

Lita skrift Multi

«Multikulturalismen er død som politisk rettesnor», seier kunnskapsministeren vår i eit stort oppslag i Dagsavisen. Korleis var det han døydde? undrar eg etter å ha lese og høyr det fleire gonger enn eg har tal på. «Det jeg vil, er å ta et oppgjør med den berøringsangsten, som gjør at mange har sett bort fra kultur (?) som en faktor i integreringsdebatten», seier Røe Isachsen i intervjuet, som egentleg er ei oppfølging av hans eigen kronikk i Morgenbladet: «Vi må diskutere de kulturelle aspektene ved høy innvandring.»

Dette kunne vi lese om i Unni Wikans bok *Mot en ny norsk underklasse* i 1995, der tittelen på den første artikkelen er «Kultur – vår tids rasebegrep!» Ein brannfakkel mange år før den første Brochmann-rapporten, og det vart ikkje nokon fart i debatten før multikulturalisme vart det forløyssande mantraet. Ikkje berre om innvandring, men i dei underlegaste samanhengar i eit omfang nokon turde kartleggje. Ikkje berre i innvandringsdebatten, men i hytt og vør, til med i åndseliten blei multikulturalisme omtalt som eit ureinande element.

Cora Alexa Døving tok i boka *Integrering* til motmæle mot måten ordet var gjort til hoggestabbe på i ei rad samfunnsproblem. Det var på den tida Norge fekk vitjing av to formanande danskar, som i boka *Adskillelsens politikk* framstilte ein open debattkultur som var det ein internasjonale konspirasjon. Danskane har fått det til, vart det sagt, då ein annan danske, Carsten Jensen sa til meg at: «Danmark er ikkje noko føregangsland, men ein negativ rollemodell som Noreg aldri må prøve å likne.»

Både velferdsstaten og kulturen er truga av meir innvandring, meiner eit mindretal. Er det «multikulturalismen» si skuld? Er det sant at vi har sett bort frå kultur som faktor? Kva meiner vi då med «kultur»?

R.H.

Arkivert

– Om alle bedrifter tar
kvar sin ml'ar, er
AKP-problemet løyst!

Dag og Tid refererer Niels Petter Wollbekk i Borgarkomiteen i Bergen 4. mars 1977

Kroppskapitalismen

Marknadskreftene tener rått på menneske med dårleg sjølvbilde.
Kva kan vi gjere for å minske kroppspresset?

KROPPSPRESS

ELISE LØVEREIDE
redaksjonen@dagogtid.no

– Når eg legg ut bilde av den tjukke kroppen min, og viser at eg elsker meg sjølv, så bryt det med kapitalismens første og største lov: at eg bør og skal hate meg sjølv. Verksemdar prøver å selje oss ideen om at det vi gjer, og den måten vi er på, er feil. Derfor blir vi nøydde til å kjøpe tinga dei sel, for slik å bli riktige kvinner, sa svenske Ebba Nilsson til den danske avisa Politiken førre veke.

Nilsson har 21.000 følgjarar på Instagram, der ho legg ut selve for å inspirere andre unge kvinner til sjølvkjærleik. Nilsson meiner at det å elske seg sjølv er det farlegaste våpenet i kampen for retten til å vere tjukk. Som såkalla kroppspositivist – ei som er tilfreds med eigen uperfekt utsjånad – ser Nilsson på kapitalismen som det største hinderet for sjølvkjærleik.

MASSIVE SUMMAR

Ifølgje Kosmetikkleverandørenes forening brukte nordmenn 10,7 milliardar (inkludert meirverdiavgift) på kosmetikk og venleiksprodukt i 2015. Det inkluderer mellom anna hudpleie, hårprodukt, sminke, hygiene og parfyme. 400 millionar blir brukte på trening, skreiv Aftenposten i 2015. I tillegg nyttar vi meir pengar på kosmetiske inngrep: I 2008 hadde 7 prosent av kvinnene og 3 prosent av mennene lagt seg under kniven. Nordmenn betaler altså massive summar kvart år på eigen utsjånad.

