

“A BAR TO REACH”

Young women’s embodied stress in a neoliberal and gendered context

MARIA WIKLUND, MARIA STRÖMBÄCK AND CARITA BENGSSON

Keywords

Gender, stress, mental health, embodiment, emotions, neoliberalism, individualism

Summary

Negative trends in adolescent mental and subjective health are indicated in Sweden and worldwide. Self-reported mental and subjective health complaints such as pain, sleeping problems, anxiety, and various stress-related problems seem to have increased over time among older adolescents, especially among girls. In this article we aim to highlight and problematise teenage girls’ and young women’s perceived and embodied stress and mental health in relation to what we define as a gendered and neoliberal social context – an issue and approach which we believe is relevant to both public health research and girlhood studies. To achieve this, we bring together historical, sociocultural, political and health related aspects that capture the complexities and contradictions of the phenomenon and problem of “young girls’ stress”. We use this conceptual framework in our empirical analysis of young women, embodiment and mental illness.

The study was conducted at a youth health centre in northern Sweden. Our empirical material is based on individual and repeated qualitative interviews with sixty-five young women aged 16 to 25 years who had sought help for stress-related problems. The analysing procedure was guided by an inductive research approach, which implies that the results are grounded in interview data. Discourse-oriented qualitative content analysis was used as the primary analysis method. We present the results and discussion under headings such as “A bar to reach – the pressure to perform perfectly”, “Self-control – part of the gender orders”, “Building a self/I of value”, “Gendered emotion work”, “Embodiment of the life on the edge”, and “Individualised femininity and resistance”. Finally we emphasise that the social context and gendered processes are of importance for how we understand, explain and respond to young women’s embodied experiences of distress and mental illness.

Neoliberalism, individualism och genusordningar kan förkroppsligas i form av ohälsa. Maria Wiklund, Maria Strömbäck och Carita Bengs undersöker unga kvinnors upplevelser av stress ur ett tvärvetenskapligt perspektiv.

”EN RIBBA ATT NÅ”

Unga kvinnors förkroppsligade stress i en neoliberal och könad kontext

MARIA WIKLUND, MARIA STRÖMBÄCK OCH CARITA BENGSS

Att – som vi ämnar göra i denna artikel – uppmärksamma tonårsflickors och unga kvinnors ökande stress och psykiska ohälsa kan onekligen, särskilt i en genusteoretisk och historisk kontext, ses som motsägelsefullt.¹ Det vill säga som en reproduktion av kvinnor konstruerade som det ”svaga könet”, och av flickors och kvinnors sjuklighet som deras individuella problem, eller som tecken på deras fysiskt och psykologiskt bräckliga konstitution.² Emellertid kan det finnas en fara i att helt negligera och vända ryggen åt dem och deras individuellt upplevda – men strukturellt betingade – ohälsoproblem. Vi menar därför att flickors och unga kvinnors ohälsoproblem behöver lyftas fram och utforskas närmare och att flickor med problem behöver synliggöras och tas på allvar – men att deras ”problematiska” kroppslighet och ohälsoproblem samtidigt behöver situeras, kontextualiseras och problematiseras i relation till vidare könade och samhällsreliga sammanhang.³

Utifrån våra egna forskningsresultat är vi övertygade om att tonårsflickors och unga kvinnors förkroppsligande av stress förmedlar något väsentligt om den individualiserade och genusordnade samt de lever i och svarar upp mot, inkluderande de krav de möter och det ansvar som de axlar.⁴ Att då vända dem ryggen är att dra tillbaka vuxen- och forskarvärldens potentiella stöd. Att lyssna och undersöka vidare kan innebära att fånga upp tankar om alternativa strategier eller att utforska flickors och unga kvinnors agerande och motstånd närmare.

Samtidigt, och parallellt med samhällsförankrade förklaringsmodeller, kan unga

kvinnors stressrelaterade problem förstås som tecken på psykisk och psykosomatisk ohälsa – det vill säga förstås och förklaras i relation till medicinska och psykiatriska diskurser och kunskapsområden. Härmed spänner de unga kvinnornas problematik, som vi avser att beskriva närmare i denna artikel, över vitt skilda vetenskapliga fält. Vår utgångspunkt är tvärvetenskaplig och sammanlänkar olika – ibland svåröfrenliga – vetenskapliga paradigmer och metoder.

I föreliggande artikel är vårt syfte att synliggöra och problematisera tonårsflickors och unga kvinnors upplevda och förkroppsligade stress och psykiska ohälsa i förhållande till en (könad) samhällelig kontext – vilket vi menar har relevans för såväl folkhälsovetenskaplig forskning som för genusvetenskaplig flickforskning.⁵ Genom sammanförandet av historiska, sociokulturella, politiska och hälsorelaterade infallsvinklar från olika forskningsfält kommer vi att belysa komplexiteten och motstridigheterna i fenomenet/problemet "unga tjejers stress" med utgångspunkt i vår empiriskt baserade forskning om unga kvinnor, kroppslighet och psykisk ohälsa. Några av våra frågeställningar lyder: Vad och hur berättar unga kvinnor själva om sin upplevda stress och livssituation, och vilka centrala teman kan vi skönja i deras berättelser? Hur kan unga kvinnors stress och psykiska ohälsa kontextualiseras, förstås och begripliggöras utifrån historiska, politiska, sociokulturella och genusrelaterade perspektiv? Hur förkroppsligas den sociala kontexten i unga kvinnors berättade upplevelser och uttryck av stress?

Ovan har vi konstaterat vår tvärvetenskapliga position. Nedan ger vi en övergripande introduktion till några av de aspekter inom folkhälso-, ungdoms- och genusforskning som vi försöker överbrygga och länka samman. Därefter ger vi en närmare beskrivning av den intervjustudie med unga kvinnor med stressrelaterad ohälsa som denna artikel baserar sig på, för att sedan teckna en historisk och nutida kontext och förståelseram för deras upplevelser och fenomenet stress. Mot denna samhälleliga kontext, och med tyngdpunkt på individualiserade och könade diskurser, kan det empiriskt baserade materialet som vi slutligen presenterar förstås.

Forskning i gapet mellan olika vetenskapliga discipliner

Som vi redan antytt, kan vår forskning om tonårsflickors och unga kvinnors livssituationer och psykiska och psykosomatiska ohälsa placeras mellan olika, ofta väsensskilda, vetenskapliga discipliner och metoder. Vi har därmed identifierat en intressant men relativt blind fläck inom nutida nationell och internationell ungdoms-, flick-, genus- och folkhälsoforskning som vi önskar uppmärksamma.

Sedan 1990-talet har ungas stress och psykiska hälsa uppmärksamats alltmer, både av medier och i folkhälsovetenskapliga sammanhang, bland annat med anledning av de epidemiologiska studier som pekar på en ökning av psykisk ohälsa framförallt bland äldre tonårsflickor.⁶ Dock kartlägger dessa folkhälsovetenskapliga studier främst trender i ohälsoutvecklingen över tid, samt betydelsen av sociala determinanter såsom

klass och etnicitet, inklusive de statistiska skillnaderna mellan flickors och pojkars självrapporterade besvär, så kallad könsskillnadsforskning. Den medicinska och folkhälsovetenskapliga forskningen saknar därmed i allmänhet en sociokulturell, diskursiv eller genusteoretisk ansats.⁷ Samtidigt saknar genusforskningen inom detta område i allmänhet ett barn- eller ungdomsperspektiv. Katja Gillander-Gådins studier om skolbarn, genus, makt och hälsa är dock *ett* betydelsefullt undantag.⁸ Inom genusmedicinsk forskning har fokus tidigare istället varit på begrepps- och teoriutveckling, olika aspekter av genusbias i diagnostik och behandling, eller på skillnader mellan vuxna mäns och kvinnors hälsa och livsvillkor.⁹ Däremot finns inom nationell och internationell ungdomsforskning med samhällsvetenskaplig och humanistisk inriktning rikligt med analyser av ungas livssituationer, populärkulturer och identitetsskapande – inklusive studier av unga femininiteter och maskuliniteter.¹⁰ Dock tenderar olika hälsoaspekter fortfarande att vara mindre uppmärksammade inom denna sociokulturellt inriktade ungdomsforskning.

Även om kropp och olika aspekter av hälsa länge varit centrala och problematiserats inom feministisk forskning, så menar alltså en del forskare att flickors ohälsa och livssituationer har förbisetts.¹¹ Den nu så aktuella flickforskningen kan dock ses som ett svar på behovet av att särskilt lyfta fram flickor och unga kvinnor.¹² Inom detta fält vill vi bidra med perspektiv på kroppslighet och (o)hälsa.

Genusperspektiv på ungas psykiska och psykosomatiska ohälsa är således ett relativt outforskat område inom svensk ungdomsforskning – vilket innebär att de studier som aktivt sammanför och integrerar olika perspektiv på social kontext, flickskap, femininitet(er), kroppslighet och hälsa fortfarande är relativt få. Anna Johanssons etnografiska studier av flickors skärande och självskador är dock ett sådant exempel, och Birgitta Meurlings antologi om flickor, kroppsideal och ätstörningar ett annat.¹³ Även Jutta Ahlbeck-Rehn, Elina Oinas och medarbetare ger viktiga bidrag till problematiseringen av kvinnors kroppar och hälsa utifrån feministiska teorier.¹⁴ Det är inom detta fält som vår egen forskning, och därmed denna artikel, kan placeras.

Intervjuer med unga kvinnor som sökt hjälp för stressproblem

I den här artikeln baserar vi våra resonemang på en intervjustudie som vi genomfört med tonårsflickor och unga kvinnor som själva sökt sig till en ungdomshälsomottagning i norra Sverige på grund av stressrelaterade problem. Det empiriska forskningsmaterialet består av upprepade individuella intervjuer med totalt 65 tonårsflickor och unga kvinnor i åldrarna 16 till 25 år. De har alla deltagit i vårt forskningsprojekt ”Stress and Health in Youth” (Umeå SHY).¹⁵

Forskningsprojektets övergripande syfte är att vidga och fördjupa förståelsen

av ungas kroppslighet, stress och psykiska ohälsa utifrån en tvärvetenskaplig teori- och tolkningsram, samt att utveckla genusmedvetna interventionsmodeller inom ungdoms- och skolhälsovård. Inom projektet har vi använt oss av både kvalitativa och kvantitativa forskningsmetoder.

