

# När kvinnor tar slut och män går in i väggen

*Hur utbrändhet presenteras i medierna*

MIA MARIE LUNDÉN är doktorand vid etnologiska institutionen, Lunds Universitet. Hon arbetar sedan februari 2004 på en avhandling om mediebildningen av utbrändhet. Hennes arbete ingår i det tvärvetenskapliga projektet "Trygghetens variationer", finansierat av Riksförsäkringsverket, vars huvudsakliga syfte är att öka kunskapen kring den senaste tidens stigande ohälsotal i Sverige.



**P**ersonalen på biljätten Volvo Logistics i Göteborg mädde allt sämre. Under 1998 fick personalchefen Kenth Berndtsson ta emot strömmar av sjuka medarbetare på sitt arbetsrum. De klagade över ont i magen, öronsus, ångest och sömnsvärigheter.

– En av våra chefer satt framför mig och beskrev de här problemen. Sen sänkte han rösten och sa: Jag orkar inte mer. Jag såg tårarna bränna i ögonen på honom.

(*Aftonbladet* 14. 1. 2003)

Anställda i olika åldrar, män och kvinnor, sjukskrevs. Företaget Volvo Logistics var inte ensamt om att drabbas, sjukskrivningarna sköt i höjden i slutet av 1990-talet inom såväl företagssektorn som kommun och lands-<sup>1</sup>ting. I samband med att en ny sjukdomsbild tonade fram, med diffusa och svårförklarliga stressymptom i förgrunden, föddes en ny diagnos: utbrändhet.<sup>2</sup> Även om fenomenet inte är nytt så fanns denna särskilda benämning inte med i Riksförsäkringsverkets tidigare klassifikationer av sjukdomar. Utbrändhetsbegreppet används emellertid numera som ett samlingsnamn för stressrelaterade åkommor, och då i synnerhet i medierna. Det är också mediernas berättelser om utbrändhet som står i den här artikels fokus – studien bygger på texter publicerade 2003 i *Dagens Nyheter*, *Svenska Dagbladet*, *Expressen* och *Aftonbladet*.<sup>3</sup> En sökning i dessa tidningars arkiv visar en tydligt uppåtgående trend för ordet: 26 träffar 1995, 120 träffar 1998 och 265 träffar 2003. Genom en detaljanalys av retoriken i pressmaterialet, i syn-

nerhet metaforer men också enskilda ord som exempelvis adjektiv, vill jag söka svar på följande frågor: Hur uttrycks symptomen? Vilken språklig form får sjukdomen? Vilka ord använder de, såväl drabbade som journalister, för att beskriva lidandet?

#### UTBRÄNDHET SOM METAFOR

Att lyssna till en sjukdomsberättelse förmedlad via en reporter som arbetar på en tidning säger något väsentligt om den journalistiska institutionen. Förkärleken för dramatik, spänning och överraskningar bereder väg för starka känslotillstånd och flödande emotioner. De utförliga sjukdomsberättelserna i medierna handlar därför sällan om förkylningar eller benbrott, desto oftare om diffusa symptom och oförklarliga krämpor. "En 'kroppslig' sjukdom blir på något sätt mindre verklig – men i gengäld mer intressant – i den mån den kan anses som en 'mental' åkomma", skriver Susan Sontag i essän *Sjukdom som metafor* (1981:83). En brusten blindtarm är en brusten blindtarm och hamnar på löpsedeln först om den i själva verket visade sig vara ett brustet hjärta. Neuroser och depressioner brukas som kärll för medieretorikens troper; genom den potentiella öppenheten blir de lämpliga instrument för laborationer.

För närvarande ger utmattningstillståndet utbrändhet upphov till stor formuleringskonst och spekulationsiver i svenska medier. Redan på 1880-talet användes ordet för att beskriva lägen av känslomässig och intellektuell överanstängning och nu, drygt hundra år senare, har det alltså kommit tillbaka på allvar.<sup>4</sup> Man skulle kunna säga att utbrändhetsbegreppet är mediernas – och

därmed sannolikt också en stor del av allmänhetens – metafor för hela sjukskrivningsdiskussionen. Det har kommit att bli ett tusenverktyg som kan brukas till nästan vad som helst. Utbrändhet är uppenbart något individen drabbas av, ett slags sjukdomstillstånd, men eftersom dess orsaker fortfarande till stor del är en gåta för vetenskapen brukas det tills vidare som odlingsmark för människors fantasier. Susan Sontag skriver:

Varje viktig sjukdom vars orsaker är dunkla och som det inte finns någon effektiv behandling för har en tendens att dränkas i betydelse. Först identifieras föremålen för den djupaste fasa (korruption, förfall, förorening, upplösning, svaghet) med sjukdomen. Själva sjukdomen blir en metafor. Sedan prackas denna fasa på andra saker i namn av sjukdomen (det vill säga när man använder den som en metafor). Sjukdomen blir adjektivistisk (Sontag 1981:86).

