodlade' formen av incels eftersom dem är så pass fysiskt oattraktiva att det är omöjligt för dem att finna en partner. Dessa menar att exempelvis s.k. 'love-shys', människor som lider av grov blyghet, och 'standardcels', som helt enkelt är för petiga, faktiskt inte är helt oförmögna att finna olika former av relationer och bör därför inte räknas som individer i involuntärt celibat (Incels Wiki, u.å.). Likt i princip alla begrepp inom incelkulturen fungerar dessa som skällsord gentemot andra cels men samtidigt som en markör för egen tillhörighet

(Waśniewska, 2020). Mängden former och subgrupper av incels det finns belyser individers tendens att röra sig mellan olika grupper som erbjuder vad man behöver och upplever att andra grupper saknar (Cohen, 1955). Dessa subgrupper kan vara allt från hardcore incels till löst relaterade till incelosfären vilket ibland gör dem svåra att urskilja. Eftersom många av dessa grupper överlappar på en eller flera punkter blöder därför former av incelmedia och incelliknande media ut på konventionella sociala medier och kan vara svårt att urskilja (Andersen, 2022). Dessa tamare varianter av incels eller incel-angränsande är ofta vad som blir inkörsporten för nya medlemmar.

## 5.2 Gymcellen och 'the black pill'

Gymcellen är i grund och botten en konventionell incel, aspekterna som präglar denna är samma svårigheter att finna och etablera romantiska och sexuella relationer. Tanken är att gymcels syftar på att hantera detta genom rigorösa träningsprogram. Internt menar man att detta endast är en s.k. 'coping mechanism' eller 'cope' som det oftare kallas. Att träna anses internt som ett desperat försök att överkomma dessa svårigheter men framförallt ses det som en mekanism för att hantera den stress, ångest och missnöjet att vara en incel innebär. På platser som incelforum är det inte därför sällan gymcels hänvisas till av andra som 'copecels'. I en forumtråd om gymcels uttrycker en användare följande:

“This gym maxxng is a good cope but only if you are not doing it to try to ascend delusion maxxng is rarely ever good.”

- respons till ett inlägg på en tråd om gymcels

På många trådar uttrycker användare att looksmaxxing genom träning är lönlöst eftersom faktum som ett oattraktivt ansikte eller kort längd inte går att åtgärda genom träning. De flesta användare menar även att genetik är vad som väger tyngst och att man antingen har vad som krävs eller ej. Det man menar är att individer födda med vad man påstår är bättre gener, eller bara någon form av önskvärd attribut visar former av dominans gentemot individer som saknar dessa. På forum kallas detta för mogging och är en verbiefiering av AMOG (alpha male of the group). På en annan tråd om gymcels uttryckte en användare sitt missnöje genom följande inlägg:

“I used to go to gym for like 6 months and it was brutal af getting mogged by muscular tall chads all day, like i will never be as good as them. gym is truly the

chad's temple... this is how an incel looks like next to a gymmaxxed chad, look how this foid\* is looking at the chad\*\* while ignoring the gymcel.”

- första inlägget på en tråd om gymcels

\*ordet 'foid' kommer från sammansättningen av female och android och är en nedsättande term för kvinnor på incelforum.

\*\*se sida 16.

Gymcels blir som följd av denna dynamik intressanta eftersom dem ter sig en aning motsägelsefulla. För samtidigt som man menar att det är ouppnåeligt så görs ändå försök att bättra sina chanser. Centralt för många incels men främst gymcels är tanken om det ultimata s.k. pillret, den svåraste sanningen att svälja och tanken och konceptet att fysisk attraktivitet är den enda kriterien för en människas upplevda värde samt attraktivitet i samhället. I linje med termer som Blue- och Redpill så kallas detta för 'the Black pill'. Denna upplevda sanning går att bemöta på olika sätt, men främst i gymcellens fall looksmaxxing; försök till att efterlikna medias skildring av den idealistiska manliga kroppsbyggnaden (Wasniewska, 2020).

The black pill är långt ifrån en absolut objektiv sanning men innebär för många ett konkret samt enkelt svar på ett betydligt mer nyanserat problem. För i princip alla gymcels, självutnämnda eller ej, erkänner man att svårigheterna ofta har med självsäkerhet, självbild och social förmåga att göra snarare än utseende. På det nu privata forumet r/inceltears, ett forum dels ämnat för att göra narr av incels och dels som en plattform för att belysa hatiska inlägg av incels, menade man att den mer eller mindre nya subgruppen gymcels livnär sig på att unga män faller offer på grund av deras diverse osäkerheter (r/inceltears, 2018). Åsikterna kring gymcels internt och externt är kluvna, vissa, främst gymcels själva, hävdar att det är något positivt och att man till skillnad från andra former av cels försöker förbättra situationen man befinner sig i, av andra incels anses dem primärt som naiva och desperata.

