



MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS

Den ideala kroppen

-En hermeneutisk studie av konstruktioner av identitet och kroppsideal bland unga kvinnliga bloggerskor

Akademien för Hälsa, Vård och Välfärd
Kandidatuppsats i Sociologi, 15 HP, VT-18
Författare: Azhin Kharib
Handledare: Kitty Lassinantti
Examinator: Mohammadrafi Mahmoodian

SAMMANFATTNING

Syftet med föreliggande uppsats är att undersöka konstruktioner av kroppsideal på bloggar skrivna av unga kvinnliga bloggare (20-30 år). Datamaterialet i studien består av fem bloggar med inriktning mot träning och skönhet. Innehållet i bloggarna har analyserats utifrån en hermeneutisk metodansats. I uppsatsen lyfts fram hur normalitet för kropp och hälsa förhandlas via en tvåvägskommunikation i bloggarna. Bloggförfattarna ger råd och tips till sina läsare men får också kommentarer på kost och träning från sina läsare. Resultatet av analysen visar att på bloggarna konstrueras den ideala kroppen som ett pågående projekt. För att få en ideal kropp förväntas subjektet arbeta med sin kropp för att förändra den, ett arbete som omfattar investering av såväl tid som materiella resurser. Strategier för att uppnå en mer ideal kropp lyfts i bloggarna fram som något som kräver reglering och disciplinering av kroppen, något som uppnås genom exempelvis träningsprogram och kostprogram. På bloggarna konstrueras också den vältränade kroppen som en lyckad kropp, och att vara vältränad och lyckad kopplas samman med att också vara lycklig.

Nyckelord: *Kroppsideal, bloggar, Socialkonstruktionismen, kvinnor, träning, hermeneutik*

INNEHÅLL

1. INLEDNING	1
1.1 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING.....	2
1.3 DISPOSITION.....	2
2. TIDIGARE FORSKNING	3
2.1 BLOGGARNAS INNEHÅLL OM PRIVATLIV OCH KROPPAR.....	3
2.2 UNGA KVINNORS BLOGGANDE	4
2.3 HUR UNGA KVINNOR FÖRHÅLLER SIG TILL NORMEN	4
2.4 MAT OCH KROPPAR.....	5
2.6 SAMMANFATTNING AV DEN TIDIGARE FORSKNINGEN	6
3. TEORETISKA OCH BEGREPPSLIGA RAMAR	7
3.1 SOCIALKONSTRUKTIONISMEN	7
3.1.1 KONSTRUKTION AV NORMALITET	7
3.1.2 KONSTRUKTION AV IDENTITET OCH SOCIALISATION	8
3.2 KROPPSSOCIOLOGI OCH KONSTRUKTIONER AV KROPPSIDEAL.....	9
4. METOD	11
4.1 MOTIVERING AV METODVAL	11
4.2 HERMENEUTIKENS GRUNDANTAGANDE.....	11
4.3 FÖRFÖRSTÅELSE	12
4.4 URVAL OCH DATAINSAMLING.....	12
4.5 ETISKA PRINCIPER	13
4.6 INTRODUKTION AV BLOGGSKRIBENTERNA	14
4.7 ANALYSFÖRFARANDE	15
4.7.1 Inledande tolkning	15
4.7.2 Fördjupad tolkning	15
4.7.3 Huvudtolkning.....	16
5. RESULTAT	17
5.1 INLEDANDE TOLKNING	17
5.1.1 konstruktioner av normalitet.....	17
5.1.2 konstruktion av hälsa	17
5.1.3 konstruktioner av kvinnlig kropp	17
5.1.4 konstruktioner av identitetsskapande.....	18
5.1.5 konstruktioner av konsumtion	18
5.2 FÖRDJUPAD TOLKNING	18
5.2.1 Att arbeta för att få den ideala kroppen.....	18
5.2.2 idealkropp och konsumtionsmönster.....	21
5.2.3 Interaktion mellan bloggare och följare om kropp och träning	22
5.3 HUVUDTOLKNING	24
5.3.1 kvinnokropp som ett pågående projekt	24
6. DISKUSSION	27
6.1 RESULTAT I RELATION TILL SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR	27
6.2. TIDIGARE FORSKNING I RELATION TILL RESULTATET	27
6.3 TEORI OCH BEGREPPSLIGA REFERENSRAMAR I RELATION TILL RESULTATET	29
6.4 METODOLOGISKA REFLEKTIONER	31
6.5 EGNA REFLEKTIONER OCH FÖRSLAG TILL VIDARE FORSKNING	31
REFERENSER	33

1. INLEDNING

Kroppsideal skiljer sig för kvinnor och män och sedan 1970 talet har fokus ökat på att kvinnokroppen ska vara smal, vilket exempelvis kunde blev synligt i att de som vann titlar som exempelvis Miss America under 1970-talet var smalare än tidigare (Meurling 2003, s.139).

Kvinnor lägger generellt mer tid på sina kroppar och de är också mer oroliga över sitt utseende än män. Det finns idag många kvinnor som känner sig överviktiga samtidigt som det har blivit norm att man ska vara smal. Utseende och vikten har ökat i betydelse i många delar av världen. I västvärlden har människorna är smalhetsideal kopplat till hälsoideal medan övervikt har kopplats samman med folksjukdom. Med individens smala kropp anses man undvika hjärt-kärlsjukdom och diabetes (Meurling 2003, s.111). Smalhetsideal har blivit en symbol för skönhet hos kvinnor över hela världen. Eftersom många kvinnor inte kan uppnå smalhetsideal leder det till att många kvinnor blir missnöjda med sina kroppar. I en studie visade det sig att en tredjedel av flickorna mellan 9–11 år är oroliga för att bli tjocka. Missnöjet ökar bland flickor mellan 10–12 år. Det är fler flickor än pojkar som oroar sig för sin vikt (Meurling 2003, s.113).

Filosofen Mary Wollstoncraft framförde i slutet av 1700-talet att ”*män och kvinnor av naturen är jämlika*”(Mulinari & Essevled 2015, s. 41). Vidare argumenterade hon för att män och kvinnor skulle ha samma rättigheter att fatta beslut som röde dem. I de tidigare samhällen har kvinnan alltid varit underordnad mannen, vilket kom att förändras under det förkapitalistiska och industrialiserade samhället då kvinnor började få mer makt. En förflyttning av makten har skett genom bland annat familjestrukturer där kvinnor och män ingick i ekonomiska kontrakt i äktenskap som gav mannen mer makt över kvinnan. I Engels klassiska verk undersöktes hur arbetsfördelningen delades upp så att kvinnorna skulle vara hemma och sköta om hemmet medan männen förvärvsarbetade (Mulinari & Essevled 2015, s. 41- 45). Idag kan både kvinnor och man arbeta förvärvsarbete på ungefär liknande villkor. Det har skett en förändring genom att kvinnor idag har fler rättigheter än tidigare. Kvinnor och män har många olika roller och inte en och samma, vilket kunde vara fallet tidigare (Mulinari & Essevled s.63). Idag kan kvinnor förvärvsarbete genom sin vältränade kroppsform och göra reklam för företagsprodukter, kläder och varor. I exempelvis blogg författarna har vi kvinnor som alla samarbetar med andra företag genom att ha på sig deras klädesplagg och få ersättning för det.

Kön som begrepp menar Mulinari och Essevled (i Hedenus et al. 2015, s. 62-64) inte endast är ett analytiskt verktyg utan även ett politiskt sådant. Begreppet inbegriper olikheter mellan könen. För sociologer har begreppet varit ett intressant studieområde där mäns kunskaper framhållits och därmed osynliggjort kvinnornas erfarenheter. Vidare skriver författaren att det skulle skiljas på biologiskt kön och socialt genus. Medan den förra handlade om fysiologiska och genetiska aspekter avsåg den senare skillnaden mellan män och kvinnor vad gäller yrke, utbildning, klädstil osv.

De normer som utgör grunden för kroppsideal är föränderlig och de medel som används för att visa upp en viss trend är också under ständig förändring. Idag exponeras vi mer än tidigare för olika normer kring kroppsideal som tidigare inte var möjligt. Denna exponering

sker genom radio, tv, tidningar och internet. Den plattform som på sistone har kastat mest ljus över olika kroppsideal är sociala medier. I detta ingår även bloggarna. Bloggarna används inte endast som digitala dagböcker, utan som en viktig plattform där bloggarna kan dela med sig av sina liv samtidigt som de genom sin sociala status kan påverka tusentals läsare. Det är mot denna bakgrund som bloggen blir ett intressant studieobjekt för att studera hur normer konstrueras och hur kvinnokroppen framställs.

