

Examensarbete 15 hp – Journalistik

Det sjuka bakom chiapudding, squats & kompressionstights

*En kvalitativ studie om hur kvällspressen bidrar till
att definiera (konstruera) samhällsproblem.*

Författare: Jonna Andersson

Handledare: Maria Elliot

Examinator: Sara Hamqvist

Termin: HT16

Ämne: Journalistik

Nivå: Kandidat



Abstract

Author: Jonna Andersson

Title: The sickness in the dark shadow of chia seed pudding, squats & compression tights - a qualitative study of how the tabloids helps to (re)define a social problem

Location: Linnaeus University

Language: Swedish

Number of pages: 49

The aim of my study was to examine how orthorexia is constructed in the Swedish tabloids. The main question examined was in what way the Swedish tabloids contributes to define orthorexia as a social problem. But in order to answer this I also had to make up a couple of smaller questions which was; what in the texts helps to understand orthorexia as something dangerous and something that poses a health risk, what in the texts produces orthorexia as a new and growing eating disorder and which stereotypes are to be found of the ones that are sick.

Using a discourse analysis of six news articles from the two biggest tabloids in Sweden, showed three different themes; *the new and dangerous disease, a problem and stereotypes*. By using the framing theory two various frames of orthorexia was found. These were *a new type of eating disorder* that framed orthorexia as a quite unknown disorder and which to begin with was questioned as an eating disorder and said just to be a trend. But also *when healthy become unhealthy* that framed orthorexia as a dangerous disorder that in the most extreme cases could lead to death. Orthorexia is in this frame described as something wrong. Using the framing theory three different stereotypes showed. These were; *the trendorthorectic, the elite athlete who became ill and the one with the thought full of obsessions*. The first of the three stereotypes is the most modern and takes healthy to its most extreme. The second one is driven by a hang-up on the well-trained body that it ones had. And finally, the third one is the stereotype that best matches how the tabloids frame orthorexia. It also the most of extreme of the three stereotypes. Unlike the other stereotypes this one is driven by obsessive thoughts about both health, exercise and food.

My study shows that orthorexia is defined as when something healthy become unhealthy and is framed as something both dangerous and wrong in the Swedish tabloids. The tabloids help to understand orthorexia as an accepted eating disorder and is constructed as a social problem that we have to do something about.

Nyckelord

Journalistik, samhällsproblem, ortorexi, kritisk diskursanalys, gestaltningsteorin, kvällspressen.

Innehåll

1. Inledning	1
1.1 Syfte & problemformulering	2
2. Bakgrund	3
2.1 Ortorexi	3
2.1.1 Den svenska populärversionen	4
2.1.2 Att leva med ortorexi	4
2.1.3 Livet efter ortorexi	5
2.2 Wellnessyndromet	5
2.3 Medierna (re)konsturerar samhällsproblem	6
3. Tidigare forskning	9
3.1 Extrem jakt på hälsa av Linn Håman	9
3.2 Rereading Media and Eating Disorders: Karen Carpenter Princess Diana and the healthy female self av Paula Saukko	11
3.3 Medieringen av mäns ätstörningar i svensk dagspress av Micaela Strömbäck	11
4. Teoretiska perspektiv	13
4.1 Diskurs	13
4.2 Socialkonstruktivism, socialisation och självidentitet	14
4.3 Gestaltningsteorin	16
4.4 Samhällsproblem	17
4.5 Moralpanik	18
5. Metod & material	19
5.1 Kritisk diskursanalys	19
5.2 Material och urval	20
5.3 Analysfrågor	22
5.4 Metodkritik och studiens tillförlitlighet	24
5.5 Forskningsetik	26
6. Resultat & analys	27
6.1 Den nya och farliga ätstörningen	27
6.1.1 En ny typ av ätstörning	27
6.1.2 När nyttigt blir onyttigt	30
6.2 Ett problem	32
6.2.1 Ett samhällsproblem?	32
6.2.2 En form av moralpanik?	35
6.3 Stereotyper	37
6.3.1 Trendortorektikern	37
6.3.2 Elitidrottaren som blev sjuk	38
6.3.3 Hen med huvudet fullt av tvångstankar	39
6.4 Sammanfattning	40

7. Slutsats & diskussion	41
7.1 Slutsats	42
7.1.1 <i>Tre frågor - tre svar</i>	42
7.1.2 <i>På vilket sätt bidrar den svenska kvällspressen till att definiera ortorexi som ett samhällsproblem?</i>	46
7.2 Diskussion	47
7.2.1 <i>Samhällsproblem på vilken nivå?</i>	47
7.2.2 <i>Vi friska och dem sjuka</i>	48
7.3 Förslag på vidare forskning	49
Referenser	50
Bilagor	52
Artiklar från Expressen	52
Artiklar från Aftonbladet	52

1. Inledning

Svenskarna tränar mest i hela Europa. Så är det faktiskt. Faktum är att 70 procent av alla som bor i Sverige tränar eller idrottar minst en gång i veckan (European Commission, 2014). Samtidigt uppmuntrar fler och fler företag sina anställda till promenadmöten, erbjuder wellnessprogram på arbetsplatsen och säljer hälsosamma kostval till lunch. På gymmen svettas det som aldrig förr och nästan varenda en har en PT, inte bara elitidrottarna.

Fokus ligger idag uteslutande på kroppen. Delvis på grund av medierna. Medierna har en direkt påverkan på våra kunskaper, attityder och hälsobeteenden men bidrar också indirekt till att styra allt från hur vi utnyttjar vården till hur vi uppfattar ätstörningar (Finer, 2012). På sociala medier svämmer flödena över av bilder med vältränade kroppar och tvättbrädemagar. Kvällstidningarna skriver om supereffektiv träning och viktras. Överallt finns bilder på hälsosamma frukostar och exempel på den ”bästa” kosthållningen. Hälsoområdet är fyllt till bredden med moralfrågor av olika slag. En stor del av medieinnehållet implicerar underförstått en osynlig diskurs om ansvar, moral och handling. Medierna bidrar därför till att både konstruera och definiera samhällsproblem, men föreslår också lösningar samt fördelar ansvar och skuld (Finer, 2012).

Idag är uppfattningen om att en bättre värld skapas genom personliga livstilsval i form av träningsprogram och nya dieter. Kvällstidningarna och veckomagasinerna har återkommande teman om kropp, träning och hälsa och på teve sänds program som ska få oss motiverade att röra på oss mer. Mediernas förvrängda verklighetsbild innehållande orealistiska uppfattningar om hälsa tillsammans med vårt vanemässiga tänkande och viljan att bekräfta oss själva i medierepresentationen, gör att medierna har stor makt över oss (Finer, 2012). Ledorden idag är hälsa och lycka (Cederström & Spicer, 2015) snarare än demokrati och politiskt ställningstagande.

Men i ett samhälle där träning och hälsa har blivit allt viktigare och där chiapudding, squats och kompressionstights är beståndsdelar av detta, finns tyvärr en baksida. I skuggan av allt det hälsosamma och i havet av detoxjuicer gömmer sig en sjukdom som

omkring sju procent av den svenska befolkningen lider av (Ätstörningar.se, 2014). Sjukdomen kallas ortorexi och kan på många sätt ses som en konsekvens av den wellnessideologi som idag fått stor utbredning (Cederström & Spicer, 2015), samt som en produkt av populärmedia (Vanderycken, 2011). Ortorexi, en fixering av hälsosam mat och ofta i kombination med manisk träning, är ingen egen diagnos utan räknas till ätstörningen UNS, ätstörning utan närmare specifikation (1177 Vårdguiden, 2014).

Enligt Gripsrud (2011) är medierna samhällets förlängda arm in i den intima sfären och bidrar därför till att definiera verkligheten omkring oss, samt vilka vi är. En stor del av vårt identitetskapande sker i medierna. Giddens (1991) menar att självidentiteten formas av modernitet, men att självidentiteten i sin tur också formar moderniteten. Under dessa villkor avspeglar medierna alltså inte bara de verkliga händelserna utan bidrar också till att forma dem. Samtidigt menar forskningen att medierna förstärker händelser till både moralpanik, samhällsproblem och ger ringar-på-vattnet-effekter (Finer, 2012). Därför är det intressant att undersöka hur den svenska kvällspressen bidrar till att definiera samhällsproblem och specifikt undersöka hur en relativt nyutvecklad ätstörning som ortorexi konstrueras i de svenska medierna samt vad den bilden i nästa led erbjuder läsaren.

1.1 Syfte & problemformulering

Trots en påtaglig förändring i samhällets inställning till träning, mat och hälsa under en längre tid räknas inte ortorexi som en egen diagnos och sjukvården har tydliga problem med att behandla personer som drabbats (Jisei, 2015). Forskningen kring ortorexi i allmänhet, är liten. Forskningen om hur journalistiken och medierna skriver om ortorexi är ännu mindre.

Medierna går att se som den tredje statsmakten och är på flera sätt mäktiga. Gripsrud (2011) menar att medierna har en betydande roll i både socialiseringen och i skapandet av vår egen identitet. Giddens (1991) argumenterar för att självidentiteten formas av modernitet, men att villkoren också är vice versa. Medierna speglar således inte bara de verkliga händelserna utan bidrar även till att forma dem. Samtidigt förklarar Finer (2012) att medierna kan förstärka mindre händelser till större samhällsproblem. I ett samhälle där träning och hälsa blivit en tydlig övergripande trend är det därför intressant

att undersöka vilken bild av ortorexi som kvällspressen erbjuder läsaren. Detta eftersom att Gripsrud (1992) menar att kvällspressen i större grad är sensationell och personifierad jämfört med andra tidningstyper. Det gör det också intressant att undersöka mediernas roll i att definiera samhällsproblem. Syftet med min uppstats är således att undersöka hur ortorexi konstrueras i den svenska kvällspressen.

För att besvara mitt syfte har jag utformat en problemformulering och konkretiserat den i ett antal frågeställningar.

På vilket sätt bidrar den svenska kvällspressen till att definiera ortorexi som ett samhällsproblem?

1. Vad i texterna bidrar till att förstå ortorexi som något farligt och något som innebär en hälsorisk?
2. Vad i texterna framställer ortorexi som en ny och, möjligtvis, växande ätstörning?
3. Vilka stereotyper av ortorektikern går att urskilja i texterna?

2. Bakgrund

I följande kapitel kommer jag närmre förklara begreppen ortorexi och, det så kallade, wellnessyndromet för att underlätta förståelsen i min studie och för att sätta ätstörningen i ett sammanhang. Slutligen redogör jag också för vilken roll medierna har i att definiera samhällsproblem.

2.1 Ortorexi

Termen ortorexi härstammar från grekiskans ”orthos”, som betyder ”rätt” eller ”rättad”. Ortorexi är en form av ätstörning som först definierades av den amerikanska läkaren Steve Bratman i magasinet Yoga Journal 1997. Bratman menade då att ortorexi är en ätstörning med en ohälsosam relation till att äta hälsosam mat och med en nästintill tvångsmässig upptagenhet av vad som är ”naturlig” och hälsofrämjande mat. Till detta tillskrivs strikta kostvanor och förbud av flera slag. Ofta går även en fixering av träning hand i hand med ortorexi (Bratman, 1997).

Då, i slutet av 90-talet, menade Bratman att ortorexi inte kunde identifieras som en egen form av ätstörning. Men med tiden har den amerikanska läkaren ändrat sin uppfattning och hävdar nu att det är just så det är. Ändå räknas ortorexi fortfarande inte som en egen diagnos och går istället under benämningen UNS, ätstörning utan närmre specifikation (1177 Vårdguiden, 2014). UNS är en diagnos som ges när det inte går att specificera vilken typ av ätstörning det handlar om men när den sjuka uppvisar ett stört beteende till mat, kropp, vikt eller träning. I Sverige har var tredje ung kvinna diagnosen UNS (Ätstörning.se, 2014) och man uppskattar att cirka sju procent av befolkningen har ortorexi (Ätstörning.se, 2014). Ätstörningar är vanligare hos kvinnor än män och anses av många vara en ”kvinnosjukdom”. Därför saknas mycket forskning kring just ätstörningar hos män och mörkertalet är troligtvis stort. (Ätstörning.se, 2014).

2.1.1 Den svenska populärversionen

Senare forskning visar att det finns två olika upplagor av ortorexi. Dels finns den internationella vetenskapliga versionen av sjukdomen, men också en svensk populärversion som inte helt stämmer överens med den förstnämnda. I den vetenskapliga versionen är inte ohälsosam och överdriven träning en definierad del av ortorexi. Det är den däremot i den svenska populärversionen. Håman (2016) menar att den svenska populärversionen innefattar överdrivna och besatta förhållningssätt till mat och ätande, en ohälsosam och överdriven träning samt en strävan efter en vältränad kropp. Överdriven träning kan dock förekomma hos såväl personer med en annan ätstörning än ortorexi. Därför är det inte träningen som definierar ortorexi i första hand. Ortorexi bör istället kopplas till en besatthet av att äta hälsosam mat, menar Håman (2016). I både den internationella versionen och den svenska populärversionen kan sjukdomen ses som en konsekvens av en extrem jakt på hälsa (Håman, 2016).

2.1.2 Att leva med ortorexi

”Under hösten gjorde jag mig av med alla ”onödiga” kolhydrater. [...] Jag visste att jag inte kunde tänka klart utan kolhydrater och att jag skulle bli trött i kroppen, men det var sekundärt. Det viktiga var att komma i form. Jag ökade träningen och minskade maten och kroppen började kännas riktigt trött, men det fanns många sätt att hålla kroppen uppe för att klara all träning. När jag

vaknade på morgonen hade jag så ont att jag smörjde in i princip hela mig i liniment, och jag hade alltid en extra burk i väskan.”

(Jisei, 2015, s.21)

Så skriver Lisa Jisei (2015) om sin ortorexi i boken Jag är sjuk. Hon beskriver sin sjukdomstid som en tid av kamp och ångest och som en tid då alla gränser flyttades och suddades ut. Tillslut var det enda som fanns kvar tvång, måsten, beroenden och överlevnad för stunden. Det som till en början såg ut att vara sunt, hälsosamt och lagom var långt från just det.