Bakgrunn

KROPPSPRESS

- Til ei kvar tid har rundt 50.000 norske kvinner ei form for spiseforstyrning.
- Heile 70 prosent av jentene er misnøgde med eigen utsjånad.
- I Stavanger oppgav 17 prosent av jentene og 3 prosent av gutane i 2013 at dei har eit negativt sjølvbilde. For jentene er talet 5 prosent høgare enn i 2010.
- Årleg nyttar nordmenn cirka 10,7 milliardar kroner på kosmetikk og 400 millionar på trening.

Kjelde: Folkehelseinstituttet og UngData

Når ein ser på omfanget av kroppskompleks her til lands, er forbrukartala kanskje ikkje så overraskande: Heile 70 prosent av jentene er misnøgde med eigen utsjånad, skreiv NRK i 2014. Prosentdelen er basert på ei spørjeundersøking gjort av UngData i 2013. Undersøkinga blei utført ved fleire skular i landet, og i Stavanger oppgav 17 prosent av jentene og tre prosent av gutane at dei har eit negativt sjølvbilde. Blant jentene var dette ei auke på 5 prosent sidan 2010. Samanhengen er enkel: Jo fleire personar som har dårleg sjølvbilde, jo enklare er det å selje ein bodskap om at du treng kosmetikk, trening eller kirurgi for å bli ei betre utgåve av deg sjølv.

EIN MAKEOVER-MANI

Den svenske forfatteren og pro-

fessoren i sosialpsykologi, Thomas Johansson, skriv i boka *Makeovermani* at vi stadig må forbetre oss og leve i konstant dårleg samvit for kjensla av å ikkje ha gjort nok. Fokuset på det perfekte sjølvet kjem ikkje til å gjere oss lukkelege, seier han, når rammene for eit godt liv ofte blir avgjorde av samfunnet rundt oss. Kanskje veit dei fleste at det å ha ein ideal-kropp ikkje automatisk fører til lukke. Så kvifor er vi så febrilsk avhengige av å streve etter han?

«Du er ikke syk, du er feit!» Det var overskrifta på eit blogginnlegg eg kom over for nokre år sidan. Også andre internett-medium, som Fitnessbloggen, no, har stilt seg i same rekke med titlar som: «Ta ansvar! Du velger å være overvektig.» Somme kallar slike påstandar *fat-shaming* – ei oppmoding om å skamme seg over eiga vekt. Men kanskje er det ikkje alltid slik at det å vere overvektig er eins eigen feil. Det kan vere medisinar, gen eller eteforstyrningar som har skuld i at ein ser ut som ein gjer. Overeting er den mest vanlege eteforstyrninga her i landet, med 28.000 tilfelle, ifølgje Folkehelseinstituttet.