1.1 Syfte och frågeställning

Mot bakgrund av vad som presenterats i inledningen är syftet med denna uppsats att undersöka och analysera hur kroppsideal konstrueras på bloggar explicit inriktade på träning och skönhet. För att konkretisera syftet ställs följande frågeställningar upp:

- Hur konstrueras normer kring kropp på bloggar inriktade på träning och utseende?
- Hur framställs den ideala kvinnokroppen på bloggarna?

1.2 Avgränsningar

Studien avgränsas till att studera kvinnliga bloggare hemmahörande i Sverige och som har inriktat sig inom träning. Dessutom avgränsas den till att endast studera de bloggarna som har bloggat i mer än sex år.

1.3 Disposition

Härnäst i denna uppsats behandlas tidigare forskning kopplad till kroppsideal bland unga kvinnor som bloggar. Avsnittet är uppdelat i fyra teman: synen på normalitet, synen på hälsa, synen på den kvinnliga kroppen och synen på identitetsskapande. I nästkommande avsnitt presenteras de teoretiska och begreppsliga ramarna för studien. De teoretiska begreppen utgörs av: socialisation, identitet, normalitet, kroppssociologi, kroppsideal och socialkonstruktionismen. I metodavsnittet som följer därpå motiveras valet av den hermeneutiska ansatsen för föreliggande studie. Det förs en diskussion kring datainsamling och tillvägagångssätt för urval av bloggarna. Vidare tas analysförfarande upp utifrån de tre delarna av den hermeneutiska cirkeln. Därefter presenteras resultat från studien. I den inledande tolkningen presenteras de fyra teman som framkom utifrån en läsning av bloggarnas innehåll. Denna övergår sedan till en fördjupad tolkning och avsnittet avslutas med en huvudtolkning. Uppsatsen avslutas med en diskussion av resultatet i relation till tidigare forskning, teorier och begrepp, metodologiska reflektioner samt förslag för fortsatt forskning.

2. TIDIGARE FORSKNING

I detta avsnitt presenteras tidigare forskning. Ett första steg på vägen för att ta del av forskning om kroppsideal har varit att söka i databasen Sociological abstracts med följande sökord: *kvinnors kropp, kroppsideal, kvinnors bloggande, normalisering, ätstörning, samhället, body ideal, healthyfoodyounggirl, body for girl* Dessa sökord har använts med frågeställningen i åtanke. Presentationen av tidigare forskning är uppdelat i fyra olika teman.

2.1 Bloggarnas innehåll om privatliv och kroppar

I en studie gjord år 2012 av Child, Haridakis och Petronio studerade forskarna hur individer är aktiva på personliga hemsidor, däribland bloggar. Studien baserade på en online enkät med 318 deltagare och varje deltagare skulle lämna en kort motivering av studien samt webbplatsadressen. Forskarna framhöll att många människor idag använder internet och sociala medier, såsom Facebook, Twitter, blogg och Myspace för att kommunicera med varandra. Det sker i det nutida samhället mindre verbal kommunikation. Istället har bloggar kommit att ta över som den plattform där människor delar med sig av sina liv. Child et al. (2012) kommer i sin studie fram till att människor använder bloggar för att upprätthålla relationer med närstående som till exempel vänner, familj och släkt. Att blogga innebär även att interagera med människor utanför den närmsta sfären. Bloggande är också något vanligare bland kvinnor än män visade studien, och många spenderar mycket tid på att blogga. Bloggarna har även som syfte att väcka debatt och beröra sina läsare enligt forskarna. Att blogga hade förändrat deras liv från att de inte delade med sig av sitt liv till att de numer lägger upp mycket om sina privatliv på olika sociala medier. Detta leder till att gränser mellan det privata och det offentliga suddas ut. Utöver att bloggarna var skrivna av både män och kvinnor visade resultatet även att kvinnor delade med sig av information i större grad än män där kvinnorna hade en bredare gräns för personligt innehåll än män.

Leggatt-Cook och Chamberlain (2011) framhåller i sin studie som utgår ifrån en kritisk diskursanalys att viktminskning och övervikt är ett viktigt ämne i det moderna samhället och det återfinns även bland bloggare. Det är ungefär 1.6 miljarder vuxna människor som är överviktiga i världen. Att övervikt kan vara en riskfaktor vad gäller olika typer av sjukdomar är något som tas upp i de studerade bloggarna. Detta sker genom att man exempelvis bloggar om hur man går tillväga för att förlora fett. Bloggarna tar upp olika tips på hur man kan räkna kalorier och den träningsdos som behövs för att minska vikten. En annan aspekt av bloggande var att bloggerna såg det som en dagbok där de kunde berätta om sina personliga mål gällande bland annat viktminskning. Författarna lyfter fram att bloggarna tenderar att fokusera mycket på kroppsform exempelvis att ha rätt kropp som är passar in i omgivningen. Vidare hade Leggatt, Cook & Chamberlain skrivit att bloggarnas bilder avslöjade mycket om de utvalda kvinnobloggarnas viktminskning. De menar att i dagens samhälle är det känsligt att vara överviktig eller när man har en plusstorlek. Fetma har blivit förknippat med upplevelser av skam där individen vid övervikt tenderar att bli diskriminerad av andra människor.

2.2 Unga kvinnors bloggande

En annan aspekt av kvinnors bloggande är synliggörandet av individen (Lövheim 2011). I en studie av Lövheim studeras unga svenska kvinnors bloggande. Studien visar på att bloggande är ett tecken på att individualiseringen ökat eftersom de väljer att vara personliga i sina bloggar. Vidare framhåller han att den nya medietekniken suddat bort gränser mellan privatliv och det offentliga. Innehållet i de bloggar som studeras fokuserade på personliga saker, till exempel att de skriver om sin vardag samt individuella reflektioner.

Enligt Lövheim (2011) har individen blivit besatt av media. Media är en offentlig plats för alla människor där man kan komma ut med sina känslor och gemensamma reflektioner med andra. Dessa unga kvinnor har blivit populära genom personliga bloggar och det är många människor som besöker deras bloggar till vardags. Vidare skriver Lövheim att media är ett utrymme för dessa kvinnor att bilda ett samarbete mellan bloggskribenter, medieproducenter och bloggföljarna eller bloggläsare. Lövheim menar att dessa kvinnors karaktär växer i sociala medier och att de inspirerar andra. Självförtroende var viktigt för dessa bloggerskor. De kan få nedvärderande kommentarer från andra människor för sitt utseende, vardagliga upplevelser eller hur de skriver ett inlägg på sina bloggar. Studien har också analyserat unga kvinnors inlägg och kommenterar. Analysen visade att bloggerskorna skapar olika etiska utrymmen genom att göra olika roller. Det tre teman som framförallt var förekommande i bloggarna var: problem med kropp och skönhetsideal, dela med sig av sina erfarenheter av ätstörningar och slutligen att de inte är nöjda med sina kroppar och målsättningar är att ändra sina liv till ett mer hälsosamt liv.

2.3 Hur unga kvinnor förhåller sig till normen

I en experimentell studie med 75 kvinnliga högskolestudenter som antingen skulle titta på en video eller läsa en artikel som handlade om mediabilder och ätstörning visade Andsager (2014) att sociala medier har en stor inverkan på dagens människor. Hon menar på att affärsmodeller och sociala medier växt mycket i det senmoderna samhället. Sociala medier lyfter fram kroppsideal som sprids världen över. Mottagarna av dessa budskap blir osäkra och missnöjda med sina kroppar. Sociala medier når många olika grupper och riskgrupper. Det är genom media som kvinnor exponeras för normen om att vara smal. Andsager menar att människor speglar sig med affärsmodeller som finns på bland annat reklambilder eller på sociala medier. Detta kan påverka människornas sätt att tänka kring maten så att de blir oroliga över att äta den mängd de behöver. Ätande blir därmed rörlig avseende hur mycket man bör äta. Andsager menar att media är en starkt bidragande orsak till att normen kring kroppsideal har ändrats. Eftersom det ligger ett stort fokus på utseende blir också konsumtion en stor del i människans liv. Människor visar upp sitt jag genom att visa vad de har konsumerat. Eftersom vi kan ändra och påverka den vi är med konsumtion har konsumtion blir allt vanligare för att förändra påverka utseendet.