I utbrändhetens namn talas det i dag om massdepression, om välfärdssamhällets kollaps och om hotande ekonomisk ruin. Konsumtionssamhällets jäkt, arbetsplatsers produktionshets, socialdemokratins skattesystem, människors hopplöshetskänslor, kvinnors klimakteriebesvär, kvinnors godiskonsumtion och grönsakers mineralbrist är några exempel på utmattningstillståndets tänkbara orsaker så som de presenteras i medierna. Och inte bara människor drabbas, även hästar, konstverk, relationer och till och med spermier omnämns som utbrända i pressen. Lars Norén skriver in utbrändheten i ett teaterstycke som spelas på Dramaten. 1960-talsmusikalen *How to succeed in business without really trying* blir i 2000-talstappning *Hur man lyckas i business utan att bli utbränd*. Karaktärer i teveserier blir utbrända. Det anordnas föreläsningsserier och seminarier på temat utbrändhet, på hyllorna i bokaffärerna trängs hjälp-dig-

Ur Aftonbladet den 13 januari 2003.

själv-handböcker för drabbade och fantasirika terapiformer utvecklas i rasande fart. Utbrändhet både är en metafor och brukas som metafor. Begreppets användningsområde förefaller i det närmaste oändligt, men bakom den divergenta bilden tonar samtidigt ett mönster fram.

#### HOTET I DET VARDAGLIGA

Att de utbrända lider råder det ingen tvekan om. Bakom diagnosens abstraktion återfinns drabbade individer med kropps-

liga och själsliga plågor vilka noggrant återges i tidningarna. Så här låter det i en artikel i Aftonbladet 13 januari 2003:

En morgon i mars för snart två år sedan satt hon på golvet i samlingsalen med barnen på daghemmet i byn Rätan. Hon hade jobbat som barnsköterska i 31 år. Nu tittade hon på barnen i rummet och försökte minnas deras namn. Margitha kom på få. Hon kunde inte ens minnas orden till barnvisan Imse vimse spindel.

– Det var precis *som om någon sugit luften ur min hjärna*, säger hon.

Hos doktorn fick Margitha sin diagnos: Utmattningsdepression.

Marianne Lundberg, 51, i Västra Frölunda

borde kanske ha *sett katastrofen komma*: sömnlösheten, det förvirrade pratet, snedstegen och så magkatarr. Men *som vanligt svingade hon sig upp på sin svarta Skeppshultscykel* också denna fredagsmorgon den 27 oktober, hösten 2000 för att trampa till jobbet som konsulent på stadsdelsförvaltningen.

– Göteborgs roligaste jobb, det svär jag på, säger Marianne.

*Hon berättar omsorgsfullt om kollapsen över en kopp kaffe och nybakade lussekatter i det prydliga vardagsrummet i radhuslängan i Frölunda; hur hon trampade på cykeln, hulkade, så nära att kräkas. Så hade det varit varje morgon en tid. (...) Hos företagshälsovården fick hon veta att hon arbetat sig sjuk, "Utmattningsdepression" stod det på läkarintyget. 49 år gammal var Marianne utbränd.<sup>5</sup>*

I de fall där de utbrända får höras i pressen så låter det ofta som ovan. Den typiska utbrändhetspersonligheten i medierna är en relativt välutbildad, medelålders kvinna begåvad med ett analytiskt sinne och utvecklat känsloliv. Hon har arbetat hårt i flera decennier och efter en lång period av trötthet alternativt överaktivitet så "tar hon slut". Därefter blir hon undersökt, diagnostiserad och långtidssjukskriven. Längre fram i samma artikel får vi möta ytterligare en utbränd och sjukskriven kvinna som beskrivs på följande vis:

Hemma var hon mor till tre barn, hustrun som städade, stekte falukorv, bakade bullar och sydde gardiner långt in på nätterna. Sista veckan på jobbet minns hon inte.

– Jag var så trött så jag trodde att jag skulle dö.

– Varför blev du sjuk?

– Det var nog hela livet, säger Eva-Karin.

– Jag skulle vara en redig flicka.

Tidigare i artikeln får läsaren dessutom veta att Eva-Karin har en vacker röst och att hon under sin sjukskrivning åker runt på äldreboenden och sjunger religiösa sånger. De tre kvinnornas berättelser

hålls samman genom att altruistiska, självupppoffrande sidor av deras personligheter lyfts fram i ljuset. De är vanliga och oskyldiga människor som har drabbats av en ovanlig och skrämmande sjukdom. Vardaglighetens koreografi i form av hembakat bröd, stekt falukorv och barnvisor understryker sjukdomssymptomens abnormalitet och signalerar samtidigt ett hot om att vem som helst kan drabbas. I Mariannes berättelse ramas den dramatiska kollapsen in av kaffe och lussekatter i radhuslig prydlighet. I en och samma mening möter kaos ordning; den förlorade självkontrollen och den hotande gränslösheten hålls i schack av rummets lagbundenhet. Sannolikt syftar dessa bilder också till att skapa trovärdighet, Marianne, Margitha och Eva-Karin är, trots allt, respektabla kvinnor.<sup>6</sup>