“i don't think gymcels do it for foids tbh. working out and chasing hard to get pleasure is very good for avoiding depression and keeping high energy. it's also a good cope, can't think of the pussy you aren't getting while you're benching your bodyweight”

- respons till ett inlägg på en tråd om gymcels

“Correct. All else being equal, it's always better to be stronger and fitter, if you can help it. There's no excuse for being a lazy fuck.”

- respons till inlägg på samma tråd.

“cope”

- respons till inlägget ovan

Externt bör de påstådda positiva aspekterna bemötas med en grad av skepsis. Centrala aspekter av ideologin och koncepten som driver många unga män till att bli gymcels bottnar sig i olika former av misogynia teorier. Risken finns även att dessa försök till att bättra sig själv riskerar bli en självuppfyllande profetia då aspekter som social förmåga och bristande självsäkerhet fortfarande är ett problem för individen trots bättre fysisk hälsa och som följd är chanserna att finna den typen av relation man söker relativt oförändrad. Diskursen på gymcelforum stärker denna idé av offerskap och föreställningar om kvinnors påstådda ytlighet och fåfänga eftersom många förblir i samma position efter man tränat som de befann sig i innan de började. Det belyser än en gång hur paradoxala gymcels föreställningar är för samtidigt som försök genom rigorös träning görs så finns det trots detta en föreställning om en förutbestämd dikotomi där man antingen är en osäker s.k. ‘virgin’ en eller en självsäker Don Juan-liknande s.k. ‘Chad’ och att detta inte är något plastiskt.

Vidare ter sig detta problematiskt i den mån att incelkulturen förespråkar en invertering av könsnormer i det västerländska mainstreamsamhället. Samtidigt som aspekter och individer som är del av det externa normativa samhället ses på med förakt, sökes samtidigt olika former av validering från dessa (Cohen, 1955). Kvinnor är det tydligaste exemplet på detta, incels kom att bli allmänt kända på grund av sitt grova kvinnoförakt och misogynia värderingar, men samtidigt är deras uppmärksamhet och validering det medlemmar i incelosfären eftersträvar. För att rationalisera denna paradox skapar man dessa symboliska barriärer, teorier och begrepp som ‘mogging’, ‘chad’, ‘stacy’ och ‘alfa’ med flera för att förklara sin överlägsenhet samt varför man inte kan finna någon partner (Andersen, 2022). Incelosfären har sedan sin begynnelse på olika vis försök legitimera sin ståndpunkt och försökt kontra negativ kritik och försök att göra dem till åtlöje. Man har genom skapandet av olika plattformar, forum samt media i former av videor och memes försökt att skapa och hävda en viss rationell status, ett legitimt tillstånd och livssituation. Det är för alla former av incels en kamp för att rättfärdiga sitt missnöje, sin existens och sin rationalitet (Ibid., 2022).



### 5.3 Incelosfärens teorier och fackspråk

Centralt för delinkventa subgrupper och kulturer är just omkastningen normer och bruket av uppföranden som allmänt genererar förnedring, vanära och olika former av motstånd (Cohen, 1955:184). För att undvika eller minimera detta motstånd har som regel i princip alla subgrupper och kulturer på internet sina egna former av fackspråk, vanligast är egna begrepp, principer och framför allt interna skämt och humor. Dels fyller dessa funktioner som markörer för tillhörighet till gruppen; utan någon förståelse för begreppen och principernas innebörd blir diskussionerna som förs obegripliga och dels i fall av platser och grupper vars diskurs är populärt avvikande fungerar dessa som en skyddande barriär. I många fall kan dessa fackspråk ses som eller innehålla former av hundvisslor, d.v.s. sätt att föra kodad diskurs utan att provocera allmän kontrovers. Incelosfärens neologismer har likt falanger som den alternativa högern utvecklat ett fullskaligt kryptolekt på en anmärkningsvärt kort tid (Bogetić, 2022). Subkulturella lösningar till problem och svårigheter relaterade till status är enligt Cohen upprättandet av nya normer, kriterier och parametrar som gör deras egna egenskaper och karaktärsdrag önskvärda (1955). I incelosfärens fall blir detta en ny sociopolitiskt hierarki där relationer och tillgång till sex utgör en central punkt (Sugiura, 2021). Andersen uttrycker detta på följande vis:

“Chads and alpha males supposedly possess strength, charisma and authority that captivate women. Incels devalue these qualities by branding them as being required by women’s evolutionarily maladaptive and irrational sexual choices, which make them “choose men with the most sexually dimorphic traits such as cartoonishly large muscles and frame, with no selective attention paid to traits like loyalty or morality.””