Andsager (2014) framhåller att människor exponeras för kropp och utseendet via tv, tidningar, reklam och sociala medier på olika webbplatser. Det finns också skillnader mellan innehållet på olika webbforum beroende på vilka de vänder sig till, exempelvis att Instagram och Facebook det finns mycket information och bilder på kroppars utseende jämfört med Twitter. Pinterest är ett socialt media där 33 % av medlemmarna är kvinnor och 8 % är män. Twitter används av ungefär lika många män som kvinnor. Sociala medier som Instagram och Facebook används av fler kvinnor än män. I USA är majoriteten av användarna av Pinterest, Instagram och Twitter yngre, mellan 18–29 år. Där en tredjedel av de studier som

undersöktes i massmedia handlade om kroppsbild och ätande. Hon menar att många unga kvinnor har blivit beroende av att använda sociala medier, och att dessa kvinnor får information och uppmuntran om viktminskning och positiv uppfattning om kroppen via de dessa kanaler.

Liimakka (2008) har undersökt om vad unga finska kvinnorna har för kulturella ideal till sina egna kroppar. Kvinnorna i Liimakkas studie är missnöjda med sina kroppar och kämpar för att kunna få bättre kropp genom att följa olika dieter. De kvinnor som upplever missnöje med sina kroppar framhåller att mediebilderna är orsaken till deras missnöje. Mediebilder gör att flickorna tänker mer på sitt utseende. Studien visade i 25 experiment studier att det fanns ett samband med att se på bilder av smala kvinnor i media. Kvinnorna som hade tittat på bilder av smala modeller i media hade blivit mer påverkade negativt än andra som hade sett bilder på medelstora modeller eller plusstorlekar. Studien visar också att det inte enbart är media som har inverkat på unga människors tankar kring sina kroppar utan även närstående samt andra sociala relationer påverkar unga.

Vidare framhåller Liimakka (2008) att kroppen har en viktig roll i kvinnors identitetsprocess. Ett bra utseende för kvinnor kan betyda mycket då de kan ha lättare att bli accepterade i den sociala världen. Det finns utmaningar för kvinnokroppen menar Liimakka (2008) eftersom det alltid finns krav på kvinnan och hennes utseende. Media visar genom tidningar, annonser och filmer hur dessa kroppsideal ser ut. Kvinnorna blir påverkade att uppfylla idealbilden vilket kan leda till att kvinnor upplever sina kroppar som otillräckliga. Studien visar att det är mer vanligt bland unga kvinnor eftersom de är mer kritiska till sina kroppar.

2.4 Mat och kroppar

I en internationell studie från 2002 visade forskarna Stice och Shaw att ätstörningar har blivit mer vanligt bland kvinnor. Den skeva kroppsuppfattningen som förekommer vid anorexia leder både till medicinska komplikationer och psykisk ohälsa vilket kan leda till dödligt utfall. Den skeva självuppfattningen om den egna kroppen leder till att syndromen växlar mellan anorexi och bulimi Nervosa. Därtill har sociokulturen gett intrycket att kvinnokroppen ska vara smal i den västerländska kulturen. Kropposäkerheten har ökat menar forskarna. En bidragande orsak till detta framhålls vara media. Det är genom media som kvinnor blir exponerade för hur en kvinna bör se ut, vilket leder till missnöje med att den egna kroppen inte svarar mot det som media visar upp (Stice & Shaw 2002).

Slutligen framhålls i en annan studie av Allen m.fl. från 2015 att ätstörning är en allvarlig sjukdom som främst drabbar ungdomar. En konsekvens av ätstörning är psykisk instabilitet, något som ökar risken för självmordsförsök. Forskarna pekar på att ett föräldransvar behövs då ätstörningar är något som börjar vid tonåren (Allen et.al. 2015).

2.6 Sammanfattning av den tidigare forskningen

Den tidigare forskningen har visat att många människor idag använder sociala medier, såsom Facebook, Twitter, Instagram och blogg för att kommunicera med varandra och dela med sig av sina liv. Den verbala kommunikationen har minskat idag för att människor använder sociala medier för att kommunicera med varandra. Bloggar utgör en kanal för kommunikation som fler och fler använder för att dela med sig av information. Likväl har livet för de personer som använder dessa bloggar förändrats till att uppnå kändisskap, i likhet med en fotbollstjärna eller en skådespelare. Den privata sfären som tidigare hölls inom husets ramar har nu gjort entré på den gigantiska virtuella arenan.

Forskningen har visat att innehållet i bloggarna har tagit upp frågor från privatlivet och att det är vanligare att unga kvinnor bloggar. Bloggande har också gått från att vara något som görs sporadiskt till att de lägger ner tid i motsvarande grad som halv och heltidsarbete. Ett tema som varit framträdande i dessa bloggar har rört viktminskning och övervikt. Det talas där om olika metoder för att gå ner i vikt och leva mer hälsosamt. Den ökande blogganvändningen och dess konsekvenser har enligt den tidigare forskningen setts som ett tecken på att individualiseringen i samhället har ökat. I takt med att medietekniken har ökat har detta lett till att gränsen mellan privatliv och det offentliga suddas ut allt mer. De unga bloggerna blir en viktig maktsymbol för många andra individer.

Tidigare forskning har visat att bloggande är ett tecken på att individualiseringen ökat eftersom de väljer att vara personliga i sina bloggar. Vidare framhålls att den nya medietekniken suddat bort alla gränser mellan privatliv och det offentliga. Dessa unga kvinnor har blivit populära genom deras personliga bloggar och det är många människor som besöker deras bloggar till vardags. Massmedia framhålls som en bidragande orsak till denna ökning av bloggande och de konsekvenser med ohälsa och ätstörningar som den har medfört.

Min studie är riktad till att förstå kroppsideal och identitetsskapande bland unga bloggare. Det finns mycket forskning om kroppsideal bland unga kvinnor och min forskning utgör ett tillägg till en forskning. Idag finns det många unga kvinnor som är missnöjda med sina kroppar för att de känner sig överviktiga. Bloggar utgör en bidragande faktor till denna utveckling.

3. TEORETISKA OCH BEGREPPSLIGA RAMAR

I detta avsnitt kommer jag att redogöra för de teoretiska och begreppsliga ramarna som använts i denna studie. Dessa begrepp och teorier är centrala för hur kroppsideal framställs i dagens samhälle bland unga kvinnor. De begrepp som valts är: identitet, normalitet, socialisation, socialkonstruktionismen, kroppssociologi och kroppsideal.

3.1 Socialkonstruktionismen

Socialkonstruktionismen har växt fram som ett centralt perspektiv inom samhällsvetenskapen. Enligt den sociala konstruktionismen är verkligheten socialt konstruerad där människorna samspelar med varandra. Socialkonstruktionismen menar att social ordning kontureras i olika kategorier, exempelvis blir individen kategoriserad utifrån sitt kön, där könet avgör vad människan ska ha för roll. Genus och könsroller kan ändras med tiden och föreställningar om kön är socialt konturerade. Vi skapar och omskapar genom våra handlingar samhället (Burr 2003, s.2). Hur vi människor uppfattar och ser världen på är beroende av de kulturella och historiska situationerna som vi befinner oss i (Burr 2003, s.22). Individer är födda inom samhällets rammar därför formar vi vårt beteende utifrån de olika kategorier som vi anses tillhöra (Burr 2003, s.158).

Hur en människa tänker, känner och upplever kan man veta genom den språkliga kontakten. När människorna kommunicerar med varandra så konstruerar de världen. Språket som används kan anses vara en form av handling. Sanningen är byggt på tanken som finns i regler och strukturer som är bakom ytans funktioner i världen. Det finns en tro som anses vara rätt. Det vill säga vad som uppfattas och anses vara sant. Vad som ses som sanning kan förändras med tiden, samhället är social konstruktionen och det är genom samhället vi får veta om vad som är sant (Burr 2003, s.10–11). Kulturella olikheter beror på vad individerna har för skillnad i utbildning eller förståelse. Vi människor förstår världen på olika sätt beroende på vilken tid och kontext vi befinner oss i. Social verklighet är inte vad individen ser, utan att det är normen som människan har lärt in, internaliserat. Den socialkonstruktivistiska teorin försöker förstå hur den sociala kontexten har inverkat och konstruerat människans erfarenhet (Wenneberg 2010, s.12). Detta perspektiv är relevant för min uppsats då jag vill undersöka på vilket sätt kunskap om ett fenomen som kroppsideal produceras.