#### DEN KÖNSSPECIFIKA UTBRÄNDHETEN

Utbrändhetsberättelserna förmedlas i synnerhet av kvinnor. De – och journalisterna som berättar om dem – använder ett återkommande register av adjektiv för att beskriva sjukdomstillståndet: deprimerad, kollapsad, utmattad, utsliten, stressad, sviken, passiv, väntande, håglös, ihålig, knäckt, överaktiv, tom, spänd, kasserad, trött, likgiltig, sömnlös, förvirrad, glömsk, irriterad. Förutom ordens negativa innebörd så binds de samman genom gemensamma konnotationer till tid. Samtliga symptom kan betraktas som eviga i betydelsen varaktiga och ändlösa. Utmattningstillståndet har varken en tydlig början eller ett tydligt slut. En del av orden är därtill metaforiska i sig själva. Tom, ihålig och kollapsad och grundordet utbränd bygger på idén om människan som behållare eller byggnad. Innan man började an-

vända adjektivet för att beskriva mänskliga tillstånd brukades utbränd enbart för eldhärjade hus och bilar och andra materiella ting med inneboende rymd. Utifrån detta tänkesätt kan också en människas liv rasa samman eller falla ihop, likt ett korthus. Känslor fylls på eller ta slut – man kan som bekant översköljas av eller dräneras på känslor. Det här är föreställningar som sociologen Sten Andersson brottas med i boken *Känslornas filosofi* (1992). ”Vi resonerar som om känslorna ligger fixa och färdiga i en behållare inom oss och att denna behållare kan svämma över och göra oss sjuka om vi inte ventilerar känslorna med jämna mellanrum” skriver han (1992:124) och fortsätter längre fram: ”Känslor är sociala relationer. De finns inte inuti människan utan mellan människor. Inte härinne utan därute” (1992:207).

Orden utsliten och kasserad refererar till den etablerade idén om människan som maskin. Metaforerna finns på svenska, engelska och andra språk i den industrialiserade västvärlden och i boken *Metaphors We Live By* ger lingvisterna Lakoff & Johnson åtskilliga exempel på denna symbolik som döljs i vardagligt tal: *My mind just isn't operating today. We're running out of steam. I'm a little rusty today. He broke down* (2003:25–32). Många av uttrycken är direkt översättbara till svenska: Min hjärna har slutat fungera. Vi måste få upp ångan. Jag känner mig lite rostig i dag.

Den manliga utbrändhetsberättelsen karaktäriseras ytterst genom att vara en icke-berättelse; den blir tydlig genom sin frånvaro. När en sjukskriven man ändå undantagsvis intervjuas presenteras oftast hans fysiska krämpor och den troliga orsaken till dem kortfattat, utan dramatik, självreflexion eller analys. De vardags-

terapeutiska begreppen, som är vanligt förekommande i kvinnornas berättelser, uteblir. Det finns emellertid en kategori utbrända män som är representerad i medierna och som i sin tur inte tycks ha någon motsvarighet bland kvinnorna: idrottsmännen.<sup>7</sup> Under 2003 var det i synnerhet skidåkaren Per Elofsson som kom att förknippas med termen utbränd.

Redan för två år sedan undrade lagkamraterna:  
– Hur orkar han?

Till slut orkade han inte längre. *Till slut gick Per Elofsson in i väggen.*

Det här är historien om *en skidkungs uppgång och fall – fem scener om ett av svensk idrotts mest plågsamma förvandlingsnummer*: Från världens bästa skidåkare till en utbränd 26-åring som tvingats ta time out.

(*Expressen, GT, Kvällsposten* 12. 12. 2003)

När det gäller en skidåkare i världsklass ställs allting på sin spets och för en forskare finns det massor att lära. Det är ett skäl till att Stefan Branth tagit sig an Per Elofsson och gjort några av de allra mest avancerade tester som finns på honom. *Det är med överträning som med utbrändhet*. Det är svårt att peka exakt på vad som ligger bakom, och lika svårt att staka ut vägen tillbaka.

(*Dagens Nyheter* 12. 12. 2003)

Tidningsartiklarna om Per Elofsson utgår från kroppens förvandling från att ha varit högpresterande och utslitlig till att bli övertränad och värdelös. Det är den fysiska konstitutionens begränsningar som står i fokus. Maskinmetaforen tilldelas stort utrymme i dessa texter och illustreras med tydlighet i följande utdrag: ”– Man kan jämföra det (överträning/utbrändhet) med en bil som har väldigt viktig inställd tändning. Kroppen kan inte gasa på och omsätta de energidrivande näringsämnena så att man får ut rörelse (*Expressen, GT, Kvällsposten* 5. 12. 2003).” Symboliken beskriver och bestämmer

Ur Dagens Nyheter den 12 december 2003.

människokroppen som en artefakt sammansatt av atomiska komponenter vilka kan vårdas och smörjas likt delar i en motor (jfr Hansson 2003). Koncentrationsförmåga omnämns som mental kraft, muskulatur kallas för fysisk status och hjärtats potential mäts utifrån dess arbetskapacitet. Journalisterna återanvänder i dessa artiklar de troper som intervjupersonerna skapar, en process som sker mer eller mindre medvetet:

– Jag vill inte hamna i den här situationen nästa år. Jag måste *in på en bredare väg. Den jag kör på nu är för smal, jag sladdar ut i diken* och har

gjort så en period, säger Elofsson och fortsätter att *prata motorspråk*:

– Det är därför *jag drar i handbromsen*.