- Andersen, 2022:10.

Begrepp som ‘chad’, ‘stacy’ och ‘simp’ har sina ursprung inom incelosfären men har kommit att prolifereras även utanför och blivit mer allmänt vedertagna. Bruket av begrepp som simp även om det brukas av någon som konventionellt anses vara utanför incelo- eller manofären har misogyn konnotationer och löper risk att normalisera aspekter av incelkultur. Motpolen till dessa är begreppen som ursprungligen kommer från externa communitys men som sedan kapats och kommit att bli centrala för incels. Det tydligaste exemplet på detta är pick-up artisters, eller PUA som dem kallas på incelforum, dominanshierarki. Denna hierarki brukar

sig av det grekiska alfabetet för att rangordna individers sexuella status och allmänna ställning. Högst upp finner man den s.k. alfan som tar sitt namn från den grekiska bokstaven  $\alpha$ . Alfa kan även refereras till som alfahanne (alpha male) eller AMOG ('Alpha Male/Males Of the Group'). Alfans motpol är den lågt ansedda och svaga betan som tar sitt namn från den grekiska bokstaven  $\beta$  och denna hierarki fortsätter ner till alfabetets sista bokstav omega som enligt incels anses vara den mest socialt exkluderade och deprimerade (Wasniewska, 2020:69). Hur hierarkin ser ut efter beta är dock något löst definierat och som inte ges allt för mycket uppmärksamhet, det är därför vanligast att alla som inte går att klassificera som alfa hänvisas till som beta. Mycket av det verkliga våld som kommit att utföras av incels hänvisas internt till som 'omega rage' (omega raseri) och anses utlösas av en absolut avsaknad av hopp om egen förmåga till bättring och framtidsutsikter vad gäller relationer (Ibid., 2020:70).

Sigma,  $\sigma$ , är idag den av dessa indelningar som får mest uppmärksamhet på internet, både inom och utanför incelforum. Sigma och dess innebörd samt klassificering myntades 2010 av Theodore Beale, mer känd under sitt internet alias Vox Day. Days sociala hierarki kom att skilja sig från den konventionella på flera vis, exempelvis definierade han betas och deltas som något mer urvattnade alfas, snarare än fullkomligt socialt och relationellt oförmögna. Han definierade sigma på sin personliga blogg som en analog till alfan, en jämställd individ vad gäller hierarkisk rang men som finner sig själv utanför själva hierarkin. Om alfan är flockens ledare så är sigman, enligt Day, ensamvargen (2010). Sigman bör, enligt Day, ses som högt självständig samt oberoende och behöver olikt alfan inte någon form av social validering från andra, och centralt då 'flocken'. Sigman är socialt kunnig och har inga svårigheter att finna partners men är i någon grad alltid frånvarande, alltid något avskild från dem runt omkring. Alfa ser kvinnor som objekt för fysisk och psykisk tillfredsställelse medan sigman beskrivs som mer föraktfull gentemot kvinnor (Ibid., 2010). Enligt Day är sigman en utmaning till den traditionella hierarkin och dess normer men externt har den bemötts som ett medel för att försöka validera tankar om ens egen överlägsenhet.

#### 5.4 Patrick Bateman

Days nya sociala hierarki med Sigma som det centrala konceptet kom omgående att göras till åtlöje online. Kring 2021 kom detta åtlöje att bli så pass utbrett att termen blev känd utanför forumen som diskursen tidigare hade varit begränsad till. Detta åtlöje kom dock att innebära en markant ökning av begreppets bruk, och genom statistiska databaser som Google Trends