BARN UROA FOR KROPPEN

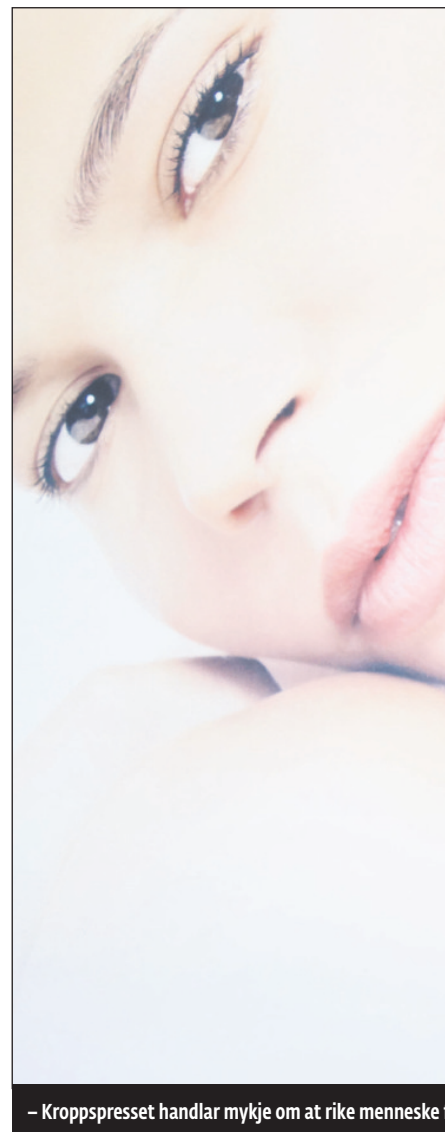
Til ei kvar tid har 50.000 kvinner i alderen 15–44 ei eteforstyrning. Dei siste åra har fitness-kulturen eksplodert. Fleire unge blir sjukleg avhengige av trening og sunt kosthald (såkalla ortoreksi). Du skal ikkje berre vere slank, du skal vere trimma og muskuløs også. Sidan feittprosenten kan bli like låg ved trening som han kan bli hjå anorektikarar, ansvar ekspertar mot nye typar kroppspress.

Idealet er tydeleg: solbrun hud, god hårvekst, men lite kroppshår, slank, trent og høg, store bryst og stor rumpe, men smal midje hjå kvinner og store musklar hjå menn. I 2013 skreiv Dagsavisen at jenter mellom 14 og 17 nyttar opp mot ein time framfor spegelen kvar morgon. «Utsjånaden er jobb nummer ein», konkluderte sosiologen Sanna Sarromaa, som stod bak forskinga. Ein rask titt på Ung.no, der ungdom kan spørje fagfolk om alle moglege spørsmål, syner at mange unge uroar seg over eigen kropp og utsjånad:

Er ei jente født i juni 2003. Jeg veier ca 50 kg, og er ca 1,70 meter lang (...) jeg lurar på om vekten min er normal for min alder. Min familie sier jeg er tynn, noe jeg ikke synes selv.

Jeg blir 13 på våren, og er ca 1,64 m. Jeg veier 45 kg når jeg ikke har spist og er sulten (...) og jeg lurar på hva som er normalvekten for jenter på min høyde og alder? Jeg føler meg alltid litt tjukk. Så veier jeg for mye? I tillegg, har du noen tips for å fjerne dobbelthake.

Det at 13 år gamle jenter (og gutar) uroar seg over eiga vekt og eigen kropp, seier noko om kroppspresset i samfunnet vårt. Og alt tydar på at presset aukar.



– Kroppspresset handlar mykje om at rike menneske

– Samanliknar seg med noko som ikkje finst

Rameen Sheikh vil merke retusjert reklame.

Den ferske talspersonen i nettverket Ungdom mot retusjert reklame ser for seg eit bybilde fritt for retusjerte kroppar.

– Vi blir eksponerte for fleire hundre reklamar dagleg. Ungdom mot retusjert reklame meiner det er viktig å gjere folk bevisste på at modellane ofte er retusjerte. Ein samanliknar seg altså med noko som ikkje finst, seier Sheikh.

– Ungdom mot retusjert reklame har kampanjar der de merkar retusjert reklame i

byen. Vil det hjelpe?

– Eg veit ikkje om det vil auke sjølvtiliten til folk automatisk, men det er bra å vite at det ein ser, er urealistisk. Vi må også tenke på korleis vi vil at bybildet skal sjå ut.

Motemagasinet Det Nye fekk både hyllester og kritikk når dei i eit heilt nummer sommaren 2015 berre viste sminke-lause modellar og intervjuobjekt. Ros fordi lesarane fekk eit realistisk bilde av røyndomen, kritikk fordi dei berre produserte nye ideal om naturleg

venleik – kvinnene i bladet såg jo vakre ut også utan sminke.