I min studie vill jag studera hur bloggförfattarna konstruerar kroppsideal utifrån hur normen ser ut idag. Det är genom normen och den rådande samhällskontexten som vi kan förstå vad som är åtråvärt för en tjej. Det handlar således inte om några biologiska betingningar för vad vi uppfattar vara vackert, utan det styrs av det rådande samhällets normer hur synen på våra kroppar konstrueras.

3.1.1 Konstruktion av normalitet

Normalitet är ett annat begrepp som är relevant för denna studie. Normalitet har olika betydelser inom olika vetenskaper. Definitionen av normalitet är att individer har gemensamma förväntningar om vad som är kulturella handlingar. Det finns en stark koppling till samhällets normer och regler. Normer kan vara formaliserade men även vara informella. Dessa informella regler är inte tydliga därför är det svårt att se när någon bryter mot dessa regler (Svensson 2009, s.17–18).

Normalitet som betyder normal kom under upplysningstiden att förknippas med idéer om det eftersträvansvärda. Normal innebär frisk och onormal betyder sjuk och oavsett vilken av dessa vi talar om faller de båda inom ramen för begreppet normalitet. Kategorisering av normaliteten sträcker sig även till att omfatta tankar och känslor. Avvikande beteende, tankar och känslor förekommer i samhället, vilket gör att det går att klassificera individer i vad som är normalt och abnormt. I alla gemensamma grupper har man både avvikande och normalitet (Svensson 2009, s.19–20). Normalitet i ett samhälle grundas på ackumulation i det sociala värdesystemet. Den sociala inlärningsprocessen påverkar ett antal individer där de allmänt accepterar vissa roller som finns inom samhällets ramar. Det är genom normen vi människor kommer överens om vad som är normalt respektive inte normalt (Svensson 2009, s.66).

3.1.2 Konstruktion av Identitet och socialisation

Syftet med uppsatsen är att undersöka och analysera hur kroppsideal framställs i dagens samhälle bland unga kvinnor. Jag använder mig av begreppet identitet som bridrar med detta till att få ökad förståelse för bloggerskornas identitet. Identitet innebär att människor kan identifiera sig genom sina handlingar och att människan är unik i sin handling. Identitet är en tillhörighet i särskilda gemensamma grupper. Begreppet används vardagligt för att åtskilja likhet och skillnad mellan människor. Alla individer tillhör olika kollektiva grupper för att kunna kategorisera sig, exempelvis man eller kvinna, gammal eller ung, rik eller fattig, invandrare eller svensk etc. (Hammarén & Johansson 2009, s. 8–9). Identitet förknippas med individens behov för att kontrollera människan där den blir fast i vissa positioner enligt andras förväntningar. Människan skapar sin identitet via olikheter, skillnader samt konflikter med andra. Identitet är föränderlig, rörlig och plastisk och utvecklar den med tiden. Det finns exempelvis inte endast en manlig identitet, utan många (Hammarén & Johansson 2009, s. 10, 14).

Begreppet identitet är en brygga mellan någon form och samhällets förståelse. Identitetsskapande innebär att människan har ett samband mellan sin inre och yttre värld. Social identitet ger individen en plats i samhället och identiteten är de roller som individer får inom samhället ramar. Individer spelar olika roller och det innebär att de definierar sin identitet för varje roll som de spelar, till exempel förälder, dotter, elev, polis o.s.v. Varje roll som människan har är ett speciellt script som den följer (Hammarén & Johansson 2009, s.27). Den moderna människan identifierar inte sin identitet enbart genom sitt släktband eller familjens etniska tillhörighet eller klasstillhörighet, utan de agerar själva utifrån projektet för att förbättra sina identiteter. Människorna omplaceras sig bland olika miljöer, därför skapar de olika definitioner av identitet. Förut var kvinnans identitet att de skulle ta hand om barn och hushållet och mannens identitet var att vara ute och jobba. Denna identitet har kommit att förändras med tiden (Hammarén & Johansson 2009, s. 29).

Lik andra individer utgör även bloggerskor samhällsmedlemmar som blir socialiserade. Giddens (2014, s. 227) nämner att det finns två olika allmänna socialisationsfaser. Den ena är den primära och den andra är den sekundära. Den primära socialisationen händer i en tidig ålder i ens barndom. Det är en intensiv period då individen lär sig mycket om kulturen i samhället. Det är en stark period då barnet lär sig språket och olika centrala beteendemönstren. Den utgör basen av barnens inläring och kommer att fortgå i individens liv. Barnet kommer att följa sina föräldrars spår under barndomen där många barn vill

efterlikna sina närstående. Familjen är därför en väldigt central socialisationsagent för barnet när de är i en sådan fas.

Den sekundära socialisationen inträffar under senare del i barnets liv, och kommer att pågå under hela individens liv. Individen kommer att vara ute mer i samhället, skaffar kompisar, går i skolan, blir medlem i olika organisationer, massmedia och arbetsplatser och genom olika relationer med andra människor i normen så förstärker människan sin identitet. Socialisation inträffar via olika processer av ömsesidig påverkan. Det skiljer sig mycket mellan alla familjemönstren beroende på att alla har olika kulturer och bakgrunder därför skiljer sig barnens uppväxtförhållande mellan varandra, men långtifrån ser det ändå likadan ut för dem alla. Skolan är en socialisationsagent och har en stor betydelse för alla barn eftersom det är där de alla får sin utbildning som förbereder dem inför deras framtida arbetsliv (Giddens 2014, s. 227).

Sekundärsocialisation har blivit viktigare i det senmoderna samhället. Sekundär socialisation kräver specifika roller, vilket innebär att människor betar sig utifrån området att man exempelvis ska anpassa sig efter situationen man befinner sig i karaktären av sekulär socialisation är beroende av ens status (Berger & Luckmann 1991, s.157-159).

Sekundär situationen är att individen kommer i kontakt med signifikanta andra. De signifikanta andra är människor som är nära en, i form av ens familj, vänner, släkt och så vidare. Det är dem människorna som är viktigare än andra i ens liv. Dessa människor står en nära kan därmed påverka våra uppfattningar om saker och ting. Den sekundära situationen är inte lika fastgrundad om den primära. Den sekundära sker genom gemensam identifiering och detta existerar genom samspel med andra människor (Berger & Luckmann, 1979, s.165,171). Bloggarna handlar om sekundär socialisation, vilket sker genom internalisering, vilket innebär att det sker en införlivning av andra tankar, reaktioner och värderingar.

3.2 Kroppssociologi och konstruktioner av kroppsideal

Kroppssociologi är ett lämpligt begrepp i denna studie för att förstå hur kroppsideal framställs i dagens samhälle bland unga kvinnor. Vad samhället säger om människans kropp och hur individen anpassar sig i samhället är sådant som kroppssociologi intresserar sig för. Vad människors kropp har för betydelse i det sociala samhället och hur samhällsstrukturen kontrollerar kroppar studeras inom ramen för kroppssociologi.

Sociologi har som samhällsvetenskap intresserat sig för hur vi förhåller oss till och förstår kroppar. Sociologiska analyser har visat att människans kropp är viktigt för att det besvarar och är skapad av det sociala livet. Det fysiska karaktärsdraget hos individens kroppar, vanor, former, maner, storlekar, rörelser medverkar och formar individens förmåelser och samspel med andra individer i sin vardag (Howson 2013, s.8).