kan man tydligt se denna ökning (2023 a). Även om majoriteten av termens bruk vid denna punkt oftast var sarkastiskt eller gjorde narr av det innebar det fortfarande en spridning av begreppet. Sigma kom dock, likt många andra termer, begrepp och idéer på internet, att bli postironiskt, det vill säga en slags återgång från faktiskt ironi till allvar. För samtidigt som bruket av sigma på sociala medieplattformar som instagram, twitter och tiktok var i princip exklusivt humoristiskt i natur kom även allt fler att mer uppriktigt resonera med den ursprungliga definitionen. Detta bruk av humor är samma radikaliseringsmetod som var central i alt-right pipelinen på Youtube kring 2017-2018. Komedi och memes blev centrala verktyg för att försöka göra motståndare till åtlöje men även för att göra åsikterna man presenterade mer lättillgängliga och upplevas som mindre kontroversiella än de i själva verket var. Memes spreds till olika hörn av internet och allt fler alt-right-personligheter kom att få drastiskt ökad popularitet, så som Steven Crowder, Ben Shapiro och Jordan Peterson som själv kom att radikaliserats under denna tid (Evans, 2018). Det tydligaste exemplet på detta har kommit att bli den ofantliga populariteten av Bret Easton Ellis huvudkaraktär i filmen 'American Psycho': Patrick Bateman. För likt Days, vid denna punkt decennium gamla, begrepp fick söktermen "Patrick Bateman" ett massivt uppsving i samband med sigmas ökade söktrafik 2021 (Google Trends, 2023 b). I filmen American Psycho porträtteras Bateman som en ytterst framgångsrik affärsman vars yttre döljer ett besvärat och fränkopplat inre. Han är emotionellt frånvarande och apatisk till sexuella övergrepp och våld. Genom sin likgiltighet lyckas han manipulera människor omkring sig för sin egen vinning. Vidare bär han ett stort förakt gentemot allt som inte innefattar det traditionellt maskulina, det vill säga kvinnor eller homosexuella män m.fl., ett tydligt exempel på hypermaskulinitet (Franklin, 2004). Genom dessa definitioner stämmer han in på många av aspekterna som definierar Days sigma. Bateman är ett förkroppsligande av sigmas huvuddrag. Men trots klara paralleller till incelsfärens värderingar så förekommer det punkter för friktion. För väsentligt att poängtera är att internt på incelforum som Incels.is är den mest allmänt förekommande åsikten i dagsläget att gymcels, sigma och dyrkan av Patrick Bateman m.fl. inte är något önskvärt. De flesta trådar menar att det är 'normies' som håller dessa värderingar snarare än riktiga incels.

“Exactly, despite him being a sociopath, normies love his character just because he was a chad. If a movie was made about an incel brutally murdering other people, everyone would see the incel main character as the villain, that’s if such a movie didn’t get banned by the government in the first place.”

- respons till ett inlägg om Patrick Bateman

Normies inom incelkretsar, men även på internet i allmänhet, syftar på individer som i någon grad är utomstående, okunniga och allra främst inte renodlade. Termen är negativ och ett ytterligare samt väldigt bokstavligt exempel på Cohens teorier om hur specifika normer är något negativt för delinkventa subgrupper (Cohen, 1955:28). Detta belyser en central punkt för gymcels och sigma, för trots att kärnan av vad som utgör dessa är samma som incels, ses dem inte som något renodlat utan snarare något mer normaliserat och framför allt något separat från “riktiga” incels enligt forumtrådar. Den mer ‘renodlade’ incellen har gjort distinktionen att gymcels är ett distinkt annat snarare än gymcelsen själva. Ett gemensamt namn, gemensam identifikation och, här centralt, gemensam status är vad som är centralt för gruppidentifikationen (Ibid., 1955:76). Detta är något som utmanas genom det starkt kontrasterande tillvägagångssätt som gymcels har gentemot konventionella incels och kan vara en källa för upplevd separation och animositet.

## 5.5 Tiktok som plattform och grogrund

Tiktok som applikation och social medieplattform tillkom 2016, då under namnet Musical.ly. 2017 förvärvade Beijing Bytedance plattformen och bytte namnet till Tiktok.

Uppskattningsvis har plattformen omkring 830 miljoner användare år 2023 (Insider, 2023). Plattformen bygger primärt på skapandet och delandet av korta videor, oftast under en minut långa och brukar sig av ett ändlöst flöde likt plattformar som Facebook. I relation till Tiktoks massiva nummer vad gäller antal användare så har relativt lite forskning gjorts kring plattformen och de sociologiska samt psykologiska effekter plattformen har. I Kina är 81,68 procent av användarbasen under 35 och 32,5 procent av användarbasen i USA är 19 år eller yngre. Bland den forskning som har gjorts finns det starka belägg som Tiktok som en extremt effektiv plattform för att förmedla information men detta innebär även stora risker vad gäller misinformation (Montag, et al., 2021). I en studie från 2022 identifierade man inlägg på Tiktok som spred medicinsk information kring pediatrik. Utav dessa utgjordes närmare 45 procent av individer som har någon form av professionellt medicinsk yrke, resterande var antingen lekmän, patienter eller på något vis relaterade till patienter. Trots detta hade enbart

22,2 procent av inläggen information som enligt riktlinjer från EAU (European Association of Urology) som kunde anses korrekt eller duglig. Följande 11,1 procent av inläggen innehöll i varierande grad delvis korrekt samt inkorrekt information och resterande 66,7 procent innehöll endast mis- eller desinformation (O’Sullivan, et al., 2022).