2.1.3 Livet efter ortorexi

Att leva som före detta ortorektiker i dagens samhälle kan likställas Jisei (2015) med en före detta alkoholist som tvingas leva på en krog. Både som ortorektiker och före detta ortorektiker bidrar dagens samhälle med en konstant input av det som är eller tidigare var ortorektikens drog. Detta i form av fikarumskommentarer om huruvida man borde ta en kaka eller inte, blogguppdateringar om viktnedgång eller berättelser om hurtiga beslut. Idag är bekräftelsen på att man duger så viktig att människor alltid behöver berätta om sina fyspass, överhoppade luncher eller nya dieter (Jisei, 2015).

2.2 Wellnessyndromet

Hälsa är ett ämne som under den senaste tiden har blivit relevant för både allmänheten och forskningen. Uppmärksamhet kring kroppsvikt, kost och motion får idag allt större medialt utrymme och mångfalden av representationer av både hälsa och ohälsa i medierna är enorm. Hälsa är alltid ett aktuellt ämne eftersom att det rör det vi alltid bär med oss; kropp och själ. Hälsa är alltså på flera sätt kommersiellt gångbart (Sandberg, 2004).

Håman (2016) menar att ortorexi kan ses som en konsekvens av en extrem jakt på hälsa. Och helt fel har hon troligtvis inte. Cederström & Spicer (2015) menar nämligen att wellnesstänkandet infiltrerat alla aspekter av våra liv. För bara ett par decennier var hälsofilosofin reserverad till ett antal mindre grupper som levde efter en alternativ livstil. Idag är det snarare mainstream att leva hälsosamt. Välmåendet har idag kommit

att bli en ideologi (Cederström & Spicer, 2015). Sundhet är inte längre något man väljer, utan ett moraliskt krav som vi måste förhålla oss till i alla livets situationer. Men samtidigt ett omöjligt krav som förändrar vårt sätt att leva. Detta eftersom att det ständiga sökandet efter en sund livstil inte lämnar något utrymme till att faktiskt göra just det - leva (Cederström & Spicer, 2015). Detta kallar Cederström & Spicer (2015) för wellnessyndromet. Ett begrepp av underliggande symptom av ångest, skuld känslor och dåligt samvete. Wellnessyndromet kombinerar på ett karaktäristiskt sätt en besatthet vid kroppen med en brinnande längtan efter autenticitet. Kroppen blir vårt slutgiltiga objekt för våra liv och skapar automatiskt en fascination om vad vi stoppar i munnen. Ätandet sätter vår identitet på prov och genom att bara äta sådant som anses vara ”rätt” och ”nyttigt” får man receptet på ett lyckligt och framgångsrikt liv. Därför, menar Cederström & Spicer (2015), är det inte särskilt förvånande att denna besatthet av korrekt ätande leder till ortorexi.

2.3 Medierna (re)konsturerar samhällsproblem

Medierna har en stor och betydande roll när det kommer till människors kommunikations- och identitetsskapande processer. De formar och reproducerar vår kultur och hjälper oss därför att förstå oss själva och den komplexa värld vi idag lever i. Samtidigt gör den ökande användningen av medier att vi idag lever i en medialiserad tillvaro (Sandberg, 2004).

Vad som är ett samhällsproblem är inte alldeles enkelt att definiera. Det är först när vi själva faktiskt står inför ett som vi kan vara helt säkra på vad det är och innebär (Loseke, 1999). Sandberg (2004) menar att samhällsproblemen ter sig i två olika perspektiv - en objektiv och subjektiv sida. De objektiva aspekterna hos ett samhällsproblem är verkliga och existerar i den fysiska världen. De subjektiva handlar om hur vi upplever och förstår omvärlden. Fakta ställs sålunda mot uppfattningar och känslor vilket inte är helt oproblematiskt. Likväl som vi oroar oss för saker som inte är samhällsproblem står vi ofta oberörda inför problem som faktiskt existerar (Sandberg, 2004).

Hur ett samhällsproblem uppstår är inte heller det helt lättdefinierat. Hilgartner & Bosk (1988) har utvecklat en modell där samhällsproblem ses som en produkt av kollektiva och samhällseliga processer. De menar att samhällsproblem uppstår på samhällseliga arenor, i politiken och i medierna, genom att olika samhällsaktörer agerar för att få uppmärksamhet och stöd för sina åsikter och krav. Samtidigt är Hilgartner & Bosk (1988) medvetna om att det finns många situationer i samhället som skulle kunna uppfattas som samhällseliga problem, men som ändå inte gör det. En teori som definierar villkoren för ett samhällsproblem är därför nästintill omöjlig.

I pressutredningen från 2006 står att mediernas uppgifter är att informera, granska och vara forum för debatt. Dessutom har medierna ett ansvar att spegla verkligheten så som den är. Det presenterade materialet i medierna är dock snarare en representation av verkligheten och sällan en bild som varken är fullständig eller opartisk (Gripsrud, 2011). Medierna är långt från maktlösa, men inte heller allsmäktiga. Strömbäck (2014) menar att medierna, trots förändringar i medielandskapet och människors mediekonsumtion, påverkar vilka frågor människor tycker är viktiga, hur människor tänker kring frågor som finns på mediernas dagordning, vilka frågor människor använder som måttstock när de bedömer politiska alternativ och över hur människor uppfattar verkligheten. Samtidigt, fortsätter Strömbäck (2014), är det viktigt att komma ihåg att mediernas makt och effekter påverkas av en rad faktorer som har att göra med mediernas format och innehåll, mediepubliken och deras egenskaper samt i vilket sammanhang som medierna och deras publik ingår i.

Massmedierna har under lång tid ansetts vara ett viktigt redskap i både det hälsoförebyggande och hälsofrämjande arbetet. Detta eftersom att det är i medierna som de olika hälsoproblemen skapar diskussion och möjligheter för individen att reflektera över sin egen hälsa. Medierna ger oss också färdiga mallar om hur vi ska bygga våra kroppar och har flertalet gånger pekats ut som en syndabock för exempelvis ätstörningsproblematiken (Sandberg, 2004).

Just hälsoområdet ger utrymme för många frågor om moral och mycket av dagens medieinnehåll innefattar underförstått en osynlig diskurs om ansvar, moral och

handling. Att vara frisk eller sjuk medför således förväntade beteenden och det faktum att vara frisk eller sjuk uppfattas troligtvis orsakats av den egna livsstilen. Medierna bidrar till att konstruera och definiera samhällsproblem, men visar också på möjliga lösningar på dem samt fördelar skuld och ansvar i frågor som rör hälsa (Finer, 2012). Medierna agerar ofta som moralens väktare och som kanaler för den moraliska ilskan. Enligt Parsons (1995) kan medierna bidra till att skapa en form av moralpanik. Detta sker när medierna tar upp en händelse och skildrar den som en del av ett större socialt problem där stereotyper kommer till uttryck och sakfrågor förvrängs. Detta gör att den oproportionerliga bevakningen ökar och leder till allmän panik och krav på att beslutsfattare ska agera (Parsons, 1995). Andra forskare menar att moralpanik inträffar när ett tillstånd, en episod, person eller grupp av personer framträder som ett definierat hot mot sociala värderingar och intressen (Cohen, 1972). Moralpaniker tenderar ofta att kännetecknas av oro för att frågan kan ha en negativ effekt på samhället, skapa en vi-och-dem-känsla, konsensus kring problemet (Finer, 2012).

I dagens samhälle är medierna den viktigaste aktören för allmänheten när det gäller att definiera, upplysa eller varna för risker och problem (Sandberg, 2004). Medierna både definierar problemen och ger oss förslag på lösningar, vilket gör att vi ser mediernas beskrivningar som den sanna verkligheten. Med hjälp av dagordningsfunktionen, hur viktig en viss händelse bedöms vara i relation till andra händelser på dagordningen, sätter medierna ramarna för våra verklighetsuppfattningar. Ju mer utrymme hälsa och ohälsa får i medierna desto viktigare tycker vi alltså att det är. På samma sätt bidrar medielogiken, dels ett sätt för journalisterna att tolka verkligheten på och dels som ett framställningssätt, till att påverka vår bild av verkligheten (Sandberg, 2004). Medierna har alltså ett ansvar och är vår främsta källa till både information och åsikter. Hur medierna väljer att representera informationen och åsikterna har därför stor effekt.

Carvalho (2007) menar att samhällsproblem, och i synnerhet miljöfrågor, inte speglas i medierna utan rekonstrueras. Representationen av miljöfrågor i medierna tenderar därför till att styras av ideologi. Det är således ideologin som avgör vad medierna anser vara relevant fakta eller av allmänt intresse samt vad som inte är det. Carvalho (2007) menar fortsättningsvis att medierna har ett ansvar som den källa till information som de

faktiskt är. Det faktum att vetenskapen snarare rekonstrueras i medierna istället för att speglas precis så som den är, innebär att allmänhetens kunskap och inställning till vetenskap präglas av medierna. Å ena sidan är medietexterna ett resultat av ideologiska ståndpunkter. Å andra sidan skapar medietexterna ideologi. Hur som helst, menar Carvalho (2007) rekonstruerar medierna fakta, händelser och sanningar.

3. Tidigare forskning

Forskning om hur medierna skriver om ortorexi, vilken bild av ätstörningen de konstruerar samt vad de erbjuder läsaren är svår att hitta inom det journalistiska forskningsfältet. Däremot finns studier inom andra forskningsfält som berör både ortorexi och hur medierna skriver om det.

3.1 Extrem jakt på hälsa av Linn Håman

Ett exempel på studier inom andra forskningsfält som problematiserar ortorexi och medier är avhandlingen *Extrem jakt på hälsa* av Linn Håman (2016). I avhandlingen visar Håman (2016) att uppfattningen om ortorexi i Sverige inte stämmer överens med den internationella vetenskapliga kunskapen. Håman (2016) argumenterar därför för en svensk populärversion och en internationellt vetenskaplig version av ortorexi. Båda versionerna är överens om att ätstörningen innefattar överdrivna och besatta förhållningssätt till mat och ätande. Det som skiljer dem åt är den svenska populärversionens uppfattning om att även ohälsosam och överdriven träning samt en strävan efter en vältränad kropp är en definierad del av ortorexi. Den svenska populärversionen tycks därför ha förväxlats med det som inom forskningen beskrivs som träningsberoende. Men Håman (2016) menar samtidigt att överdriven träning kan förekomma hos såväl personer som betraktas ha ortorexi som hos personer med en diagnostiserad ätstörning. Det är dock inte träningen som definierar ortorexi. Det är besattheten av att äta hälsosam mat (Håman, 2016).

Det som gör Håmans (2016) avhandling relevant för min studie är inte bara att hon diskuterar ortorexi som en ätstörning. Utan också för att hon i sin studie undersöker hur stor inverkan nyhetsmedier, både dags- och kvällstidningar, har på den allmänna uppfattningen och kunskapen om ortorexi samt vilka beteenden och förklaringar som ges gällande ortorexi. Detta för att besvara avhandlingens övergripande syfte att belysa,

utforska och problematisera hur ortorexi beskrivs, förstås och rapporteras. Specifikt är Håmans (2016) frågeställning ”*Hur kan ortorexi som fenomen och begrepp förstås utifrån ideologin hälsism med fokus på hur det gestaltas i svenska dags- och kvällstidningar?*” relevant för min studie.

Extrem jakt på hälsa (Håman, 2016) är en undersökande avhandling som skrivits inom ramen för idrottsvetenskap. Avhandlingen består av fyra studier med olika datainsamlingsmetoder och analyser. Håman (2016) menar själv att hennes studie om ortorexi i dags- och kvällstidningar är en longitudinell kvalitativ innehållsanalys. Detta för att belysa hur svenska dags- och kvällstidningar gestaltar ortorexi, när och hur träning relateras till ortorexi samt om det går att identifiera några trender och trendförändringar över tid.

Håman (2016) använder sig av Mediearkivet för att samla in data bestående av dags- och kvällstidningsartiklar inklusive tidningsbilagor publicerade mellan 1998 och 2013. År 1998 publicerades den första artikeln om ortorexi i de svenska dagstidningarna och därför anser Håman (2016) det naturligt att börja sin sökning där. Sökningarna gjordes med *ortorexia nervosa*, *ortorexia* och *ortorexi* som sökord.

Den kvalitativa innehållsanalysen grundar Håman (2016) sedan på gestaltningsteorin för att utforska och belysa hur ortorexi gestaltas i svenska dags- och kvällstidningar.

Håman (2016) kommer i sin avhandling fram till att svenska dags- och kvällstidningar gestaltar ortorexi som en ätstörning som inkluderar ohälsosam träning. I gestaltningarna framgår det att personer som betraktas ha ortorexi strävar efter en vältränad kropp, vilket är det som särskiljer ortorektiker från anorektiker där det är en smal kropp som är idealet. Håman (2016) menar att dags- och kvällstidningarna diskuterar ortorexi i termer av en överdrivenhet av både kost och träning. Denna gestaltning, tillsammans med en strävan efter en vältränad kropp, bildar en svensk populärversion av ortorexi.

Tidningarna framhäver också att de pågående framväxande träningsidealerna kan påverka att fler drabbas av ortorexi. (Håman, 2016)

3.2 Rereading Media and Eating Disorders: Karen Carpenter Princess Diana and the healthy female self av Paula Saukko

I den kvalitativa studien *Rereading Media and Eating Disorders: Karen Carpenter, Princess Diana and the healthy female self* (2006) undersöker Paula Saukko, docent i socialvetenskap och medicin, mediarepresentationen av ätstörningar och hur representationen konstruerar normativa föreställningar om hur en kvinna bör vara och se ut. Detta liknar mitt eget syfte i min egen studie där en av mina frågeställningar specifikt handlar om vilka stereotyper av ortorektikern som går att urskilja i kvällspressen. Saukkos (2006) avhandling kan således fungera som vägledning för mig i min egen analys.

För att konkretisera sitt syfte undersökte Saukko (2006) specifikt nyhetsbevakningen av Karen Carpenter och prinsessan Diana mellan åren 1983 och 2004. Detta eftersom att de båda kvinnornas liv har ett tydligt nyhetsvärde i medierna. Karen Carpenter led under sin livstid av anorexi och prinsessan Diana av bulimi. Genom att följa nyhetsbevakningen av de båda kvinnornas liv kunde Saukko (2006) även se en förändring i nyhetsbevakningen av ätstörningar över två decennier.

I studien finner Saukko (2006) att reportrar tenderar till att framställa Karen Carpenter som en självständig kvinna som faller offer för förortens masskultur och 70-talets amerikanska konservativa familjevärderingar. Prinsessan Diana representeras dock som en kvinna som snarare påverkats av de utmaningar och framgångar som förekommer i livet. Sammantaget menar Saukko (2006) att nyhetsbevakningen av de båda kvinnorna erbjuder publiken en bild av ätstörningar som karaktäriseras av diskurser av smalhet och kvinnor som saknar självkänsla. Saukko (2006) hävdar också att mediernas diskurser om ätstörningar ofta bekräftar de sociala normer som verkar finnas i mediarepresentation om smalhet och hälsa.