– Kva meiner de om såkalla dameblad?

– Eg las om ein studie der to grupper kvinner las høvesvis dameblad og vitskaplege tidskrift. Gruppa som las dameblad, fekk mykje dårlegare sjølvtilitt. Men vi jobbar mest med reklame som ein ufrivillig blir eksponert for. I botn og grunn handlar mykje av kroppspresset om at rike menneske får meir i kassa når ungdom føler seg stygge.



– Målet er ikkje *fleire* idealkroppar, men at det ikkje lenger *finst* ein idealkropp.

Carina Elisabeth Carlsen, kroppspositivist

Så kva gjer vi? Skal vi snakke mest mogleg om kroppspress, eller minst mogleg? Bør vi bli meir eksponerte for vanlege kroppar i mediebildet, enn det som kjem fram i reklamen? Det meiner kroppspositivist Carina Elisabeth Carlsen.

DRAPSTRUA AV VEKTA

– Kroppspositivisme handlar om å ha psykisk god helse, eit positivt sjølvbilde og aksept for at alle kroppar er ulike. Dessutan er det viktig ikkje å dømme andre for korleis dei ser ut, meiner Carlsen.

– Er det eit utbreidd fenomen at folk dømmer andre etter utsjånaden?

– Å, ja! Eg får både drapstruslar og valdtektstruslar fordi eg er tjukk. Det vil alltid vere dei som kritiserer meg for å fremje dårleg helse. Eg meiner at dei som ønskjer at vi skal gje etter for kroppspresset, er dei som eigentleg fremjar dårleg helse. Det er jo ikkje sunt å gå rundt og vere konstant usikker. Kanskje kan eg inspirere til sjølvaksept, framfor sjølvhat.

– Trur du at vi kan motarbeide kroppsideal med meir kropp?

– Ja. No skapar det store overskrifter dersom ein *plus size*-modell får modellkontrakt. Eg vil sjå meir mangfald og ikkje berre tjukke menneske – eg vil sjå låge, tynne, høge og funk-

sjonshemma kroppar. Det er viktig at folk veit korleis vanlege, naturlege kroppar ser ut, både med og utan klede. Det bør vere slik at om du tør å gå på stranda, så tør eg. Målet er ikkje *fleire* idealkroppar, men at det ikkje lenger *finst* ein idealkropp, seier Carlsen.

FUNKSJON, IKKJE UTSJÅNAD

Det er ikkje Cathrine Nitter i organisasjonen ROS (Rådgivning om spiseforstyrrelser) heilt samd i.

– Det er viktig at vi jobbar for auka aksept for alle kroppar, men dette blir ikkje gjort ved å sensasjonalisere ein vanleg kropp. Når utsjånad, vekt og kropp blir kommunisert i alle kanalar, kjem det fort ein sjølvforsterkande utsjånadsdebatt med auka kroppspress som effekt, seier Nitter.

Organisasjonen meiner at dess meir ein pratar om kropp, dess fleire risikerer å utvikle kroppskompleks.

– Forsking frå Gøteborgs Universitet viser at det er tre ting som kjenneteiknar ungdom som er nøgd med kroppen sin: at det er lite snakk om kropp og utsjånad heime, at dei er meir opptekne av kva kroppen kan brukast til, framfor korleis han ser ut, og til sist at dei har eit bevisst og kritisk forhold til kroppsidealet i media.

LÆR Å VERE KRITISK

Førsteamanuensis i psykologi ved Universitetet i Oslo, Ingela Lundin Kvalem, meiner at kroppspress handlar om opplevinga av det ein ser i reklame og media. To personar kan ha ulike opplevingar av det same bildet.

– Ungdom er ikkje meir misnøgde med eigen utsjånad no enn på 90-talet, men det er fleire nøgde og fleire misnøgde. Det er også ulike kroppsideal i ulike miljø. Vi veit at viss nokon er misnøgd med utsjånaden, men nøgd med andre ting ved seg sjølv, kan det gjere betydinga av utsjånaden mindre, seier Kvalem.

