

---

KIRSI BROSTRÖM

# Mat på liv och död

## – en studie i kvinnokroppens problematik

*"When I look myself in the mirror I see that there's nothing wrong with me – now! Sometimes I even think I'm beautiful. I don't know why this began to change[...] I had always been trying to make my body have the right shape so that I could fit into clothes. But then I started to look at myself in the mirror. Before that I had always looked at parts of myself. The hips were too flabby, the thighs were too fat. Now I began to see myself as a whole. I stopped hearing my mother's voice, asking me if I was going to go on a diet. I just looked at what was really there instead of what should have been there. What was wrong with it? I asked myself. And little by little I stopped disliking my body"*

I dag har många kvinnor liknande svårigheter som den anonyma kvinnan i Kim Chernins bok *"The Obsession"*. Det är svårt för kvinnorna att acceptera sin egen kropp och den bild de ser i spegeln. Oftast motsvarar spegelbilden inte det kvinnlighetsideal som damtidskrifter och annan media har skapat. Kvinnan förutsätts vara smal oberoende av ålder eller den naturliga kroppsbyggnaden.

I de västerländska samhällena har kvinnor redan länge haft en alldeles speciell relation till maten. Maten är mycket mera än bara näring, den är samtidigt både substans och symbol. Alltsedan våra första dagar i livet är maten intimt sammankopplad med känslor och upplevelser. Vårt förhållande till maten är inte på något sätt enkelt eller oskyldigt, utan består av flera komplicerade element. Kvaliteten och kvantiteten av den

mat som människan intar bestäms inte endast av biologiska faktorer, utan påverkas också starkt av kulturella, sociala, köns- mässiga och psykologiska faktorer. Det är i stort sett samhället och kanske t.o.m. könet som bestämmer hur och hurdan mat vi äter. Både matvanor och (kvinno)kropp är i dag sociokulturellt definierade företeelser som förändras från kultur till kultur.

Påståendet att kvinnan inte längre trivs i sin egen kropp kommer tydligt fram i Chernins citat och är ett problem som jag redan länge har varit intresserad av. Ibland känns det för mig som om hela kvinnosläktet har drabbats av något slags kollektivt illamående som ansluter sig till "den heliga trefaldigheten" dvs. kroppen, maten och det nutida kvinnlighetsidealet. Alla tre begrepp har något med varandra att göra och är också

beroende av varandra. Det mentala påverkar det kroppsliga och tvärtom. Från att ha varit en självklarhet har maten blivit ett problematiskt och känsligt ämne för allt flera kvinnor. Många kvinnor upplever kanske i dag att hela deras liv styrs av mat och ätande.

Alla dessa problem och frågeställningar resulterade så småningom i en avhandling pro gradu i nordisk etnologi som blev färdig i december 1999. Jag ville främst undersöka kvinnans kropp och kvinnlighetsideal i det nutida samhället och ge en överblick av de problem som anknyter sig till kvinnokroppen och till kvinnans upplevelse av sin egen kropp. Många, om inte de flesta, av dessa problem har sitt ursprung i maten, och därför blev maten, kosthållet och ätandet en väsentlig del av avhandlingen. Maten blev den etnologiska linsen genom vilken jag betraktade kvinnornas förhållande till sina kroppar.

### **Mat och identitet**

Jag baserade avhandlingen på ett antagande att vår könsidentitet och vår upplevelse av vår egen kropp delvis byggs upp med hjälp av mat och ätande. Tänk bara på bantaren som med hjälp av nya kostvanor gör om sin kropp och samtidigt omformar sin identitet. Kroppsstorleken och identiteten står i nära samband med varandra och är enligt min åsikt oskiljbara. Kroppen och dess storlek påverkar både kvinnornas och männens identitet och självbild. Även små barn är väl medvetna om sin kroppsstorlek och bygger upp sin identitet genom den respons som de får av omgivningen. Maten måste uppfattas dels som näring och substans, dels som symbol som står för mycket mera än bara den konkreta näringen, maten. Samtidigt som maten har oersättliga näringsmässiga egenskaper har den även ett starkt symbolvärde. Den norska sociologen Elisabeth Fürst

påstår att maten kan läsas som ett språk och att matens språk berättar mycket om identitet och könsskillnader. Därtill hävdar hon att vårt förhållande till maten är djupt förankrat till könet; könet bestämmer hurdan vår relation till maten är.<sup>2</sup>