3.3 Medieringen av mäns ätstörningar i svensk dagspress av Micaela Strömbäck

Micaela Strömbäcks avhandling *Medieringen av mäns ätstörningar i svensk dagspress* (2010) är relevant till min egen studie eftersom att hon diskuterar vilka manliga identiteter som medierna konstruerar i samband med ätstörningar. Min studie fokuserar visserligen inte i huvudsak på manliga identiteter utan på identiteter i sig. Men

avhandlingen kan ända tillföra ett vägledande synsätt i min egen studie. I avhandlingen inom medie och kommunikationsvetenskap undersöker Strömbäck (2010) vilken bild av manliga ätstörningar i medierna som publiken erbjuds och problematiserar samt vilken betydelse medierna har när det kommer till information om en specifik hälsoproblematik. I sin avhandling använder sig Strömbäck (2010) av både en kvantitativ undersökning av dagspressartiklar samt en kvalitativ innehållsanalys med en närläsning av tidningsmaterialet. Urvalet av materialet resulterade i 200 artiklar från sex olika dagstidningar under perioden 1992-2010.

Strömbäck (2010) skriver i studien att det finns en risk att mediernas exponering av skönhetsideal kan leda till ett missnöje över sin kropp, en felaktig kroppsuppfattning, bidra med dålig självkänsla och skapa allvarliga sjukdomar såsom ätstörningar. Detta eftersom att personer med ätstörningar kan fixera sig vid de bilder medierna publicerar och drivs av en strävan att se ut som idealet. När det kommer till ätstörningar bland män finns många tabun. Anorexi anses vara en kvinnlig sjukdom och är nästan tio gånger vanligare bland kvinnor än män. Mäns ätstörningar tillhör oftast kategorin UNS, ätstörning utan närmare specifikation, och kan ge sig uttryck i exempelvis ortorexi (Strömbäck, 2010). Strömbäcks (2010) bakgrund visar tydligt att min studie är både nödvändig och användbar då forskningen om representation av män med ätstörningar är liten i medierna. Genom att belysa ortorexi, en ätstörning som Strömbäck (2010) menar är vanligare bland män, belyser jag indirekt också representationen av män i sammanhanget. Detta även om jag är medveten om att problematiken inte ingår i mitt eget syfte.

Resultatet i Strömbäcks (2010) avhandling visar dock att män är överrepresenterade i rapporteringen om ätstörningar i förhållande till hur många som insjuknar. Ur ett jämställdhetsperspektiv får de alltså mer utrymme än de bör ha. Mäns ätstörningar gestaltas oftare som ett problem kopplat till utseendet än en hälsorisk samt som en kvinnlig sjukdom i de sex tidningar ur den svenska dagspressen som Strömbäck (2010) undersökte. Strömbäcks (2010) studie visar även att det saknas någon närmre debatt eller diskussion om ätstörningsproblematiken i medier och att innehållet mest är entydigt och homogent.

4. Teoretiska perspektiv

Nedan presenteras de teoretiska grunderna i min studie. Kapitlet inleds med den översta nivån i mitt teoribygge - mina två ramteorier diskurs samt en blandning av socialkonstruktivism, socialisation och självidentitet. Vidare redovisar jag i ett sista avsnitt mina analysteorier; gestaltningsteorin, Losekes (1999) definition av samhällsproblem samt Cohens (1973) model över moralpanik.

4.1 Diskurs

Diskurs som teori syftar till en förståelse av det sociala som en typ av konstruktion där i stort sett alla sociala fenomen kan analyseras med diskursanalytiska redskap.

Diskursbegreppet har olika definitioner men kan enligt Foucault säga något om vad som sägs, vem som får säga vad och från vilken position som något sägs samt hur det sägs (Bergström & Boréus, 2012). Bergström och Boréus (2012) menar att diskurserna påverkar de processer där de ingår men att de också påverkar sig själva. Huvudtanken i diskursteorin är att sociala fenomen aldrig blir färdiga eller totala. Mening och betydelse kan aldrig slutgiltigt fastställas, vilket skapar en konflikt mellan definitioner av samhälle och identitet (Winther Jørgensen & Philip, 2000).

Diskursanalysen omfattar en syn på språk och användning av språk som innebär att det förstärker eller försvagar maktförhållanden i samhället. Diskursen producerar strategisk kunskap för speciella ändamål i en speciell kontext (Brune, 2004). Språket kan alltså aldrig representera en given verklighet utan bara ge oss ett perspektiv på den. Språket påverkar därför synen på vilka vi själva är och på vår omvärld. Med hjälp av diskursanalysen kommer jag därmed kunna undersöka vilken syn på ortorexi som språket i texterna erbjuder läsaren. Diskurserna konstruerar sociala identiteter men upprätthåller också redan befintliga sociala relationer eftersom att diskurserna formas av någon typ av social struktur (Bergström & Boréus, 2012). Genom att definiera olika diskursiva teman i texterna kommer jag därför att kunna säga något om hur representationen av ortorexi i den svenska kvällspressen bidrar till att skapa stereotypa bilder av den som är sjuk i ortorexi. Att försöka bestämma vilken diskurs som präglar en nyhetstext handlar således om att undersöka hur textens perspektiv och begreppsvärld konstruerar ämnet (Brune, 2004).

Över tid har det utvecklats olika generationer av diskursanalysen. Den andra generationen är den kritiska diskursanalys som är en metod som undersöker relationer mellan diskurser och olika samhällsfenomen eller samhällsproblem. Ortorexi kan på flera sätt ses som ett typ av samhällsfenomen, vilket gör det legitimt att använda kritisk diskursanalys i min studie. Hur texterna framställer ortorexi kan därför säga något om hur kvällspressen bidrar till att definiera samhällsproblem. Enligt Fairclough är diskurser en social praktik som bidrar till att konstruera sociala identiteter och relationer samt kunskaps- och betydelsesystem. Winther Jørgensen & Philip (2000) menar fortsättningsvis att vårt sätt att uppfatta världen skapas och upprätthålls i sociala processer. Vilken uppfattning läsaren har om ortorexi och hur allvarlig de anser ätstörningen vara avgörs alltså till viss del i medierna. Därför är kritisk diskursanalys en passande metod för att undersöka hur medierna bidrar till att skapa samhällsproblem och då i det specifika fallet ortorexi.

4.2 Socialkonstruktivism, socialisation och självidentitet

Gemensamt för socialkonstruktivism är att verkligheten anses vara socialt konstruerad. Uppfattningen om vad som är sjukt och vad som är friskt när det kommer till ortorexi kan alltså förstås som en social konstruktion. Begreppet i sig innehåller en rad olika teorier som alla strävar efter att förklara vårt samhälle och vår kultur. Enligt Burr (2003) finns fyra premisser som kännetecknar socialkonstruktivism. Den första är att verkligheten och vår kunskap om den inte är en direkt spegling av sanningen, utan bara ett sätt för oss att förstå den. För det andra är allt vi uppfattar både kulturellt och historiskt format och vilket gör att inget går att se som sant eller givet. För det tredje skapas vår gemensamma världsuppfattning i social interaktion med andra. För det fjärde, och sista, gör en avsaknad av en bestämd världsbild det svårt att dra gränser mellan det som är accepterat och det som inte är det. Ortorexi kan på flera sätt förstås som något sprunget ur dagens samhälle där träning och hälsa är viktigt. Socialkonstruktivism kan således underlätta processen att förstå relationen mellan ortorexi och dagens samhällsuppfattning.

Socialisation är en process på flera plan där vi blir en del i den mänskliga kulturella gemenskapen. Den primära socialisationen är den del av processen som sker i familjen. Den sekundära socialisationen är en allmän beteckning för den gemenskap som skapas

inom och i förhållande till olika samhällsinstitutioner som finns utanför familjen. En av dessa institutionerna är massmedierna som ger oss en uppfattning om vilka vi är och vad som förväntas av oss i sociala sammanhang (Gripsrud, 2011).

Massmedier kan ses som samhällets förlängda arm in i intimsfären och bidrar därför till att definiera verkligheten som finns omkring oss samt vilka vi själva är (Gripsrud, 2011). Kvällspressens gestaltning av ortorexi bidrar därför till att skapa stereotyper både för den som har ortorexi, men också för den som inte har det. Giddens (1991) menar att självvidentiteten är det som individen själv är medveten om och som rutinmässigt skapas och besvaras genom reflexiva handlingar. Vi är alltså inte det vi är, utan det vi gör oss till. Självvidentiteten syns inte i specifika drag hos individen, utan i uppfattningen man har om sig själv och som andra har en själv. Enligt Giddens (1991) formas självvidentiteten av modernitet, men självvidentiteten formar i sin tur också moderniteten. Samtliga identiteter och individer bidrar därför till att forma det sociala livet. Under modernitetens villkor avspeglar medierna alltså inte bara de verkliga händelserna utan bidrar också till att forma dem (Giddens, 1991). Medierna skapar alltså en bild av ortorexi som även formar samhällsuppfattningen om ätstörningen. I interaktionen med omgivningen och det medierna erbjuder skapar vi oss en bild av oss själva (Gripsrud, 2011).

Giddens (1991) argumenterar också för att självvidentiteten är kroppslig. Medvetenheten om kroppens former och egenskaper är helt grundläggande för att utforska världen. Gripsrud, (2011) menar att kroppen är ett exempel där orimliga representationer uppfattas obehagliga och närgångna just för att den är något vi är utlämnade åt. Vi kan varken göra oss av med den eller skaffa oss en helt ny. Däremot kan vi förändra den. Detta gör att kvällspressens representationen av ortorexi kan ha stor effekt på läsarens uppfattning om hur kroppen ska se ut. Giddens (1991) menar vidare att kroppen även kan betraktas som en del i ett handlingssystem där kroppens framträdande och uppträdande är två aspekter som kan anses vara särskilt relevanta för självvidentiteten. Vissa typer av kroppsliga framträdande och uppträdanden blir särskilt viktiga genom modernitetens framväxt, till exempel en insikt om betydelsen av motion och kostvanor. Kroppslig omvårdnad ger en typ av makt över den egna kroppen som kan förstärka

självidentiteten. Kroppen har alltså blivit en del i modernitetens reflexivitet. Giddens (1991) menar att ätstörningar kan ses som en konsekvens av uppfattningen om att det är individens ansvar att upprätthålla en viss självvidentitet och att de representerar en strävan efter trygghet i en öppen social miljö. Anorexi, fortsätter Giddens (1991) tillhör moderniteten och karakteriserar den tid vi just nu lever i. Samma paralleller kan dras till ortorexi som också det är en konsekvens av samtiden (Cederström & Spicer, 2015), vilket gör självvidentiteten relevant till min studie.

Även om medierna strävar efter att spegla verkligheten så som den är, är det viktigt att förstå att en totalt objektiv bild av samhället inte presenteras där. Det presenterade materialet i media är en representation av verkligheten och är varken fullständig eller helt opartisk. Därför är medierna viktiga i konflikterna kring våra identiteter. (Gripsrud, 2011)

4.3 Gestaltningsteorin

Gestaltningsteorin handlar i sin helhet om kommunikationens roll för hur människor förstår sin omvärld och då specifikt genom hur saker och ting framställs eller gestaltas. Gestaltningar i kombination med språk används som tolkningsramar i samhället. Genom att identifiera olika frames av ortorexi i mina texter kan jag alltså säga något om vilken bild av ätstörningen som samhället erbjuder. Enligt Entman (1993) är gestaltningar i grunden en fråga om urval och uppmärksamhet och handlar främst om att definiera olika typer av problem. Att gestalta är att välja några aspekter av verkligheten och ge dem mer utrymme än andra menar Entman (1993). Frames är alltså utvalda delar av en helhet som bidrar till att uppfatta verkligheten. Gestaltningsteorin strävar därför snarare efter att urskilja det mest väsentliga i aktuella frågor än att beskriva en helhetsbild. Detta innebär att bilden av ortorexi som gestaltas i kvällspressen inte ger en uppfattning om ätstörningen i stort, utan belyser bara det som i stunden känns mest relevant för journalisten eller formatet. Det är alltså inte självklart att det som står i texterna är det mest intressanta när det kommer till ortorexi ur ett totalt objektivt perspektiv.

Med hjälp av gestaltningsteorin går det att undersöka vilka underliggande budskap som finns i texten och vilken verklighetsuppfattning som medierna erbjuder läsaren. Exempelvis hur medierna gestaltar ortorexi, hur det påverkar förståelsen om ätstörningen och hur det i nästa led får effekter på etableringen av den allmänna uppfattningen.

4.4 Samhällsproblem

Vad som är ett samhällsproblem är inte alldeles enkelt att definiera. Det är först när vi själva faktiskt står inför ett som vi kan vara helt säkra på vad det är och innebär (Loseke, 1999). I dagens samhälle är miljöförstöring, arbetslöshet och övervikt typexempel på samhällsproblem. Dessa utmärker sig i flera karaktäristiska drag som Loseke (1999) menar är det som gör att vi känner igen ett samhällsproblem. För det första så innebär ett samhällsproblem att något i grunden är fel. Situationen upplevs som både allvarlig och bekymmersam. För det andra måste problemet vara tillräckligt omfattande för att det ska betraktas som ett samhällsproblem och innehålla någon form av optimism som gör att vi, i alla fall tror, att vi kan lösa dem. För det tredje, menar Loseke (1999) har samhällsproblem en normativ laddning och någon form av värdering i sig. Problemet ska anses vara för viktigt för att kunna ignoreras och något som vi bör göra något åt. Vad som också karaktäriserar ett samhällsproblem är att det är ett problem som människan faktiskt kan påverka. I detta sammanhang kan faktorn påverka te sig i både positiv och negativ bemärkelse. Den mänskliga effekten kan vara orsaken till problemet, men kan också vara den som sitter på lösningen.

Genom att ställa Losekes (1999) definition mot mina texter kommer jag kunna säga något om hur kvällspressens bidrar till att definiera ortorexi som ett samhällsproblem och således bevara både mitt syfte och min problemformulering.