(Dagens Nyheter 12. 12. 2003)

Det kan också vara värt att notera de enskilda adjektiven i styckena ovan: en bil med *taskigt inställd* tändning, *energidrivande* näringsämnen, köra in på en *bredare* väg, den jag kör på nu är för *smal*, och så vidare. Den språkliga bilden av människan som maskin är både välanvänd och väldokumenterad. Socialantropologen Ulf Mellström reflekterar i boken *Män och deras maskiner* (1999) kring dessa metaforer och deras uppkomst.<sup>8</sup> Han cite-

rar bland annat antropologen Sherry Ortner som hävdar att den mekaniska maskinen bildar själva rotmetaforen i det västerländska samhällets tankemönster. Såväl samhälle som mänskliga kroppar, i huvudsak manliga sådana, omskrivs systematiskt i maskinmetaforiska termer (Ortner i Mellström 1999:59). Det finns exempel även på utbrända kvinnor som använder maskinspråk när de talar om sig själva. Fyrtioåriga Susanne berättar att hon "inte förmådde öka tempot", "inte kunde sätta fart", hon som tidigare "alltid kunde lägga in en växel till" (*Dagens Nyheter* 6. 11. 2003). Genom historien har kvinnokroppen på ett kontrasterande vis oftare förknippats med natur och växande organismer, skriver Mellström, och det finns prov även på denna symbolik i tidningarnas utbrändhetsskildringar. Tjugotreåriga Lina berättar om sitt tillstånd och sin behandling på Alnarps rehabiliteringsträdgårdar på följande vis:

– Det går inte att jakta i en trädgård för naturen stressar inte. Växter kan man inte skynda på. Sär man ett frö så växer inte blomman upp på en dag, oavsett vad man gör. Det tar den tid det tar. För mig var det väldigt frustrerande i början, just att lära mig att ge saker tid.

Därför var hösten med äppelskörden och den tilltagande kylan en bra tid att komma till Alnarps på, tycker Lina. Naturen gick in i sin vilofas. Och att se de olika faserna, att se att allt har sin tid, att det finns tid för vila och en annan tid för aktivitet, det hjälpte henne, säger hon, att lära sig ta pauser och vila.

(*Dagens Nyheter* 25. 10. 2003)

Den här allegoriska beskrivningen är fjärran från de berättelser som förmedlas av de manliga idrottsledare som också riskerar att gå in i väggen. 18 juli 2003 publicerar Expressen en lista på tio fotbollstränare som har blivit sjuka av stress med symptom som magkatarr, magsår, sömnsvårigheter, nedstämdhet och an-

siktsförklaring. Artikeln som föregår listan handlar i huvudsak om Elfsborgs tränare Anders Grönhagen som har drabbats av akut magsår och även här intresserar man sig främst för de fysiska symptomen vilka beskrivs i faktamässiga termer. Även GIF Sundsvalls ordförande Johan Sterner har blivit sjukskriven med diagnosen utbrändhet och så här förklarar han sitt tillstånd:

– Jag har jobbat fulltid som advokat, plus fotbollsjobbet – det säger sig självt att det sliter.

(*Expressen* 24. 9. 2003)

Detta är det enda uttalande han ger om sjukdomen i intervjun. Varken i fallet Elofsson eller i texterna om tränarna förekommer den psykologiska självanalys och känslomhet som utmärker kvinnornas sjukdomsberättelser. Männerna representerar också i högre grad sig själva, eller möjligen den lilla grupp som fotbollstränare utgör, medan de utbrända kvinnorna får representera hela den utbrända gruppen. Det enda som binder dem samman är själva diagnosen. De blir en kategori.

#### ATT VARA UPP ELLER NER

Lakoff & Johnson (2003) visar hur vi i den senmoderna västerländska kulturen i vardagligt tal, genom just bruket av metaforer, placerar hälsa och sjukdom på en slags vertikal linje där hälsa och liv är "upp" och sjukdom och död är "ner": He's at the *peak* of health. He's in *top* shape. He *fell* ill. He *dropped* dead (2003:15). Det finns som bekant liknande uttryck i svenskan: Hon är i *topp*form. Han *föll ner* i en *djup* depression. I en av tidningarnas utbrändhetsberättelser omnämner en kvinna sjukdomen som ett *nederlag*, medan några andra har lyckats *resa sig* och

påbörja den mödosamma vägen tillbaka. Precis som författarna påpekar så har metaforerna kring hälsa och ohälsa en direkt koppling till kroppen och kroppsliga lägen: När vi är friska står vi upp, när vi är sjuka, eller för den delen döda, så ligger vi ner. I tidningsartiklarna förefaller sjukdom emellertid snarare förknippas med prefixet *ut* än termen *ner*: En utbränd kvinna berättar hur samtalet med försäkringskassan *dör ut* och att hon blir så utmattad att hon måste lägga sig ner på soffan. En annan kvinna känner sig utarmad, *utanför* och *utan* marginaler att ta av. En tredje är *utsliten* och betraktar sig själv som *uträknad*.

