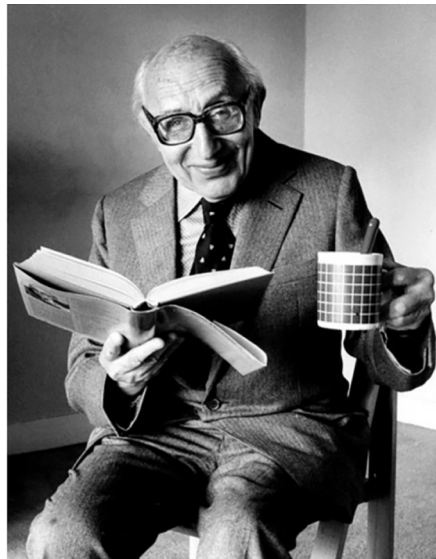


## Norbert Elias och sänkningen av skamtröskeln

Året är 1939. Ett mörkt år. Då bryter andra världskriget ut. Hitler invaderar Polen den första september. Dagen innan omkommer 18 personer då brospannet till Sandöbron över Ångermanälven rasar. Men det hände också bra saker som lagstadgad rätt till två veckors semester och att jazzdiggarna kunde gotta sig åt att Duke Ellington gästade Sverige med flera bejublade konserter. Men 1939 är också det år då den tyskfödde sociologen Norbert Elias gav ut sitt mastodontverk om Civilisationsprocessen och som hyllats som en milstolpe i den sociologiska forskningen.

Norbert Elias bok om civilisationsprocessen handlar om seder och vanor i Europa från medeltid till modern tid, om passioner, yvigheter och impulser som måste stävjas för att anpassa människan till mer komplexa sociala nätverk och som samhällsförändringarna tvingat fram. Anpassning sker till en värld med en allt större finkänslighet inför vad som passar sig för att undslippa skam.

Året innan – på våren 1938 – var Norbert Elias i Sverige för en serie föreläsningar. Han intervjuades då av Dagens Nyheter. Fick frågan ”Varför äta civiliserade människor med kniv och gaffel och inte som i primitiva tider med fingrarna?” Men Elias svarade inte på den därför att det skulle bli alltför komplicerat för att kunna rymmas inom ramen för en artikel. Läsaren hänvisades till den bok som skulle komma ut.



Norbert Elias (1897-1990). Född i Breslau i Polen. Studerade sociologi i Heidelberg och Frankfurt. Efter det att nazisterna tagit makten i Tyskland tog sig Elias först till Frankrike och sedan till England.

Bildkälla: <http://www.diptyqueparis-memento.com/en/the-concept-of-time-of-norbert-elias/>

I boken om civilisationsprocessen framgår att medeltidsmänniskan betedde sig annorlunda än vad den moderna människan gör. På medeltiden kunde man spotta på golvet. Släppa fjärtar. Äta med fingrarna. Urinera offentligt utan att folk tog illa vid sig. Stävjandet av dessa beteenden kom stegvis. Och det med hjälp av en sänkning av skamtröskeln.

Genom att studera etikettsböcker kunde Elias se hur en allt större mängd beteenden gradvis kom att betraktas som osmakliga och förpassas till det sociala livets bakgård. Helt i linje med denna förändring började människor att uppleva mer av olust, avsky och skam i relation till sina kroppsliga funktioner. Tröskeln för vad som uppfattades som pinsamt eller skamligt sänktes steg för steg. Människan kom i allt högre grad ålägga sig självbehärskning, självkontroll och självtukt.

Processen mot ökad självbehärskning började först i de högre samhällsskikten för att sedan sippra ned till de lägre. Den som inte anpassade sig fick känna av omgivningens avvisande blickar, förakt och nedlåtande kommentarer.

I etikettsböcker från 1500-talet skrivs det om saker och ting som i våra dagar är onämnbart i offentliga sammanhang som att: ”Det är oartigt att hälsa på den som urinerar eller tömmer tarmen”, ”Dölj fjärtar med hostningar”.