4.5 Moralpanik

Den vanligaste definitionen av moralpanik är citerad av sociologen Stanley Cohen. Enligt honom inträffar moralpanik när ett tillstånd, en episod, person eller grupp av människor framträder och definieras som ett hot mot sociala värderingar och intressen (Cohen, 1972). Moralisk panik uppstår plötsligt och oväntat trots att oron latent kan ha

funnits där hela tiden. Paniken dyker upp med jämna mellanrum under tidens gång och försvinner sedan lika snabbt igen. Växlingarna kallar Cohen (1972) för *volatility*. Medierna är en stark bidragande faktor till detta.

Enligt Cohen (1972) krävs en samhällelig mental beredskap för att moralpanik ska uppstå. Denna mentala beredskap kan skapas genom en tidig diskussion om problemet i medierna för att samhället ska få reda på att det finns. Det första tillståndet kallar Cohen (1972) för *hostility* eftersom att någon eller några då kan pekats ut som ansvariga för hotet mot att de samhälleliga värderingarna bryts eller förändras. Jakten på en syndabock får utrymme i medierna och förstärker på det viset den redan existerande diskussionen om problemet och den påföljande utvecklingen av det. Mediernas representation och konstruktion av problemet blir sedan avgörande för den samhälleliga uppfattningen. Det uppstår vad Cohen (1972) kallar för *consensus*, en tyst samhällelig överenskommelse om att hotet och problemet som det skapar måste tas på allvar. Medierna har därför en avgörande roll att definiera och bestämma vad som är ett samhällsproblem och vad som inte är det. Det uppstår en uppfattning som Cohen (1972) kallar *disproportionality* vilket innebär att verklighetsbilden är snedvriden. Mediebilden har gett allmänheten en uppfattning om att problemet är mer omfattande än vad det kanske egentligen är. Det är nu som myndigheter börjar agera.

Tillsammans med Losekes (1999) definition av samhällsproblem ger Cohens (1972) modell en bättre grund att stå på för att undersöka huruvida kvällspressen bidrar till att definiera ortorexi som ett samhällsproblem. Till skillnad från Loseke (1999) innefattar Cohens (1972) modell även en fråga om skuld och ansvar som jag anser vara relevant till både mitt syfte och min problemformulering.

5. Metod & material

I följande kapitel redogör jag för de texter som jag använt i min analys. Jag presenterar också kort för kritisk diskursanalys som jag valt som metod. I slutet av kapitlet resonerar jag kring etiska överväganden samt om kritiska reflektioner kring min studie.

5.1 Kritisk diskursanalys

Den kritiska diskursanalysen är en inriktning inom diskurs som metod vilken innehåller flera olika varianter. Gemensamt för den kritiska diskursanalysen är att den undersöker relationer mellan diskurser och olika samhällsfenomen eller samhällsproblem. I min studie använder jag, eller i alla fall inspireras jag, av den kritiska analysen enligt Fairclough. Fairclough beskriver diskurser som praktiker för hur man pratar och skriver och som något med flera olika funktioner. Enligt Bergström & Boréus (2012) konstruerar diskurser sociala identiteter och vidmakthåller redan befintliga sociala relationer. De bidrar också till att upprätthålla maktstrukturer i samhället. Winther Jørgensen & Philip (2000) menar fortsättningsvis att den kritiska diskursanalysen kan säga något om vårt sätt att uppfatta världen eftersom att det är i sociala processer som vi lär oss om den. Därför är kritisk diskursanalys en passande metod för att undersöka hur kvällspressen bidrar till att skapa samhällsproblem och då i det specifika fallet ortorexi.

Med hjälp av Faircloughs tredimensionella modell, där texten analyseras på tre nivåer, vill jag undersöka om några tydliga diskursiva teman går att hitta och studera hur dessa bidrar till att konstruera samhällsproblem och sociala identiteter. Den första delen av Faircloughs tredimensionella modell består av en detaljerad textanalys där textens grammatiska struktur undersöks. I den diskursiva praktiken studeras sedan hur texter produceras, distribueras och konsumeras. Slutligen sätts diskursen i ett större socialt sammanhang och förväntas då kunna säga något kritiskt om ideologi och makt (Bergström & Boréus, 2012). I min studie kommer jag inte att tillämpa den tredimensionella modellen rakt av. Sett till mitt syfte och mina frågeställningar är endast den första och tredje nivån av modellen intressant. Jag kommer alltså att undersöka texternas grammatiska struktur och vad som händer när de sätts i en större social kontext.

Eftersom att uppfattningen om diskurser inom den kritiska diskursanalysen är att de inte bara konstituerar utan att de även är konstituerande (Bergström & Boréus, 2012), är metodvalet passande till mitt syfte. Ortorexi är en ätstörning som går att se som en konsekvens av den wellnessideologi som idag fått stor utbredning (Cederström & Spicer, 2015) samt som en produkt av populärmedia (Vanderycken, 2011). Att diskurserna är påverkade av andra icke-diskurser är därför troligt.

5.2 Material och urval

Den 26 november 2016 gjorde jag min första sökning i Mediarkivet Retriver. Jag testade till en början olika sökord och kombinationer men fann att ett ord gav mig bäst resultat. Med *ortorexi* som sökord och en avgränsning till svensk tryckt press fick jag totalt 725 träffar. Jag kände direkt att det var för mycket material att gå igenom sett till min studies omfattning. Jag testade att specificera min sökning till svensk storstadspress och fick då 182 träffar. Fortfarande ansåg jag att antalet texter att gå igenom var allt för omfattande. Istället valde jag att avgränsa min sökning till svensk kvällspress och specifikt Aftonbladet och Expressen, Kvällsposten och GT. Då fick jag 73 träffar. Det ansåg jag vara hanterbart för ett första urval.

Efter att ha gått igenom de 73 artiklarna publicerade i den svenska kvällspressen från år 1998 fram till idag, november 2016, kunde jag sortera bort mer än hälften av texterna. Det var naturligt att tidsmässigt börja sökningen 1998 eftersom att det var då den första texten om ortorexi publicerades. Jag fann också att texter i Expressen, Kvällsposten och GT i många fall tenderade till att vara samma. Detta var inget konstigt då både Kvällsposten och GT tillhör Expressen. Kvar blev 27 texter och det ansåg jag fortfarande vara ett för omfattande material till min analys.

De 27 texterna skumlästes för att jag skulle kunna göra ett andra urval. Jag beslutade mig för att ta bort de texter som publicerats i Kvällsposten och GT och istället bara fokusera på texter från Aftonbladet och Expressen. Detta ansåg jag vara mer lämpligt för mitt syfte eftersom att Aftonbladet och Expressen är landets största kvällstidningar och når ut till en stor del av Sveriges befolkning. Både Aftonbladet och Expressen är således bra representanter för den svenska kvällspressen. Gripsrud (1992) menar att kvällspressen i större grad är sensationell och personifierad jämfört med andra tidningstyper. Därför var dessa tidningar relevanta till mitt syfte om hur medierna konstruerar bilden av ortorexi och gav även möjligheter till att besvara min andra frågeställning om vad mediebilden erbjuder självidentiteten.

De 27 texterna blev efter det andra urvalet 21 texter, vilket jag fortfarande ansåg vara ett för omfattande material för att kunna gå in på djupet på. Därför valde jag att utesluta

texter där personer som kan anses vara offentliga eller kända för allmänheten berättade om sin egen ätstörning eller delade sin åsikt om ortorexi. Detta med anledning av att jag ansåg den bild av ortorexi som kvällspressen erbjuder läsaren vara mer neutral när den behandlade ”vanliga” människor eller de som helt enkelt var okända för allmänheten. Offentliga människor, eller personer som tidigare figurerat i media, finns redan en allmän uppfattning om. Därför var det för mig mer intressant att undersöka texter med personer som inte är kända för allmänheten för att få en mer rättvis bild av gestaltningen av ortorexi i kvällspressen. Jag ansåg att texter om kända personer vid första anblick tenderade till att vara mer personifierade. I texter med okända människor låg istället mer fokus på själva ätstörningen vilket ju faktiskt var det jag ville undersöka.

Därefter tvingades jag konkretisera mitt urval till tre teman som jag ansåg att texterna var tvungna att innehålla. Det innebar att fragment av samtliga tre teman skulle finnas med i varje text som sedan analyserades. Detta för att alla tänkbara kvaliteter i relevans till mitt syfte skulle kunna finnas med. Med hjälp av nyckelord i mina frågeställningar konkretiserade jag tre teman. Dessa teman var;

1. Fara och risk.
2. Ny sjukdom.
3. Stereotyper.

Fara och risk i det här sammanhanget innebar att texten skulle framställa ortorexi som en sjukdom, något farligt som innebar en stor hälsorisk. Detta för att jag skulle få möjligheten att undersöka mediepresentation med koppling till samhällsproblem och moralpanik. *Ny sjukdom* syftade jag på att texterna skulle framställa ortorexi som ett nytt fenomen på sjukdomslistan för att kunna studera hur medierna bidrar till att definiera och reproducera samhällsproblem. Det tredje och sista värdet, *stereotyper*, karaktäriserades av beskrivningar om hur den ”typiska” ortorektikern såg ut och betedde sig. Tillsammans med mina tre värden för att säkra kvaliteten i texterna, ville jag även ha med både kvinnliga och manliga citat i texterna. Inte nödvändigtvis i varje enskild text. Men i helheten, alltså de sex texter jag sedan analyserade, skulle det finnas representation av både män och kvinnor.

Antal tecken i texterna eller texttyp ansåg jag inte vara relevant för att bevara mitt syfte. Inte heller tidsperioden. Den första artikeln i Mediearkivet om ortorexi var publicerad 1998. Därför var det naturligt att låta min sökning börja där. För att undersöka hur medierna bidrar till att definiera samhällsproblem ansåg jag det vara legitimt att sluta sökningen idag, november 2016, eftersom att ett sådant problem utvecklas och får fäste över tid.

Efter mitt strategiska urval återstod sex artiklar, fem från Aftonbladet och en från Expressen. Texterna var publicerade med ett spann på åtta år. Den första publicerad 1998. Den sista i oktober 2016. Texterna innehöll en representation av både kvinnor och män och uppfyllde mina tidigare redovisade kriterier. Med en närläsning av dessa sex texter ansåg jag kunna besvara både mitt syfte och mina frågeställningar.

5.3 Analysfrågor

För att kunna besvara mitt syfte och undersöka hur ortorexi konstrueras i den svenska kvällspressen samt hur medierepresentationen bidrar till att definiera ätstörningen som ett samhällsproblem, valde jag att bryta ner mina frågeställningar i mindre analysfrågor att ställa på det empiriska materialet.

1. På vilket sätt framställs ortorexi som en ny och farlig ätstörning?

På vilket sätt, är ett väldigt brett utgångsläge. Det jag syftar på är helt enkelt vad i texterna som bidrar till att förstå ortorexi som en ny och farlig ätstörning. Skrivs det rakt upp och ner eller framgår det mellan raderna i texterna. Gör det sig tydligt i citat och i vem som uttalar sig eller är det andra faktorer som bidrar till framställningen. Är det riskerna eller de faktiska konsekvenserna av ortorexi som gör att ortorexi gestaltas som en farlig sjukdom eller är det något annat som bidrar till framställningen. Just frågor som dessa är det jag letat efter i min analys. Detta för att konkretisera mönster eller tydliga teman som sedan kan sammanfattas och visa på hur ortorexi framställs i kvällspressen. Enligt Entman (1993) är gestaltning ett sätt att välja några aspekter av verkligheten och ge dem mer utrymme än andra. Att definiera frames i samband med ortorexi som en ny och farlig sjukdom kan därför ge en bra inblick i vilken bild av ortorexi som kvällspressen faktiskt erbjuder läsaren.

2. Framställer texterna ortorexi som ett samhällsproblem så som Loseke (1999) definierar det?

Loseke (1999) menar att det är först när vi står inför ett samhällsproblem som det går att var helt säker på vad det är och innebär. Att definiera ett samhällsproblem är alltså inte helt enkelt. I ett försök att undersöka huruvida texterna framställer ortorexi som ett samhällsproblem kommer jag använda mig av Losekes (1999) modell. Enligt Loseke (1999) är ett samhällsproblem något som i grunden uppfattas vara fel. Något som vi upplever allvarligt eller särskilt bekymmersamt. Det ska också vara ett problem som vi själva kan påverka, både i negativ och positiv bemärkelse. Ett samhällsproblem har även en normativ laddning som gör att problemet inte kan ignoreras utan bör göras något åt. Det innehåller således en viss optimism om att problemet går att lösa. Det är dock först när problemet är så omfattande att ett stort antal människors liv eller hälsa sätts på spel, som det går att kalla det ett samhällsproblem. Dessa kriterier kommer jag alltså att använda som utgångspunkt för att undersöka om gestaltningen av ortorexi i den svenska kvällspressen bidrar till att förstå ätstörningen som ett samhällsproblem.

3. Definierar texterna ortorexi som en form av moralpanik så som Cohen (1972) beskriver det?

För att få en mer övergripande bild av hur den svenska kvällspressen framställer ortorexi som ett problem är det även relevant att undersöka vad som anses bära skulden till ätstörningen framväxt och hos vem ansvaret ligger. För att besvara detta har jag valt att använda mig av Cohens (1972) modell över moralpanik. Tillsammans med Losekes (1999) definition av samhällsproblem kan Cohens (1972) modell förhoppningsvis ge en mer talande bild av hur ortorexi framställs i den svenska kvällspressen. Enligt Cohen (1972) uppstår moralpanik först när något definieras som ett hot mot sociala värderingar och intressen. Det uppstår plötsligt och oväntat även om oron kan ha funnits latent där under en längre period. Det som karakteriserar moralpanik är inledningsvis en tidig diskussion om problemet vilket får oss att uppmärksamma det. Därefter pekas någon eller något ut som skyldig till och ansvarig för problemet. Efter ett tag sker en tyst överenskommelse om att problemet faktiskt är ett allmänt problem och måste tas på allvar.

4. Vilka egenskaper tillskrivs den som har ortorexi?

När det kommer till egenskaper är självklart inte längd eller hårfärg som jag kommer att undersöka. Egenskaper i det här sammanhanget syftar till exempel på vad som driver ortorektikern. Är orsaken till ätstörningen psykiska problem eller ligger en annan bakgrund bakom? Egenskaper handlar också om hur ortorektikern är och beter sig. Tillskrivs ortorektikern vara lättpåverkad av samhällets uppfattning om träning och hälsa eller är det den personliga uppfattningen som styr. Frågeställningen handlar således om vilka karaktäristiska drag som ortorektikern framställs att ha. För att ta reda på vad som är karaktäristiskt för ortorektikern har jag även här valt att använda mig av gestaltningsteorin enligt Entman (1993). Dettas eftersom att han menar att frames är ett sätt att välja ut och framhäva vissa delar av en uppfattad verklighet. Med hjälp av frames kommer jag att kunna identifiera den stereotypa ortorektikern i den svenska kvällspressen. Detta genom att leta efter återkommande mönster och teman som finns när det kommer till att beskriva ortorektikern.