Från Tiktoks egna statistiska databas kan man se statistik från så sent som de senaste fyra månaderna. Antalet visningar för inlägg taggade ‘gymcel’ globalt är relativt få, endast 455 tusen de senaste 120 dagarna. Däremot finner vi även att inlägg taggade med ‘sigma’ hade visats över 30 miljarder gånger och det något mer nischade hashtaget ‘sigma male’ med 2 miljarder visningar (Tiktok, 2023). Intresset för Sigma på Tiktok vare sig ironiskt, postironiskt eller helhjärtat är stort och obestridligt. Här finner vi även att vid tidpunkten detta skrevs hade inlägg som var taggade med ‘gym’ sammanlagt 65 miljarder visningar från de senaste 120 dagarna, ‘fitness’ 45 miljarder och ‘gym motivation’ 13 miljarder. Self improvement och fitness är enormt populära kategorier på sociala medier, inte enbart på Tiktok och data från 2021 visar att träning på sociala medier är en mångmiljonindustri (Currys, 2021). Intresset för träning och diverse praktiker för att förändra sitt utseende på sociala medier är brett och det finns många belägg för att sociala medier konsekvent och formligen skapar negativa associationer vad gäller kroppsuppfattning. Vidare är dessa associationer något som stärks över tid och genom ökad exponering (Fardouly & Vartanian, 2016). Plattformar där flödet har potentialen att visa exponentiellt mer av detta och genom ett ändlöst flöde så som Tiktok utgör därmed en enorm risk. Utöver vanlig komparation av ens egna och medias porträttering av kroppsideal förekommer även andra mer explicit påtvinganden av kroppsideal genom olika former av mobbning eller verbala påhopp (Liu, 2021). Tiktok kan genom en rad olika algoritmer skraddarsy flödet efter användaren och det krävs relativt lite tid på plattformen för att flödet ska anpassas efter inläggen man har engagerad med mest. Mängden data kring detta är begränsad i fallet av Tiktok men det finns tydliga belägg för att sociala medier är starkt bidragande till olika former av polarisering (Kubin & Sikorski, 2021). Det förekommer en rad belägg kring the psykologiska samt sociala effekterna sociala medier har på individer, och på en plattform som Tiktok där användarbasen är genomsnittligt yngre än på andra plattformar utgör dessa ökad risk vad gäller polarisering, mis- samt desinformation och främst påverkbarhet (Luna, 2021).

## 6. Slutsats

Sammanfattningsvis är gymcels, och påföljande sigma, en väldigt distinkt utlöpare från incels och som ter sig till ytan väldigt annorlunda från sitt ursprung eftersom dem behöver det för att överleva och frodas på sociala medier. Den konventionella incellen har genomgått flera olika stadier, från uppkomst, tillväxt och allmän kännedom till motreaktion och stigmatisering. Gymcels och sigma blev det nya fräscha ansiktet som utnyttjar sociala mediernas och unga människors besatthet med fitness och träning. För till ytan kan en gymcel vara svår att urskilja från den som enbart uppskattar träning. Man kan bortförklara anklagelser om kvinnoförakt eller konspirationer genom att hävda att det handlar om kroppsförbättring och råd för att leva ett bättre liv. Men samtidigt som kroppsförbättring är den mest centrala aspekten så bör detta inte förvirras eller likställas med kroppspositivitet eller ens tillfredsställelse med en genomsnittlig fysik. För gymcellen handlar det inte om att enbart vara maskulin eller genomsnittlig, det handlar om att maximera och dra det till sin spets, ta det maskulina och göra det hypermaskulint. Gymcel och Sigma har kunnat frodas för att de på många sätt har blivit utbytbara, som olika jobbtitlar med samma arbetsuppgifter, eller som en viss kostym som är bättre lämpad i vissa sammanhang än andra.