### **Frågelistan och materialinsamlingen**

Avhandlingen baserade sig i stort sett på litteraturstudier och på frågelistmaterial som jag samlade ihop under våren 1999. Frågelistmaterialet bestod i sin helhet av 59 skriftliga svar av olika kvantitet, allt från några enstaka rader upp till 10-15 sidor. Största delen av informanterna är studerande vid Åbo Akademi. Majoriteten av informanterna är kvinnliga studerande, men jag tog för jämförelsens skull med även några manliga informanter. Kvinnorna och det fåtal män som beskrivs i avhandlingen hör alla till generationerna födda efter andra världskriget. De flesta informanter är födda på 1970-talet. Därtill finns det några få informanter som är födda på 1940-, 1950- och 1960-talen, men de utgör en minoritet. Jag vill inte påstå att äldre kvinnor skulle vara utan problem när det gäller deras kropps bild och förhållandet till maten, men problem är antagligen allmännare bland litet yngre kvinnor. Jag gör ingen skillnad mellan olika socialgrupper, utan kvinnorna behandlades främst som representanter för sitt kön, inte som representanter för en viss klass. Tilläggas måste också att jag vet endast ytterst litet om informanternas bakgrund generellt, avsikten var ju att få reda på deras tankar och upplevelser i fråga om de teman jag intresserade mig för.

### **Kvinnlighetsideal vs. kvinnoperspektiv**

Eftersom jag hade för avsikt att närma mig kvinnorna ur två olika synvinklar, både ur samhällets synvinkel och ur kvinnornas egen

synvinkel, behövdes det en teori som effektivt och smidigt kunde kombinera de här olika synsätten. Jag valde till slut en tankemodell eller -struktur ur Lissie Åströms bok *"I kvinnoled"*, en modell som hon själv kallar för en medvetandeprocess. Denna process handlar om två olika begrepp, nämligen *objektiv* och *subjektiv* verklighet dvs. här kvinnlighet.<sup>3</sup> Åström bygger sin tankemodell på Edwin Ardeners begreppssystem, som i sin tur bygger på föreställningen om processer mellan olika nivåer i människans medvetande. Ardener hävdar, att dessa olika processer sker på ett principiellt olikartat sätt hos medlemmar i dominanta respektive icke-dominanta kulturer.<sup>4</sup> Åström tillämpar hans resonemang på kvinnors kulturskapande och erfarenheter. Hon kommer till slutsatsen, att eftersom kvinnorna i stort sett är i en svagare position än män i samhället, är det i allmänhet männens definition av verkligheten som gäller som den allmänt vedertagna och som ingriper även en kulturell bestämning av kvinnorollen. Åström skriver vidare:

*"Kvinnors möjlighet att låta sina kvinnospecifika upplevelser och erfarenheter komma till uttryck i medvetna värderingar och konkreta handlingar blockeras av de 'färdiga' tolknings- och värdemönster som den manspräglade kulturen erbjuder. Det har blivit på så sätt en inkongruens mellan kvinnors intuitiva men otillräckligt klargjorda och erkända verklighetsuppfattning och deras medvetna, inlärdaföreställningsvärld."*<sup>5</sup>

Det är alltså männens världsbild som är dominerar och representerar ifrågavarande kulturs allmänt gällande verklighetsuppfattning. Enligt Åström är kvinnors bild av sig själva och världen anpassad efter och inpassad i den världsbild som männen har. Men det finns även en ytterligare världsbild eller föreställningsvärld som hör endast kvinnorna till. Denna föreställningsvärld grundar

sig på kvinnornas egna erfarenheter och är vag i sin utformning. Den här delen saknar också den dominanta, dvs. den manliga kulturens giltighetsstämpel.<sup>6</sup>

Shirley Ardener har vidareutvecklat Edwin Ardeners tankemodell,<sup>7</sup> och hon kallar kvinnors själv- och verklighetsbild för *femineity*. Hon särskiljer *femineity* från *femininity*, alltså från den del av kvinnornas världsbild som är definierad på manliga premisser. Enligt Shirley Ardener finns det inom *femineity*-området potential för ett alternativt, kvinnligt och framför allt medvetet kulturskapande. Åström har själv översatt de två ovannämnda termerna till kvinnoperspektiv (*femineity*) respektive kvinnlighetsideal (*femininity*). Både Ardeners och Åströms termer baserar sig på en analytisk uppdelning av föreställningar grundade på omedelbara erfarenheter respektive utifrån kommande färdiga, manliga verklighetstolkningar, idéer och ideal.<sup>8</sup>

### **Hur upplever kvinnorna sin egen kropp?**

I den här artikeln kommer jag främst att fokusera mig på kvinnornas upplevelse av sin egen kropp. Teman som omformandet av kroppen, trivseln med den egna kroppen och informanternas åsikt om kvinnoidealet i media diskuteras här på basen av frågelistmaterialet. I frågelistan ställde jag en direkt fråga *"Hur trivs du med din kropp?"*. Jag har använt svaren på denna fråga som utgångspunkt enligt vilket jag har delat in de kvinnliga informanterna i tre olika grupper. De tre grupperna är kvinnor som inte alls trivs med sin kropp (10%), kvinnor som ibland trivs och ibland inte trivs med sin kropp (65%) och till sist kvinnor som trivs bra med sin kropp (25%). Denna indelning kan betraktas som enbart riktgivande, en strikt gruppering kan naturligtvis inte göras. Viktigare än grupperingen, är orsakerna

bakom trivsel- respektive vantrivselkänslorna.