5.4 Metodkritik och studiens tillförlitlighet

Vid kvalitativa studier skapas en fördjupad bild av ett litet material. Det innebar dock inte att jag är oförmögen att dra generella slutsatser. Min studie kommer visserligen främst att ge en fördjupad kunskap om kvällspressens framställning av ortorexi. Men den kommer också att kunna säga något generellt om hur just den svenska kvällspressen eller specifikt Aftonbladet och Expressen gestaltar ortorexi. Generaliserbarheten är visserligen större i en kvantitativ studie men i mitt fall är just den aspekten mindre viktig för att min studie ska framstå som trovärdig och användbar. Det är snarare validiteten, att min studie faktiskt undersöker vilken bild av ortorexi som medierna konstruerar, och reliabiliteten, att jag som forskare varit noggrann hela studien igenom, som bidrar till både trovärdighet och användbarhet.

Bergström & Boréus (2012) menar att diskursanalysen, tillsammans med andra typer av textanalyser, i metodsynpunkt består av flera olika steg. Detta innebär att det finns en risk för att man som forskare avstår att visa delar av tillvägagångssättet i sin studie och därför försämra tillförlitligheten i studien. I min studie redovisar jag tydligt för samtliga steg i urvalsprocessen och för hur jag gått tillväga i min analys, vilket innebär att jag inte stött på detta problem. Däremot finns annat som går att kritisera i min studie. Dels

att de teman jag använt i samband med mitt urval i stora drag liknar de diskursiva teman jag sedan konkretiserar i min analys. Det kan tyckas som om jag redan innan analysen visste vilka teman jag skulle identifiera i mina texter. Så är inte fallet. När det kommer till mina tre teman i urvalsprocessen är deras syfte att avgränsa antalet texter till enbart sådana som innehöll relevant information i förhållande till mitt syfte, min problemformulering och mina frågeställningar. Dessa teman är dessutom inte teoretiskt förankrade. De diskursiva temana är däremot förankrade i mina teorier men utgår även självklart från mitt syfte, min problemformulering och mina frågeställningar.

Något som jag också uppfattat som problematiskt i studien är att konkretisera analysfrågor som skiljer sig från mina frågeställningar. Analysfrågorna ska underlätta när det kommer till att besvara just frågeställningar, men i mitt fall var detta svårt. Min problemformulering innehåller begrepp som måste definieras. Innebörden av ett samhällsproblem är inte självklart och det är inte heller självklart hur jag definierar ett. Därför är mina frågeställningar konkreta och förväntas ge ett svar på just detta. Konkreta frågeställningar kräver mer konkreta analysfrågor för att besvara de förstnämnda. Därför följs varje analysfråga av en kort beskrivning över vad jag vill ha svar på.

Jag är medveten om att mitt val att utesluta texter med offentliga personer i mitt urval av empiriskt material kan påverka mitt resultat. Texter med offentliga personer är en del av kvällspressens framställning av ortorexi och kan därför anses vara relevant att undersöka. I mitt fall blev materialet allt för omfattande för att inkludera texter som handlade om personer som är kända för allmänheten. Med mer tid hade detta dock varit relevant att undersöka.

Eftersom att journalistikforskning om mediernas representation av ortorexi inte tidigare gjorts, ser jag det som oerhört viktigt att ha en hög tillförlitlighet i min studie. Detta för att förhoppningvis underlätta för framtida forskning i ämnet. Jag ser dock en viss problematik i att det saknas tidigare forskning. Det underliggande en risk att jag som forskare förlorar mitt huvudfokus om vad medierna erbjuder läsaren och istället börjar undersöka hur medieinnehållet påverkar läsaren. Vilket inte är det jag vill med min studie. Med enkla, konkreta och tydliga analysfrågor slipper jag detta problem.

5.5 Forskningsetik

Enligt Gustafsson, Hermerén och Petterson (2006) bör god forskningssed främja forskning av hög kvalitet både genom att underlätta för goda relationer mellan forskare och mellan forskare och allmänheten, men också genom att förebygga och motverka vetenskaplig oredlighet. Kraven som ställs på forskaren kan sammanfattas med ord som ärlighet, öppenhet, ordningssamhet, hänsynfullhet och oväld (Gustafsson, Hermerén & Petterson, 2006). Forskningsetiken handlar dock inte om lagar och regler, men är ändå otroligt viktig. Forskaren har ett ansvar mot samhället och förväntas representera de värden som forskningen står för fortsätter (Gustafsson, Hermerén & Petterson, 2006). Samhället ska kunna lita på att forskaren gjort sitt yttersta för att få fram hållbara och relevanta resultat.

Forskningsetik handlar i första hand om hur man tar hänsyn till och skyddar dem som berörs av forskningen (Gustafsson, Hermerén & Petterson, 2006). I min studie saknas medverkande av varken informanter eller deltagare. Därför är mina etiska ställningstaganden inte lika många som om jag hade valt en metod innehållande intervjuer eller observationer. I min studie får jag istället ta ställning till aspekter som namnpublicering och känsligheten kring ortorexi som ätstörning. Jag har valt att anonymisera personerna i mina analyserade texter. Detta för att undvika några framtida etiska problem men också för att namn på personerna i sig inte tillför något till min studie.

6. Resultat & analys

Nedan presenterar jag de diskursiva teman som jag har identifierat i mina texter; *den nya och farliga ätstörningen, ett problem* och *stereotyper*. Redan i urvalet av materialet framgick en del tydliga teman i texterna. De diskursiva teman som senare blev tydliga i samband med analysen liknar till stora delar förstahandsupplagorna. Däremot är de diskursiva temana mer konkretiserade och utvecklade. De säger också något särskilt om ortorexi, samhällsproblem och medier.

Tillsammans med varje diskursivt tema kommer jag även presentera de frames som framkommit i samband med analysen och använda mig av Losekes (1999) definition av

samhällsproblem samt Cohens (1972) modell över moralpanik för att visa hur jag undersökt hur ortorexi konstrueras i den svenska kvällspressen.

6.1 Den nya och farliga ätstörningen

En kort och enkel definition av kvällspressens framställning av ortorexi är när nyttigt blir onyttigt, när sunt blir osunt eller när hälsosamt blir ohälsosamt. Kärt barn har många namn och det är just dessa tre beskrivningar av samma sak som återkommer i texterna. I själva analysen framgår dock en mer detaljerad bild av ortorexi, eller egentligen två olika bilder; *en ny typ av ätstörning* och *när nyttigt blir onyttigt*. Dessa två gestaltningar av ortorexi skiljer sig från de tidigare teman jag använde i mitt urval då de faktiskt säger något särskilt om hur kvällspressen framställer ortorexi och inte bara att framställningen finns där. En gestaltning definierar problem, anledningen till dem, säger vad vi ska tycka om dem och ger förslag på potentiella lösningar (Entman, 1993). Just detta sker i de två frames som jag identifierat i samband med min analys.

6.1.1 En ny typ av ätstörning

I senaste numret av tidningen Cosmopolitan lanseras en ny - och tydligen allt mer vanlig - typ av ätstörning (Expressen 1998-07-29 *Ortorexi ny typ av ätstörning*).

Så lät det första gången kvällspressen valde att skriva om ortorexi i slutet av 90-talet. Citatet är talande för hur texten tydligt framställer ortorexi som en ny typ av ätstörning. Förutom det faktum att ordet *ny* faktiskt finns med i citatet bidrar även den hänvisade källan till att förstå ortorexi som en ny ätstörning. Cosmopolitan är ett mode- och skönhetsmagasin som riktar sig främst till kvinnor, inte ett vetenskapsmagasin eller någon större tidskrift med stor tillförlitlighet. I citatet går det också att se en antydning till en viss skepsis över ätstörningen existens, både i tonen och ordval som *lanseras*. Skepsisen fortsätter att genomsyra texten i följande citat.

Ett amerikanskt fenomen?

- Vi har ingen erfarenhet av det här, säger syster X på specialenheten för anorexi och bulimi vid Löwenströmska sjukhuset. Men vi

har ju sett hur extrema veganers proteinbrist yttrar sig - i trötthet och sämre värden (Expressen 1998-07-29 *Ortorexi ny typ av ätstörning*).

Frågan går att förstå som innehållande två olika värderingar. Antingen som ett sätt att se ortorexi som ett påhitt och en trend från andra sidan Atlanten som nu kommit till oss i Sverige, eller som en ny ätstörning från Amerika. Att det skulle vara ett amerikansk fenomen förstärker bilden av en ny ätstörning eftersom att USA ”alltid är först med allt”. Att det dessutom saknas erfarenhet av ortorexi inom vården etablerar bilden ytterligare.

Det som också tydliggör kvällspressen gestaltning av ortorexi som en ny ätstörning är användningen av vetenskapliga definitioner före uttalanden från personer som själva drabbats av ortorexi eller människor som jobbar med ortorexi. I mina utvalda texter används Steven Bratmans definition av ortorexi vilket bidrar till både en ganska fattig och färglös gestaltning, men även till en förstärkning av ortorexi som en ny ätstörning då den vetenskapliga definitionen är det enda som finns att tillgå för att informera om den. Bristen på svensk kunskap och erfarenhet är tydlig både i beskrivningar av ortorexi och i uttalanden.

- Det är inte fel att till exempel äta vegetariskt, men man måste göra det på rätt sätt. Det är viktigt att ha kunskap om vad kroppen behöver för att må bra, säger X X, dietist vid Stockholms centrum för ätstörningar (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*).

I citatet ovan synonymiseras de ortorektiska symptomen med de problem som kan uppstå när man äter vegetarisk mat. I relation till dagens kunskap om ortorexi, tyder citatet på inget annat än okunskap. Genom att ställa sig kritisk eller ifrågasättande till ortorexi som en ätstörning i över huvudtaget läggs ytterligare värderingar i texternas gestaltningar.

Utgångspunkten är antagandet att det i dag finns ett växande problem med människor som tränar för mycket och äter för nyttigt och att det skulle leda till en

osund fixering som orsakar ett sjukt beroende, alltså ortorexi. Så dumt och missriktat! (Aftonbladet 2014-04-25 *Fredagsmyset tar livet av oss - inte träning*).

I citatet sätts ortorexi i kontrast till att vi idag rör på oss för lite. Gestaltningen går att förstå som ett försök att förminska eller ignorera ätstörningen eller som ett accepterande av att det faktiskt är en ätstörning och ett problem. Att ifrågasätta är också att acceptera.

– Antalet som söker behandling hos oss har dubblerats de senaste åren, säger X X, hälsovetare och expert på ortorexi, alltså träningsberoende (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Samtidigt som att en del texter ställer sig kritiska till ätstörningens existens framställer andra ortorexi som ett växande problem och något som allt fler drabbas av. De båda parterna i konflikten om att definiera ortorexi bidrar till en framställning om att ortorexi är en ny växande ätstörning. Kritiken, tillsammans med citatet ovan, förstärker snarare än försvagar bilden.

De texter jag analyserat sträcker sig över en period på åtta år. Därför vore det konstigt om framställningen av ortorexi som en ny typ av ätstörning skulle se ut på samma sätt idag som i slutet av 90-talet. Det gör den inte. Däremot finns fortfarande flera exempel på hur ortorexi fortfarande gestaltas som en ny ätstörning. I jämförelse med texter från slutet av 90-talet innehåller de mer nutida texterna personer som själva har eller har haft ortorexi samt exempel på hur man blir frisk. Förändringen i texterna går att förstå som att kvällspressen idag ser ortorexi som en mer accepterad diagnos och ett mer erkänt problem än tidigare.

6.1.2 När nyttigt blir onyttigt

Den andra gestaltningen av ortorexi i kvällspressen som framgår i mina texter är mer inriktad på de hälsorisker som kommer i samband med att vara sjuk i ätstörningen. Som jag tidigare argumenterat för definieras ortorexi i mina analyserade texter som när något hälsosamt blir ohälsosamt.

I gestaltningen *när nyttigt blir onyttigt* läggs ett tydligare fokus på ortorexi som en farlig och allvarlig ätstörning än att det bara skulle vara osunt att vara sjuk. I texterna används ord som *näringsbrist, svimningsanfall, skadliga matvanor, tvångstankar, osund fixering, överdriven träning* och *träningsberoende*. Av dessa ord går det att dra slutsatsen om att texterna framställer ortorexi som något skadligt och farligt. Också som när något så positivt relaterat som träning och hälsosamt ätande blir något negativt.

X X, 27, tyckte att hon åt nyttigt och smalt. Men i själva verket var hennes matvanor skadliga. Nu har hon lärt sig att äta ordentligt (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*).

I texterna framställs ortorexi vara så farligt att det kan leda till cancer eller till och med döden. Både döden i fysisk bemärkelse, men också med en mer metaforisk betydelse. I texterna framställs ortorexi som något tvångsmässigt där livet tenderar till att enbart kretsa kring träning, hälsosam mat och kroppen. Ortorektikern blir så fast i sitt tvångsmässiga beteende att den får ångest eller dåligt samvete när ett träningspass uteblir eller planer går i kras. Detta gör att den som är sjuk i ortorexi isolerar sig och hamnar utanför det sociala livet.

– Maten och träningen var det enda som betydde något, jag orkade ingenting mer. Det var inget värdigt liv (Aftonbladet 2013-05-20 *”Jag hade lika gärna kunnat dö”*).

Gestaltning bidrar därför inte bara till ett framhäva ortorexi som något som innebär en stor hälsorisk och som man faktiskt fysiskt kan dö av. Utan också som något som tar död på det sociala livet och som ett liv som inte längre är värt att leva. Trovärdigheten av gestaltningen i texterna förstärks av ett försök att vända ortorexi till något positivt och friskt eftersom att de bekräftar de känslor som ortorektikern känner.

Det är därför inte sjukligt att ha dåligt samvete eller känna sig olustig över ett missat träningspass, det är istället en helt naturlig reaktion och något sunt. Det är istället

stillasittandet som borde ge oss dåligt samvete (Aftonbladet 2014-04-25

Fredagsmyset tar livet av oss - inte träning).