Lakoff & Johnson gör senare en liknande uppdelning av rationellt och emotionellt, där det första är upp och det andra är ner: The discussion *fell* to the emotional level, but I *raised* it back up to the rational plane. We put our *feelings* aside and had a *high-level intellectual* discussion of the matter. He couldn't *rise above* his *emotions* (2003:17). Sammanfattningsvis värderas hälsa och rationalitet *högre* än sjukdom och emotionalitet, som hamnar *långt ner* på skalan. Att vara både sjuk och emotionellt kommunikativ, i likhet med den utbrända kvinnan, blir utifrån detta värdesystem en dubbel belastning. Att vara plågad intill utmattning och samtidigt söka vara rationell, i likhet med den utbrände mannen, torde inte heller vara en enkel ekvation att lösa.

Metaberättelsen om utbrändhet visar på en genusrelaterad struktur där män och kvinnor talar och talas om på olika sätt. Kvinnan är generös med egna psykologiska analyser och reflexioner kring sitt tillstånd, medan mannen uttalar sig så kortfattat som möjligt. Idrottsmannen däremot har en egen berättargenre där kroppens fysiska symptom diskuteras och

analyseras ingående. Resultatet av studien skulle kunna betraktas som ytterligare en bekräftelse på att män har stor färdighet i den offentliga sfärens koder och språk medan kvinnor använder intimitetens språk både innanför och utanför den publika arenan. I likhet med många feministiskt orienterade medieforskare skulle man utifrån analysen av tidningstexterna kunna säga att det offentliga samtalets diskursiva ram är mycket snäv, och då i synnerhet för kvinnan. Hon tilldelas en särskild roll i den patriarkaliskt organiserade offentligheten, inte sällan den som objekt eller inkännande offer (se exempelvis Tuchman 1978, van Zoonen 2000).

#### DE ENSKILDA ORDENS BETYDELSE

Det finns anledning att fördjupa sig i den mediala genusordningen, att kritiskt granska kvinnans roll som emotivt språkrör på den offentliga arenan och belysa den förmodat rationelle mannens begränsade utrymme i de här sammanhangen. Jag kommer att utveckla denna problematik i avhandlingsarbetet, men i den här artikeln är det först och främst retoriken som står i fokus. Genom att ta människor på orden, genom att uppmärksamma användandet av adjektiv, metaforer och andra troper, såväl i medietexter som i vardagligt tal, kan vi förstå något om individens självupplevda situation. Den väldiga mängd detaljer som språket inrymmer säger också något väsentligt om helheten, om diskursen. I likhet med Lakoff & Johnson sällar jag mig till idén att prat inte bara är prat, ord inte bara är ord utan också ett sätt att handla, tänka och leva. Följaktligen kan det vanligt förekommande prefixet *ut* i sjukdomsberättelserna sättas i samband med både den



enskildes liv och de övergripande strukturer som finns i samhället. När Per Elofsson säger att han sladdar *ut* i dikena, att han kör på en väg som är för smal, betyder det då att han är på väg bort från epicentrum *ut* till periferin? Vad finns i så fall där *ute*? Vad betyder det att vara *utbränd*, *uträknad*, *utmattad*, *utsliten* och *utanför*? Hur ser den upplevda dimensionen av orden ut? Hur gestaltas begreppen i kroppen?

Det kan vara värt att reflektera över varför antonymen till utanför, alltså innanför, inte förekommer på ett liknande metaforiskt sätt i vardagligt tal. Att känna sig utanför är ett vanligt förekommande uttryck i svenska språket, medan det är svårt att föreställa sig meningen "jag känner mig innanför". En möjlig tolkning är att innanför representerar den naturliga positionen och därför inte behöver kommenteras. Att vara utanför däremot markerar ett slags brott; tidigare var jag en del i en gemenskap, men nu är jag inte det längre. Ordet markerar en förflyttning, från normalitet till avvikelser, det understryker den sjukes situation som ett tillstånd vid sidan av. Här blir det relevant att också fundera över vilka grupper i samhället som står utanför välfärdsstatens beskydd, vilka det är som belönas och vilka som belastas, vilka som är prioriterade och vilka som förblir oprivilegierade.