Att trivas med kroppen har inte så mycket med individens vikt att göra, utan det verkar vara helt andra faktorer som är bestämmande för kvinnornas trivsel respektive vantrivsel. I svaren kommer det tydligt fram att en underviktig människa kan vantrivas med sin kropp, medan en människa med övervikt åter kan trivas relativt bra med sin kropp. Resultatet berättar i stora drag att slankhet och förnöjsamhet inte direkt korrelerar med varandra. Frågan blir då, hur en alldeles normalviktig, relativt ung kvinna kan vantrivas med sin kropp och påstå att hon är för tjock och vill gå ner i vikten? Här kommer ofta fram samhällets avgörande roll i omformandet av de kvinnliga skönhetsidealen. Att vara normalviktig eller slank räcker inte längre till för den stora merparten, utan många kvinnor vill i stället vara magra dvs. underviktiga.

Det finns flera orsaker till varför informanterna inte är nöjda med sin kropp. Den allmännaste orsaken till vantrivseln är ofta det, att man har under sista tiden eller åren gått upp i vikt. Alla som hör till denna grupp är ense om, att om de skulle gå ner i vikt och få en fastare kropp, skulle de bättre trivas med sin kropp. Informanterna har beskrivit vantrivseln med sin kropp bl.a. på följande sätt:

*"Jag trivs för tillfället inte alls med min kropp. Den börjar svälla över alla bräddar och ser nergången och gammal ut. Hur jag trivs med min kropp beror litet på hur jag över lag trivs med mig själv, men de senaste åren har jag nog inte gillat den."*<sup>9</sup>

Den största gruppen, alltså den, där trivseln med kroppen varierar, förknippar variationen starkt med mängden intagen mat. Vad man har ätit och hur mycket man har ätit påverkar direkt trivseln. De kvinnliga

informanternas humör beror ofta på mängden av och kvaliteten på den mat de ätit. De känner sig nöjda om de äter litet och rätt sorts mat, men är missnöjda och på dåligt humör om de har ätit mycket och fel sorts mat. Detta är något som är väldigt intressant. Många informanter indelar maträtterna strikt i goda och onda. Av den goda dvs. fettsnåla maten får man äta passliga mängder utan att få ett dåligt samvete, men om man tar av den onda dvs. av den fetthaltiga maten, mår man både fysiskt och psykiskt dåligt. Detta har inte så mycket med själva matens mängd att göra, utan beror snarare på matens fettinnehåll. Av egen erfarenhet vet jag att många bantningskurer och dieter baserar sig på tanken att maträtter eller matingsredienser delas in i två eller flera grupper beronde på hur nyttiga dvs. tillåtna och onyttiga dvs. förbjudna de är. Av den nyttiga maten får man äta relativt fritt, men det rekommenderas att man inte äter av den onyttiga. Om man äter av den onyttiga dvs. feta maten, måste man genast kompensera det på något sätt, antingen med hjälp av motion eller med att äta mindre i framtiden. Detta leder till att ätandet går upp och ner, turvis äter man för mycket och svälter. Jag har själv upplevt detta som väldigt problematiskt, eftersom man genast får dåligt samvete hur litet man än äter av den förbjudna maträtten. Det blir svårt att njuta av någon extra, av en oskyldig godbit när man hela tiden känner att man gör något som egentligen är förbjudet. På det sättet görs maten till något tvetydigt. Det följande citatet är ett bra exempel på matens tudelning:

*"Mitt förhållande till maten är komplicerad. Jag vet att jag äter för mycket och äter fel, men jag kan inte låta bli. Som min kompis sa: 'Andra äter för att leva, men du lever för att äta'. Jag tänker ofta på mat och njuter av att äta gott fast jag sedan kan få ett väldigt dåligt samvete."*<sup>10</sup>

Också mängden motion påverkar trivseln. Om informanten inte har motionerat på en tid, kan hon känna sig fetare eller lösare än vanligt. Att ha en fullständig kontroll över sin kropp är viktigt för många kvinnor, man känner sig nöjd så länge som man kan kontrollera kroppen. Även självkänslan och humöret i allmänhet påverkar hur man trivs med sig själv. Några informanter skriver att de som yngre hade en dålig självkänsla och inte tyckte så mycket om sig själva, men nu när de är litet äldre, har de kommit överens med sig själv och med sin kropp. Under menstruationen är de flesta informanter missnöjda med sin kropp, de känner sig uppsvullna och för stora.