Precis som i gestaltningen av ortorexi som jag presenterade i tidigare avsnitt har också framställningen av ätstörningen som något skadligt och allvarligt förändrats över tid. I början av 90-talet då de första av mina analyserade texter publicerades var hälsoriskerna mer konkreta än i de mer nutida texterna. Den som har ortorexi tillskrevs symptom som yrsel och svimningsanfall medan dem i de mer nutida texterna anses ha psykiska problem före fysiska.

– Om jag inte fick min dagliga löprunda på ett par mil mådde jag dåligt. Blev lätt irriterad och fick ångest, berättar han när vi träffas på ett kafé i centrala Södertälje (Aftonbladet 2016-10-24 *-Det gör ont, men jag måste springa*).

Förutom att gestalta ortorexi som något som innebär en stor hälsorisk framställer mina texter ortorexi som något som är fel. Texterna är tydliga i att framställa ortorexi som en ätstörning man inte vill bli sjuk i och beskriver en ortorektikers liv som ett liv man inte vill leva.

– Om du inte tar tag i dina problem kommer du kanske att dö (Aftonbladet 2013-05-20 *"Jag hade lika gärna kunnat dö"*).

6.2 Ett problem

Som jag presenterade i tidigare avsnitt framställs ortorexi som något fel i mina texter. Ortorexi gestaltas som en ätstörning som tar över hela ens liv och gör det till ett liv man inte vill leva. Men ortorexi framställs inte bara som något fel i texterna, utan också som ett problem.

6.2.1 Ett samhällsproblem?

Att definiera ett samhällsproblem är ingen enkel uppgift. Det är först när vi faktiskt står inför ett som vi kan vara helt säkra på vad det är och innebär (Losekse, 1999). En grundläggande förutsättning är att något är fel och uppfattas som både allvarlig och

bekymmersam. Att ortorexi framställs som fel i mina analyserade texter har jag redan konstaterat. Citatet nedan talar tydligt för detta.

– Maten och träningen var det enda som betydde något, jag orkade ingenting mer. Det var inget värdigt liv (Aftonbladet 2013-05-20 ”*Jag hade lika gärna kunnat dö*”).

Men även genom att ställa det sjuka i kontrast till det friska bidrar till framställningen av att ortorexi är något fel.

Hon är en glad tjej som fortfarande tränar ofta, äter ordentligt och trivs med sitt liv. Så har det dock inte alltid varit. (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*)

Tydliga kontraster tillsammans med de egenskaper som tillskrivs ortorektikern i texterna, som tvångsmässigt beteende, manisk träning och en besatthet av vad som stoppas i munnen, är ett ännu ett tecken på att ortorexi framställs som något fel eller som ett problem.

Hur kan träning och nyttig mat bli ett osunt beroende? Och hur många lider egentligen av äkta ortorexi? (Aftonbladet 2014-04-25 *Fredagsmyset tar livet av oss - inte träning*).

Till och med när ortorexi ifrågasätts i texterna förstärks bilden av att det skulle vara fel och ett problem. Kritiken bekräftar ätstörningen egenskaper och bidrar till att lägga en värdering i saken.

Ytterligare en grundförutsättning för att något ska uppfattas som ett samhällsproblem är att det är tillräckligt omfattande och sätter ett större antal människors hälsa eller liv på spel. I mina analyserade texter syns tendenser till en liknande framställning först i texter från 2014. Innan dess är gestaltas ortorexi fortfarande som en ny typ av ätstörning.

Till hennes hälsoföretag Ylab söker sig allt fler killar och tjejer för behandling av

den sjukliga tränings- och nyttighetsfixering som kallas ortorexi.

– Antalet patienter har dubblerats de senaste åren, X X (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Genom att beskriva ortorexi som en växande ätstörning som allt fler drabbas av förstärks bilden av ortorexi är ett omfattande problem. Tillsammans med ord som *fler drabbas*, *extremt vanligt* och *vill varna*, som är återkommande i mina texter, betonas att ortorexi är något fel och något som kan sätta människors liv och hälsa på spel. Det faktum att ortorexi idag inte är en egen diagnos bidrar också till framställningen av ortorexi som ett omfattande problem.

Ingen statistik finns då ortorexi inte räknas som en egen diagnos.

– Så var det även med bulimi, hetsätning, som klassades som en diagnos först omkring 1994, säger X X (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*)

Citatet, som argument för att det skulle vara ett samhällsproblem, framställer ortorexi som något vi, samhället, måste göra något åt. För att historien inte ska upprepas eller för att en definitionen av ortorexi ska ta lika lång tid som när bulimi blev en egen ätstörning, bör vi agera så att ortorexi faktiskt blir en egen diagnos. Samtidigt sätts ett varningens finger upp i texterna för att se till att inte fler ska drabbas. Den typ av gestaltning hade troligtvis inte sett ut på samma sätt om ortorexi idag hade varit en egen diagnos.

X säger att han vill berätta öppet om sitt träningsberoende för att varna andra och visa hur illa det kan gå om man pressar sig för hårt (Aftonbladet 2016-10-24 *-Det gör ont, men jag måste springa*).

Varningarna finns med i kvällspressens framställning av ortorexi först i de mer nutida av mina texter, alltså först när kunskapen om ätstörningen blivit större. Så över tid verkar ortorexi mer och mer gestaltats som ett problem i medierna. Utöver de tidigare förutsättningarna jag presenterat måste det även finnas en uppfattning om att människan

kan påverka problemet, både i negativ och positiv bemärkelse. Problemet kan således både orsakas och lösas av mänsklig påverkan. Det potentiella samhällsproblemet måste även innehålla en viss optimism om en lösning som koppling till den mänskliga påverkan.

Optimismen kring ortorexi när det kommer till att hitta en lösning på problemet i mina analyserade texter hittar jag tendenser till först i de mer nutida texterna.

– Har man varit sjuk länge kan det ta något längre tid, men de flesta som kommer till oss blir helt friska efter 1,5 till 2 år, säger X X (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Den tydligaste optimismen i texterna finns i de exempel där personer som blivit friska från sin ortorexi är intervjuade. Valet av intervjupersoner i texterna synliggör att det faktiskt går att bli frisk. Exempel på behandlingsmetoder och information om vart man ska vända sig om man är sjuk bidrar också det till en viss optimism och en lösning på problemet. Däremot till en lösning på individnivå. Att bli frisk och fri från ortorexi är på sätt och vis en lösning på problemet. Men det löser inte ortorexi som ett problem på samhällsnivå.

Det instagrammas och facebookas om bicepsomfång, raw food-luncher och tillryggalagda mil – något som göder bekräftelsebehovet och spär på rädslan att inte duga, enligt X X (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Det finns mycket i texterna som tyder på att det ligger värderingar i ortorexi och att det skulle kunna uppfattas som ett samhällsproblem. Men det är svårt att identifiera lösningar på problemet på samhällsnivå. Varningarna om att bli fast i tvångsmässigt beteenden är det närmaste jag kommer en lösning på samhällsnivå, då medierna skulle kunna erbjuda läsaren en avskräckande bild av ortorexi.

6.2.2 En form av moralpanik?

Moralpanik inträffar när något, en situation, ett tillstånd eller kanske en grupp personer, går att se som ett hot mot sociala värderingar och intressen. I det här fallet är något ortorexi och Cohens (1972) modell över moralpanik stämmer till stora delar överens med ätstörningens utveckling över tid i mina analyserade texter.

Cohen (1972) menar att moralpanik uppstår plötsligt och oväntat, trots att oron kan ha funnits latent där hela tiden. Moralpaniken inleds med en tidig diskussion om problemet, därefter pekas någon, några eller något ut som ansvarig för hotet eller problemet.

Därefter sker en tyst överenskommelse om att problemet måste tas på allvar vilket får myndigheter att agera. Vid det här laget har medierna bidragit till uppfattningen om att problemet är större än vad de kanske i själva verket är.

I de tidiga texterna från slutet av 90-talet ges utrymme för en ny diskussion. Ortorexi är något nytt. Något vi tidigare inte stött på i Sverige. Redan 1998 då första artikeln om ortorexi publicerades i kvällspressen, är pekpinnen framme och det spekuleras i texten vem som ligger bakom ätstörningen. Genom att ställa frågan om ortorexi skulle kunna vara ett amerikanskt fenomen, antyds i texten att USA skulle vara skyldig till ätstörningen. Men tydligast är framställningen av att det är den enskilda individen som bär på ansvaret och är skyldig till att ha blivit sjuk.

Med en högst personlig idé om vad som är nyttigt respektive livsfarligt, accepteras eller ratas olika ingredienser. Ortorektikern tycker att hon är hälsan själv (Expressen 1998-07-29 *Ortorexi ny typ av ätstörning*).

Det syns också i mer nutida texter att den huvudsakliga skulden till att ha blivit sjuk ligger hos ortorektikern själv. Ordvalen är oftast i singular. Men det finns också exempel i texterna där skulden verkar ligga hos någon annan. Någon annan behöver inte nödvändigtvis vara en konkret person, utan framställs vara samhället i stort. Ansvaret för att allt fler drabbas av ortorexi läggs på sociala medier och träningen som blivit trendig. Men även mer faktiska saker ges skulden. Dock fortfarande med ett uns av skuld på individen.

I tonåren tävlade hon på elitnivå som landslagsryttare i gymkhana och var van vid beröm och lovord. Inombords, däremot, var ett ständigt kaos av tvångstankar och prestationsångest (Aftonbladet 2013-05-20 "*Jag hade lika gärna kunnat dö*").

Den tysta överenskommelsen om att problemet måste tas på allvar verkar ha skett relativt nyss i de analyserade texterna. Ortorexi framställs länge som en ny ätstörning och först i de mer nutida texterna från 10-talet gestaltas ortorexi som något mer självklart, både som ett problem och som en ätstörning.

– Olika trendiga dieter skapar ångest och fungerar som skrämselfpropaganda. Snabbsvält är ofta inkörsport till en ätstörning. Men även fitnessindustrin och idrottsvärlden bär ett ansvar (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Det är dock svårt att konkret visa på när den tysta överenskommelsen om att ortorexi är ett problem gjordes i texterna. Men det verkar ha skett successivt och relativt nyligen. Ett tecken på en överenskommelse skulle kunna vara i samband med att texterna innehåller intervjupersoner som själva har eller har haft ortorexi.

Huruvida medierna bidragit till att göra problemet större än vad det kanske är kan jag inte säga något om med en innehållsanalys av sex texter. Men i och med att läkare och experter inom ämnet uttalar sig i texterna skulle man i alla fall kunna se det som om myndigheter har börjat lägga sig i i debatten.

6.3 Stereotyper

Ortorexi beskrivs generellt i mina utvalda texter som ett exempel på när nyttigt blir onyttigt. Framställningen av de som har eller har haft ortorexi är inte entydig.

Ortorektikern tilldelas olika egenskaper och kvällspressen verkar, med utgångspunkt i mina analyserande texter, ha svårt att faktiskt definiera vad den som har ortorexi verkligen lider av och vad det kan bero på. Ord som *smalt*, *nyttigt*, *sunt*, *hälsosamt* och *träning* är återkommande i texterna och framstår som ledord för den som har ortorexi.

Då började jag koncentrera mig på att äta nyttigt och smalt, berättar X X, 27. Nyttigt och smalt i X fall betydde som ett exempel yoghurt och grovt bröd utan smör till frukost (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*).

Gestaltningen av ortorektikern följer till synes ett visst grundmönster. Men i de analyserade texterna går ändå att hitta tre olika stereotyper av den som har ortorexi. Dessa är *trendortorektikern*, *elitidrottaren som blev sjuk* och *hen med huvudet fullt av tvångstankar*.

6.3.1 Trendortorektikern

Den mest återkommande stereotypen i de analyserade texterna är *trendortorektikern*. Den framstår även vara den mest nutida gestaltningen av ortorektikern. Trendortorektikern har växt fram i takt med samhällsutvecklingen och det tydliga fokuset på vad som är viktigt idag - träning och hälsa. Tillsammans med sociala medier har vi idag fått utrymme att visa oss duktiga och hälsosamma, vilket texterna framställer som en av anledningarna till trendortorektikerns uppkomst.

Det instagrammas och facebookas om bicepsomfång, raw food-luncher och tillryggalagda mil – något som göder bekräftelsebehovet och spär på rädslan att inte duga, enligt X X (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Vad som också är tydligt i gestaltningen av trendortorektikern är att dennes huvudmål snarare är att vara hälsosam än att träna sig till en vältränad och smal kropp. För trendortorektikern är det inte vad samhället anser vara hälsosamt som styr dennes val. Vad som är hälsosamt för trendortorektikern grundar sig i personliga val som kan, men inte nödvändigtvis stämmer överens med den samhälleliga uppfattningen. Trendortorektikern är intresserad av kvalitet före kvantitet när det gäller mat och framställs vara besatt av hälsa.

Ost är ohälsosamt. Precis som kött, ägg, bröd och mjölk. Äter du sådan mat blir du ”förgiftad” (Expressen 1998-07-29 *Ortorexi ny typ av ätstörning*).

I texterna framställs hälsa vara något som i grund och botten är bra. Att röra på sig och äta sunt är receptet på att må bra. Detta gör att gränsen mellan vad som är sjukt och friskt är svår att dra. Därför är det svårt att skilja på den som har ortorexi och inte. Trendortorektikern sätter hälsosamt på sin spets och till varje pris och väljer ofta yrken som personlig tränare eller dietist. Hen tillskrivs också använda häftig ny träningsteknik vilket gör det ännu svårare att urskilja trendortorektikern från den som är frisk och den som är träningsintresserad. Visserligen har även trendortorektikern ett stort intresse för träning, men ett felaktigt sådant.

– En ortorektiker ser ofta hälsosam ut med solariebränna och magrutor och kan ha fysvärden i nivå med en elitidrottare, men mäter man fettvikten kan den ligga mer än 10–15 procent under normalvärden. (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*)

6.3.2 Elitidrottaren som blev sjuk

En annan stereotyp av ortorektikern är *elitidrottaren som blev sjuk*. Den här stereotypen framställs precis som det låter, ha en bakgrund av idrott på elitnivå med allt vad det innebär. Det behöver inte nödvändigtvis handla om att ortorektikern har en väldigt aktiv träningsbakgrund, utan kan också handla om att vara van vid den uppmärksamhet som kommer med framgång som elitidrottare.