Den sociologiska disciplinen belyser att individen ska förstå det sociala självets framsteg och framställning. Alla människor har sina personliga liv, vilket den har skapat på grund av att den är socialt skapat. Genom sina handlingar blir människor också medvetna om att den är en samhällsmedlem. Enligt Cooley (refererad i Howson 2013, s.27,29) utvecklas självet genom att individen integrerar med andra. Andras handlingar återspelar vad människan har för bild av sig själv. Människan lär sig att ha ett viss beteende genom andra och ens

föreställningar om sig själv om hur de verkar vara för andra. Normativa förväntningar är kopplat till den specifika sociala identitet eller roller som en individ har och detta utvecklas i samhället och är skapad av sociala skillnader bland olika grupper. Samhället markerar även vad som är normalt eller naturlig bland samhällsmedlemmarna i de olika kategorierna. I det moderna samhället i västvärlden har smalheten ökat och har blivit kulturellt bland kvinnorna. Det anses bland annat vara normalvikt bland normen för kvinnokroppen (Howson 2013, s. 39).

4. METOD

Eftersom kroppsideal är en viktig aspekt i det moderna samhället bland unga kvinnor är hermeneutiken användbar i föreliggande studie för att besvara syftet. I denna uppsats använder jag mig av hermeneutiken för att kunna förstå och tolka bloggarna och hur kroppsideal konstrueras på bloggar. Till hjälp har jag tagit stöd i de teoretiska och begreppsliga ramar som presenterats ovanför. I detta avsnitt jag kommer att behandla motivering av metodval, hermeneutikens grundantagande, urval, förförståelse, datainsamling, analys, etiska principer samt kvalitetskriterier.

4.1 Motivering av metodval

Hermeneutiken är en kvalitativ metod som började utformas för att tolka och förstå texter. Det centrala i hermeneutiken är att forskaren ska analysera textens mening. Hermeneutiken är att kunna förstå ett fenomen från både vår och andras livsvärld (Ödman 2007, s.25). Därför är ambitionen att analysera dessa bloggarens texter och bilder för att finna en förståelse för hur kroppsideal konstrueras på bloggarna, samt hur den ideala kvinnokroppen framställs. Forskaren har fokus på tolkningen och förståelsen av hur bloggarens upplevelser kroppsideal och redogöra för deras subjektiva verklighets liv (Ödman 2007, s.40). Därför vill jag ha en djup förståelse om hur unga kvinnor som bloggar har för syn på kroppsideal. Jag har tolkat bloggarens upplevelse för att läsaren ska få en större förståelse kring kroppsideal. Jag tolkar och förstår bloggarens och dess inlägg för att kunna få en djup och tydlig förståelse av det de vill förmedla om hur kroppsideal framställs. Enligt Ödman (2007) betyder en text mer än vad författaren till texten vill säga. Det är således viktigt att tolka texten och icke författarens avsikter (s.43). En fördel med kvalitativ metod är att forskaren kan få en djupare förståelse av fenomenet den vill undersöka, vilket har varit syftet för mig.

4.2 Hermeneutikens grundantagande

Hermeneutiken kommer från den grekiska mytologin hermens som var en budbärare och styrde budskapet som var från gud till människorna. De översatte budskapen för att folket skulle få en förståelse om gudarnas budskap. Hermeneutiken är ett grekiskt ord och det betyder tolka. Det innebär att människor ska få varierande förståelsehorisonter som de kan bemötas och samlas kring en ömsesidig förståelse (Ödman 2007, s.11). Hermeneutiken var en metod som kom till för att tolka bibeltexter och hermeneutiken innebär tolkningslära (Ödman 2007, s.35). Efter några år så utvecklades hermeneutiken för att kunna tolka humanvetenskapen. Hermeneutiken har två historiska rötter där den ena är den protestantiska bibelanalysen och den andra den humanistiska studien av antiken (Ödman 2007, s.36). Mot bakgrund av att hermeneutiken kom för att tolka texter ansåg jag det vara ett bra metodval för att tolka bloggtexter.

Hermeneutiken syftar till att kunna förstå de mänskliga villkoren. Det vill säga att den mänskliga existensen kan tolkas samt förstås genom språket. Men i den moderna hermeneutiken kan man även tolka mänskliga handlingar, upplevelser, språkliga utsagor och texter på samma sätt. Meningen med hermeneutiken är att förstå delarna för att kunna förstå helheten. Man kan exempelvis förstå en helhet med en bok som man har läst och detta blir som helhet som består av delar och detta kallar man för den hermeneutiska cirkeln. När man läser en text så ska man förstå textens helhet. Helheten kan man inte förstå om man inte har

delarna. När man läser delarna kan man ändå inte överblicka helheten. Man växlar hela tiden mellan del och helheten och det gäller ett ömsesidigt beroende (Ödman 2007, s.98, 100). Den Hermeneutiska cirkeln utvecklades av Schleiermacher och den dialektiska texten håller inte mellan del och helhet utan förhållandet mellan texten. Vi måste därför förstå helhetstexten utifrån vår förståelse (Ödman 2008, s.37–38). För Dilthey innebär förståelse återupplevande, återskapande, inkännande och medkännande. Individens liv är som hermeneutikens cirkel, betydelsen med livet bygger på de olika delarna som hade en innebörd. Livet förändras med en upplevelse. Heidegger har utvecklat den hermeneutiska cirkeln mellan det som ska förstås och den som vill förstå. Heidegger utvecklar cirkeln till en ny fas där det är dialektiskt spel mellan tolkning och förståelse. Den hermeneutiken är ganska statisk. Den snurrar runt flera gånger i cirkeln utan att nå en riktig stor svängning som händer emellan del och helheten. Genom den hermeneutiken spirals svängningar så kan man få en djupare förståelse för ett fenomen (Ödman 2007).

Hermeneutiken handlar hela tiden om kontextualisering samt de-kontextualisering. Det vill säga en ständig totalisering. Kontexten är att man ska avgöra sin tolkning och förståelsen. Man följer olika steg för att öka sin förståelse och förmåga för de skilda händelserna genom att koppla de samman. Utgångspunkten är att ha en grundförståelse om vad texten man läser säger för att sedan tolka det man har läst och läser mellan raderna om det finns en mening med det material som man har samlat in. Sedan söker man efter en ny och bättre förståelse. I slutet av tolkningen ska man titta om det finns någonting ömsesidigt som har funnits i de andra texter som förklarar delarna (Dahlberg m.fl. 2008, s.281). Förståelsen av delen kommer att ökas och kommer i sin tur bli en helhet för studien. Kunskapen kommer att växa och kommer att ha en betydelse. Vi tolkar och skapar en förståelse utifrån vårt förflutna (Ödman, 2007,s.102). Inom hermeneutiken kan man inte ställa sig utanför sig själv för att studera verkligheten. Vi kan ta emot kunskap och ta del av det andra och samla in material och data. Men inte vara utanför oss själva (Ödman, 2007,s.14-15). Jag kommer ha med mig min förståelse när vi samlar in material till studien för jag kan inte vara utanför mig själv när jag studerar bloggarna.

4.3 Förförståelse

Jag har tidigare i uppsatsen redogjort för hermeneutikens grundtankar och att människor tolkar det dem upplever och med hjälp av individens förförståelse. Jag har min förförståelse och kan inte vara utanför min förståelse eftersom den är en del av min livsvärld. Man ska heller inte ställa sig utanför sin förförståelse inom hermeneutiken. Det är förstås bra om vi har förförståelse redan så vi kan förstå och tolka. Jag som forskare ska vara medveten om min förförståelse när jag analyserar bloggarnas texter. Genom min förförståelse har jag fått en uppfattning om vad kroppsideal innebär bland unga kvinnor. Min uppfattning om kroppsideal är att följa massan, att vi aldrig tänker på det vi har eftersom vi många gånger inte kan avvika mot normen som råder i samhället. Man vill inte gå upp i vikt för att passa in i bilden av de reklambilder som vi exponeras för. Samhället har lärt oss människor att vi ska vara så smala som mjöligt och ha vältränad kropp med stor rumpa och stora bröst. Kroppsideal innebär att man arbetar mot att passa in i ramen för det som är samhälleligt erkänd som vackert.

4.4 Urval och Datainsamling

Mitt urval består av fem kvinnliga bloggare. Bloggarna är alla hemmahörande i Sverige. Urvalet har skett mot bakgrund av de bloggar som har stor spridning på sociala medier.

Innehållet i bloggarna är fokuserade på bloggernas privatliv och utseende. Bloggarna ska ses som dagböcker där de skriver om vardagliga händelser till träning, kost, shopping, outfit, fitness, recept, tips på träning, hälsa o.s.v. I en av bloggarna har bloggaren skrivit 48 sidor om träning och hur den ska träna för att kunna upp nå ett bra kroppsideal. I en annan blogg var omfånget 273 sidor om kroppsideal.