När det gäller spottandet, för att ta ett exempel, var det under medeltiden inte bara brukligt utan ansågs också nödvändigt att göra det ofta. Den enda väsentliga inskränkning som man behövde ålägga sig var att inte spotta på bordet när man åt. Men att böja sig ned och spotta under bordet gick för sig.

Med tiden började spottandet uppfattas som något obehagligt som man ville stävja. Men inte fullt ut. Det påbjöds att man skulle trampa på spottet. Att använda näsduken var också en möjlighet.

Spottkoppar började tillverkas och placeras ut i offentliga lokaler. Och skyltar sattes upp som upplyste om att här var det förbjudet att spotta på golvet. Om någon ändå spottade förmanades denne av typ ”så gör man inte inomhus” eller att man visade upp en förargad min.

Nu ser vi inte skyltar som förbjuder spottandet inomhus. Det är ett exempel på själslivets formbarhet och sänkning av skamtröskeln. Skulle någon mot förmodan sätta upp skylten ”Förbjudet att spotta i denna lokal” kommer det att uppfattas som ett dåligt skämt och som att någon vill driva med oss.

Norbert Elias storhet var att han upptäckte den sociala betydelsen av skam och den centrala roll som skamkänslan spelar för att förstå förändringar i uppträdande. Men vad är då skam? Och vad handlar skam om?

Ytligt sett handlar skam om en rädsla för social degradering eller, mer allmänt uttryckt, en rädsla för andras överlägsna och nedlåtande attityder. I djupare mening är det en form av olust som uppkommer då den enskilde inte kan värja sig från omgivningens överlägsenhet som kan ta sig uttryck i förödmjukelse, nedlåtenhet och förakt. Oavsett styrkan i skamkänslan anstränger sig den enskilde

## The Civilizing Process



Medeltidsmänniskan betedde sig annorlunda än vad den moderna människan gör. På medeltiden kunde man spotta på golvet. Släppa fjärtar. Äta med fingrarna.

Källa: <https://www.youtube.com/watch?v=uDUMQo2zZb0&t=181s>

för att dölja skammen och därför kommer den inte direkt och öppet till uttryck. Den förblir dold.

För Elias utgörs skamkänslan av en konflikt inom det egna själslivet och som har sin grund i vad som för tillfället är den förhärskande samhällseliga uppfattningen om det saken gäller.

Elias formulerar en hypotes om sambandet mellan skamkänslans samhällseliga och personliga dimension. Ju starkare det yttre tvånget genom samhällsstrukturen omvandlas till inre självtukt och ju mera omfattande och differentierad den ring av självtukt blir som lägger sig kring människans beteende i desto större grad yttrar sig rädslan för att överträda sociala förbud som skamkänsla. Det betyder att skamkänslan fungerar som en inre kontrollapparat. Den finns där för att varna oss från att överträda normer och påbud och gör sig påmind när vi överträder dem. Det förklarar också varför människor vanligtvis uppträder konformt och i enlighet med föreskrivna normer. Vi kan förnimma skamkänslan när vi gjort något som vi inte borde ha gjort eller misslyckats med något som vi förväntats klara av.

För varje gång, skriver Elias, som civilisationen rycker fram blir den sociala rädslan eller skammen allt starkare och slutligen blir den i jämfört med den fysiska rädslan allt mer dominerande. Om den fysiska rädslan var den typ av

rädsla som dominerade på medeltiden så är det skamrädslan som är den dominerande rädslan för den moderna människan.

Norbert Elias slutsats är att det skett en förändring i affektstrukturen från medeltidsmänniskans tendens att ohämmat och passionerat leva ut sina känslor till den moderna människans tendens att undertrycka och kontrollera dem.

Men utvecklingen följer inte en rak linje utan liknar mer en böljande rörelse. Under efterkrigstiden har människor i västerlandet blivit allt mer fria att tala om vissa saker utan att bli förlägna och utan ansträngda leenden eller skratt. Men detta är möjligt, menar Elias, därför att den individuella förmågan att kontrollera affekterna och beteendet i samklang med den skärpta pinsamhetskänslan i stort sett är säkerhetsställd. Det är en uppmjukning inom ramen för den redan etablerade normen.