Kläder och det hur man klär sig är också viktiga faktorer för informanterna i fråga om trivseln med kroppen. Om man har snygga och välsittande kläder på sig, känns den egna kroppen bättre. En informant är också av den åsikten att om människor omkring henne är betydligt smalare än hon, känner hon sig fet, men om människor nära henne är större än hon, känner hon sig smal. Detta är intressant om man betänker den kvinnobild som media matar oss med. Omkring oss ser åtminstone jag för det mesta bilder på mycket slanka, nästan magra kvinnor. Jag anser att det är ingenting att undra över att många helt normalviktiga kvinnor känner sig feta och överviktiga. Kvinnlighetsidealet och kvinnoperspektivet sammanträffar inte. Ideal och verklighet är fortfarande två helt åtskilda perspektiv. Ändå tänker de flesta informanter positivt och medger att de endast sällan helt vantrivs med sin kropp:

*"Trivseln med min kropp varierar från dag till dag. Ibland kan jag tycka att min kropp är väldigt vacker, nästa dag kan den kännas som fet o. lös. I det långa loppet har jag nog ändå mer bra dagar o. jag blir aldrig deprimerad för min kropps skull."*<sup>11</sup>

I frågelistan bad jag kvinnorna att svara på frågan, vad de ser när de tittar sig själv i spegeln. Dessa svar berättar mycket om kvinnan ifråga och uttrycker också kvinnans allmänna hållning till sin kropp. De följande citaten får fungera som exempel på kvinnornas känslor i fråga om sin kropp. I spegeln ser mina informanter bl. a.:

*"Mig själv. Jag tycker om mig själv."*<sup>12</sup>

*"[...]Jen blek och svällande lös kropp som skriker efter sol och motion. Jag hatar speglar sedan min kropp börjat bli motbjudande att se på. Jag vill inte bli påmind om hur jag ser ut"*<sup>13</sup>

*"Ibland ser jag en bred bak och en stor mage. Men för det mesta ser jag en attraktiv ung kvinna med en snygg kropp."*<sup>14</sup>

*"I spegeln brukar finnas en tjej på 20 år, ovalt ansikte, A-kupa, Marilyn Monroe-mage och lärna som går i släkten. Men så får det vara, det är det som gör mig originell, eller?"*<sup>15</sup>

Det som är gemensamt för nästan alla informanter är åsikten om att man aldrig blir helt och hållet nöjd med sin kropp hur snygg den än skulle vara. Den blir aldrig så perfekt som man skulle vilja, det finns alltid någonting som man skulle vilja göra snyggare. Den hör liksom till människans natur, att hon aldrig är nöjd eller färdig med sig själv.

### **Den omformade kvinnokroppen**

Omformandet av kroppen verkar idag höra till de flesta kvinnors vardag, det finns knappast någon kvinna i dagens västerländska samhälle, som inte på något sätt skulle ha omformat eller åtminstone försökt omforma sin kropp eller sitt utseende. I dag är det enligt min åsikt just kroppen som har blivit det främsta objektet för omformandet; att

vara tillräckligt slank och att ändå ha former på vissa noggrant valda ställen är en kombination som många kvinnor verkar sträva efter. Ofta har idealkvinnan i massmedia och även i huvudet på oss blivit tillskriven onaturliga och totalt konstgjorda former, vare sig vi vill det eller inte. En konstgjord kropp och ett konstgjort ansikte hör i dag till vardagen bland många av dem som arbetar framför kameran. Det räcker inte längre att endast vara slank. Som en av mina informanter så slående beskriver:

*”En smal kvinna skall ha stora runda silikonbröst, en vit kvinna skall ha negerläppar, en vuxen kvinna skall ha en barnnäsa och trots långa ögonfransar och superlångt och tjockt hår på huvudet skall den övriga kvinnokroppen vara totalt silkeslen och hårfri. Detta om något är sjukt! Inte det att någon har en platt mage.”<sup>16</sup>*

Av alla mina kvinnliga informanter har totalt 75 % dvs. den stora majoriteten försökt i något skede av sitt liv omforma sin kropp, vilket betyder att de flesta inte är eller har varit helt nöjda med sin kropp eller rent av varit missnöjda med den. Hos mina informanter är de två vanligaste sätten att omforma kroppen bantning och motion. I fråga om motion verkar det vara så att de flesta kvinnor motionerar främst för att omforma sin kropp eller för att banta. Det är endast få informanter som säger att de motionerar för nöjets skull, och majoriteten av dem hör till den grupp som säger att de inte försöker omforma sin kropp. Informanterna nämner även andra metoder hur de har omformat sin kropp, bl. a. olika cellulitkrämer, fasta och torrborstning kommer fram i svaren. Dessa mera traditionella metoder räcker inte för alla, utan man vill pröva någonting helt annat. Tatuering och piercing nämns också som ett sätt att omforma kroppen. Här är det faktiskt fråga om ett direkt omformande och förändrande av kroppen. Infor-

manterna nämner också att tatueringen och piercingen är för dem ett medel att uttrycka sig själv och sin identitet.