Initialt analyserades intervjuerna med hjälp av kvalitativ innehållsanalys enligt Graneheim och Lundman, vilket är en induktivt orienterad analysmetod som ofta används inom hälsovetenskaplig forskning i syfte att studera levda erfarenheter och upplevelser av hälsa och sjukdom.¹⁶ I en kvalitativ innehållsanalys studeras vad som sägs, både på manifest och latent nivå, och resultatet presenteras ofta i form av kategorier eller teman formulerade på en relativt låg abstraktionsnivå. För att dessutom kunna identifiera och problematisera några av de samhälleliga och genusrelaterade diskurser som vi under våra framväxande analyser fann att deltagarna ”levde” och talade ur, svarade upp mot eller motsatte sig, så har vi utvecklat en diskursorienterad kvalitativ innehållsanalys.¹⁷ En sådan diskursanalytisk ansats kan fokusera vad som konstrueras, eller hur världen förstås eller talas om.¹⁸

I den här artikeln utgår vi från valda delar av intervjumaterialet och analyserna för att exemplifiera de unga kvinnornas förkroppsligande av stress, och för att diskutera deras livssituationer i förhållande till genusskapande och (dåtida/nutida) samhälleliga diskurser. I tidigare publicerade artiklar har vi konsekvent lyft fram vikten av att utgå från unga kvinnors egna berättade och levda erfarenheter samt att synliggöra

de yttre könade, sociala och samhälleliga stressfaktorer och begränsande livsutrymmen som dessa flickor och unga kvinnor möter i sin vardag – inklusive tonårsflickors och unga kvinnors erfarenheter av nedtryckande och våld i heterosexuella partnerrelationer.¹⁹

Individualiserade och könade stressdiskurser

De unga kvinnorna som vi intervjuade hade själva definierat sina problem som uttryck för negativ ”stress” och högt ställda krav på många parallella livsområden. Eftersom de sökt sig till en stresshanteringskurs gav de uttryck för svårigheter att bemästra sin situation och en önskan om att bättre ”hantera” den.²⁰ De förlade vanligtvis problemen till sig själva och tog ett stort personligt ansvar för att göra något åt sina problem – allt i linje med en individualiserad syn på hälsa och hälsofrämjande.²¹ Vidare speglade deras tal om kropp och hälsa liknande förväntningar på smalhet, perfekt utseende och självkontroll som identifierats i andra studiekontexter.²² Dessa individualiserade och könade diskurser som de levde och talade ur kan emellertid sättas i förhållande till ett större historiskt och samhälleligt sammanhang.

Genom historien finns det åtskilliga exempel på hur flickors och kvinnors kroppslighet och ohälsa konstruerats och reproducerats som tecken på bräcklighet, svaghet och sjuklighet.²³ Den historiska distinktionen mellan kropp och själ/psyke, som också kan relateras till distinktionen mellan de konstruerade kategorierna kvinna och man, har haft betydelse för hur kvinnor respektive män värderats och

behandlats olika under skilda tidsepoker – även i relation till den medicinska vetenskapen och dess praktiker.²⁴ Idéhistoriska studier av så kallad flick- och kvinnosjuklighet har synliggjort och betonat hur olika själsliga och psykiska sjukdomsdiagnoser har konstruerats i förhållande till skilda kulturella och sociala kontexter.²⁵ Diagnosbeteckningar såsom utbrändhet och utmattningsdepression utgör nutida exempel på sådana, ofta könade, konstruktioner av kvinnors sjuklighet som svar på överbelastning av något slag – vilket även anknyter till det mångfacetterade begreppet stress.

Stress kan därmed, både som begrepp och företeelse, ses som en historisk och social konstruktion. Inom forskning har stress som begrepp därför skilda definitioner och en mängd varierande tillämpningsområden.²⁶ Däremot betonar den svenska stressforskaren Töres Theorell att stress inte enbart bör förstås som en social ”konstruktion”, utan att stress också bör förstås som konkreta och påtagliga (materiella/hälsomässiga) konsekvenser av strukturella och organisatoriska förhållanden och förändringar, exempelvis i arbetslivet.²⁷ Genom resultat från sådan stressforskning är det ett väl etablerat faktum att en maktlös och anspänd situation, och därmed ohälsa, skapas i obalansen mellan höga krav, litet beslutsutrymme och lågt socialt stöd. Dessa samband antas gälla även barn och ungdomar i skolmiljöer, även om långsiktiga ohälsokonsekvenser av hög stress under ungdomsåren fortfarande är ett relativt outforskat område.²⁸

Idéhistorikern Maria Björk har mer specifikt studerat hur det som hon benämner som ”stressdiskursen” har utvecklats i

Sverige under 1900-talet (1950–1980).²⁹ Enligt Björk har begreppet stress, sedan det introducerades i Sverige på 1960-talet, inneburit en förändrad syn på uppkomsten av psykiska problem och deras orsaker.

Stress kan därmed, både som begrepp och företeelse, ses som en historisk och social konstruktion.

Medan man inom medicinen på 1950-talet hänförde neurosdiagnoser till den enskilda och ”konstitutionellt svaga” individen, ofta kvinnor, så innebar den senare utvecklingen mot förklaringsfaktorer på samhällsnivå att även högpresterande män kunde inkluderas i diagnostiken av ”nervösa besvär”. Under 1970-talet inkluderades även social klass i förståelsen. Emellertid innebar dessa förändrade förklaringsmodeller inte självklart att ett större ansvar för lösningar hänfördes till samhällsnivå, utan snarare gick utvecklingen från 1980-talet och framåt ännu tydligare mot en individualiserad syn på hälsa och självförverkligande. Björk beskriver således att förklaringsmodellerna och ansvaret för åtgärderna pendlat mellan en inriktning på individ och/eller samhälle. Enligt Björk kan kvinnors stressrelaterade ohälsa under åren mellan 1950 och 1980 ses som ett uttryck för samhälleliga klasskillnader och genusordningar, vilka kan förklara att kvinnor utifrån sin sociokulturella och fortsatt underordnade ställning i samhället i högre grad än män drabbades av sådana problem.

Inom nutida feministisk arbetslivsforskning har nyligen en neoliberal stressdiskurs identifierats som tenderar att ytterligare förstärka individens ansvar för den egna hälsan och livsplaneringen.³⁰ Vidare inkluderar den nutida debatten och forskningen om stress även barn och ungdomar.³¹ Mot denna bakgrund riskerar uppmärksamheten på stress bland tonårsflickor och unga kvinnor att bli ett ytterligare exempel på hur flickors upplevda svårigheter och utifrån kommande påfrestningar, så kallade stressfaktorer/stressorer, konstrueras som tecken på inre och individuell sårbarhet som därigenom tillskrivs deras egna tillkortakommanden som individer. Emellertid kan ett utvidgat stressbegrepp också möjliggöra för unga kvinnor att uttrycka de krav som de upplever i termer av ”stress”, även om det samtidigt kan innebära en form av medikalisering av deras upplevelser. Här har vi som forskare en viktig uppgift i att kontextualisera deras uttryck för stress, och därmed synliggöra komplexiteten i fenomenet. Vi finner det därför relevant att, i följande text, närmare problematisera unga kvinnors stressrelaterade ohälsa i förhållande till den individualiserade och genusordnade neoliberala samhällsutveckling som vi identifierat genom analyser av det empiriska materialet.³²

Unga kvinnors stress i en genusordnad neoliberal kontext

När vi relaterar den ovan skisserade kontextbundna och historiskt föränderliga synen på stress och psykisk ohälsa under 1900-talet till vårt empiriska material, som innefattar unga kvinnor födda under 1980-talet,

så skönjer vi en fortsatt utveckling mot en neoliberal och individualiserad – men också genusordnad – betoning av individens ansvar för den egna hälso- och livssituationen vad gäller både orsaker och åtgärder.

En av våra teoretiska utgångspunkter är därmed att kön, genus och hälsa ”görs” och konstrueras i sociala relationer och i förhållande till vardagliga och samhälleliga praktiker, diskurser, ordningar och strukturer.³³ Skapandet av kön och skapandet av stress och ohälsa kan härigenom ses som sammanlänkade processer av betydelse för att förstå unga kvinnors stressrelaterade problem.³⁴ Ett sådant hälsorelaterat genusskapande sker i ett sociopolitiskt landskap under förändring, i riktning mot mer neoliberala värderingar. De intervjuade unga kvinnornas förkroppsligande och görande av kön och stress kan förstås i skenet av en neoliberal diskurs som bland annat förmedlar idéer om att ”allt är möjligt” och tillgängligt för alla bara man gör tillräckligt goda och strategiska val.³⁵

Här inspireras vi framförallt av ungdoms- och medieforskare som Anita Harris och Angela McRobbie som fokuserar på varierande uttryck för samtida (individualiserade) femininiteter.³⁶ Framförallt Harris har poängterat det faktum att unga kvinnor i en rad olika sammanhang lyfts fram som potentiella vinnare i individualistiska och neoliberalt orienterade samhällen.³⁷ I en svensk kontext ser vi diskussionen om flickors framgång i skolan som ett sådant aktuellt exempel där flickors framgångar lyfts fram, illustrerat av tidningsrubriker som ”Flickor får toppbetyg – och erövrar arbetsmarknaden”.³⁸ Harris poängterar

dock att det i realiteten är en minoritet av unga flickor som kan leva upp till och förverkliga dessa idealiserade framgångsbilder.³⁹ De som i ett sådant sammanhang, präglad av konkurrens, inte lyckas riskerar att betraktas som förlorare; vilket framkom även i våra intervjuer, där de unga kvinnorna uttryckte rädsla för att misslyckas med sina föresatser och prestationer; väl medvetna om att de då – i egna och andras ögon – riskerade att konstrueras som mindre värda ”losers”.