En långtidssjukskriven person lever sitt liv utanför arbetsmarknaden. Vad för då denna utanförposition med sig i förhållande till andra konkreta livsrum, såsom hemmet, familjen och det sociala livet? Leder den självklart till ett utanförskap, i negativ bemärkelse? I samma stund som man lämnar ett (vardags)rum så går man ett annat till mötes. Frågan är, i de sjukskrivnas fall, hur det rummet ser ut. Vilka nya innanförpositioner finns att tillgå för

en sjukskriven som befinner sig utanför arbetsmarknaden, där ändå majoriteten av människorna i arbetsför ålder i vårt samhälle återfinns? Här kan exempelvis geografiska skillnader studeras; på vissa orter förefaller det finnas många innanförpositioner att välja på, medan det på andra håll finns ett begränsat antal alternativ. Konkret kan det betyda att den sjukskrivnes engagemang i olika föreningar, organisationer och andra sociala nätverk uppmärksammas. En annan fråga som söker svar är hur närvaron av ett utanför påverkar ett nytt innanför. Det går exempelvis att föreställa sig en upplevelseförskjutning av hemmet i skuggan av, alternativt i ljuset av, arbetsplatsens frånvaro. Något kan antas hända med hemmet när det inte längre finns en rörelse till och från, mellan hemmet och arbetet, på samma sätt som förut.<sup>9</sup>

Flertalet av de ord som utbrändheten är behäftad med går att referera till föreställningen av människan som behållare, en bild som är alltigenom vilseledande enligt Sten Andersson. "Människan är inget skafferi, varken för tankar eller känslor", slår han fast och utvecklar samtidigt en filosofi där känslor blir liktydigt med sociala relationer (Andersson 1992:163). Socialpsykologen Johan Asplund är inne på samma spår när han skriver: "Våra känslor är produkter av våra sociala relationer eller känslor *är* sociala relationer" (Asplund 1983:83). Båda författarna – den förre utifrån den andre – menar att människan genom industrialismens individualisering av samhället övergår från att leva i en konkret verklighet till att alltmer bli en del av en abstrakt socialitet. Den nya och abstrakta omgivning som "samhället" utgör får allt större utrymme i den enskildes liv. I *Det sociala livets elementära former* (2002) gör Asplund en direkt

koppling mellan tillståndet utbrändhet och den abstrakta socialiteten.<sup>10</sup> Utbrändhet, menar han, ”är en patologi som drabbar abstrakta individer i ett abstrakt samhälle” (Asplund 2002:152). Uppkomsten av en slags ren socialitet, av socialiteten som sådan, kan betraktas som ett villkor för uppkomsten av diverse tidstypiska företeelser, däribland utbrändhet, menar författaren. Mediernas berättelser blir här intressanta eftersom de konsekvent förlägger utmattningstillståndet hos den enskilde. I sökandet efter orsaker till syndromet förekommer visserligen diskussioner kring samhället och tidsandan, men frågorna riktas ändå i huvudsak till individen. Som om svaret fanns inuti människan.

Även om jag sympatiserar med Asplunds och Anderssons teorier om känslor som produkter av sociala relationer så ställer jag mig tvekan till den strävan efter tillrättaläggande som låter sig anas i texterna. Ibland blir tonen och metaforiken väl rolig, snudd på ironisk: Man mäter inte känslor i deciliter, inte heller räknar man dem som kulor i en påse eller som sedlar i en plånbok, menar Asplund (2002:143). Känslor är inget man släpper fram eller stänger av, ungefär som när man vrider på en vattenkran, skriver Andersson (1992:207). Författarnas uppmuntran till en förändrad syn på känslor skymmer i viss mån det som faktiskt är. Journalisterna och de drabbade använder i själva verket vissa specifika, återkommande ord för att beskriva sjukdomssymptomen och det är just de orden som har ett analytiskt värde.

Filosofen Gaston Bachelard beskriver i en betraktelse över adjektiv hur ett enda enskilt ord inte bara tillför en mening en viss ton, utan också färgar av sig på människor och ting i den kontext där ordet

verkar: ”[...] the world is not so much a noun as an adjective. If we were to give the imagination its due in the philosophical systems of the universe, we should find, at their very source, an adjective” (Bachelard 1994:143f). Brännande tårar är således något mer än bara tårar, förvirrat prat är något annat än bara meningar, föreställningen om en väg, vilken som helst, skiljer sig från en väg som är för smal och att vara utbränd är inte bara ett adjektiv utan ett eget universum i miniatyr.