Bloggfattarna är mellan 20–30 år gamla. Dessa bloggare har varit aktiva inom blogg sedan flera år tillbaka. Dessa bloggare är kända och har tusentals följare varje dag. De uppdaterar regelbundet och lägger dagligen upp nya bilder. Alla av dem uppdaterar flera gånger i veckan. Jag har gått tillbaka tre månader i varje blogg för att välja ut det empiriska materialet. Jag har kriterier urval för de fem bloggare som har mest följare i Sverige. En av dessa bloggare har 120 000 läsare varje dag. Bloggarna fokuseras på kroppsideal, privatliv, shopping samt livsstil. Jag valde kriterier urval för att de valda bloggarna är mest relevanta för studiens syfte och föreställningar. Kriterier urval är att gör saker i en speciellt viktig ordning. Det är att man ska leta efter kritiska fallet som är viktigt, resurserna till studien kan begränsa analysen, jag ska använda mig av bloggare som är en webbplats. Man väljer en webbplats där man kan få mest information till studien, den kommer påverka mycket med utvecklingen av kunskapen (Patton, 2002, s.236). Jag använde mig även av strategiskt urval för att kunna välja de inlägg från bloggarna som är lämpliga. Jag gick in på Google och sökte på bloggare, vilket resulterade i 19 500 000 träffar. Av dessa tittade jag genom 30 stycken tjejblogger. Sedan sökte jag på Instagram på träning och där fick jag en del resultat om unga kvinnor som tränar och lägger upp bilder på sin kropp. Jag hittade där fyra bloggare genom Instagram. Den sista bloggen hittade jag genom Google när jag sökte på olika sökord såsom träningsbloggar. Jag valde fem bloggare som jag tyckte att det fanns mycket informationen om.

Begreppet förståelse innebär att hitta en mening, när man exempelvis läser en text, så hittar man orsaker för att kunna få förståelse med texten. Vi förstår och tolkar texter på olika sätt (Andersson 2015, s.55). Det insamlade materialet blev sammanlagt 32 A4 sidor med text. Inläggen behandlade ämnen såsom: träningsövningar, nyttiga matrecept, kläder, kroppsideal, deras sociala liv osv. och var informationsrik till studien. Jag läste genom dessa texter ett antal gånger för att kunna få en större förståelse och få en helhet. Sedan kategoriserades dessa texter. Vidare behandlades texterna som helhet genom de olika delar som jag hade samlat in. Bloggarna innehåller både texter, video och bilder som handlar om kroppsideal. Enligt Gadamer tolkar människan texter och detta innebär en integration av förståelsehorisonter, det vill säga att individen söker en mening för den förflutna (2007, s.27). I de utvalda texterna har jag tolkat meningen med dessa skrifter. Något som alla forskare har gemensamt är att de ska hitta eller samla in material som ska vara anpassat till deras studie, och som de sedan kan analysera för att besvara studiens syfte och frågeställningar (Fejes & Thornberg 2015, s.33).

4.5 Etiska principer

Det finns fyra etiska krav som forskarna ska följa när den ska undersöka en studie. De etiska kraven är informationskravet, samtyckeskravet, Konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskraven innebär att forskaren ska informera alla deltagare i studien om sammanhang övergripande syftet och hur resultaten av studien ska användas. Samtyckeskravet betyder att deltagarna själva har rätt att bestämma om de ska medverka. Konfidentialitetskravet betyder att man ska skydda de personliga uppgifter och det ska vara tystnadsplikt på de samlade materialen som man har fått in till uppsatsen. Sedan har vi

även nyttjandekravet och detta innebär att de uppgifter som man har samlat in ska endast användas till studien och inte till annat som kommersiellt bruk (Vetenskapsrådet 2002, s.7, 9–12, 14). Den här studien har uppnått forskningsetiska principer, det vill säga en väl forsknings sedvana som är anpassad (Vetenskapsrådet, 2001). Dessa bloggar är ute på internet och med informationer som är offentliga. Dessa bloggare vet att deras texter kan alla människor på internet få tag på. Eftersom att jag kommer använda mig av bloggar och inte arbeta med människor så är de etiska principerna är aktuella för en hel del i denna studie.

4.6 Introduktion av bloggskribenterna

Nedan ges en kort beskrivning av varje bloggare. Bloggarekoderna kallas sedan från 1–5 i resultatet.

Bloggskribent 1

Den första bloggskribenten har bloggat flera år tillbaka och många i Sverige känner till henne. Hon har ett eget företag som har växt mycket. I sin blogg brukar hon dela med sig mycket om kost, träning, modell och recept.

Bloggskribent 2

Den andra bloggskribenten är 26 år. I hennes blogg delar hon med sig om sitt liv, fitness, mode och fester. Hon har över 120 000 läsare dagligen på sin blogg. Vidare skriver hon om shopping och mer privata saker som hur hon vill se ut och vad hon vill göra för att ändra på sin kropp. Slutligen håller hon för stunden på och skriver en bok om sitt liv.

Bloggskribent 3

Den tredje bloggaren skriver om sina kostvanor, vad hon äter och hur mycket hon ska äta dagligen. Hon skriver även om träning, där hon delar med sig av ett träningsschema i vilken det går att följa vilken form av träning hon utövar från dag till dag. Hon samarbetar med olika företag och gör reklam via blogg för dess produkter. Hennes mål är att hitta en balans mellan ett hälsosamt kroppsideal och ett aktivt livsstil.

Bloggskribent 4

Den fjärde bloggskribenten delar med sig av hur hon gick från att ha ätstörning till att leva ett friskt liv. Hon har gått från att väga 38 kg till 58 genom rätt träning och kost. Hon skriver om träning och delar med sig av nyttigt matrecept. Slutligen för hon ett veckoschema för träning.

Bloggskribent 5

Den femte och sista bloggskribenten är utbildad personlig tränare. Hon är intresserad av både träning och kost. Hon har en personlig tränare som hjälper henne i hennes strävan att lyckas med träningen. Hon tävlar i styrkelyft sedan ett år tillbaka i 57 kilo klassen.

4.7 Analysförfarande

Hermeneutiken ”vill bidra till läsarens förståelse av tolkningens och förståelsens natur” (Ödman 2007, s.13). Hermeneutiken handlar om att läsaren kan uppfatta en bok utifrån sin förståelse. Man kan hitta felaktigheter i en text. Enligt hermeneutiken finns det många sätt som man kan se världen på (Ödman 2007, s.14). Hermeneutiska cirkeln är som en bild som ska uppfattas, där både tänkande, tolkningen och förförståelsen ska fungera. Genom delarna får man få en större uppfattning för helheten av dessa bilder. Jag måste ha delarna från bloggen för att kunna få en förståelse av textens innehåll (Ödman 2007, s.100). Hermeneutiska cirkeln förändrar hela tiden både förståelse och tolkning och detta ökas med förståelsehorisonten. Det krävs mycket arbete för att kunna få en hög grad av förståelse och förklaring. Därför man ska omtolka för att kunna få en helhet. Tolkning växlar mellan förflutet och framtiden. Tolkningen grundas på lärdomar och tidigare erfarenheter (Ödman 2007.s.107).

Människan stöter dagen på olika saker därför behöver vi inte lägga ner tid på att tolka det vi bemöter. Vi utvecklas och har fått en förförståelse kring olika saker. Vi kan tolka sinnesintryck och förstå blixtnabbt. Vi människor tolkar medvetet då vi inte förstår innebörden och vår förståelse inte är tillräckligt för att begripa. (Ödman 2007, s.58). Tolkningsakten är uppdelat i två aspekter. Den ena är att frilägga mening och den andra är att tilldela mening. Friläggande aspekten innebär att individer förstår med hjälp av sin förförståelse som dem har från nuet. Tilldelande aspekten betyder att man går från nuet mot framtiden, att skapa ny förståelse och meningar. Det vill säga fördjupa sin tolkning och huvudtolkning på en konstruerad nivå (Ödman 2007, s.59).