I texterna framställs elitidrottaren som blev sjuk ha fastnat i ortorexi först när den idrottsliga elitkarriären är över. Men anledningen varierar. Antingen är det avsaknaden av bekräftelse som kom i samband med elitidrottande som ortorektikern saknar och därför söker på annat håll. Eller, vilket är vanligast i gestaltningen av stereotypen, så är det resultatet på vågen efter att ännu inte anpassat sig vid omställningen från idrott på elitnivå till träning på motionsnivå.

Det fanns en tid när X var fixerad vid att äta smalt och fettfritt samtidigt som hon ägnade massor av energi till att tänka ut nya övningar att göra på gymmet, i hopp om att bli mer nöjd med sin kropp (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut*)

såhär?).

Till skillnad från trendortorektikern är elitidrottaren som blev sjuk mer besatt av träning och att få en snygg kropp än att leva hälsosamt. I texterna framställs stereotypen vara fast i träningen och använder alla medel för att bli nöjd med sin kropp. I detta ingår såklart kostval men träningen i sig verkar vara det viktiga eftersom att stereotypen kommer från en tidigare träningsbakgrund.

Jag fick i mig kolhydrater, men inget fett alls och knappt något protein. Jag tränade och tränade men ingenting hände (Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*).

6.3.3 Hen med huvudet fullt av tvångstankar

Den sista stereotypen som jag hittar i min analys är *hen med huvudet fullt av tvångstankar*. Generellt skulle man kunna säga att det är en blandning av både trendortorektiken och elitidrottaren som blev sjuk. Gestaltningen av stereotypen innehåller tendenser från bägge då träning, kost och hälsa är viktigt också för hen med huvudet fullt av tvångstankar.

– Tydliga tecken är rädsla för att äta vissa livsmedel som man räknar som ”onyttiga”. Man tränar inte längre för att må bra, utan för att man mår dåligt om man låter bli. Ofta isolerar man sig socialt för att slippa fika eller äta glass på semestern. (Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*).

Hen med huvudet fullt av tvångstankar framställs i mina analyserade texter som den mest extrema stereotypen när det kommer till ortorexi. Gestaltningen av dess egenskaper och beteende är den gestaltning som bäst stämmer överens med hur kvällspressen definierar ortorexi i stort. Stereotypen förstärks därför av varningstecknen som pekas ut för att förklara vad ortorexi är.

Till skillnad från tidigare stereotyper som jag presenterat betonas de psykiska problemen i samband med gestaltningen av hen med huvudet fullt av tvångstankar. Ofta

framställs stereotypen även ha en annan form av ätstörning bagaget. Det är också i samband med gestaltningen av den här stereotypen som de mest extrema följderna presenteras.

Plötsligt svartnade det för ögonen och X föll ihop på golvet i ett epileptiskt anfall.

När hon vaknade upp hade ambulansen kommit till platsen (Aftonbladet 2013-05-20 "Jag hade lika gärna kunnat dö").

Stereotypen framställs vara fullkomligt besatt av både träning och kost. Hen med huvudet fullt av tvångstankar är fast i ett maniskt och tvångsmässigt beteende. Livet stereotypen lever beskrivs i citat som ett liv som inte är värdigt att leva. Att bara äta frukt, dricka lightprodukter och springa flera mil förstärker bilden av att ortorexi är något farligt, sjukligt och fel.

–Om jag inte fick min dagliga löprunda på ett par mil mår jag dåligt. Blev lättirriterad och fick ångest, berättar han när vi träffas på ett kafé i centrala Södertälje (Aftonbladet 2016-10-24 -*Det gör ont, men jag måste springa*).

6.4 Sammanfattning

Bilden av ortorexi, vad det är och hur ätstörningen ter sig på de som är sjuka, är inte entydig i de analyserade texterna. Ortorexi gestaltas dels som *en ny typ av ätstörning* där kunskapen om den är liten. Texterna ställer sig till en början frågande till om ortorexi verkligen är en ätstörning eller bara en trend. Framställningen av ortorexi som en ny ätstörning är tydligare i texter från slutet av 90-talet och utvecklas till att bli en mer accepterad ätstörning i de mer nutida texterna. Men även i dessa texter går okunskapen om ortorexi att tolka som en framställning av en ny ätstörning.

Ortorexi framställs också som en farlig och allvarlig ätstörning där riskerna med att drabbas starkt betonas. *När nyttigt blir onyttigt* och visar på att ortorektikern både kan ha fysiska och psykiska problem samt gestaltar ortorexi i grund och botten som något fel. Att leva med ortorexi framställs vara ett liv inte värt att leva. Genom att tydligt framställa riskerna med ortorexi och använda ord som *cancer* och *näringsbrist* går

gestaltningen att tolka som ett sätt att varna andra för ätstörningen. Det är ett av argumenten för att en form av moralpanik finns i de analyserade texterna. Men det finns fler exempel. Texterna uppfyller i stort sett samtliga kriterier i både Losekes (1999) definition och Cohens (1972) modell vilket gör det möjligt att förstå framställningen av ortorexi som både ett samhällsproblem och en form av moralpanik.

I texterna finns tre stereotyper av den typiska ortorektikern. Den mest nutida av dessa stereotyper är *trendortorektikern* som sätter hälsosamt på sin absoluta spets och drivs helt av sin personliga uppfattning om vad som är hälsosamt. *Elitidrottaren som blev sjuk* drivs istället för att leva hälsosamt av den vältränade kroppen eftersom att hen har en träningsbakgrund som gav just en sådan kropp. Den tidigare kroppen är alltså vad som eftersträvas. Den stereotyp som bäst stämmer överens med den bild av ortorexi som den svenska kvällspressen gestaltar är dock *hen med huvudet fullt av tvångstankar* som framställs vara den mest extrema av de tre stereotyperna. I kontrast till de tidigare stereotyperna drivs hen med huvudet fullt av tvångstankar av ett tvångsmässigt beteende som inte går, eller i alla fall är väldigt svårt att bli fri från. Ofta framställs stereotypen ha psykiska problem och i många fall även en ha haft en tidigare ätstörning.

7. Slutsats & diskussion

Så, slutligen, presenterar jag uppsatsens slutsats. Kapitlet inleds med facit på mina frågeställningar och presenterar sedan ett svar på min huvudsakliga problemformulering. Därefter redovisar jag för studiens syfte. I diskussionen presenterar jag mina egna tankar och reflektioner som uppkom i samband med analysen. Kapitlet avslutas sedan med förslag på vidare forskning.

7.1 Slutsats

Syftet med min uppsats är att undersöka hur ortorexi konstrueras i den svenska kvällspressen. För att studera detta har jag använt mig av en kritisk diskursanalys inspirerad av Faricloudhs tredimensionella modell och gestaltningsteorin enligt Entman. Med hjälp av en kritisk diskursanalys fann jag tre diskursiva teman i texterna; *den nya och farliga ätstörningen*, *ett problem* och *stereotyper*. Under dessa teman gömde sig dels frames för själva ätstörningen; *en ny typ av ätstörning* och *när nyttigt blir onyttigt*,

men också för hur den stereotypa ortorektikern är. Dessa stereotyper är; *trendortorektikern, elitidrottaren som blev sjuk och hen med huvudet fullt med tvångstankar.*

Till min hjälp har jag också utgått från Losekes (1999) definition av samhällsproblem och Cohens (1972) modell över moralpanik. Nedan kommer jag att besvara mina tre frågeställningar, min problemformulering och avsluta med en kort sammanfattning av mitt syfte.

7.1.1 Tre frågor - tre svar

- Vad i texterna bidrar till att förstå ortorexi som något farligt och som innebär en hälsorisk?

Ätstörningar, och sjukdomar överlag, framställs sällan på ett positivt sätt i medierna. Det i sig är inget konstigt. Det negativa aspekterna är i de flesta fall fler än de positiva i samband med medierapporteringen om sjukdomar. Budskapet är tydligt. Man ska inte vara sjuk och ingen vill vara sjuk. Samma sak gäller när det kommer till ortorexi i kvällspressen. I texterna finns flera exempel där ortorexi gestaltas som något farligt och något som i värsta fall kan leda till döden. Texterna från slutet av 90-talet och in på början av 00-talet betonar de fysiska konsekvenserna av ortorexi som näringsbrist, svimningsanfall och cancer. I de mer nutida texterna tar sig ätstörningen uttryck i psykiska problem som tvångsmässigt beteende och låg självkänsla. Oavsett en framställning av psykiska eller fysiska problem erbjuds läsaren inte på något sätt en positiv bild av ortorexi.

I texterna framställs ortorexi som något tvångsmässigt där allt fokus, hela livet, kretsar kring träning, hälsosam mat och kroppen. När planeringen spricker eller när träningspass inte blir av drabbas ortorektikern av så stark ångest att hen istället väljer att isolera sig för att kunna leva så ”hälsosamt” som möjligt. Ortorexi går därför att tolka som en väldigt ensam ätstörning. Inte bara i den bemärkelsen att ortorektikern isolerar sig från andra, men också för att det inte alltid syns utantill att man är sjuk. Läsaren

erbjuds en bild av att ortorektikern är fånge i sin egen kropp, där de tvångsmässiga och störda tankarna håller den som har ortorexi borta från det sociala livet.

Att vara frisk eller sjuk medför idag bestämda förväntade beteenden. Allvaret, riskerna och de skadliga effekterna bidrar därför till att förstå ortorexi som något fel. Detta eftersom att ingen frisk person själv skulle vilja leva det liv som ortorektikern lever. Men också för att perfektion är det som eftersträvas i dagens samhälle. Att vara sjuk bestrider perfektionen och är närmast något som man idag ser ner på. Texterna erbjuder läsaren en bild av att ortorexi som helt enkelt inte är något man själv vill bli fast i och beskrivs i citat som ett liv som inte är värt att leva. Genom att förstärka de risker och effekter som finns kan kvällspressen tolkas aktivt kämpa för att förhindra att fler drabbas eller fungera som en typ av varningsskylt.

- Vad i texterna framställer ortorexi som en ny, och möjligtvis växande ätstörning?

Ortorexi är idag ingen egen diagnos. I den bemärkelsen är ortorexi egentligen ingen ätstörning och går att se som ny först när sjukvården definierar den som en. Människor lider dock av ortorexi idag, medicinvetenskapen har redan definierat den och i medierna finns mycket som gör det möjligt att förstå ortorexi, först och främst som en ätstörning, men också som en ny typ av ätstörning.

Det som tydligt pekar på att ortorexi skulle vara en ny ätstörning är vartifrån informationen om den kommer. I de allra första texterna om ortorexi är faktan hämtad från vetenskapen rakt av och först under 00-talet vävs mer personlig erfarenhet och uttalanden från personer som tidigare haft ortorexi, in i texterna. Det råder dessutom en viss skepsis mot att ortorexi i över huvudtaget är en ätstörning och erbjuder läsaren en uppfattning om att det bara handlar om en trend. Trendbilden försvinner i samband med att tidigare ortorektiker uttalar sig i texterna och idag är ortorexi en accepterad ätstörning i kvällspressen.

Över tid ger även texterna en uppfattning om att ortorexi är en växande ätstörning som allt fler drabbas av. Om det faktiskt är så att fler har ortorexi idag än tidigare finns ingen

statistik över. Men att fler personer uttalar sig i texterna och varnar för att andra ska hamna där de en gång var och må så de en gång mådde erbjuder läsaren en bild av ortorexi är en växande ätstörning.

- Vilka stereotyper av ortorektikern går att utskilja i texterna?

I samband med analysen framgick tre stereotyper extra tydligt; *trendortorektikern*, *elitidrottaren som blev sjuk* och *hen med huvudet fullt av tvångstankar*. Den stereotyp som bäst stämmer överens med hur ortorexi gestaltas i texterna är den sistnämnda. Eftersom att medierna bidrar till att definiera vår uppfattningen av verkligheten (Gripsrud, 2011) går gestaltningen av stereotypen att förstå som socialt förankrad. I synnerhet när bilden av ortorexi i kvällspressen och stereotypen liknar varandra på så många sätt. *Hen med huvudet fullt av tvångstankar* är också den mest extrema av de tre stereotyperna. Ortorektikern framställs vara fast i ett tvångsmässigt beteende både när det kommer till träning och kost, samt gestaltas att inte må särskilt bra. De psykiska problemen tar mer plats än de fysiska även om det är i samband med gestaltningen som de fysiska konsekvenserna först gör sig tydliga. Kollapser i joggingspåret och svimningsanfall på jobbet erbjuder läsaren en bild av ortorektikern som en sjuk person och det är just det som särskiljer stereotypen mot de andra två. Gestaltningen av den här, mer extrema stereotypen av ortorexi, går därför att tolka som en form av varning och något som läsaren förväntas avskräckas från. De tydliga hälsoriskerna och ett icke-existerande socialt umgänge, då all den tid till att umgås istället läggs på träning och kostval, erbjuder läsaren en bild av att ortorektikerns liv inte är något att sträva efter.

Den förstnämnda stereotypen är den som tydligast avspeglar dagens samhälle. Enligt Giddens (1991) formas självidentiteten av modernitet, men självidentiteten formar i sin tur också moderniteten. Att *trendortorektikern* gestaltas lika allvarligt på hälsosamt som en tro på en högre makt är kanske inte särskilt förvånande sett till vad som är viktigt i vårt samhälle idag. Nyttigt, hälsosamt och sunt är dagens ideal. Det som skiljer *trendortorektikern* från den välmående, hälsosamma, friska personen är att ortorektikern framställs drivas helt av sin personliga uppfattningen om vad som är hälsosamt. Den friska personen kan mellan raderna i texterna tolkas vara mer beroende av samhällets

uppfattning om vad som är hälsosamt. Så, om hen med huvudet fullt av tvångstankar kan tolkas vara den mest extrema och varierande stereotypen, kan trendortorektikern uppfattas som den farligaste. Trendortorektikerns personliga uppfattning om vad som är hälsosamt, att baka eget glutenfritt bröd, skippa osten och utesluta allt som har socker i sig, liknar den friska uppfattningen om vad som är hälsosamt. Därför kan läsaren få uppfattningen att det som är sjukt är friskt.