Samtidigt måste journalistikens språkdräkt sättas i samband med medieverk-samhetens kommersiella villkor. Goda historier kräver tydlighet, i viss mån även förenkling. Verklighetens komplexa förhållanden paketeras i greppvänliga förpackningar, där vårdande kvinnor och idrottande män blir tydligt avgränsade kategorier och där sinnrika stilistiska knep skapar offentliga tolkningsramar för mänskliga tillstånd. Det går också att anta att mediernas berättelser utgör en slags matris för hur människor tänker kring företeelser, hur de sätter ord på upplevelser och hur de klassificerar erfarenheter. Ständiga krav på aktualitet, förnyelse och lönsamhet bidrar emellertid till en kulturell utnötning där ett ord som utbrändhet snabbt passerar sitt bäst-föredatum. Det kommer snart att försvinna från tidningssidorna och ersättas av nya ord. Kanhända formas med tiden närbesläktade syndrom med snarlika namn. Det är exempelvis inte omöjligt att föreställa sig en ung man som drabbas av ”utloggning” på grund av överdrivet datorbruk eller en ensamstående mamma som lider av ”avstängdhet” till följd av ihärdig självuppostring. Likaledes är det troligt att svunna tiders diagnoser fortsätter att få nytt liv. Mot bakgrund av ut-

brändhetens återfödelse i vår tid är det tänkbart att en postmodern människas eventuella svärmod och livsleda kan komma att inrymmas under 1800-talsbegreppet spleen.

## NOTER

<sup>1</sup> En mätning av antalet sjukskrivna (från 30 dagar upp till två års frånvaro) i november månad visar en stadig ökning: 1997 – 127.522, 1998 – 158.809, 2000 – 236.978, 2002 – 275.717 (tidningen *rfv.se*, nr 1 2003).

<sup>2</sup> Utbrändhetsstatistiken ser olika ut i olika rapporter: Enligt en av dem var två procent – 1 procent män och 1 procent kvinnor – av de närmare 290.000 personer som får sjukpenning sjukskrivna för utbrändhet år 2002 (RFV redovisar 2003:4). En annan rapport om andelen långtidssjukskrivna med psykiska sjukdomar ger en genomsnittlig siffra på 3,3 procent utbrända år 2000 – 2,3 procent män och 3,9 procent kvinnor (RFV analyserar 2002:4).

Uppmärksamheten som riktas mot denna grupp får nog anses vara oproportionerligt stor i förhållande till antalet drabbade. Å andra sidan har det skett en generell ökning av antalet sjukskrivna med lättare psykiska problem, såsom exempelvis neuroser och depressioner, från 18 procent 1999 till 26 procent 2002. Ökningen är störst bland kvinnor (RFV redovisar 2003:4).

<sup>3</sup> Jag utgår från en vid definition av begreppet berättelse där även korta texter räknas in. Enligt denna definition är det den sammantagna texten, metaberättelsen, som är meningsbärande (jfr Ideland 2002:19). I denna studie bortser jag från de genreskillnader som finns mellan dagspress och tabloider. Mitt syfte är inte att artbestämma texter utan att genom en förhållandevis bred sökväg belysa begreppet utbrändhet och dess etablering i medierna (jfr Ideland 2002:20). Jag väljer därför också att betrakta tidningen som en entitet, ett sammanhängande ting. Kategorier som nyheter, krönikor och insändare studeras inte som separata, utan som länkade delar inom samma system. Materialet har hämtats från databaserna Mediearkivet och Presstext.

<sup>4</sup> Se inledningen, "Hur känns kultur?"

<sup>5</sup> Kursiveringarna i tidningstexten är mina. Fortsättningsvis markeras i sammanhanget intressanta troper på detta sätt.

<sup>6</sup> I *Den öppna kroppen* (2001) för socialantropologen Jorunn Solheim en intressant diskussion kring hemmet som arena för upprättandet av kvinnans respektabilitet. Arbete som går ut på att underhålla hemmets ordning, renlighet och utseende har enligt Solheim en direkt koppling till kvinnlig heder eller dygd (2001:29–61).

<sup>7</sup> Det totala materialet består av omkring 350 artiklar. I dessa har jag sparat 177 utbrända personer, där också könet på den drabbade framgår. En sammanställning i siffror visar att 62 procent av de utbrända som är representerade i tidningarna är kvinnor och 38 procent är män. Kategorin drabbade män uppgår totalt till 67 varav 40 – alltså 60 procent – är idrottsmän av olika slag, såsom utövare och tränare (samma siffra för kvinnliga idrottsutövare är 3 procent). Alltså är det bara 15 procent av de utbrända som representeras av "vanliga" män.

<sup>8</sup> Redan på 1600-talet formulerade René Descartes tankar om människan som *bête machine* – ett maskindjur. La Mettrie skrev på 1700-talet boken *L'homme Machine* där han framförde ståndpunkten att människan, i likhet med djuren, är ett anatomiskt och fysiologiskt maskineri, ingenting mer. Under 1800-talets framväxande industrialism fick idén om människan som maskin förnyad kraft. "Den mänskliga kroppen såväl som den industriella maskinen kunde båda ses som motorer vilka omvandlade energi till mekaniskt arbete", skriver Mellström (2003:58f).

<sup>9</sup> I *Poetics of Space* (1994) varnar filosofen Gaston Bachelard för styrkan i begreppsparet innanför och utanför. Han menar att gränserna mellan dessa ord alltför lättvindigt tolkas som barriärer. En syn på geometriska former och termer som fasta och definitiva ger inte mycket för handen. Innanför och utanför, så som de upplevs i tankevärlden bör därför inte analyseras som ett enhetligt växelverkande system, skriver Bachelard och uppmantrar istället till en fenomenologisk hållning där dialektikens nyanser uppmärksammas, problematiseras och mångfaldigas (Bachelard 1994:216).