4.7.1 Inledande tolkning

Inledande tolkning innebär att forskaren inte ska lägga mycket fokus på teorin inom den hermeneutiska cirkeln. Det vill säga att jag några gånger har läst genom de utvalda inlägg som var anpassad till mina frågeställningar. Detta gör man för att kunna få en helhetstolkning av fenomenet. Man ska alltid ha en förförståelse av helheten för att kunna förstå delar. Man kan inte lägga pusselbitarna på plats om man inte har bilden framför sig. När jag har helheten så kan jag lägga fokus på fenomenets delar för att kunna fördjupa min tolkning. Jag har kopplat dessa utvalda inlägg till teorin och begreppen för att underlätta för mig själv när jag ska fördjupa min tolkning på en högre nivå.

4.7.2 Fördjupad tolkning

Hermeneutisk spiral är från texter där meningarna byggs oavbrutet. Genom dessa texter så faller bitarna på plats. I fördjupade tolkningen så ska jag läsa genom texternas rader från inläggen som jag har samlat in till studien och delat i de olika temana. Jag ska ta hjälp av de teoretiska och begreppsliga verktygen som jag har nämnt ovan. I denna fas kommer jag att tilldela tolkningen så att jag skapar en ny mening och förståelse på en högre konstruerad nivå så det kan binda ihop både teori, begrepp och de tidigare tolkningarna. Med hjälp av teorin och begreppen så kan man fördjupa tolkningen på de temana. Fördjupningen kan leda till att man återkommer med nya idéer. Fördjupa dessa teman och återkomma med nya idéer. Människan har ständigt förförståelse av det dem tolkar. Tolkningen växer och forskaren får nya idéer och kunskap. Man får ny förståelse och tolkning om fenomenet med hjälp av den

hermeneutiska cirkeln och spiralen blir mer överensstämmande för forskaren i nya sammanhang (Ödman 2007, s.101).

4.7.3 Huvudtolkning

I huvudtolkningen ska man vara mer noggrann och klargöra på abstraktsnivå av tolkning. Forskaren söker efter övergripande förståelse. Det ska vara högre övergripande tolkning i hermeneutiska spiralen än det har varit tidigare. Forskaren får ny helhet av tolkning och sedan binder dessa tolkningar ihop. Det ska vara som en röd tråd mellan alla dessa tolkningar som har varit tidigare och tillsammans med data för att kunna sätta ihop alla dessa teman i samma för att kunna få en djupgående tolkning. I huvudtolkningen får forskaren en vidare förklaring och förståelse av tidigare tolkningen och data som har tilldelats. Forskaren ska jämföra anteckningarna och de teman som den har skrivit. Forskaren ska fortsätta att läsa genom och sedan sortera materialen igen. De teman som mest frekvent förekommer i texterna väljs sedan ut. De teman som förekommer många gånger på olika ställen i texterna som bloggerskor berättar. I huvudtolkningen har forskaren kommit fram till att kunna besvara sina frågeställningar. Forskaren får sedan jämföra sina djupgående tolkningar med varandra och hitta likheter och skillnader genom dem och genom detta kan de få en röd tråd till sin studie, för huvudtolkning är ett generellt mönster som binder ihop tolkningarna.

5. RESULTAT

I det här avsnittet kommer jag att presentera varje blogg för att läsarna ska få en djupare förståelse för varje bloggskribent. Resultat presenteras i tre huvuddelar: inledande tolkning, fördjupad tolkning och huvudtolkning. I den inledande tolkningen beskrivs min första tolkning av det insamlade materialet från bloggarna. I den fördjupande tolkningen ges en mer utvecklad tolkning med exempel från empirin i form av citat från bloggarna. Dessa tolkas och analyseras utifrån de teoretiska och begreppsliga ramar som redogjordes för under avsnitt 3. Slutligen ges en abstrakt tolkning under huvudtolkningen.

5.1 Inledande tolkning

I detta avsnitt redogörs för den inledande tolkningen av bloggerna inlägg. Efter genomläsning av materialet ett flertal gånger identifierade jag fem teman. Dessa teman är: konstruktioner av normalitet, konstruktioner av hälsa, konstruktion av kvinnlig kroppen, identitetsskapande samt konstruktioner av konsumtion.

5.1.1 konstruktioner av normalitet

Bloggerna delar med sig av det mesta som rör deras vardag offentligt. Det som tidigare kunde betraktas som privat såsom ens konsumtionsvanor, kropp och diet är numer offentliga. Det innebär att de delar med sig vilken maträtt de äter, veckoplanering och träningschema. Bloggerna används också som en dagbok där personliga åsikter och reflektioner som har att göra med resmål, kropp och hälsa, konsumtion görs offentligt. Utöver den skrivna texten använder bloggerna sig av olika slags bilder och videoklipp för att dela med sig av sig själv. Det går med andra ord att se hur de lever, bor, äter, tränar och konsumerar.

5.1.2 konstruktion av hälsa

Konstruktioner av hälsa sker genom att bloggerna lägger upp en plan och ett schema på träningsövningar och måltider. De delar med sig i detalj av vad de äter samt vilka övningar de ska göra för dagen. Maten innehåller oftast portioner med mindre kolhydrater där de i samband med detta även delar med sig av recept. Vidare går det även att ta del av filmer på bloggerna från när de tränar. Bloggerna uttrycker sig positivt till hälsa och träning, vilket genomsyrar allt som de gör. De delar även med sig av personliga erfarenheter om hur de har gått från att vara en ”vanlig” eller ”misslyckad” person innan de började med träning och hälsa. Konstruktion av hälsa innebär att få en god hälsa förknippas med att vara lyckligare, piggare, smidigare osv. Konstruktion av hälsa är att träna för att känna sig frisk där träning är läkemedel för själen.

5.1.3 konstruktioner av kvinnlig kropp

Synen på vad som utgör en perfekt kropp skiljer sig åt bland bloggerna. Detta visar sig genom att de väljer att fokusera sin träning på att framhålla olika kroppsdelar. Även kosten varierar beroende på vad de håller som vackert. De har alla det gemensamt att utseende utgör det centrala i deras bloggande. Kosten är därför anpassad efter att vara smal som en modell. Andra bloggerna fokuserar på rumpa, mage eller ben. Tillsammans med kropparna visas även olika klädstilar som matcher kroppen upp. Mer än hälften av alla bilder som bloggerna publicerar är bilder på dess kropp och kläder. Den kropp som visas upp på

bloggarna, genom filmer, serier och reklam med plattmage, stora höfter, stora bröst och smal midja.

5.1.4 Konstruktioner av identitet

Konstruktion av identitet handlar om att vara känd och alla ska känna till den man är. Detta innebär bland annat att man har många följare. På bloggarna konstruerar bloggerskorna sin identitet som fitness och modellflickor eftersom de lägger upp många bilder på sig själva när de är på gymmet eller när de står som modeller. Bloggerskorna framhåller en positiv och framgångsrik sida av sig själva. Det innebär att de visar upp sig med dyra klädmärken för att framhålla deras makt och status. Identiteten konstrueras även genom att de antingen ler mycket på bilderna eller är mer allverkliga och står maskulint. Bloggerskornas följare är också med och konstruerar bloggerskornas identitet genom att de ständigt är i kommunikation med dem.

5.1.5 Konstruktioner av konsumtion

Konsumtion är en viktig del av innehållet på bloggarna. Bloggerskorna visar upp vad de har handlat för att få respons och göra reklam för märket eller plagget. Det är nästan uteslutande så att varje bild som delas på bloggarna även har information om vart klädesplagget är köpt och vilken årstid den anses passande för. Konsumtion som tema finns närvarande på bloggarna genom följare uppmanas att efterlikna bloggerskornas köp beteende så att även följare kan se ut och vara som bloggerskorna. Inläggen med klädinslag har oftast känslomässiga uttryck för att påverka följarna att tråna efter och sträva efter att uppnå bloggerskornas klädstil och livsstil.

5.2 Fördjupad tolkning

I detta avsnitt kommer jag att göra fördjupad analys av de teman som behandlades i den inledande tolkningen. Detta görs med hjälp av teorier och begrepp som tidigare behandlats i studien. Teorin kopplas samman med det empiriska materialet från bloggarna för att nå upp till en högre tolkningsnivå.

5.2.1 Att arbeta för att få den ideala kroppen

Här kommer jag bearbeta dessa följande temana som är hämtade från den inledande tolkningen, konstruktion av normalitet och konstruktioner av den kvinnliga kroppen. Jag kommer i fortsättningen att vidareutveckla dessa teman och beskriva vad de innebär och fördjupa analysen med hjälp av de teorier och begrepp som jag har redogjort för tidigare i teoriavsnittet.