Jag frågade informanterna vilka delar av deras kropp de skulle vilja förändra om de fritt fick välja och om de kunde tänka sig att använda kirurgiska metoder i omformandet av kroppen. Kvinnorna berättar att de vill bli slankare och fastare i allmänhet, ta bort extra fett och tillägga muskler i stället. Det finns även vissa sk. problemområden som ofta kommer fram i svaren. Speciellt vill informanterna omforma sin bak, mage, lår och bröst, ungefär i denna ordning. I den här frågan finns det enligt svaren litet skillnad mellan de olika åldersgrupperna. Kvinnor som är litet äldre, här vill det säga ungefär 28 år och mera, är ofta mera nöjda med sin kropp än sina yngre medsysstrar. Många av dessa kvinnor säger att de så småningom och med åren har börjat acceptera sin egen kropp med alla dess små skavanker. Yngre kvinnor är ofta osäkra i fråga om den egna kroppen, och detta avspeglas i, att man inte accepterar eller tycker om sin kropp. Dessa yngre kvinnor kan omforma sin kropp t. ex. för att få bättre självförtroende. När man har lärt sig att känna och tycka om sig själv, är det kanske lättare att även tycka om sin kropp:

*”[...]just nu skulle jag vilja hellre lära acceptera min kropp helt som den är än att börja tänka om skönhetsoperationer eller andra lätta lösningar.”<sup>17</sup>*

I fråga om skönhetsoperationer och andra kirurgiska medel i formandet av kropp och utseende var de flesta informanter ense: En stor majoritet var emot alla slags kirurgiska ingrepp utom då det gäller olycksfall. Detta är enligt min åsikt någonting typiskt just för den finländska mentaliteten. Man måste vara nöjd med det som man har och inte börja ändra på naturens gång. Många informanter är av den åsikten, att de inte

skulle må bättre av att betala för en ideal-kropp. Några informanter var också av den åsikten, att människor som använder kirurgi i omformandet av sitt utseende är mycket fåfänga och saknar sinne för viktigare saker i livet. Bland informanterna kommer det även fram en annorlunda grupp, nämligen de som när som helst kunde använda kirurgiska ingrepp. Det sades bl. a. att om kirurgiska ingrepp vore billigare och smärtfria, skulle man genast ta till plastikkirurgi. Bland denna grupp finns det också kvinnor, som säger att när de blir äldre, tänker de absolut göra t. ex. en ansiktslyftning eller låta operera bröstet om det bara finns behov.

Viktig är också frågan om *för vem* kvinnorna egentligen omformar sina kroppar? Förnuftigt tänkt borde det enda möjliga svaret vara att de gör det för sig själva, men så enkelt är det inte. För några informanter sker omformandet av helt egoistiska skäl, man tränar eller tar hand om sig själv för att må bra och för att det är roligt. När man tar hand om sig själv och tränar, blir man mer nöjd med sig själv och får också bättre självförtroende. Eller omvänt: Kvinnor med en bra självkänsla formar sina kroppar helt för sig själva om de överhuvudtaget gör det. Det verkar emellertid vara så att de flesta informanter omformar sin kropp för helt andra människor, främst för män. De vill se attraktiva ut i männens ögon och ge ett gott intryck.

*"Jag vet inte...nu när det finns sili-konbröst och ansiktslyft och vad som helst, kan man lätt tro att vissa kvinnor gör det för att rädda äktenskap, se yngre och mer attraktiva ut, att bli kompetenta? Män ja...det är väl dem det sist och slutligen handlar om?"<sup>18</sup>*

Men vet kvinnorna egentligen hurdana kvinnokroppar män gillar eller tror de bara att de vet? Kvinnornas bild stämmer kanske inte med verkligheten. Reklam och media visar upp en kvinnotyp, som har blivit en

förebild för många, både för män och för kvinnor. Egentligen omformar kvinnorna sina kroppar kanske för att nå den kvinnoform som de ser på alla reklamplanscher, den form som de tror är den enda godtagbara. Självklart är också att man vill se bra ut för omvärlden och bli accepterad. Samhället idag godkänner inte stora avvikelser från de rådande normerna i fråga om utseendet och kroppsstorleken. I svaren kommer det fram att kvinnorna omformar sina kroppar även för andra kvinnor. Man vill se lika bra ut som sina medsystrar och visa dem att man trivs med sig själv och att man hänger med i tiden och i modet.

### **Kvinnobilden i media**

När kvinnorna får uttala sig om kvinnoidealet inom media, tycker de flesta att idealet i dag är för smalt. I och för sig är det ingenting fel med att vara smal, det är ju bra att leva sunt och motionera, dessutom utgör en kraftig övervikt en hälsorisk. Informanterna kritiserar emellertid det faktum att den trådmala kvinnotypen oftast betraktas som den enda människovärdiga. Den normala eller smått runda kvinnotypen, den typ som de flesta kvinnor hör till, fattas nästan helt och hållet i reklamerna. Många informanter anser att det rådande idealet är närmast sjukt, en kvinnokropp är inte skapad att vara så slank som vissa modeller är. En del är naturligtvis slanka av naturen, men den allmänna opinionen bland mina informanter är, att de flesta inte kan vara så slanka och ändå friska.