Hur förklarar då Elias alla dessa förändringar? Han menar att när allt fler människor blir beroende av varandra ökar kraven på att kunna kontrollera egna impulser. Känsligheten inför varandra blir starkare och vad som passar sig blir alltmer komplext. Och det blir också sådant som man måste skämmas för och sådant som man finner pinsamt hos andra.

För att passa in och inte väcka obehag i ett samhälle med allt mer av sammanflätade relationer mellan människor krävs en mer återhållsam människa som förmår kontrollera sina känslor och anpassa sitt beteende. Lyckas man inte får man känna av omgivningens ogillande och till och med råka ut för att bli utfrysad ur gemenskapen. Eller som i visan "Skära skära havre". "Fy skam, fy skam, för ingen ville ha 'na'".

Elias analys av utvecklingen från medeltid till modern tid och den roll som skamkänslan spelar kastar ljus över aktuella och samtida frågor som rökning. Varför har rökandet minskat så kraftigt? Den vanliga uppfattningen är att det beror på en allt mer ökad medvetenhet om rökningens faror och de restriktioner och lagar mot rökning som gradvis utvidgats. Men det är troligt att en del i förklaringen är att skamtröskeln har sänkts. Steg för steg har allmänhetens negativa uppfattning om rökning och rökare blivit starkare samtidigt som det samhällseliga trycket att inte röka har ökat.

En gång i tiden var det status att röka. Cigarren förknippades med den välbärgade fabriksägaren och direktören, pipan med den trygge familjefadern, cigaretten med unga idoler. Visserligen var det inte så vanligt att kvinnor rökte. Från 1960-talet och några årtionden framåt gick rökandet upp för kvinnor. Cigaretten blev symbolen för självständighet, modernitet och jämlikhet. I början av 1980-talet var en tredjedel av männen dagligrökare. Siffran för kvinnor var 27 procent. Kvinnors rökande närmade sig allt mer männens för att i slutet av 1980-talet gå om.

Forskningsrapporter om rökningens farlighet duggade allt tätare. Rökning

var ett hot mot folkhälsan. Frågan om att röka eller inte röka blev nu också en fråga om moral och karaktär något som kom att förstärkas under 2000-talet.

Undersökningar gjordes som visade att icke-rökarna betraktade rökare i ned-sättande ordalag. Det handlade om tre saker. Den ena om lukt. ”Rökare luktar illa”. ”Det stinker om dem”. Det andra om utseende. Rökare har ”gula fingrar”, ”grå, torr och rynkig hud” och ”bruna tänder”. Det tredje om karaktär. ”Rökare har dålig karaktär”. ”Rökare är misskötsamma”. ”Rökare är viljesvaga”.

Rökare började känna sig förföljda och utstötta. Förbud mot rökning i allmänna lokaler tvingade ut dem på bakgator och bakgårdar. Och rökarna själva förflyttade sig till platser där de kunde ”gömma sig” från föraktfulla blickar.

Steg för steg utvecklade människan en allt större finkänslighet inför röken av tobak. Doften av den kom i allt högre grad uppfattas som äcklig. Skamkänslan hos rökarna yttrar sig i en känsla av att vara mindre värd och att vara underlägsen. Som en person med karaktärsbrister. Andras blickar som är ett uttryck för den samhälleliga uppfattningen blev till starkt tryck att sluta röka.

\*\*\*

Norbert Elias bok om Civilisationsprocessen kom ut på svenska i två volymer. Den första 1989 och den andra 1991. Hans storhet erkändes först i slutet hans livstid. Han blev över 90 år och dog 1990. Han betraktas nu allmänt som en av 1900-talets mest framstående sociologer.

*Bengt Starrin*  
*professor emeritus*  
*bengt@starrin.nu*  
*www.starrin.nu*