Forskaren trur at jenter er meir misnøgde med kroppen fordi dei i større grad blir objektivisert. I tillegg utviklar jenter seg ofte bort frå det tynne idealet etter puberteten, medan gutar utviklar seg meir i retning av idealet for menn.

– Jenter blir sosialiserte inn i eit samfunn der kropp og seksualitet er viktigare for den sosiale verdien. I Australia og England har dei testa ut kva som gjev best effekt mot kroppsmisnøye, og den største effekten er å lære prepubertale barn å vere kritiske til bildemanipulering, salstriks og media. La dei bli aktivistar, seier Kvalem.



Tess Holliday vert sett på som eit ekstremt døme på ein ny normal i USA. Foto: Jason DeCrow / NTB scanpix

Overvekts-apokalypsen

Før døydde vi av kolera og lepra. No dør vi av cola og frityrmat. Overvekt er den nye folkeepidemien.

MONE CELIN SKREDE
mone.celin@gmail.com

Kommentar

Overvektige gjekk ned i vekt og unngjekk diabetes type 2 med ny medisin, melder forskning.no. Overvekt er ein kronisk sjukdom, og mat er det mentale kosttilskotet vårt. Men for kvar dag som går vert det vanskelegare å skilje mellom faktiske helse råd og rein fordom.

TYNN ER LIK FRISK

– Slapp av, Mone, du er ikkje feitast på skulen, roa ein klassekamerat meg.

Eg var sju år, litt lubben og kortare enn dei andre i klassen. Der var éin som var tjukk

Ho er «USA-stor», men verkar ikkje sjuk.

kare enn meg, måtte eg vite. Eg lærte til slutt å ta kroppsma-seindeksen med ei god klype salt, og eg trenar for å verte sterkare, ikkje for å slanke meg.

Men vi lever i stordomstida til fitnessbloggarane. Å vere tynn er det same som å vere frisk. Tala viser at vi får i oss mindre og mindre sukker gjennom maten, og meieriprodu-senten Tine nærmar seg ei grense for kor mykje sukker dei kan ta bort frå produkta sine. Tilsynelatande går det rett veg.

«USA-STOR»

Glamourmodellen Tess Holliday er eit motstykke til dette. Ho er

«USA-stor», men verkar ikkje sjuk. Ho er stolt av figuren sin og tener pengar på han. «Eg må spy», og «Du er ei vandrande diabetesreklame», følgjer med der bileta hennar finst, mellom positive kommentarar på kleda ho viser fram. Ho har valt bort stampelet som kronisk sjuk. Men om ho ikkje er kronisk sjuk, kor tjukk må du då vere før du må ha medisin og kirurgiske inngrep?

Eg kjenner til ni slankeopererte personar. Fire av dei berre i nabolaget heime. På eitt tidspunkt har den ekstra vekta hindra desse fire i å ha ein normal kvardag, og dei har betalt for å få snurpa inn magesekken, i staden for å bruke fleire år på å leggje om livsstilen.

MEDISIN

Men du kan leggje på deg att etter ein slik operasjon. Og medisinen fungerer berre saman med rett kost og trening. Det er lettare å kurere ein sjukdom når vi har ein diagnose. Med med diagnosen «kronisk feit», vert du eit varsel-skilt i neon for folkehelsa. Kan vi verkeleg medisinerer bort både stigma og dårlege vanar?

Mone Celin Skrede er praktikant ved Nynorsk Avissenter.



Kan vi verkeleg medisinerer bort både stigma og dårlege vanar? Foto: Candice Choi / NTB scanpix



får meir i kassa når ungdom føler seg stygge, seier Rameen Sheikh, talsperson i Ungdom mot retusjert reklame. Foto: Elise Løvereide