Den sista av de tre stereotypa ortorektikerna i texterna är *elitidrottaren som blev sjuk*. I jämförelse med de andra stereotyperna framställs den här drivas av en vältränad kropp. För läsaren erbjuds därför en relativt enkelt och tydlig bild av den stereotypa ortorektikern. Utseendet går före välmåendet och så mycket mer innehåll gestaltas inte stereotypen ha. I texterna gestaltas stereotypen ha en tidigare erfarenhet av träning på elitnivå och först när karriären lagts på hyllan ska ortorektikern ha blivit sjuk. Kroppsidealet från den tidigare träningen på elitnivå lever kvar och blir målet för stereotypen. Gripsrud, (2011) menar att kroppen är ett exempel där orimliga representationer uppfattas obehagliga och närgångna just för att den är något vi är utlämnade åt. Vi kan varken göra oss av med den eller skaffa oss en helt ny. Däremot kan vi förändra den. Utseendefixeringen kan i texterna därför uppfattas bero på detta.

7.1.2 På vilket sätt bidrar den svenska kvällspressen till att definiera ortorexi som ett samhällsproblem?

Enligt Loseke (1999) är ett samhällsproblem något som uppfattas vara fel. Så fel och allvarligt att ett stort antal människors liv eller hälsa står på spel. Problemet är alltså så omfattande att det är omöjligt att ignorera det. Det bara måste lösas. Ett samhällsproblem innehåller också en uppfattning om att vi själva kan påverka det, i både negativ och positiv bemärkelse. I dagens samhälle är medierna den viktigaste aktören när det gäller att definiera, upplysa eller varna för risker och problem (Sandberg, 2004). Carvalho (2007) menar också att samhällsproblem inte speglas i medierna utan rekonstrueras.

Texterna uppfyller Losekes (1999) kriterier för vad som är ett samhällsproblem. Ortorexi kan således uppfattas som ett. Till skillnad från sjukvården är ortorexi en

accepterad ätstörning i kvällspressen och gestaltas som både något allvarligt och fel. Riskerna, de skadliga effekterna och ensamheten som framställs i texterna visar tydligt på ortorexi är ett problem. Det faktum att ortorexi anses vara en växande ätstörning som allt fler drabbas av i texterna går att tolka som om att ett stort antal människors hälsa, och liv, faktiskt står på spel.

Den mänskliga faktorn i det hela gör sig uttryck i vem som är ansvarig för ätstörningen. Det är också den mänskliga faktorn, de faktiska exemplen på att det går att bli frisk, som visar på att problemet går att lösa. I texterna läggs skulden till ätstörningen på både sociala medier, träningen som blivit trendig och prestationsångest. Den tyngsta skulden får dock ortorektikern själv bära på sina axlar. Detta eftersom att ortorektikern framställs ha en egen uppfattning om vad som är hälsosamt och bra. Dessutom är ortorexi ingen smittsam sjukdom på samma sätt som aids och orsakas inte heller av några tydliga skäl som exempelvis cancer kan göra. Skulden till att drabbas av ortorexi ligger på den enskilda individen.

Syftet med min uppsats är att undersöka hur ortorexi konstrueras i den svenska kvällspressen. Ortorexi framställs i kvällspressen som när hälsosamt blir ohälsosamt, när nyttigt blir onyttigt eller när sunt blir osunt. Läsaren erbjuds en bild av ortorexi som något sjukt, en farlig ätstörning och som något som är både negativt och fel. Att inte kunna ta en glass på stranden en varm sommardag eller gå på bio med vännerna för att det står träning i kalendern, beskrivs som ett ovärdigt liv. Kvällspressen framställning bidrar till att förstå ortorexi som en accepterad ätstörning till skillnad från sjukvården där den fortfarande inte räknas som en egen diagnos. Ortorexi är i kvällspressen ett definierat problem som många lider av, ett samhällsproblem som vi bör göra något åt. Kvällspressens definition av ortorexi medverkar till att skapa ett samhällsproblem och erbjuder läsaren en uppfattning om att det är just det det är.

7.2 Diskussion

I följande avsnitt presenterar jag mina egna tankar och reflektioner som uppkom i samband med analysen.

7.2.1 Samhällsproblem på vilken nivå?

Att ortorexi definieras som ett samhällsproblem har jag redan konstaterat. I texterna framställs ortorexi som något fel och som något som innebär en hälsorisk för ett stort antal människor. Trots det, är det ändå intressant att diskutera huruvida ortorexi är ett samhällsproblem på mikro- eller makronivå.

Ortorexi, som de flesta ätstörningar, är på många sätt en väldigt individuell sjukdom. Ortorexi smittar inte och det syns inte alltid tydligt att ortorektikern faktiskt är sjuk på samma sätt som hos exempelvis anorektikern. Dagens fascination för hälsa och träning gör det lättare för ortorektikern att dölja sin sjukdom. Troligtvis är det därför många som idag lider av ortorexi i det tysta. Kanske fler än vad vi kan föreställa oss. Att rama in och konkretisera ortorexi som ett samhällsproblem har därför inte varit enkelt i min egen analys. I jämförelse med ungdomsarbetslöshet som är ett accepterat samhällsproblem, har ortorexi inga lika tydliga orsaker. Ungdomsarbetslösheten går självklart att koppla ihop med ekonomi. Men när det kommer till ortorexi finns inget tydligt att lägga skulden på. Såklart finns andra mer lösa spekulationer kring vad som skapar ungdomsarbetslöshet som att ungdomar är lata eller att företagen inte vill anställa unga. Liknande spekulationer finns också i diskussioner om ortorexi. Man lägger skulden på hur samhället ser på träning och hälsa samt på sociala medier. Men det är som sagt bara lösa spekulationer. Den individuella skulden till ortorexi går inte att komma från.

Ortorexi som ett samhällsprogram verkar ha störst effekt på just den egna individen än på den stora massan. Det i sig är inget konstigt. Även när det kommer till ungdomsarbetslöshet har också den störst effekt på individen. Den stora skillnaden är att det i ungdomsarbetslösheten faktiskt går att fördela skulden och lägga över den på orsaker som inte bara är spekulationer. Det går inte att göra med ortorexi. All faktisk skuld läggs på ortorektikern själv.

Så även om min uppfattning är att ortorexi är ett samhällsproblem på mikronivå, finns exempel som gör det möjligt att förstå ortorexi som ett problem på makronivå. För även om ortorexi är högst individuell finns alltid människor runtomkring som också

påverkas. Ortorektikern har troligtvis en familj, vänner och bekanta som integreras i sjukdomen. Samtidigt bidrar ortorektikern till att förstärka samhällsuppfattningen om att hälsa och träning är A och O. Detta med tanke på att det är så svårt att skilja på vad som är sjukt och vad som är friskt. Det i sin tur skulle kunna leda till att fler blir sjuka.

7.2.2 Vi friska och dem sjuka

Medierna tar ofta rollen som moralens väktare och blir i många fall en kanal för den moraliska ilskan. Moralpanik tenderar ofta att kännetecknas av oro för att frågan skulle kunna ha en negativ effekt på samhället och skapa en vi- och dem-känsla (Finer, 2012). I texterna görs en moralpanik tydlig. Det spekuleras kring vem som går att anklaga för ätstörningens utbredning och i samband med detta skapas en vi- och dem-känsla i texterna. Vi, i sammanhanget är de som är friska och dem, blir naturligt de som är sjuka.

Som jag tidigare presenterat ligger skulden över att bli sjuk i ortorexi på ortorektikern själv. I texterna uppfattas ortorektikern själv ha satt sig i den sits där hen nu sitter. Visserligen spekuleras det i texterna om sociala medier och dagens träningsideal kan vara en bidragande faktor, men det yttersta ansvaret ligger på individen själv. Detta skapar en tydlig vi- och dem känsla. Texterna gestaltar en bild av ortorektikern som någon annan, någon som är sjuk. Detta skapar en distans mellan den ”friska läsaren” och den sjuka ortorektikern. Det i sin tur bidrar till uppfattningen om att ortorexi är det som är fel och onormalt. Distansen mellan det sjuka och det friska tolkar jag som mediernas sätt att varna för ortorexi. Men det går också att förstå distansen som en förstärkning av det perfekta idealet. En vi- och dem-känsla medverkar till en uppfattning om att vara sjuk är självförvållat, dåligt och fel.

7.3 Förslag på vidare forskning

Forskningen om ortorexi i medierna är oerhört knapp inom journalistikforskningen. Jag skulle nästan dra det så långt att min uppsats är en av de första i ämnet. Därför uppmanar jag till all form av vidare forskning som berör just ortorexi, samhällsproblem och medier. Detta är viktigt eftersom att mycket, både i min egen studie och i samhället, tyder på att ortorexi är en växande ätstörning. Hur kvällspressen

framställer ortorexi kan ha en stor påverkan på hur vi uppfattar ätstörningen och är därför viktig att undersöka.

Mitt resultat säger något om hur ortorexi definieras som ett samhällsproblem i den svenska kvällspressen. Den ger dock ingen generell bild av hur ortorexi definieras i medierna. Utifrån mitt resultat vore det därför intressant att göra en kvantitativ studie med ett liknande syfte för att få en mer övergripande bild av hur de svenska medierna gestaltar ortorexi och huruvida den bilden bidrar till att definiera ett samhällsproblem. Därefter hade det varit relevant att göra en komparativ studie och för att se om ortorexi gestaltas på olika sätt i kvällspressen respektive dagspressen.

Referenser

- Bergström, Göran & Boréus, Kristina: (2012) *Diskursanalys*. Bergström, Göran & Boréus, Kristina: (2012) *Textens mening och makt* Lund: Studentlitteratur AB
- Bratman, Steven: (1997) *Original Essay on Orthorexia*. Orthorexia.com <http://www.orthorexia.com/original-orthorexia-essay/> (Hämtad 2016-11-06)
- Brune, Ylva: (2004) *Nyheter från gränsen: Tre studier i journalistik om "invandrare, flyktingar och rasistiskt våld"*. Göteborg: Institutionen för journalistik och masskommunikation.
- Burr, Vivien: (2003) *Social constructionism*. London: Routledge.
- Carvalho, Anabela: (2007) Ideological cultures and media discourses on scientific knowledge: re-reading news on climate change, *Public Understanding Of Science*, 16(2), 223-243.
- Cederström, Carl & Spicer, André: (2015) *Wellnessyndromet*. Hägersten: TankeKraft Förlag.
- Cohen, Stanley: (1972) *Folk Devils and Moral Panics*. St Albans: Paladin.
- Entman, Robert: (1993) Framing: Toward Clarification of a Fractured Paradigm. *Journal of Communication*, 43(4)
- European Commission, Directorate-General for Education and Culture. (2014). *Special Eurobarometer 412 "Sport and physical activity"*. Doi: 10.2766/73002
- Finer, David: (2012) *Mediehälsa - Mötet mellan medicin, medier och medborgare*. Lund: Studentlitteratur AB
- Giddens, Anthony, & Andersson, Sten: (1999) *Modernitet Och Självidentitet : Självet Och Samhället I Den Senmoderna Epoken*, Göteborg: Daidalos
- Gripsrud, Jostein: (2011) *Mediekultur - mediesamhälle*. Göteborg: Daidalos AB
- Gripsrud, Jostein: (1992) *The Aesthetics and Politics of Melodrama*. Dahlgren, Peter & Sparks, Colin: (1992) *Journalism and popular culture*. London: Sage Publications.
- Gustafsson, Bengt, Hermerén, Göran & Petterson, Bo: (2006) *Vad är god forskningssed? Synpunkter, riktlinjer och exempel*. Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Hilgartner, S & Bosk, C: (1988) The Rise and Fall of Social Problems: A public Arenas Model. *American Journal of Sociology*, 94(1), 53-78.
- Håman, Linn: (2016) *Extrem jakt på hälsa, en explorativ studie om ortorexia nervosa*. GUPEA

- Jisei, Lisa: (2015) *Jag är sjuk*. Eskilstuna: Fossa Media Förlag.
- Lignell, Karin: (2014) *Ätstörningar*. 1177 Vårdguiden. <http://www.1177.se/Kalmar-lan/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Vad-ar-en-atstorning/> (Hämtad 2016-10-26)
- Loseke, D. R: (1999) *Thinking about Social Problems. An introduction to constructionist perspectives*. New York: Aldinde de Gruyter.
- Nestor, Linda: (2014) *Ortorexi – är du sjukligt hälsosam?*. Ätstörningar.se. <http://atstorningar.se/ortorexi-ar-du-sjukligt-halsosam/> (Hämtad 2016-11-06)
- Nestor, Linda: (2014) *Ortorexi – är du sjukligt hälsosam?*. Ätstörningar.se.<http://atstorningar.se/statistik-over-atstorningar-i-sverige/> (Hämtad 2016-11-08)
- Parsons, Wayne: (1995) *Public Policy: An introduction to the Theory and Practice of Policy Analysis*. Aldershot: Edward Elgar.
- Sandberg, H: (2004) *Medier & Fetma : En Analys Av Vikt*. Lund: Sociologiska institutionen, Univ.
- Saukko, Paula: (2006) Rereading Media and Eating Disorders: Karen Carpenter, Princess Diana, and the Healthy Female Self. *Critical Studies in Media Communication*, 23(2), 152-169. Doi: 10.1080/07393180600714539
- Strömbäck, Jesper: (2014) *Makt, medier och samhälle - en introduktion till politisk kommunikation*. Lund: Studentlitteratur AB
- Strömbäck, Micaela: (2010) *Medieringen av mäns ätstörningar i svensk dagspress*. Enheten för medie- och kommunikationsvetenskap, Lunds Universitet.
- Vanderycken, Walter: (2011) Media Hype, Diagnostic Fad or Genuine Disorder? Professionals' Opinions About Night Eating Syndrome, Orthorexia, Muscle Dysmorphia, and Emetophobia. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 19(2), 145-155. Doi: 10.1080/10640266.2011.551634
- Winther Jørgensen, Marianne & Philips, Louise: (2000) *Diskursanalys som teori och metod*. Lund: Studentlitteratur AB

Bilagor

Samtliga artiklar i bilagan är hämtade från Mediearkivet Retriver och är tryckta versioner.

Artiklar från Expressen

Expressen 1998-07-29 *Ortorexi ny typ av ätstörning*

Artiklar från Aftonbladet

Aftonbladet 2002-03-26 *Ser ditt kylskåp ut såhär?*

Aftonbladet 2013-05-20 *"Jag hade lika gärna kunnat dö"*

Aftonbladet 2014-04-25 *Fredagsmyset tar livet av oss - inte träning*

Aftonbladet 2014-08-04 *Fler söker hjälp för träningsberoende*

Aftonbladet 2016-10-24 *-Det gör ont, men jag måste springa*