Ser man till Tiktoks statistik blir det tydligt att populariteten mellan inlägg taggade 'gymcel' eller någon form av detta är avsevärt mindre populära än inlägg som taggade med någon form av 'sigma'. Innehållet av samtliga överlappar i högre utsträckning än inte och är mer eller mindre utbytbara. Sigma upplevs som mer distanserat från incels än gymcels även om dem i praktiken har kommit att innebära i princip samma sak. Att offentligt benämna sig själv som någon form av cel innebär en rad reaktioner socialt; främst och nästan exklusivt negativa sådana. Samtidigt genererar man samma reaktion på incelforum om man benämner sig själv som gymcel eller sigma. Att denna ideologi har valt att bruka sig av ett begrepp som externt är insvept i lager av ironi och postironi för att bemärka sig själv är ingen slump och inte heller något nytt. Liknande praktiker brukas gång på gång av kontroversiella och problematiska falanger och subgrupper på internet som väljer att använda vaga, otydliga och till synes helt orelaterade begrepp för att gå obemärkta förbi. Allt fler människor online har någon sorts vetskap och föreställning kring vad en incel innebär, allt färre vad gäller gymcels så om man ytterligare separerar denna från sig själv genom att förklä den vidare blir den för många omöjlig att anknyta till sitt ursprung. Väl separerad från sitt socialt lågt ansedda ursprung blir sigma för unga män inget mer än en humoristisk kategori av tiktoks som belyser känslor av

fysisk och emotionell otillräcklighet och beskyller dessa på en rad misogynna teorier om dagens samhälle och rollerna män och kvinnor idag har i det.

Vid fortsatt analys av innehållet av dessa videor på Tiktok så ser vi ytterligare ett problem. Den ökande populariteten av Bret Easton Ellises Patrick Bateman belyser främst två saker: dels en fortsatt normalisering av misogynna världsbilder inom vissa hörn av internet och dels den stora samt ökande problematiken med medieanalfabetism. Känslorna av otillräcklighet hos unga män har onekligen ökat, incelosfären och den alternativa högern är ett bevis på detta. Tvivelaktiga uttalanden online och då främst på Tiktok ter sig mer problematiska då en stor del av plattformens användare, främst på grund av ålder, har bristande förmågor vad gäller urskiljandet av saklig information och mis- samt desinformation. Vidare feltolkas centrala aspekter av media som sprids på grund av medieanalfabetism. En mer mångfacetterad värld där traditionella könsnormer luckras upp innebär att tidigare rigida normer och roller utmanas. En mer plastisk verklighet ställer ett större krav på att kunna orientera sig bland den information som förekommer, något som inte är helt självklart.

I fallet av gymcels och incels är utmaningen att rättfärdiga en världsorder som blir allt mer avvecklad. Behovet av män som familjeförsörjare är i allt fler delar av västvärlden borta och som följd förväntas andra mer individualistiska förmågor av män som saknar ett facit grundat i tradition. Det incelkulturen och den nya högern belyser är en längtan att återgå till en punkt av tydliga normer och fasta punkter, där ens roll är klart angiven och behovet för spekulation är liten. Att försöka begripa sig på en värld där de tidigare ramverken i varierande grad håller på att försvinna är en stor utmaning. Mängden avhandlingar som berör svårigheterna med att navigera sig i ett postmodernt samhälle är otaliga och ett bevis på att detta är ett allmänt problem som sträcker sig långt bortom incelosfären. Incels väljer att bemöta denna nya verklighet på olika vis, några väljer att LDAR, lay down and rot, d.v.s. ge upp och andra väljer att genom våld göra protest. Gymcels väljer att helhjärtat omfamna det, enligt dem, traditionellt maskulina. Gymcels och Sigmas som vi nu kan konstatera har kommit att i princip innebära samma sak är ett hypermaskulint motstånd till den sociala postmoderniteten. En protest där man genom omfamnandet och främjandet av fysisk styrka, aggression, manlig sexualitet, våld och fara vill förhindra denna definitionen av maskulinitet från att utmanas och dö ut. Denna hypermaskulinitet innebär en rad konsekvenser, men främst ett förakt mot allt olikt den själv. Det som inte faller under hypermaskulinitetens definition anses svagt och ej önskvärt. Sexuell aggression och olika former av hat mot kvinnor blir en oundviklig följd,