McRobbie återkopplar i sin analys av samtida individualiserade femininiteter till vad hon benämner som ”nygamla genusordningar” där unga kvinnors underordning reproduceras även i nutid – om än i delvis annan form och i nya skepnader.⁴⁰ Hon lyfter i detta sammanhang också fram det som hon definierar som diskursivt formade problem bland kvinnor, såsom låg självkänsla, ätstörningar, självsador, depression och ångest – vilka hon benämner som ”post-feministiska sjukdomar/störningar” (eng. *post-feminist disorders*). Dessa perspektiv är högst applicerbara på vår egen forskning om flickors psykiska och psykosomatiska ohälsa, eftersom vi betraktar genusrelaterade stress- och ohälsoproblem som väsentliga delaspekter i de komplexa cirkulära processer som kan bidra till unga kvinnors upplevelser av lägre socialt värde och existensberättigande, men också till deras begränsade handlings- och livsutrymmen.⁴¹ I intervjuerna benämnde kvinnorna själva liknande processer som ”onda cirklar” av höga krav, låg självkänsla och varierande symtom på ohälsa.

En ribba att nå – pressen att prestera perfekt

De unga kvinnorna i vår studie förmedlade i sitt tal om stress och prestationer en tydlig medvetenhet om liknande samtida neoliberala tankegångar som forskare såsom McRobbie och Harris för fram. Även om långt ifrån alla relaterade denna medvetenhet till samhällliga processer så konkretiserades deras medvetenhet bland annat i det genomsyrande och återkommande temat ”pressen att prestera perfekt”, samt i deras medvetenhet om vikten av social status i olika sammanhang. De förhöll sig även till individcentrerade diskurser i sina konkreta handlingar och praktiker, då de ville prestera bra resultat på många områden samtidigt, exempelvis i skolan, i arbetslivet eller i sociala relationer. Pressen att prestera perfekt präglade på så vis det mesta som de företog sig. Nedan berättar en av deltagarna att hon inte bara ville vara ”perfekt” utan också ”bäst” – det vill säga ”i en klass för sig”:

Just nu är det skolan som är stressfull. Alltså man ska hinna med allt och helst ska man läsa full tid och ha högsta studiebidraget och högsta poäng och, liksom vara ”en klass för sig”. Det känns som att man har liksom en ribba där uppe som man måste nå. Som är helt urlöjlig. För jag är en sån där person som alltid ska vara liksom perfekt. Eller jag har varit en sån person.

(23 år, i vuxenutbildning)

I linje med de uttalade kraven på målinriktade och oklanderliga prestationer, uttryckte de unga kvinnorna att det fanns en ”ribba där uppe att nå”, det vill säga en ribba eller måttstock som de strävade mot. Ett annat tema, tätt sammanlänkat med denna strävan mot framgång, var de högt ställda – individualiserade – kraven:

Jag har väldigt lätt för att falla dit på alla olika krav på vad man ska. För jag tror att vissa av mina kompisar de kan kanske hänga med på det, men inte gå hela vägen ut, medan jag vill vara bäst på allting. Att jag vill samtidigt plugga, som jag ska jobba, som jag ska ha ett kul uteliv, jag ska festa, träna. Ja, jag vet inte, det blir som en enda stor röra.

(20 år, heltidsarbetande)

Det är väl det att man vill vara, alltså att jag vill prestera bra i skolan och att jag vill vara någon som är rolig och... ha mycket vänner och vara en bra vän också. Eller jag tror att jag och många tjejer har väldigt höga krav när det gäller prestationer också.

(22 år, universitetsstuderande)

Som citaten ovan illustrerar framhölls också vikten av att vara ”social” och uppskattad i kamratgruppen. Konkurrens med andra och tävlingsinriktning uttrycktes i termer av att ”rankas” eller att vara ”nummer ett” i olika grupperingar. De unga kvinnorna presterade och konkurrerade därmed för att ”platsa” och ”duga” – både inför sig själva och för att bli omtyckta av andra:

Jag har nog oftast känt så här att jag tror, fast det här är ingenting som har varit på nåt sätt bekräftat av någon egentligen, men jag har alltid trott att människor ska tycka sämre om mig om jag inte presterar bra eller om jag inte presterar riktigt bra. Och då tror jag att man bygger upp en känsla inombords för att det är alltid viktigt att prestera och sen så flyter det där på och sen till slut är det, det enda man vet. Det är som enda sättet man kan belöna sig själv på det är att man har presterat mycket eller man har presterat stort. Det är då man duger inför sig själv också.

(22 år, universitetsstuderande)

Självkontroll – en del av genusordnandet

Under intervjuerna betonades även nödvändigheten av en snygg, vältränad och perfekt kropp. Att ta hand om, ”kontrollera” och disciplinera den egna kroppen genom träning och rätt kost var för många både centralt och styrande i livet, samt en del i att bli och vara en ”bra människa”. På så sätt svarade de unga kvinnorna

i sina försök till värdeskapande också upp mot etablerade normerande och könade idealbilder om hur de som unga kvinnor skulle vara och se ut. På ett för de enskilda unga kvinnorna komplicerat vis sammanfaller rådande hälsodiskurser med kvinnlighetsideal om smalhet och självdisciplinering.⁴² I praktiken utövade flertalet av dem en rigorös kontroll över och reglering av såväl matintag som träning för att uppnå dessa ideal. De berättade om ett upplevt ”tvång” att träna för att känna sig ”duktiga” – även i relation till andra:

Det kändes när jag var inne i en sådan period, liksom en spiral. Jag kände att jag borde ju liksom gå dit [till träningen] nästan varje dag om jag var hemma. Då kunde jag ju ha gått dit, men ”nu sitter jag här istället och ser på TV” och så där. Det blir som nästan tvångsmässigt då. Jag säger ofta till andra ”nu har jag varit och tränat och jag känner mig så duktig”. Det var lite den grejen också att för att jag ville känna mig nöjd med mig själv, att jag har varit duktig i dag om jag varit där [och tränat].

(25 år, universitetsstuderande)

Mat och träning var således, tillsammans med perfektion och kontroll, återkommande teman i deras berättande:

Alltså det är maten som är problemet inte träningen. Och när jag tränar jättemycket då måste jag tänka jättemycket på maten för att jag ska återhämta mig ordentligt. Måste äta precis perfekt innan och perfekt tid innan, måste äta perfekt efteråt. För att om jag äter, om jag inte äter jättefiberrik mat, eller så där jättemycket proteinmat då går jag omkring och är hungrig sen, hela kvällen fram till jag somnar. Och då måste jag gå och äta hela tiden och det är ju skitjobbigt. Jag tycker inte att det är så himla kul att äta, så jag måste ha sådan himla stenkoll på maten. För det är det som är problematiskt. Om jag inte tränar då gör jag inte av med så mycket energi då kan jag äta vad jag vill. Förstår du?

(23 år, universitetsstuderande)

Trots stora ansträngningar kunde de inte alltid leva upp till de högt ställda kraven, och kände sig därför missnöjda med sig själva, sin personlighet eller med sin kropp. Självkländer och självhat uttrycktes i dessa sammanhang. De unga kvinnorna var följaktligen involverade i en konstant kamp för att förbättra, ”arbeta på” och utveckla sig själva.⁴³ De var väl medvetna om det egna ansvarets betydelse för att prestera så bra som möjligt. Om de ”misslyckades” såg de det som sitt eget fel. Medvetenheten om att de själva var ansvariga för sina handlingar avspeglade

därmed ett tydligt aktörskap i enlighet med en individualiserad femininitet.⁴⁴ Emellertid förhöll de sig till sina kroppar som till ofullbordade projekt.⁴⁵

Vidare återknyter de unga kvinnornas definitioner av sig själva som problem, i behov av förändringar och förbättringar, till de tidigare nämnda sociala och historiska konstruktionerna och värderingarna av kvinnor och kvinnors kroppar som ofullkomliga och mindre dugliga. Medicinska sociologer som Ellen Annandale menar att sådana sociala konstruktioner av kvinnor som problematiska och sjukliga är framträdande även inom samtida medicinska och samhällsliga förklaringsmodeller och diskurser.⁴⁶ Där förknippas kvinnors ”sjuklighet” med svaghet samtidigt som deras kroppar (inom medicinen) studeras fragmentariskt – som delar snarare än helheter – åtskilda från den sociala livssituationen och de samhällsliga processerna.

Denna fragmentering och betoning på könsskillnader i studier av hälsa och sjukdom istället för på hela människor i en social kontext, menar Annandale, banar väg för biologiskt baserade förklaringsmodeller samt för lindring och bot via könsspecifika mediciner snarare än genom samhällsliga och politiska analyser och lösningar. Även Elina Oinas och Jutta Ahlbeck-Rehn menar att kvinnors upplevelser av kropp och ohälsa kan ses som uttryck för social kontext och samtid, samt att studier av kulturella och medicinska praktiker kring kroppar också kan granska frågor om makt.⁴⁷ Utifrån sådana maktperspektiv konstaterar Annandale att en fragmentering och dekontextualisering av kvinnors

ohälsouttryck kan vara uttryck och medel för (symboliskt) förtryck av kvinnor.⁴⁸ Likaså problematiserar McRobbie symboliskt våld i förhållande till neoliberala maktordningar och unga kvinnors självreglering eller ”self-violence”.⁴⁹ Dessa tankegångar kan även relateras till unga kvinnors stress där orsakssambanden, om de studeras fragmentariskt, riskerar att dekontextualiseras och åtgärdsförslagen kan komma att hänföras tillbaka till kvinnorna själva.

Att skapa ett ”jag” av värde

I det empiriska materialet ser vi vidare åtskilliga exempel på hur de unga kvinnorna ansträngde sig hårt för egen synlighet och för att skapa sig själva ett eget värde, vilket på många sätt anknyter till deras självdisciplinering och den upplevda pressen att prestera perfekt.⁵⁰ Dock genomsyrades deras värdeskapande av motstridiga sociala och könade normer och diskurser. Dels stod det egna ”jaget” tydligt i centrum för deras identitets- och värdeskapande i linje med ett (maskulint dominerat) individualistiskt synsätt, dels skapade de unga kvinnorna individuellt värde genom omsorg om andra i linje med en kollektivt inriktad normativ femininitet.⁵¹ Även de egna prestationerna, den egna kroppen och utseendet var centrala i deras strävanden mot att bli en bättre person i en bättre kropp – och då inte sällan i konkurrens med andra. Sociologen Beverley Skeggs menar att vi skapar vårt värde i förhållande till andra, samt att vi i sociala situationer bedömer och blir bedömda, vilket lätt skapar osäkerhet.⁵² Hon menar att vissa bedöms hårdare än andra, vilkas frihet är större, exempelvis verkar

arbetarklasskvinnor bedömas hårdare än unga medelklassmän. Klass, kön men också etnicitet ligger då till grund för de sociala konstruktionerna av en persons värde och sociala status.