<sup>10</sup> Asplund använder konsekvent ordet "utbrändning". Boken som publicerades första gången 1987 skrevs innan utbrändhetsbegreppets högkonjunktur.

## REFERENSER

## Tryckta källor

- Andersson, Sten, 1992. *Känslornas filosofi*. Stockholm/Stehag: Brutus Östlings Bokförlag Symposion.
- Asplund, Johan, 1983. *Tid, rum, individ och kollektiv*. Stockholm: LiberFörlag.
- Asplund, Johan, (1987) 2002. *Det sociala livets elementära former*. Göteborg: Bokförlaget Korpen.
- Bachelard, Gaston, 1994. *The Poetics of Space*. Boston: Beacon Press.
- Hansson, Kristoffer, 2003. "Djur som donatorer: Xenotransplantation i svenska medier 1995–2002." I: *Lundalinjer* nr 120:2003. Lund: Etnologiska institutionen.
- Ideland, Malin, 2002. *Dagens Gennyheter: Hur massmedier berättar om genetik och genteknik*. Lund: Nordic Academic Press.
- Lakoff, George & Johnson, Mark, 2003. *Metaphors We Live By*. Chicago, London: The University of Chicago Press.
- Mellström, Ulf, 1999. *Män och deras maskiner*. Nora: Nya Doxa.
- Sontag, Susan, 1981. *Sjukdom som metafor*. Stockholm: Bromberg.
- Tuchman, Gaye, 1978. *Hearth and Home: Images of Women in the Mass Media*. New York: Oxford University Press.
- van Zoonen, Lisbet, 2000. *Feminist Media Studies*. London: Sage Publications.

## Övriga källor

- RFV analyserar 2002:4. *Långtidssjukskrivningar för psykisk sjukdom och utbrändhet: Vilka egenskaper och förhållanden är utmärkande för de drabbade?*
- RFV redovisar 2003:4. *Långtidssjukskrivna – egenskaper vid 2003 års RFV-LS-undersökning*.
- Tidningen *rfv.se*, nr 1 2003. <http://www.rfv.se/publi/tidning/docs/xrfv0301.pdf>. *Sjukskrivningarna minskar förtidspensionerna ökar*.
- Aftonbladet* 13. 1. 2003: *Det sjuka Sverige del 1 – Bilden av det sjuka Sverige*.
- Aftonbladet* 14. 1. 2003: *Det sjuka Sverige del 2 – Åke, 36, jobbar på Sveriges friskaste företag*.
- Dagens Nyheter*, 25. 10. 2003: *Remiss till naturen*.
- Dagens Nyheter*, 6. 11. 2003: "Och jag som alltid kunde lägga in en växel till..." – *Sjukskrivna arbetsnarkomanen Susanne Linde vet inte om hon kan komma igen*.

*Dagens Nyheter*, 12. 12. 2003: "Överträning kan ha pågått i flera år." *Läkaren och forskaren Stefan Branth har haft Per Elofsson som patient*.

*Dagens Nyheter*, 12. 12. 2003: *Elofsson tar time-out. Världsmästaren är utbränd – lägger av för resten av säsongen*.

*Expressen* 24. 9. 2003: *Giffarnas ordförande Johan Sterner tar time out under kampen för allsvenskt kontrakt – han är utbränd*.

*Expressen, GT, Kvällsposten*, 12. 12. 2003: *Så knäckte han sig själv. Per Elofsson – 26-åringen som tvingas ta time out*.

## Webbsidor

- Presstext.se  
Mediearkivet.se  
Sökord: utbrändhet, utbränd

## SUMMARY

*Worn Out Women, and Men Hitting the Wall: How Burnout is Presented in the Media*

The purpose is to study the establishment of the burnout-syndrome in Swedish media. The material consists of 350 articles from 2003, published in four major newspapers: *Dagens Nyheter*, *Svenska Dagbladet*, *Aftonbladet* and *Expressen*. In the 90's a new kind of sickness-profile seemed to take shape with diffuse stress-symptoms – insomnia, anxiety and extreme fatigue. In order to understand and explain the development, journalists started to use the word *burnout*. A database-search shows a highly increased use of the word in the four newspapers mentioned above during the last decade.

The burnout-concept seems to have become the main-metaphor for the increasing sick leave at the time. Newspapers' articles form two different kinds of burnout-syndromes: 1. A psychological female burnout-syndrome, where women talk analytically and emotionally about their symptoms, often in self-disparaging terms – they become worn out. 2. A physical male burnout-syndrome, where sportsmen – both athletes and coaches – analyse their dysfunctional bodies, using mainly machine-metaphors such as "running out of steam", "getting rusty" – they are actively hitting the wall.