Det påpekas också att om kvinnan är för mager, blir hennes hormonbalans störd. Det kan också hända att hon ständigt måste vara på bantningskur för att kunna behålla sin vikt, vilket är psykiskt stressande. Av svaren kommer det fram att det slanka idealet ger unga kvinnor en snedvriden bild och kan leda till hysterisk bantning och svält och kanske t.o.m. orsaka ätstörningar. Unga

flickor tror att pojkar vill ha dem trådsmla, vilket även en del pojkar har lärt sig att göra. Huvudsaken har blivit att kvinnan är smal, inte det att hon mår bra. Detta ideal är problematiskt speciellt för kvinnor vars kroppsbyggnad är mera atletisk och som har tunga ben och muskulös kropp, för de kan aldrig nå detta ideal. I det följande säger informanterna sin åsikt om medias kvinnlighetsideal:

*"Kvinnlighetsidealet är sjukt och falskt. Retucherade fotomontage står som ideal för tonåringar."*<sup>19</sup>

*"Jag upplever att det finns två ideal: Det man ser i media med alla trådsmla typer och ett annat hälsoideal. Det trådsmla mediaidealet är alldeles skrattretande[...] Jag lever enligt mitt hälsoideal -eller åtminstone försöker. Tyvärr tycks mediaidealet ha större inverkan än man kunde tro."*<sup>20</sup>

*"Dagens kvinnlighetsideal är ofta rent sagt vidrigt. Endera ska man vara ett vandrande skelett utan några som helst former eller så ska man pumpa i sig ett par silikonbollar på framsidan så man ser absurd ut."*<sup>21</sup>

Det märks att idealet gör kvinnorna arga, de känner sig ofta maktlösa inför det. Det är ju samhällets värderingar och normer som ligger bakom media, och informanterna tycks veta att dessa är svåra, om inte omöjliga att förändra. Som det ovan kommer fram, vet kvinnorna att idealet är falskt och konstgjort och att endast få kan nå det. Ändå försöker majoriteten leva upp till detta ideal utan att kanske någonsin lyckas.

Orsakerna till dagens kvinnlighetsideal spekulerades det flitigt om i svaren. Det smala kan vara idealet, eftersom det i dagens överflödssamhälle är mycket lättare att vara litet mullig och ha kött på benen än att hålla sig mager. Det slanka idealet kan enligt informanterna också bero på det, att

de risker som fetma kan föra med sig ofta kanske understryks för mycket i olika sammanhang. Kvinnor får en snedvriden syn på vad som är idealet i rädsla för att bli feta. Många informanter tycker att slanka kvinnor bär upp kläderna bättre och att kläderna sitter bättre på dem, men varför tycker de så? Det påpekas också i svaren att några med sin slankhet kanske vill visa att man inte skall bli en barnafödande hemmamamma, medan några har ett begär att kontrollera sin kropp, eftersom den är det enda som hon kan kontrollera i dagens samhälle. Endel informanter säger att fotomodeller ser ut som pojkar eftersom de flesta modeskapare själv är homosexuella. De älskar självklart inte speciellt mycket kvinnliga former och designar därför sina kläder åt långa och smala kvinnor med smala höfter. Även de följande orsakerna kommer fram i svaren:

*"Idealkvinnan är skapad av män för män, och det har ingenting, absolut ingenting, med hyllningen av kvinnligheten att göra. Det handlar om rena rama förtrycket[...]"*<sup>22</sup>

*"Orsaken är väl att vackra människor är trevligare att se på och det är alltid lättare att identifiera sig med en ung och vacker person. Ingen vill ju bli påmind av att man blir gammal, rynkig och till slut dör."*<sup>23</sup>

### **Den ideala kvinnokroppen. Myt eller verklighet?**

Kvinnoperspektivet, dvs. det som kvinnorna själv tänker och känner är naturligtvis också påverkat av det av samhället definierade kvinnlighetsidealet. Vi är alla utsatta för den här påverkan, människan har kanske ett instinktivt behov av att bli accepterad av sina medmänniskor. Detta hindrar emellertid inte kvinnorna från att ha en mycket tydlig bild av hur den ideala kvinnokroppen ser ut enligt deras egen åsikt.



När informanterna beskriver sin idealkropp, är det vikten som de först tänker på, vilket naturligtvis kan bero på undersökningens uppläggning. För de flesta informanter är det viktigaste, att vikten är inom normalgränsen, dvs. att den inte leder till sjukdom, varken pga. att man är alltför mager eller alltför överviktig. När kvinnorna beskriver sin idealkropp är ordet "normal" det som oftast kommer fram. Även orden "medelviktig" och "proportionerlig" dyker ofta upp. Informanterna konstaterar, att en kropp är idealistisk, om dess ägare själv tycker om den, och då syns det också utåt. Kvinnokroppen skall vara naturlig för att kunna vara vacker, anser informanterna och fördömer samtidigt medias konstgjorda kvinnlighetsideal. Många informanter är också ute efter en vältränad kropp, som emellertid inte skall vara som en kroppsbyggares, utan kvinnlig men samtidig fast. Det är viktigt att man ser välmående och frisk ut. Av svaren kommer det även fram, att en kvinnokropp måste ha en viss mängd fett för att den skall kunna fungera så som den borde. Det betonas också att det inte hjälper, om kvinnan har en snygg kropp, men samtidigt har en dålig hållning eller t. ex. en negativ attityd mot livet i allmänhet. Kvinnoperspektivet bland mina informanter tar sin uttryck bl. a. i följande kommentarer:

*"Det viktiga är att man själv trivs. Jag skulle inte trivas i en kirurgiskt konstgjord kropp. Jag tycker om kroppar som är harmoniska och naturliga."*<sup>24</sup>

*"Den ideala kvinnokroppen är PROPORTIONERLIG. Den är absolut inte benig, utan det skall finnas litet "kött på benen också". Men i rimliga mängder. Och kroppen skall vara tränad, fast och spänstig."*<sup>25</sup>

Många informanter medger att de har blivit så pass hjärntvättade av TV:n och annan massmedia, att de mot sin vilja håller

den sk. filmbruden som den absoluta idealkvinnan i fråga om kropp och utseende. Det är ytterst viktigt att lägga märke till, att informanterna ofta är medvetna om denna förvridna attityd och de inser att kvinnorna på filmduken inte hör till "verkligheten". Kvinnorna kan göra en klar skillnad mellan det konstgjorda kvinnlighetsidealet som samhället via media matar oss med och deras eget kvinnoideal som ofta har andra utgångspunkter. Men ändå kan många informanter inte låta bli att hålla medias dvs. också samhällets ideal som sitt eget. Allt detta har lett till, att man håller en slank, på gränsen till mager, men ytterst högbramad kvinna som standard. Ett sådant utseende har blivit närmast ett måste i många sammanhang. I de följande citaten ser vi hur samhället påverkar kvinnornas åsikter i fråga om den ideala kvinnokroppen:

*"Tyvärr är jag väl hjärtvättad av samhället, men en kvinna att se upp till är lång, slank med bröst[...], långa ben och runda höften."*<sup>26</sup>

*"Jag tycker att den (ideala kvinnokroppen) är lång, smal, vältränad, men hur många är det vem när upp till den och för hur länge?"*<sup>27</sup>

Men finns den ideala kvinnokroppen egentligen eller är den endast en myt? Skönheten ligger ju i betraktaren ögon och varierar från kultur till kultur. I alla kulturer är det säkert viktigt för både män och kvinnor att uppnå de rådande idealen, vilka de än är. Som vi ser, är en del av informanterna av den åsikten att den ideala kvinnokroppen helt enkelt inte finns. Enligt min åsikt är detta ett tänkesätt som vi alla borde sträva efter:

*"Den ideala kvinnokroppen finns inte enligt mig. Den ideala kroppen ligger i betraktarens ögon. Men en person som bär sin kropp med stolthet uppnår idealet"*<sup>28</sup>

*"Det finns ingen ideal kvinnokropp. Idealet bör variera från person till person beroende på hur man är byggd[...]"*<sup>29</sup>

*"Finns ej. Fast och slank är fint åt en, rund och go åt en annan."*<sup>30</sup>

### Avslutande diskussion

Inom konsumtionskulturen sprider reklamen stiliserade bilder av kroppen. Populärmedierna betonar de kosmetiska vinsterna av att underhålla kroppen. Belöningen för det här asketiska arbetet med kroppen upphör att vara andlig frälsning eller förbättrad hälsa. Belöningen blir allt oftare ett förbättrat utseende och ett mer gångbart jag. Diet och kroppsvård ses i dag också allt mer som ett instrument för att frigöra köttets frestelser. Och det som är det viktigaste är att underhållet av kroppen bidrar till en ökande marknad för försäljning av varor. Eftersom konsumtionskulturen präglas av tvetydighet, hyllas kroppen även som instrument för njutning. Kroppen är begärlig och ju mer den liknar de idealiserade bilderna av ungdom, hälsa och skönhet, desto högre är dess bytesvärde. Trots att kroppen består av vissa fasta egenskaper som längd och benstomme, går tendensen inom konsumtionskulturen mot att se kroppens egenskaper som plastiska och möjliga att förändra. Människorna har blivit övertygade om att de genom att anstränga sig och genom hårt arbete kan uppnå ett visst, för tiden typiskt utseende. Enligt denna ideologi är individen själv ansvarig för hur hon ser ut. Kroppen anses som en maskin och precis som andra konsumtionsvaror kräver den service, vård och omsorg för att bibehålla sin maximala effektivitet.<sup>31</sup>

Kvinnokroppen i dag präglas alltså av två helt motsatta tankestrukturer. Den ena säger, att man borde lyssna på sin egen kropp, acceptera sig själv och inte bry sig om samhällets ideal, medan den andra säger

att samhällets roll i konstruktionen av kvinnlighet är nästan omöjlig att kämpa emot. Det är kanske omöjligt att någonsin få svar på frågan, vem det är, som sist och slutligen bestämmer hur kvinnan skall se ut och bete sig. Denna motstridighet är enligt min åsikt något typiskt för kvinnligheten rent generellt, ofta är kvinnorna tvungna att balansera mellan två olika krafter eller representera två olika egenskaper samtidigt. Kvinnan skall vara mor åt sina barn och älskare åt sin make. Hon skall göra karriär på jobbet och klara sig i samhällslivet, men samtidigt måste hon också vara en perfekt hemmamamma. För kvinnan har det ofta gällt att hitta den rätta balansen mellan två motsatta poler för att med hedern i behåll kunna klara sig genom livet.