I vårt material var personligt värde och social status centrala aspekter som de unga kvinnorna förhöll sig till, såväl i sina tankar om sig själva och i sina dagliga handlingar, som i sina framtidsval. De talade om ”att duga”, men framförallt om att känna sig ”odugliga”. Exempelvis började en av kvinnorna varje morgon med att fråga sig själv *”Vad kan jag göra idag för att duga?”*. Med paralleller till Skeggs forskning om arbetarklasskvinnors fokus på att ”bli respektabla” så strävade de unga kvinnorna i vår studie mot att ”bli dugliga” och ”att duga”, vilket var tätt sammanlänkat med upplevelsen av det egna (låga) värdet. Det upplevt låga värdet har också betydelse för hur vi förstår deras upplevelser av stress och överbelastning, eftersom de arbetade intensivt för att bibehålla eller höja sin status inom de ramar som de definierade som styrande – vilka även kan relateras till heterosexuallitet och heteronormativa ideal.⁵³

Somliga av studiedeltagarna gav även uttryck för en medvetenhet om klass och klasstillhörighet i termer av att ”hålla klass”, vara i en ”klass för sig”, eller i en strävan mot att ”lämna” sin (arbetar)klass. De visade också en medvetenhet om klass- och statusmarkörer som kläder, stil, resvanor eller yrkesval. Några uttryckte motstånd mot andra kvinnor som de definierade som ”medelklass” eller snobbiga, och markerade sitt avstånd genom att hävda sitt arbetarklassursprung. Andra valde av liknande

skäl att umgås nästan uteslutande med jämnåriga män. En del tog avstånd från ”tjejtjejer”, och någon definierade sig som ”obrydd” om utseende. Som kontrast, uttryckte en kvinna att hon verkligen gillade

**En del tog avstånd från
”tjejtjejer”, och någon
definierade sig som ”obrydd”
om utseende.**

att bry sig om sitt utseende, och att hon helst umgicks med jämnåriga som hade lika mycket pengar att röra sig med som hon själv. På så vis talade de om eget värde i förhållande till sin sociala klasstillhörighet, till konstruktioner av kön och sexualitet samt i relation till andra jämnåriga kvinnor – de skapade därmed värde i förhållande till eller i konkurrens med andra. Dessa exempel visar på hur de unga kvinnorna förhöll sig till och förhandlade om olika komplexa femininitetspositioner.

Tävlingsinriktning och konkurrens har länge förknippats med individualitet och maskulinitet, exempelvis talar genusvetaren Raewyn Connell om hegemonisk och aggressiv maskulinitet.⁵⁴ I relation till vårt material kan också paralleller ses till McRobbies problematisering av en konkurrensinriktad neoliberal ordning, som vi i likhet med Annandale tolkar som en närmast ”brutal individualism”, inom samtida konsumtions- och utslagsorienterade postfeministiska diskurser. McRobbie lyfter bland annat fram utvecklingen av nya subtila former av manlig dominans och genusordnade hierarkier, vilka även

innefattar självkontroll och symboliskt våld, och där unga kvinnor drivs till att också konkurrera med varandra.⁵⁵ Mot denna bakgrund vill vi därför ringa in strävandena mot mänskligt värde och duglighet som centrala aspekter i de sociala konstruktionerna och skapandet av kön, klass och stressrelaterad ohälsa. Detta eftersom bibehållandet eller uppgraderingen av det egna människovärdet och dugligheten var en av anledningarna till varför de unga kvinnorna i vår studie ansträngde sig till det yttersta för att duga och för att vara eller bli bäst. Deras strävanden utgår, som vi ser det, utifrån upplevda och/eller faktiska underlägespositioner eftersom deras prestationer och utseenden, i våra ögon, inte var uttalat sämre än andras. För att förstå unga kvinnors upplevda och faktiska underlägespositioner är det nödvändigt att resonera i termer av makt, handlingsutrymme och genusordningar – samt att reflektera över hur nygamla genusordningar formeras i relation till andra sociala kategorier såsom klassbakgrund eller etnicitet.⁵⁶

Könat känslorarbete

I våra analyser framkom det som vi tidigare nämnt att de unga kvinnorna skapade personligt värde och social status, men även femininitet, genom intensivt och engagerat fokus på känslor, relationer och omsorg om andra – vilket krävde självdisciplinering och känslokontroll, och gav upphov till stress. Här förhandlade de också om eget utrymme och om respekt. Därmed var starka och motstridiga känslor centrala i deras berättade upplevelser. Dessa var ofta tätt sammanvävda med kroppsliga upplevelser, en del betonade till exempel att stress och oro var samma sak.

I förhållande till det sviktande, och ibland svikande, sociala stöd som de unga kvinnorna upplevde från omgivningen, tog de istället själva stort ansvar för sociala relationer – utifrån de förväntningar på en mer kollektivt inriktad normativ femininitet som vi tidigare noterat. Deras omsorgsarbete involverade också det som sociologen Arlie Russell Hochschild benämner som ”känslorarbete” (eng. *emotion work*).⁵⁷ I och med deras aktiva känslorarbete, reflekterande och agerande kan de unga kvinnorna också definieras som ”kompetenta moderna aktörer” som hanterade såväl emotionalitet som självet.⁵⁸ Emellertid innebar detta engagemang för andra att de istället åsidosatte sig själva:

Ja, alltså i familjen har det nog varit så att jag har tagit väldigt mycket ansvar... över relationerna till min pappa till exempel. Jag har skilda föräldrar... och sedan han träffade sin nya fru så är det jag som har sett till att vi har hörts att vi har setts och att vi haft tid när vi har setts... och sen att det har varit jag som har rätt upp när det har varit bråk... Ja, men jag har till exempel skrivit ett brev om mina känslor och. Ja, och samma sak att jag kanske också tar på mig mera av skulden

eller vad man ska säga, även om den inte är min. (...) Ja, alltså jag har varit vuxen i relationerna även fast jag har varit barn... och så på samma sätt har jag varit med kompisar så att jag gett mera än vad jag har fått tillbaka. Jag har kanske tänkt mer på andra än på mig själv och kanske inte tagit mig själv i första hand.

(20 år, universitetsstudent)

Vidare kan de unga kvinnornas relations- och känslorarbete uppfattas som delvis normstyrt, eftersom de bearbetade sina egna och andras känslor utifrån vad de uppfattade som accepterat för dem att uttrycka. Bland annat ville de inte visa svaghet och gråt eftersom de ansåg att det var bättre att visa ilska. Däremot fick de dåligt samvete om de impulsivt "for ut" mot andra i irritation. I sociala relationer ville de vara glada och "peppande", hellre än att klaga och belasta andra med problem och "grubbel" – då var de hellre positiva problemlösare. En av kvinnorna talade därför om att hon hade en "social mask", medan kvinnan nedan berättade om hur hon likt ett "skådespel" dolde för andra hur hon mådde:

Jag vet inte, jag önskar jag kunde vara mer behärskad. Där har vi det. Det är inte liksom det att jag sitter inför mina kompisar och säger vad jag tycker är så himla jobbigt och bla bla. Men istället för att jag sitter och pratar om sånt som man faktiskt känner så biter man ihop. Det är bara ett skådespel, liksom ett spel för galleriet, att jag som är på bra humör. Ibland är jag som äcklad över att jag sitter och typ skämtar om saker som jag egentligen inte orkar, egentligen inte bryr mig ett dugg om, och egentligen vill jag bara sitta och vara tyst.

(22 år, vuxenstuderande)

I citatet ovan menar kvinnan att hon önskade kunna "behärska", det vill säga kontrollera och hålla inne, sina känslor bättre – samtidigt som hon uttryckte att hon mådde dåligt av det som hon kallade "ett spel för gallerierna". Detta anknyter till det som McRobbie, med referens till Judith Butler, benämner som den "postfeministiska maskeraden" (se not 55). Andra berättade om behovet av att prata och få stöd, men att det samtidigt var svårt att "erkänna" sina problem:

Jag vet vad jag ska göra för att må bra, men sen så känner man att jag klarar ändå inte av det "jag måste vara misslyckad, jag klarar inte av nånting". Och så ringer man och pratar med någon om det och då känner man sig ännu värre för man erkänner att det är problem och, jag vet inte. Fast samtidigt är det en lättnad, jag behöver ju prata om det (skrat). Jag vet inte.