detsamma gäller bland annat män som uppfattas som homosexuella eller i andra liknande avseenden avvikande. Tiktok blev den perfekta plattformen för denna ideologi att spridas. Ett hav av unga män som är rädda för eller har blivit avvisade, som känner sig osäkra på sin roll och plats i samhället och som känner sig berövade på de möjligheter de upplever att män tidigare haft. Med hjälp av algoritmer som är ämnade för att hålla användarens uppmärksamhet så länge som möjligt resulterar det i ett flöde som användaren kommer att engagera mest med och som i slutändan är helt uteslutande information som förstärker dennes världssyn. Likt hur Youtube gav unga män en inkörsport till vad som kom att kallas för the alt-right pipeline som innebar en ökad popularitet för individer som Milo Yiannopoulos, Gavin McInnes, Ben Shapiro, Steven Crowder, Candace Owens och Jordan Peterson m.fl. så har Tiktok genom sina algoritmer gett gymcels missnöje en plattform att gro på. Tiktok har den största andelen unga användare av alla sociala medier och flöden som uppdateras och matas snabbare än på någon annan plattform. Mängden data och information den genomsnittliga användaren tar del av är enorm och som tidigare nämnt förekommer en hög grad mis- och desinformation som ej faktakontrolleras eller granskas. Gymcelmedia har kunnat spridas och få popularitet på Tiktok för att den är så tätt sammanflätad med andra former av media som sprids på plattformen som humor, satir, ironi och allra främst fitness samt träning. Vad en sigma är och innebär är för många på plattformen till en början oklart och flera grader separerat från sitt ursprung, de flesta vet inte vad det innebär och gör inte detta fullt förrän de är del av den gemenskapen vid vilken punkt det är för sent. Unga män faller offer för denna media eftersom den gör anspel på svårigheter och osäkerheter många unga män känner och brukar sig samtidigt av ett språk och humor som är alldagligt och bekant för ungdomar på internet.

Ideologin och värderingarna som utgör vad det innebär att vara en gymcel har alltså haft de absolut bästa förutsättningarna för att frodas på Tiktok. I en tid av osäkerhet anspelar den på unga mäns rädsla och ångest och paketerar sina värderingar som hälsosam motivation till fysisk självförbättring.



## Referenser:

Alt.support.shyness. (u.å.). <https://groups.google.com/g/alt.support.shyness>

Andersen, J. C. (2022). The Symbolic Boundary Work of Incels: Subcultural Negotiation of Meaning and Identity Online. *Deviant Behavior*, 1-21.

<https://doi.org/10.1080/01639625.2022.2142864>

Auerbach C. F., & Silverstein L. B. (2003). *Qualitative data: An introduction to coding and analysis*. New York University Press. 202 s.

Baker, P. (2016). The woman who accidentally started the incel movement. *Elle*. Mars.

<https://www.elle.com/culture/news/a34512/woman-who-startedincel-movement/> (Hämtad: 2023-03-25)

Banier, M. l'abbé, A. (1739). *The Mythology and Fables of the Ancients, Explain'd from History*, Volume 3. London: Andrew Millar. 545 s.

Bogetić, K. (2022). Race and the language of incels: Figurative neologisms in an emerging English cryptolect. *English Today*, 1-11. <https://doi.org/10.1017/S0266078422000153>

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Cannito, M., & Camoletto, R., F. (2022). The Rules of Attraction: An Empirical Critique of Pseudoscientific Theories about Sex in the Manosphere. *Sexes*, 3(4), 593-607.

<https://doi.org/10.3390/sexes3040043>

Cohen, A. K. (1955). *Delinquent boys; The culture of the gang*. New York: Free Press. 194 s.

Cottee, S. (2020). Incel (E) motives: Resentment, shame and revenge. *Studies in Conflict & Terrorism*, 44(2), 93-114. <https://doi.org/10.1080/1057610X.2020.1822589>

Currys Tech Talk. (2021). The rise of the health and fitness influencers.  
<https://techtalk.currys.co.uk/gadgets/fitness-smart-watches/health-and-fitness-influencers/>  
(Hämtad: 2023-04-19)

Day, V. (2010). Explaining sigma. Again. Vox Popoli. 26 maj.  
<https://web.archive.org/web/20100530062519/http://voxday.blogspot.com/2010/05/explainin-g-sigma-again.html> (Hämtad: 2023-04-18).

Donnelly, D., Burgess, E., Anderson, S., Davis, R., & Dillard, J. (2001). Involuntary celibacy: A life course analysis. *Journal of Sex Research*, 38(2), 159–169.  
<https://doi.org/10.1080/00224490109552083>

Evans, R. (2019). From Memes to Infowars: How 75 Fascist Activists Were “Red-Pilled”.  
Bellingcat. 11 oktober.  
<https://www.bellingcat.com/news/americas/2018/10/11/memes-infowars-75-fascist-activists-red-pilled/> (Hämtad: 2023-04-25).

Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 9, 1–5.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005>

Franklin, K. (2013). Masculinity, status and power: Implicit messages in Western media discourse on high-profile multiple perpetrator rape cases. I M.A.H. Horvath & J. Woodhams (Eds.), *Handbook on the study of multiple perpetrator rape: A multi-disciplinary response to an international problem* (pp. 37–66). Abingdon, Oxford: Routledge.

Franzke, A., S., Bechmann, A., Zimmer, M., Ess, C., & the Association of Internet Researchers. (2020). *Internet Research: Ethical Guidelines 3.0*.  
<https://aoir.org/reports/ethics3.pdf>

Google Trends (a). (2023).  
<https://trends.google.com/trends/explore?date=all&q=sigma%20grindset&hl=sv> (Hämtad: 2023-04-25).

Google Trends (b). (2023).

<https://trends.google.com/trends/explore?date=all&q=patrick%20bateman&hl=sv> (Hämtad: 2023-04-25).

Hayes, N. (2000). *Doing psychological research*. Buckingham: Open university press. 411 s.

Incels Wiki. (u.å.). [https://incels.wiki/w/Main\\_Page](https://incels.wiki/w/Main_Page) (Hämtad: 2023-03-10)

Jacobsen, D. (2017). *Hur genomför man undersökningar? :introduktion till samhällsvetenskapliga metoder*. Lund: Studentlitteratur. 272 s.

Krakowski, S. (2021). *Incel: Om ofrivilligt celibat och en mansroll i kris*. Stockholm: Bazar Förlag. 220 s.

Kubin, E., & von Sikorski, C. (2021). The role of (social) media in political polarization: A systematic review. *Annals of the International Communication Association*, 45(3), 188–206. <https://doi.org/10.1080/23808985.2021.1976070>

Liu, J. (2021). The influence of the body image presented through TikTok trend-videos and its possible reasons. In *Proceedings of the 2nd International Conference on Language, Art and Cultural Exchange (ICLACE 2021)*, Dali, China, 21–23 May 2021; pp. 359–363. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210609.072>

Luna, R. (2021). *‘Impact of Social Media on Youth’*. Doktorsavhandling, California State University, Northridge.

Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the Psychology of TikTok Use: A First Glimpse From Empirical Findings. *Front. Public Health* 9:641673. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.641673>

O’Malley, R. L., Holt, K., & Holt, T. J. (2022). An Exploration of the Involuntary Celibate (Incel) Subculture Online. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(7–8), NP4981–NP5008. <https://doi.org/10.1177/0886260520959625>

O'Sullivan, N. J., Nason, G., Manecksha, R. P., & O'Kelly, F. (2022). The unintentional spread of misinformation on 'TikTok'; A paediatric urological perspective. *Journal of Pediatric Urology*, 18(3), 371-375. <https://doi.org/10.1016/j.jpurol.2022.03.001>

r/inceltears. (2018). <https://www.reddit.com/r/IncelTears/> (Hämtad: 2023-03-04)

Sugiura, Lisa. 2021. *The Incel Rebellion: The Rise of the Manosphere and the Virtual War Against Women*. Bingley: Emerald Publishing. 145 s.

Tiktok Creative Center. (2023).

<https://ads.tiktok.com/business/creativecenter/inspiration/popular/hashtag/pc/en> (Hämtad: 2023-04-11).

TikTok users worldwide (2020-2025). (2023). Insider Intelligence.

<https://www.insiderintelligence.com/charts/global-tiktok-user-stats/> (Hämtad: 2023-04-11)

Townsend, L., Wallace, C. (2017). "The Ethics of Using Social Media Data in Research: A New Framework", Woodfield, K. (Ed.) *The Ethics of Online Research (Advances in Research Ethics and Integrity, Vol. 2)*, Emerald Publishing Limited, Bingley, pp. 189-207.

<https://doi.org/10.1108/S2398-601820180000002008>

Trapnell, P. D., Meston, C. M., & Gorzalka, B. B. (1997). Spectatoring and the relationship between body image and sexual experience: Self-focus or self-valence? *Journal of Sex Research*, 34(3), 267–278. <https://doi.org/10.1080/00224499709551893>

Waśniewska, M. (2020). The Red Pill, Unicorns and White Knights: Cultural Symbolism and Conceptual Metaphor in the Slang of Online Incel Communities. In:

Lewandowska-Tomaszczyk, B. (eds) *Cultural Conceptualizations in Language and Communication. Second Language Learning and Teaching*. Cham: Springer. 311 s.

[https://doi.org/10.1007/978-3-030-42734-4\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-030-42734-4_4)