Det kvinnlighetsideal som ovan diskuteras är enligt min åsikt ett bevis på hur kvinnan har varit tvungen att ge efter för samhällets krav. Att kräva att kvinnan skall vara slank och underviktig är samma som att underordna henne. Med tiden har allt detta gett upphov till att hon inte längre kan vara nöjd med sitt utseende eller sin kropp. Hon har kanske därför tagit till extrema åtgärder med bl. a. skönhetsoperationer för att känna sig mera lyckad i livet. Vad kan man göra åt allt detta? Kan man förändra samhällets attityder, både kvinnors och mäns, så att dessa stereotypa kroppsformer inte längre skulle idealiseras utan att äkta, kvinnliga kvinnor skulle godkännas i stället?

### NOTER:

1. Chernin 1981, s. 26.
2. Furst 1995, s. 12–18.
3. Åström 1986, s. 15–19.
4. Se Edwin Ardeners artikel "The 'Problem' Revisited" i boken "Perceiving Women", s. 19–27.
5. Åström 1986, s. 16.
6. Åström 1986, s. 16.

7. Jag använder själv Åström som källa, men se även Shirley Ardeners artikel i boken "Perceiving Women", särskilt s. 44–48.
8. Åström 1986, s. 17.
9. M 5460:29
10. M 5460:29
11. M 5460:31
12. M 5460:48
13. M 5460:29
14. M 5460:19
15. M 5469:34
16. M 5460:45
17. M 5460:42
18. M 5460:34
19. M 5460:48
20. M 5460:28
21. M 5460:17
22. M 5460:45
23. M 5460:36
24. M 5460:3
25. M 5460:29
26. M 5460:43
27. M 5460:18
28. M 5460:32
29. M 5460:20
30. M 5460:20
31. Featherstone 1994, s. 105–117.

#### KÄLLOR

##### Otryckta källor:

ÅBO

Etnologiska institutionen vid Åbo Akademi

Manuskriptarkivet

KIVÅ M 5460

KIVÅ FM 6928

##### Tryckta källor:

Ardener, Edwin: The "Problem" Revisited. I: Ardener, Shirley (red.): *Perceiving Women*. J.M. Dent & Sons Ltd, London 1981.

Ardener, Shirley: Sexual Insult and Female Militancy. I: Ardener, Shirley (red.): *Perceiving Women*. J.M. Dent & Sons Ltd, London 1981.

Chernin, Kim: *The Obsession: Reflections on the Tyranny of Slenderness*. Harper & Row Publishers, New York 1981.

Featherstone, Mike: *Kultur, kropp och konsumtion*. Brutus Östlings Bokförlag Symposium, Stockholm 1994.

Fürst L., Elisabeth: *Mat – et annet språk: Rasjonalitet, kropp og kvinnelighet*. Pax Forlag A/S, Oslo 1995.

Åström, Lissie: *I kvinnoled. Om kvinnors liv genom tre generationer*. Carlsson Bokförlag, Lund 1996.

## SUMMARY

### The female body and identity through food

This article deals with femininity, the female body and identity through food. The objective is to show that food has a powerful effect on the sphere of feminine life and experience, on both a societal level, as well as an individual one. The theoretical frames of reference are defined in Lissie Åström's pair of opposites, the female perspective (femineity) and the feminine ideal (femininity), which can be seen as two different tools with which to treat femininity and the problematics associated with it. I have analyzed femininity by allowing women to freely recount the way they perceive their own bodies and their thoughts about the predominant ideal of a woman and the image of the artificial female body created in today's society. The goal of the article is not to come to any distinct result, but to try to treat the problematics of femininity from different points of view, based on work on a master's thesis in Scandinavian ethnology, and see what the results are.

The article is based on written source material, questionnaire material, compiled for this purpose, and on my personal experiences and observations of being a woman in today's society.

The feminine ideal which is discussed in the article is, in my opinion, proof of how women have had to succumb to society's pressures. This has given rise to the fact that women are no longer satisfied with their appearance or bodies. For that reason, they may have taken extreme measures to feel more successful in life, such as seeking cosmetic surgery. What can be done about this? Can attitudes in society be changed, both men's and women's, so that these stereotypical body types will no longer be idealized, but rather real, feminine women would be accepted as they are?