(22 år, universitetsstudent, studieuppehåll)

Denna uttryckta anpassning till, och medvetenhet om, accepterade och mindre acceptabla känslouttryck kan relateras till Hochschilds tankegångar om ”känsloregler” (eng. *feeling rules*).⁵⁹ Sådana känsloregler kan även definieras som genus- och klasskodade. Därmed ses konstruktionerna/görandet av emotioner som knutna till görandet av kön och kategorin flicka/kvinna.⁶⁰ Exempelvis förväntas (amerikanska) medelklassflickor undertrycka ilska eller elakhet, vilket liknar den anpassning till (könade) känsloregler som vi skönjer i vår studie.⁶¹ Konsekvensen kan bli att ilskan riktas inåt mot den egna personen, eller inte alls känns igen som ilska. Dessutom kan ilska vara mer komplicerad att rikta utåt för en individ (exempelvis flicka) som befinner sig i en underordnad position, och härigenom förloras energi.⁶² Idealet att kunna hantera och stävja ett inre mer irrationellt och opålitligt känsloliv har också lyfts fram som ett av de budskap om strategier för stärkt självkänsla som genomsyrar svenska självhjälpsböcker (ofta riktade till flickor/kvinnor) – vilket kan ses som ett ytterligare exempel på hur framgångsstrategier grundade i individualiserande och genusordnande diskurser uppmanar till självkontroll och emotionell disciplin.⁶³

De unga kvinnorna i vår studie brottades på liknande sätt med att hantera och disciplinera sina inre känsloliv för att kunna upprätthålla en fasad, eller social mask, av självkontroll. De reflekterade över dessa motstridigheter, och provade olika individcentrerade strategier för att komma tillrätta med sina starka känslor.⁶⁴ Dessa aspekter av normerat och genuskodat känslöarbete kan även relateras till den tidigare beskrivna neoliberala diskursen som betonar individuell ansvar, aktörskap och framgång. Samtidigt vill vi betona att kvinnorna i studien uttryckte motstånd mot att oreflekterat följa normer, vilket innebar att flera av dem brottades med sociala och existentiella dilemman.⁶⁵

Förkroppsligandet av ”livet på gränsen”

De unga kvinnornas förkroppsligande av effektivitet och rationalitet innebar även en normalisering av ideal om hög stress, målinriktning och ”många bollar i luften”.⁶⁶ Genom införlivandet av stress och livet ”på gränsen” uttryckte de, åtminstone delvis, att de anammade de nutida idealen om ett högt tempo och höga ambitioner som idag är förknippade med en framgångsrik person – eller av det som McRobbie benämner som ”ungdomlig femininitet” (eng. *youthful femininity*), vars nyckeldrag utgörs av ansvarstagande, kapacitet och framgång.⁶⁷ Samtidigt reflekterade de aktivt över sina egna svårigheter att skapa ”balans” och kontroll i förhållande till sin stressfyllda livssituation:

Jag tycker om att ha mycket att göra och upp till en viss gräns, sen blir det för mycket och då orkar jag inte riktigt... Det är väl så det är nu att jag har för

mycket och göra och att det är svårt att varva ner. Det blir lätt lite så att jag har svårt att hitta balansen mellan och ha tråkigt och att ha jättemycket. Det blir alldeles för mycket av allting, både roliga saker, det är inte bara jobbiga saker... Men det är som att till slut när det är för många roliga saker eller när det är saker som händer överhuvudtaget så blir det för mycket och då blir det för jobbigt i vilket fall... då blir det svårt att varva ner.

MW: Du säger att det går till en viss gräns, hur märker du det?

Jag vet inte men det är som att jag ... jag vill ju ha kontroll på saker... och det är väl kanske när jag tappar kontrollen... Och jag känner att jag inte har tid att hänga med på... men det där är inte heller bara att jag har mycket att göra i skolan eller så ... utan också om jag har mycket plugg och så kanske jag jobbar och så har jag mycket med kompisar och familjen och sådant där, så blir det som mer... och så kanske jag blir sjuk och när det är liksom någon sak som blir bara för mycket. Ja, det kanske är att jag lever lite för nära den där gränsen... och det blir för mycket.

(20 år, arbetar)

För att beskriva situationen använde de även uttryck som att ”gå in i väggen”, ”stressfälla”, ”utbränd” eller ”overload”, vilket antyder att de tagit till sig det vardagliga, men även psykologiskt eller medicinskt influerade, talet om stress och utmattning. Den unga kvinnan nedan berättar i liknande ordalag om hur hon, trots år av svår mobbning, kämpade hårt för att klara sina studier med höga betyg. Med distans till sina år av överbelastning kunde hon till slut inse att hennes dåvarande situation var övermäktig att bemästra, och därför inte hennes eget fel:

Jag hamnade i en stressfälla. Så att det blir bara ”overload”. Verkligen ”overload” som man säger. Jaa, det blir för mycket och jag har känt att jag inte kan få struktur eller ordning, för att det har varit sån kaos och... Nu i efterhand så har jag förstått att det är ingen i världen som hade kunnat få struktur på den situationen. Då blir det ju extra stressigt eftersom man klandrar sig själv och tycker ”varför klarar inte jag att leva ett normalt liv, och varför får inte jag liksom ordning på planeringen, och varför kan inte jag ha städad ordentligt hemma” och så där... Nu när man ser tillbaka så ... Nu har jag ju liksom en lugnare tillvaro, så nu kan jag ju hantera de här grejerna. Men då kunde jag ju inte det och då blir det som – hjälp vad är det för fel på mig?

(25 år, arbetstränar)

Livet på gränsen hade således uppenbara och påtagliga konsekvenser som bland annat beskrevs i form av socialt ”kaos” eller tillbakadragenhet.⁶⁸ Deltagarnas problem kan vidare hänföras till stressrelaterad ohälsa, men även till psykisk ohälsa i form av oro, ångest och nedstämdhet.⁶⁹ De berättade även om lidande i form av värk och smärta. Deras kroppslighet präglades genomgående av ett förhållande till kroppen som ett problem eller en börda, snarare än ett förhållande till kroppen som källa till välmående och styrka. Samtidigt beskrevs kroppen ofta som den/det som ”satte gränsen” för en ohållbar situation. Det höga tempot, ansvarstagandet, prestationshetsen och ”livet på gränsen” tog sig därmed kroppsliga uttryck – vilket vi tolkar som om de genusrelaterade och neoliberala (över)kraven materialiserades och tog kroppslig/psykisk form.⁷⁰

När jag är orolig kan jag få nästan ångest eller panikattacker över tanken på alla grejer och stundvis känner man att man bara vill bryta ihop för att det är för mycket. Men, ja ont i ryggen, trött hela tiden. Jag tror överhuvudtaget att stressen kan bidra till att jag sover dåligt, för mår jag bättre så brukar jag ändå sova bättre på natten. Jag tror definitivt att det är stressen som påverkar att jag inte riktigt kan koppla bort allting bara och ta det lugnt.

(16 år, studerar på gymnasiet)

I detta sammanhang kan de höga kraven och livet på gränsen inte ses som helt fria val eftersom de unga kvinnorna, samtidigt som de drev sig själva hårt, också svarade upp mot omgivningens förväntningar på dem att lyckas och att vara ”lyckade”. De uppfyllde därmed, i våra ögon, förväntningar om att samtidigt vara ansvarsfulla, starka, självgående – och att klara sig själva utan att be om hjälp trots svårigheter:

MS: Höga krav är det mer från dig själv, eller känner du krav från andra?

Det är väl både och tror jag, för att, för att min familj är så där att man ska jobba och vara så där. De flesta i min familj eller släkt har eget företag och så.

MS: Så du känner lite från familjen och ...

Och så när jag inte kan prestera det jag vill så blir jag istället, alltså då drar jag mig hellre tillbaka och så ungefär så att jag blir arg på mig själv eller vad man ska säga, att man blir som, man orkar inte, man bara ger jag upp och skiter i det här liksom, och sen så mår man ju jättedåligt i stället för att man liksom tar hjälp för att prata med någon eller fråga någon – hur ska jag göra med det här, kan du

hjälpa mig att få ordning på det? Men jag är inte så bra att be om hjälp så...
(19 år, gymnasiestudent)

Som en sammantagen konsekvens av den mångbottnade stress de gav uttryck för, såg de unga kvinnorna inte speciellt ljus på framtiden. De förmedlade en form av existentiell och förkroppsligad vanmakt.⁷¹ Deras berättelser andades därför hopplöshet, tvivel och maktlöshet inför den nuvarande – såväl som inför den framtida – livssituationen. Den stressfyllda livssituationen och den upplevda ohälsan var väsentliga delar i dessa mörka framtidstankar. Ett genomgående tema var att de unga kvinnorna, som de själva uttryckte det ”målade upp skräckscenarier”, där de frågade sig själva ”hur ska jag orka?” eller ”hur ska jag klara av det här?”. De ifrågasatte också sina egna och andras livsfilosofier. Många låg sömlösa på nätterna med snurrande tankar och oro. I likhet med Karin Widerbergs analyser av trötthet, irritabilitet och rastlöshet som nya emotioner i linje med moderniteten samt kraven från en (maskulint) dominerad marknadsekonomi, menar vi att de unga kvinnornas förkroppsligande av stress också kan ses som ett förkroppsligande av en modern tid med dess motstridigheter och pågående genusrelaterade förhandlingar.⁷²

Individualiserad femininitet och motstånd

Vi har härmed konstaterat att de individualistiska och neoliberala diskurser som kan sammankopplas med en modern, effektiv och driven individ var tydligt närvarande i de unga kvinnornas reflektioner och ageranden. Men de uttryckte även tvivel och motstånd i relation till sina stressfyllda liv och de värderingar som en del av dem relaterade till det ”hårda samhället” för människor med ”vassa armbågar”. Som vi tidigare har påtalat, kan de unga kvinnorna i studien definieras som kompetenta och moderna aktörer som med självreflektion och varierande handlingsstrategier försökte att möta eller motstå de upplevda kraven.⁷³ Likaså intog de olika sociala positioner som de reflekterade över mer eller mindre medvetet.

Det var även tydligt att de unga kvinnorna i studien var medvetna om jämställdhet och genusskapande processer i det dagliga livet – även om deras förhållnings-sätt och strategier skiftade. Exempelvis definierade sig somliga som ”feminister” medan andra tog avstånd ifrån feminism, även om de talade om skeva mediebilder eller orättvisor mellan tjejer/kvinnor och killar/män, exempelvis i skolan eller på arbetsplatser. Härigenom intog de olika positioner vad gäller motståndets natur: individuellt kontra kollektivt. Gemensamt för dem var dock att de kände sig mer eller mindre begränsade av samhälleliga stereotypa föreställningar om kön, något som somliga av dem aktivt försökte kämpa emot. Några uttryckte likt kvinnan nedan ilska och frustration:

(...) just nu känns det som att alltså samhället har en slags bild av hur man ska vara, hur man som kvinna ska vara och så. Och det känns som att den stereotypen och bilden, jag har aldrig velat vara sådan och jag har aldrig varit sådan och jag har föräldrar som aldrig har tyckt att man ska behöva vara sådan. Och de jag umgås med har alltid tyckt att det har varit något bra. Ja, kanske killar har varit mer såhär, men då har jag valt bort att umgås med dem som inte tycker det är bra... Och då är väl stressen att jag blir rädd att jag ska liksom låta mig kuvas under det. Samtidigt så kan jag tycka att andra människor är ganska små då de inte tillåter andra typer, att man måste vara på ett visst sätt.

MW: Hur uppfattar du normen kring hur man ska vara som kvinna alltså i din generation, i dina kretsar sådär?

Ja, alltså idag säger man ju väldigt mycket att Sverige är jämställt och sådär men jag anser att det är väldigt mycket attityder att kvinnor ska lämna plats för mannen, mannen är den som ska få vara smart och ta plats och den som tar beslut. Och kvinnan är mer den tysta liksom.

MW: Och så uppfattar du att det är i din generation?

Ja, alltså jag kan uppfatta, nu är det ju ändå folk reagerar över det här liksom att «men gud varför ska det behöva vara så?» Men det är väldigt få som aktivt ställer sig upp och säger «nu får det vara bra».

(23 år, universitetsstudent)

En del var uttalat kritiska mot idealbilder av tjejer och tjejers kroppar, samt hur de framställs i media och populärkultur. De ifrågasatte och kritiserade också mode- och skönhetsindustrins skapande av ”falska” bilder med dess fokus på ett attraktivt yttre och en ”snygg fasad”. I detta sammanhang refererade de till den snedvridna porträtteringen av kvinnor och män:

Tjejerna är jättelättklädda och killarna är helt påklädda och man blir jättearg. Men till slut så måste man som inse att det enda jag kan göra är att börja med mig själv. Och jag tänker inte känna mig förgiftad av det här så jag tänker inte kolla på MTV, och jag tänker inte läsa Aftonbladet eller typ Hänt, ja, bildtidningarna, jag skiter i det. Och då är det jätteskönt att kunna stänga av det där, det måste man som göra, för så länge du tittar på det och ger det pengar också så kan det ju fortgå, så att även om det existerar så behöver det inte existera för mig.

(23 år, universitetsstuderande)

Men under intervjuerna uttrycktes också motstridigheter, eftersom de unga kvinnorna själva upplevde sig påverkade av, och hade svårt att värja sig emot, de normer som de själva samtidigt kritiserade. En del upplevde därför vanmakt. Andra försökte, som citatet ovan visar, att aktivt stå emot, eller att inte medverka till att reproducera de idealbilder som de upprördes över. En paradox uppenbarade sig också kring den snäva uppfattningen om hur en ung kvinna ska vara – eftersom deltagarna beskrev en norm, en förväntan på att man, som ung, samtidigt ska uttrycka sin *individualitet*, vara ”speciell” och gärna ”sticka ut”:

Jag tillhör en klick där många är veganer och kommunister och uttrycker sig väldigt mycket genom stil, och kanske gillar en viss sorts musik... Det kan också vara lite pressande, så att du ska ha lite speciella kläder, och gärna liksom... Ja, du ska inte se ut som vem som helst och det kan ju också bli en press. (23, universitetsstudande)

Andra talade mer om hur de kände sig begränsade av stereotypa samhällsnormer, en form av yttre ”ramar” och oskrivna regler för hur man ska vara och för vad man ska uppnå i livet, exempelvis i förhållande till arbete och karriär.

Jag har någon slags framtidsstress, eller vad man ska säga. Eller hela det här konceptet typ att... Det känns som om man är matad från att det man var liten att man måste liksom, ja, vad ska du bli när du blir stor då, men, ja, typ karriär, utbildning och så kände jag väl förut. Jag har himla svårt, jag vill hålla på med massa olika grejor. Jag har svårt för att liksom se mig själv som en karriärmänniska så att säga. Alltså jag vill inte. Ja, men jag kan tänka mig skita i att gå på universitet och bara ”learning by doing” alltså så här, men att det inte är liksom riktigt accepterat än. Och då blir man ju så här, ja, men då typ lever man lite grann, man lever inte som man lär utan man bara lever efter samhällets oskrivna regler för hur du ska vara liksom. (23 år, universitetsstudent halvtid/arbete halvtid)

Citaten ovan och nedan visar hur svårt deltagarna tyckte det var att leva efter sina övertygelser, vilket i sig definierades som konfliktfyllt.

... det är en ganska stereotyp ram över hur man ska vara. Det finns en normalitet som man ska följa liksom. Och sen även om man typ vill, alltså jag vill inte följa någon ram liksom. Men det kan vara svårt i vissa sammanhang att bryta det där, ja...

MS: Så känns det som att det inte finns utrymme för att vara annorlunda eller...

Jo, det finns utrymme. Men samtidigt så blir som lite motsägelsefullt, alltså då är ju det här med individualismen igen liksom, att man ska vara så ensam och stark och förverkliga sig själv och så där. Men samtidigt som man matas med det och samtidigt som man vill det, så finns det något slags motsägelsefullt att man liksom inte kanske klarar av det. Alltså att man känner, nä, men jag är för bräcklig för att typ, ja, hela tiden vara stark och så där.

(23, universitetsstuderande deltid/arbetssökande)

Här ovan problematiseras också konflikten mellan individualismens förväntningar på att vara ”ensam och stark” och den egna upplevelsen av ”bräcklighet” och utsatthet. Flera av deltagarna berättade dessutom om egen uppgivenhet i samband med att de upplevda kraven på prestation blivit för höga, samtidigt som de uttryckte svårigheter att vända sig till andra för stöd.

Trots varierande motstånd mot definierade normer och begränsande ramar, så framkom det alltså bland de intervjuade de som kände krav på att prestera i utbildning, ”göra karriär” eller att ”bli något stort” – men också de som upplevt sig ha misslyckats. Detta återknyter till den genomsyrande pressen att prestera, att bli ”någon” eller ”något” med värde och (hög) social status – en press som de själva antingen relaterade till sina egna inre krav, till sina föräldrars eller lärares förväntningar, eller alternativt till samhällsklimatet i stort.⁷⁴ Samtidigt speglar deras berättelser både egna och andras föreställningar om att ”tjejer kan” och att unga kvinnor kan nå framgång, vilket kan återknytas till de beskrivna neoliberala strömningarna och till synen på unga kvinnor som potentiella vinnare – men även till diskurser om motstånd och jämställdhet.

Kontextens och genusskapande processers betydelse för att förklara och möta stress

Sammantaget pekar våra analyser på vikten av att tydliggöra genusskapande processers och det sociala sammanhangets betydelse för att förklara och bemöta unga med stress och psykisk ohälsa. Vi anser att de unga kvinnorna i studien, på en konkret men även på en symbolisk/ samhällelig nivå, erfor ett knapphändigt socialt stöd eftersom deras upplevda krav, stress och ansträngningar ofta förblev osynliga eller osynliggjorda.⁷⁵ En konsekvens av det sviktande och svikande sociala stödet var deras känsla av att ”axla ett tungt ansvar” och att måsta ”klara sig själva” – även i utsatta lägen eller i svåra livssituationer.

I föreliggande artikel har vi främst valt att problematisera hur tonårsflickors och unga kvinnors upplevda stress kan förstås i relation till samtida neoliberalt

influerade västerländska diskurser som bland annat fokuserar på individuella prestationer och personligt ansvar för kropp, hälsa och personliga uttryck. Vi har också argumenterat för att dessa individcentrerade diskurser kan ses som *genusordnade*, vilket för många av studiedeltagarna fick negativa konsekvenser exempelvis i form av självdisciplinering, upplevd osynlighet, känslor av maktlöshet/vanmakt eller begränsat handlingsutrymme.

De intervjuade flickornas och unga kvinnornas stressrelaterade ohälsa kan därmed förstås som ett förkroppsligande av en framväxande mycket komplex *individualiserad (normativ) femininitet* som – i likhet med hegemonisk maskulinitet – premierar tävlan, konkurrens och framgång, samtidigt som de strävade efter att leva upp till en mer traditionell normativ femininitet med förväntningar på anpassning, omsorgstagande och ansvarstagande.⁷⁶ Dessutom förhöll de sig till feministiskt orienterade diskurser och jämställdhetsideal. De unga kvinnorna beskrev därför hur de slets mellan krav på anpassning och viljan att stå upp för sig själva. Detta innebar att de mer eller mindre medvetet förhöll sig till och förhandlade om de parallella och ofta motstridiga diskurser som de uppfattade.

Våra analyser har därmed belyst hur flickorna och de unga kvinnorna i studien reagerade och agerade i relation till sociala och kulturella normer samt hur stress och ohälsa förkroppsligades, materialiserades och ”tog form” i värk, oro, ångest, utmattning och känslor av vanmakt. Vi har också poängterat att de unga kvinnorna inte själva såg sig som vinnare i sina respektive

sociala sammanhang, utan snarare målade upp relativt mörka bilder och tankar om framtiden, samt att de dessutom upplevde sig betala ett högt pris för att nå framgång och bli synliga och bekräftade. Vi har tidigare argumenterat för att dessa unga kvinnors synlighet även kan förstås som villkorad i bemärkelsen reglerad och begränsad.⁷⁷ Därigenom kan även deras livs- och handlingsutrymmen ses som villkorade, reglerade och begränsade – och som tecken på nygamla genusordningar. Det är därför fruktbart och helt nödvändigt att uppmärksamma tonårsflickors och unga kvinnors stress och psykiska ohälsa genom att kontextualisera deras upplevelser, även i relation till genusskapande processer och makthierarkier.

I den här artikeln har vi återkommande argumenterat för att den kontextbundna komplexitet som döljer sig bakom unga kvinnors upplevelser av stress och psykisk ohälsa behöver synliggöras, uppmärksammas och problematiseras – men framförallt att flickorna och de unga kvinnorna med problem respektfullt behöver mötas och tas på allvar. Genom att se förbi fragmentariska symtombilder och förminsande föreställningar om flickors/kvinnors sjuklighet och problematiska kroppslighet, menar vi att det är möjligt att vända blicken i en annan riktning för att utveckla alternativa förklaringsmodeller med potential för förändring och motstånd.

Utifrån vår egen erfarenhet från ungdomshälsoarbete inom hälso- och sjukvården och psykiatrin, ser vi att de här presenterade tvärvetenskapliga och genusmedvetna perspektiven som förordar en

mer nyanserad förståelse av unga kvinnors stress och psykiska ohälsa – förutom att tillföra ny kunskap – kan bana väg för nya sätt att möta unga kvinnor med liknande komplexa kontextrelaterade problem. Kritiska och tvärvetenskapliga forskningsperspektiv har därför mycket att tillföra i den konkreta vidareutvecklingen av genusmedvetna förhållningssätt och behandlingsmodeller inom skolhälsovård, på ungdomshälsomottagningar eller inom hälso- och sjukvården – nya och vidgade perspektiv som på sikt bör kunna gynna unga kvinnors hälsa och upplevelser av ett självklart existensberättigande bortom orimliga krav på prestation och anpassning.

Noter

- 1 I artikeln kommer vi omväxlande att använda benämningarna "tonårsflickor/flickor" och "unga kvinnor" men främst "unga kvinnor", se även not 4.
- 2 Ida Måwe: "Hälsans villkor. Kvinnan ses fortfarande som det svaga könet", *Genus* 2012:1, s. 8-9.
- 3 När vi här argumenterar för att flickors kroppslighet och (o)hälsa behöver situeras relaterar vi bland annat till Simone de Beauvoirs tankegångar om kvinnors kroppar och kroppslighet som "situation", se bland annat Toril Moi: *What is a woman*, Oxford University Press 1999, s. 59-121.
- 4 Med tanke på att studiedeltagarna representerar ett brett åldersspann, 16-25 år, har vi valt att omväxlande använda benämningarna "flickor" och "unga kvinnor", men oftast unga kvinnor eftersom majoriteten av de intervjuade i vår studie var över 20 år. I dagligt tal kallar vi deltagarna för "tjejer". Det är för oss tydligt att en del av deltagarna representerar kategorin "flickor" med erfarenheter av "flickskap" medan andra snarare representerar kategorin "unga kvinnor" i processen mot vuxenblivande. Vi vill också påpeka att vi är väl medvetna om att kategorierna "flickor" och "unga kvinnor" i sig är snäva, normerande och ibland uteslutande; samt att de i vår studie intervjuade "tejjerna" representerar en heterogen grupp med vitt skilda erfarenheter och livssituationer. Å andra sidan delade studiedeltagarna vissa för forskningsprojektet väsentliga och relevanta erfarenheter såsom de upplevelser som de själva definierade som "stress" och höga krav. Detta innebär trots allt att det empiriska materialet som vi i denna artikel relaterar till är heterogent i förhållande till deltagarnas livssituationer, sexualiteter, sysselsättningar, boendeformer, socioekonomiska förutsättningar, etc. Däremot är det empiriska materialet relativt homogent i termer av etnicitet, eftersom en majoritet av deltagarna var födda och uppvuxna i Sverige.
- 5 Claudia Mitchell och Jacqueline Reid-Walsh: "Girls and their Health", *Girlhood Studies* 2011:4(2), s. 1-2.
- 6 Curt Hagquist: "Psychosomatic health problems among adolescents in Sweden – are the time trends gender related?", *European Journal of Public Health* 2009:19 (3), s. 331-36. Torbjørn Torsheim et al: "Cross-national variation of gender differences in adolescent subjective health in Europe and North America", *Social Science & Medicine* 2006:62 (4), s. 815-27. Solveig Petersen et al: *Barns och ungdomars*

- psykiska hälsa i Sverige. En systematisk litteraturoversikt med tonvikt på förändringar över tid, Kungliga Vetenskapsakademien 2010. Maria Wiklund et al: "Subjective health complaints in older adolescents are related to perceived stress, anxiety and gender – a cross-sectional school study in Northern Sweden", *BMC Public Health* 2012:12(1), s. 993.
- 7 Ann Öhman: "Global public health and gender theory: The need for integration", *Scandinavian Journal of Public Health* 2008:36(5), s. 449-51. Bibi Hølge-Hazleton och Kirsti Malterud: "Gender in medicine – does it matter?", *Scandinavian Journal of Public Health* 2009:37(2), s. 139-45.
 - 8 Katja Gillander Gådin och Anne Hammarström: "'We won't let them keep us quiet' ... Gendered strategies in the negotiation of power – implications for pupils' health and school health promotion", *Health Promotion International* 2000:15(4), s. 303-11.
 - 9 Katarina Hamberg: "Gender bias in medicine", *Women's Health* 2008:4(3), s. 237-43. Eva E Johansson et al: "'I've been crying my way'—qualitative analysis of a group of female patients' consultation experiences", *Family Practice* 1996:13(6), s. 498-503.
 - 10 *Ungdomskulturer*, Simon Lindgren (red.), Gleerup 2009. Fanny Ambjörnsson: *I en klass för sig: genus, klass och sexualitet bland gymnasietjejer*, Ordfront 2004. *Handbook of youth and young adulthood: new perspectives and agendas*, Andy Furlong (red.), Routledge 2009. Nayak Anoop och Mary Jane Kehily: *Gender, youth and culture: young masculinities and femininities*, Palgrave Macmillan 2008.
 - 11 Katja Gillander Gådin och Anne Hammarström: "Ska flickor inkluderas i feministisk forskning?", *Socialmedicinsk tidskrift* 1998:1-2, s. 53-56.
 - 12 *En bok om flickor och flickforskning*, Anna-Karin Frih och Eva Söderberg (red.), Studentlitteratur 2010. Sinikka Aapola, Marnina Gonick och Anita Harris: *Young femininity: girlhood, power and social change*, Palgrave 2005.
 - 13 Anna Johansson: *Självskada: En etnologisk studie av mening och identitet i berättelser om skärande, h:ström – Text och Kultur* 2010. *Varför flickor?: ideal, självbilder och ätstörningar*, Birgitta Meurling (red.), Studentlitteratur 2003.
 - 14 *Kvinnor, kropp och hälsa*, Elina Oinas och Jutta Ahlbeck-Rehn (red.), Studentlitteratur 2007.
 - 15 Intervjuerna genomfördes av Maria Wiklund och Maria Strömbäck under åren 2005 till 2009.
 - 16 Ulla H Graneheim och Berit Lundman: "Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness", *Nurse Education Today* 2004:24(2), s. 105-12. Berit Lundman och Ulla H Graneheim: "Kvalitativ innehållsanalys", *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*, Monica Granskär och Birgitta Höglund-Nielsen (red.), Studentlitteratur 2008.
 - 17 Maria Wiklund: *Close to the edge: discursive, gendered and embodied stress in modern youth*, Umeå Universitet 2010. Maria Wiklund, Carita Bengs, Eva-Britt Malmgren-Olsson och Ann Öhman: "Young women facing multiple and intersecting stressors of modernity, gender orders and youth", *Social Science & Medicine* 2010a:71(9), s. 1567-75.
 - 18 För en beskrivning av diskursanalys se till exempel Marianne Winther Jørgensen och Louise Philips: *Discourse analysis as theory and method*, Sage 2002.
 - 19 Våra tidigare och kommande publikationer som denna artikel baserar sig på: Wiklund 2010. Maria Wiklund, Carita Bengs, Eva-Britt Malmgren-Olsson och Ann Öhman 2010a. Maria Wiklund och Carita Bengs: "Working Hard to Create a Visible Self: Social Constructions of (In) Visibility in Relation to Girls' Stress", *Invisible Girl*, Gun-Marie Frånberg, Camilla Hällgren och Elza Dunkels (red.), Umeå Universitet 2012. Maria Wiklund, Eva-Britt

- Malmgren-Olsson, Carita Bengs och Ann Öhman: "'He messed me up': Swedish adolescent girls' experiences of gender-related partner violence and its consequences over time", *Violence Against Women* 2010b:16(2), s.207-32. Maria Strömbäck, Bodil Formark, Maria Wiklund och Eva-Britt Malmgren-Olsson: "Living the corporeality of stressful femininity – A gender theoretical analysis of young women's stress experiences", accepterad för publikation i *Young: Nordic journal of youth research*.
- 20 Föreställningen om att kunna kontrollera och "hantera" (eng. *manage, monitor, regulate*) sin hälsa och sin kropp kan ses som en del i en individualiserad stress/hälsodiskurs. Se referenser i not 21 och 22.
- 21 R. Crawford: "Healthism and the medicalization of everyday life", *International Journal of Health Services* 1980:10(3), s. 365. R Crawford: "Health as a meaningful social practice", *Health* 2006:10(4), s. 401-20.
- 22 Jan Wright, Gabrielle O'Flynn och Doune Macdonald: "Being Fit and Looking Healthy: Young Women's and Men's Constructions of Health and Fitness", *Sex Roles* 2006:54(9), s. 707-16.
- 23 Frih och Söderberg 2010. Anna-Karin Frih: *Flickan i medicinen: ungdom, kön och sjuklighet 1870-1930*, Örebro Universitet 2007. Karin Johannisson: *Den mörka kontinenten: kvinnan, medicinen och fin-de-siècle*, Norstedt 1994. Elizabeth V Spelman: "Woman as Body: Ancient and Contemporary Views", *Feminist Studies* 1982:8(1), s. 109-31.
- 24 Spelman 1982. Gunilla Risberg, Eva E. Johansson och Katarina Hamberg: "A theoretical model for analysing gender bias in medicine", *International Journal for Equity in Health* 2009:8(1), s. 28. Thomas Laqueur: *Om könnens uppkomst: hur kroppen blev kvinnlig och manlig*, Östlings bokförlag 1994.
- 25 Frih 2007. Johannisson 1994. Karin Johannisson: "Den moderna tröttheten: Historiska perspektiv", *Stress: individen, samhället, organisationen, molekylerna*, Rolf Ekman och Bengt Arnetz (red.), Liber 2005. Maria Björk: *Problemet utan namn? Neuroser, stress och kön i Sverige från 1950 till 1980*, Uppsala Universitet 2011.
- 26 Stress är ett mångfacetterat begrepp med flertalet definitioner som utgår från olika vetenskapliga traditioner. Vi har inte möjlighet att i denna text gå in på dessa definitioner och betydelser, men vi utgår bland annat från de definitioner som används av Ekman och Arnetz (red.) 2005.
- 27 Robert Karasek och Thöres Theorell: *Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life*, Basic Books 1990. Thöres Theorell: "Kontroll över den egna situationen: en förutsättning för hantering av negativ stress", *Stress: individen, samhället, organisationen, molekylerna*, Rolf Ekman och Bengt Arnetz (red.), Liber 2005.
- 28 Katja Gillander Gådin: "School-related health – a cross-sectional study among young boys and girls", *International Journal of Health Services* 2000:30(4), s. 797.
- 29 Björk 2011, s. 271-282.
- 30 Ulrika Jansson, Erica Sandlund, Liselotte Jakobsen, Christina Olin-Scheller: "Diskursiv och könad normering kring stress i ett föränderligt arbetsliv", *Arbetsmarknad & Arbetsliv* 2012:18(2), s. 29-44.
- 31 Barnombudsmannen: *Barn och unga berättar om stress – resultat från Barnombudsmannens undersökning bland kontaktklasserna*, våren 2003, Barnombudsmannen 2004:03.
- 32 Wiklund 2010. Wiklund et al 2010a.
- 33 Se exempelvis Raewyn Connell: "Gender, health and theory: Conceptualizing the issue, in local and world perspective", *Social Science & Medicine* 2012:74(11), s. 1675-83. Candace West och Don H Zimmerman: "Doing gender", *Gender & Society* 1987:1, s. 125-51.
- 34 Wiklund 2010, s. 59-76.
- 35 Aapola, Gonick och Harris 2005. Wiklund och Bengs 2012. Neil Brenner och Nik Theodore: "Neoliberalism and the urban condition", *City: analysis of urban*

- trends, culture, theory, policy, action* 2005:9(1), s. 101-07. Elizabeth C Charles: "Complicating hetero-femininities: young women, sexualities and 'girl power' at school", *International Journal of Qualitative Studies in Education (QSE)* 2010:23(1), s. 33-47. Gabrielle O'Flynn och Eva Bendix Petersen: "The 'good life' and the 'rich portfolio': young women, schooling and neoliberal subjectification", *British Journal of Sociology of Education* 2007:28(4), s. 459-72.
- 36 Anita Harris: *Future girl: young women in the twenty-first century*, Routledge 2004. Angela McRobbie: *The aftermath of feminism: gender, culture and social change*, Sage 2009.
- 37 Harris 2004.
- 38 Kerstin Eriksson: "Flickor pluggar – sen blir de chefer", *Västerbottens-Kuriren* 26/11, 2012.
- 39 Harris 2004.
- 40 McRobbie 2009, s. 94-123.
- 41 Wiklund et al 2010a. Wiklund och Bengs 2012.
- 42 Wiklund et al 2010a. Wright et al 2006. *Biopolitics and the "obesity epidemics": governing bodies*, Jan Wright och Valerie Harwood (red.), Routledge 2009.
- 43 Detta relaterar till synen på kroppen som problem, som ett ofullkomligt och "ofullbordat projekt", se not 45.
- 44 Wiklund et al 2010a. Harris 2004. McRobbie 2009.
- 45 För en närmare beskrivning av synen på kroppen som ett "projekt", se t.ex. Chris Shilling: *The body and social theory*, Sage 1993. Carita Bengs: *Looking good. A study of gendered body ideals among young people*, Umeå Universitet 2000.
- 46 Ellen Annendale: *Women's health and social change*, Routledge 2009.
- 47 Elina Oinas och Jutta Ahlbeck-Rhen: "Blod, fläsk och performativitet – kropp och hälsa i feministisk forskning", *Kvinnor, kropp och hälsa*, Elina Oinas och Jutta Ahlbeck-Rehn (red.), Studentlitteratur 2007, s. 11-43.
- 48 Annendale 2009, exempelvis s. 89-106.
- 49 McRobbie 2009, se även not 55.
- 50 Wiklund et al 2010a. Wiklund och Bengs 2012.
- 51 Beverley Skeggs: *Formations of Class and Gender: Becoming respectable*, Sage 1997. Ambjörnsson 2004, s. 57-65. Wiklund et al 2010.
- 52 Skeggs 1997, s. 98-117.
- 53 I denna artikel har vi valt att inte närmare fördjupa vår analys av hur heterosexualitet och heteronormativitet har betydelse i konstruktionerna av normativ femininitet bland tonårsflickor och unga kvinnor. I en kommande artikel av Strömbäck och medarbetare problematiseras stressrelaterad ohälsa i relation till hur diskursiv och performativ femininitet framställs och konstrueras, då med referens till bland annat Judith Butler: *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*, Routledge 1999.
- 54 R. W. Connell: *Masculinities*, Polity Press 2005. Raewyn Connell: "The neoliberal parent: mothers and fathers in market society", *Confronting equality: gender, knowledge and global change*, Raewyn Connell (red.), Polity Press 2011, s. 41-57.
- 55 Se Annendale 2009, s. 140-141, där hon refererar till McRobbie: *Feminism and youth culture*, Macmillan 2000. Se även McRobbie 2009, exempelvis s. 95-123, där hon med referens till andra författare bland annat utvecklar resonemang om unga kvinnors situation i förhållande till postfeminism, nya former av maskulin dominans, symboliskt våld, självkontroll, etc., samt med referens till Butler diskuterar "the post-feminist masquerade" i förhållande till "post-feminist disorders", "gender distress" och "melancholia".
- 56 Se McRobbie 2009. R. W. Connell: *Gender*, Polity Press 2002.
- 57 Arlie Russell Hochschild: "Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure", *American Journal of Sociology* 1979:85(3), s. 551-75. Begreppet "emotion work" omfattar både (betalt) arbete som involverar hanterandet av andra människors känslor och arbetet med egna känslor. Obetalt

- "känslorarbete" som utförs i personliga relationer i hemmet eller utanför arbetsmarknaden är inte lika frekvent studerat men ett växande forskningsområde, se bland annat Hanna Frith och Celia Kitzinger: "'Emotion Work' as a Participant Resource: A Feminist Analysis of Young women's Talk-in-Interaction", *Sociology* 1998:32(2), s. 299-320. De diskuterar i sin text hur känslorarbete kan betraktas som en resurs för unga kvinnor i deras tal kring sexuella förhandlingar. Även betydelsen av att utveckla förkroppsligade uttryck av känslorarbete, t.ex. i relation till självskada, framhålls av bland annat Amy Chandler: "Self-injury as Embodied Emotion Work: Managing Rationality, Emotions and Bodies", *Sociology* 2012:46(3), s. 442-457.
- 58 För en närmare analys av unga kvinnor som kompetenta moderna aktörer se Anette Schnabel, Carita Bengs och Maria Wiklund: "Modernity, Stress and the Quest for Emotional Self-management.", *Salute e Società. La medicina delle emozioni e delle cognizioni*, 2012:2, s. 74-89.
- 59 Hochschild 1979.
- 60 Sharon Lamb: *The secret lives of girls: what good girls really do - sex play, aggression, and their guilt*, The Free Press 2001. Stephanie A Shields: *Speaking from the heart: gender and the social meaning of emotion*, Cambridge University Press 2002.
- 61 Här refererar Sharon Lamb även till Dana Jack: *Behind the mask: destruction and creativity in woman's aggression*, Harvard University Press 1999, där Jack bland annat för fram tesen att ilska och aggression hos flickor handlar om "connection" och "loss of connection" och inte om dominans.
- 62 Sharon Lamb 2001. Shields 2002.
- 63 Linda Berg: "Välj dina känslor: Om subjektförståelse och säljande känsloreglering i Mia Törnbloms självhjälpsböcker", *Att känna sig fram*, Anneli Bränström Öhman, Maria Jönsson och Ingeborg Svensson (red.), h:ström - Text och Kultur 2011.
- 64 Wiklund 2010 samt Schnabel et al 2012, Bengs och Wiklund 2012.
- 65 Se en mer detaljerad beskrivning av de existentiella och sociala aspekterna i Wiklund 2010.
- 66 Wiklund 2010, s. 59-76.
- 67 McRobbie 2009.
- 68 Temat Livet på gränsen analyseras mer i detalj i Wiklund 2010, exempelvis s. 51-52.
- 69 I den här artikeln finns inte utrymme att närmare definiera och problematisera likheter och olikheter mellan de olika definitioner av "stress" och "psykisk ohälsa" och de förklaringsmodeller som förekommer inom praxisverksamheter och forskningsfält som beteendemedicin, psykiatri, folkhälsovetenskap eller sociologi. I denna artikel fördjupar vi oss därför inte i förståelsen för symtomen och de olika förklaringsmodellernas komplexitet. Se även not 26. En medicinsk och arbetslivsinriktad definition av stress och stressrelaterad ohälsa finns i den tidigare nämnda antologin av Ekman och Arnetz 2005.
- 70 Här associerar vi till Erika Alms text: "Kroppen som form", *Tidskrift för genusvetenskap*, 2006: 1.06, s. 45-57.
- 71 Wiklund 2010, exempelvis s. 65 samt mer ingående i den opublicerade artikeln av Wiklund et al: "Living close to the edge. Dimensions of distress, distrust and disempowerment in young women", kommande publikation.
- 72 Karin Widerberg: "Embodying Modern Times: Investigating tiredness", *Time & Society* 2006:15(1), s. 105-20. Wiklund 2010. Wiklund et al 2010a.
- 73 Wiklund 2010. Schnabel et al 2012.
- 74 Wiklund et al 2010a. Skeggs 1997. Beverley Skeggs: *Class, self, culture*, Routledge 2004.
- 75 Wiklund och Bengs 2012.
- 76 Se Connell 2002 för en utvecklad definition av hegemonisk maskulinitet
- 77 Wiklund et al 2010a. Wiklund och Bengs 2012.

Nyckelord

Genus, stress, psykisk hälsa, kroppslighet, känslor, neoliberalism, individualism, förkroppsligande

Maria Wiklund

Umeå centrum för genusstudier (UCGS) och Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, sjukgymnastik

Umeå universitet

901 87 Umeå

maria.wiklund@physiother.umu.se

Maria Strömbäck

Genusforskarskolan, Umeå centrum för genusstudier; Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, sjukgymnastik och Institutionen för klinisk vetenskap, psykiatri

Umeå universitet

901 87 Umeå

maria.stromback@physiother.umu.se

Carita Bengs

Sociologiska institutionen

Umeå universitet

901 87 Umeå

carita.bengs@soc.umu.se