Temat *att arbeta för att få den ideala kroppen* är uppbyggt kring det som jag har hittat i min tolkning, det vill säga hur normen förändrar människans tankesätt om hur deras kropp ska ut eller hur idealkroppen ska vara. Jag har hittat att de utvalda bloggarna arbetar eller kämpar mycket för att få en ny idealkropp.

Bloggarna uttrycker att de följer samhälles kroppstrender och det är någonting som de känner att de ska göra. Detta kan man finna tydligt uttryck för i ett blogginlägg från bloggare 2:

Förresten, det börjar bli dags för mig att göra mig av med mina jeans i storlek XS.. Som ni vet har jag ju kämpat med rumpen väldigt länge nu, det har absolut gett resultat men jag har vägrat att släppa mina extra small jeans haha.. Går inte riktigt ihop, eller hur? Från att ha kämpat för att vara så smal som möjligt till att kämpa för att få så mycket kurvor som möjligt.. Svårt att hänga med i kroppstrenderna, undrar vad nästa grej blir?
Ps. Nu posar jag ju för att framhäva lilla rumpen ännu mer, haha. Mycket sitter i de pose och ljus, viktigt att komma ihåg. Speciellt när man scrollar förbi alla dessa bilder på instagram.. (B2).

I citatet ovan delger bloggaren att hon arbetat för att förändra sin kropp. Hon beskriver en förändring av kroppstrender och sin ambivalens inför om hon ska sträva efter att bli smal enligt det gamla idealet eller följa en ny trend som istället betonar att göra vissa kroppsdelar större, i detta fall rumpen. Hennes träning har gett resultat, varför hon nu behöver göra sig av med sina byxor i storlek small. Citatet visar på föränderligheten i normer för den kvinnliga kroppen. Enligt den nya trenden ska rumpen vara vältränad, stor och visas upp i tajta byxor. *Kroppsidealen* förändras och idag har man en annan syn på en normal kropp och som bloggaren framhåller så har hennes kropp förändrats mycket genom hård träning. Kroppstrender gör så att människan känner sig tvungen att delta och kämpa med sin kroppsstorlek för att vara med i samhällets trend, det vill säga att man strävar efter att göra om sin kropp så den ska stämma överens med samhällets normer. *Norm* innebär att ha en kurvig kropp och inte smal som förut, det anses vara ute att vara smal därför ska kvinnor vara kurviga för det är så kvinnors kroppar ska se ut idag. Bloggaren uttrycker att den här kroppsstorleken kommer såklart inte hålla för alltid, och är nyfiken på vad man ska ha för kroppsstorlek nästa gång för att passa in. på och ändra sin kropp redan nu så att hon hänger med i kroppsändringar. Hon uttrycker att det är svårt att vara med och ändra på sin kroppsstorlek och vikt och samtidigt försöka passa in i normaliteten.

Att arbeta för att få den ideala kroppen och anpassa den efter kroppstrender har tagit över stor del av bloggarnas liv, vilket har gjort att de måste ta sig till gymmet och träna hårt och kämpa för att nå sina drömmars mål för att få den kroppsform som är trenden i dagen samhälle. Detta citat nedan påvisar hur bloggaren 3 tränar på gymmet:

På tal om ben och rumpa måste jag erkänna att jag är nöjd med utveckling som jag haft nu i vinter. Har både lyckats bygga mer massa och styrka på ganska kort tid. Är återigen mitt starka jag i både böj och mark vilket är två viktiga ingredienser i det som skapar mig. Mitt fokus med mer ben och rumpa är både roligt och utmanande på ett fysiskt och psykiskt plan: att köra ben 3 ggr i veckan är inte alltid en dans på rosor men ändå värt det i slutändan. Jag är målmedveten. Vet ju vad jag vill (B3).

I citatet ovan beskriver bloggaren att hon är stolt över sin egen utveckling mot en starkare och mer vältränad kropp. Att hon uppnått resultat tillskriver hon hårt arbete och de träningsövningar som hon utfört. Hon delar med sig av sin vardag och de träningsövningar hon utför för sina läsare så att de också ska kunna följa hennes schema. Hon beskriver sig själv som målmedveten, och poängterar att hårt arbete ligger bakom resultatet av den kroppsformen som hon har idag. Inlägget lyfter fram vikten av träning och diet. Genom att förvärva denna kunskap lär sig bloggerna att disciplinera sina kroppar. Ett steg i denna

riktning är därför kunskap om exempelvis träning. På så sätt legitimeras deras utsagor om att det de gör för att förbättra sitt yttre verkligen fungerar. Bloggaren uttrycker att man inte är född med en perfekt kropp, däremot krävs det mycket arbete för att kunna få den perfekta kroppen. Det vill säga att det inte är lätt att få den perfekta kroppen om man inte tränar hårt flera gånger i veckan och anstränger sig mycket. Man måste ha ett mål att sträva efter och arbeta för att uppnå detta. Vidare har även maten en stor betydelse för att behålla kroppen i form i samband med träning.

Att kvinnliga bloggare skriver om hur de tränar och äter nyttigt för att uppnå en mer ideal kropp kan kopplas till konstruktioner av nya ideal vad gäller kvinnors kroppar. När bloggarna beskriver vikten av att hålla sig ifrån mat som får dem att bli överviktiga och att de vill träna mycket för att kunna få en smalare kropp bidrar de till att normer kring kvinnors kroppar som smala och vältränade reproduceras. Bloggarna vill äta en viss mat för att inte gå upp i vikt och därmed hålla sig till det kroppsideal som de önskar sig. Enligt Howson (2013) formas människors beteenden av våra föreställningar om oss själva, speglade i våra föreställningar om andras blickar på oss. De bilder om sina kroppar som bloggerskorna presenterar på sina bloggar konstrueras tillsammans med texter kring mat och träning bilden av kroppen som ett projekt. Många av de bilder som läggs upp på bloggarna är förutom att de beskriver att de tränar även beskrivningar av nyttiga måltider.

I citatet nedan från bloggare 4 kan vi ta del av dieten som hon utgår ifrån för att inte gå upp i vikt och hålla sig till det kroppsideal som hon önskar sig:

Så lycklig över att jag får äta champinjoner under min diet, och lök och bladspenat får jag äta hur mycket jag vill! Jag brukar fräsa gul lök och vitlök med champinjoner och sist har jag i bladspenat med lite kryddor.

Citatet ovan kan tolkas som att bloggaren försöker pusha på andra att följa hennes väg genom att hon delar med sig av receptet på sin diet. Recepten utgör ett exempel på en diet som håller vikten nere, vilket hennes lyckliga framtoning visar på. Dieten framhålls också vara naturlig och något som inte kan leda viktökning. Bloggaren har disciplinerat sig genom att äta vissa maträtter för att behålla sitt kroppsideal. Att som kvinna ha en smal kropp är, som jag beskrivit tidigare, något som förknippas med hög status i det moderna samhället, varför bloggarna lägger ner mycket av sin tid på att forma sina kroppar i enlighet med de normer som är rådande idag för den ideala kvinnokroppen. Enligt Howson (2013) har smalhetsidealet bland kvinnor från västvärlden ökat, vilket kan förklara blogg författarnas strävan att äta i små mängder för att hålla sig smala.

Vidare lägger bloggarna även stort fokus på att framhålla kroppsformer hos bloggerskorna. De väljer vilka träningsövningar de ska göra för att få den ideala kroppsformen. Vi kan ta del av detta i citatet nedan från bloggare 5 som även delar med sig av tips för hur man förändrar kroppens former:

Konditionsträning formar inte din kropp, vilket styrketräning gör. Min egen kroppsform har förändrats radikalt jämfört med innan jag började träna. Jag har alltid varit väldigt rak i kroppen, men har numera betydligt mer former.

Citatet från bloggaren vill förmedla för att styrketräning är bättre än konditionsträning om man vill forma sin kropp. En tolkning av detta är att hon uppmanar sina läsare att förändra sina kroppar. Vill de ha en vältränad kropp med former så ska de göra som henne för att

kunna få det. Bloggerskan menar att hon har bättre former sedan hon har börjat styrketräna och hon är nöjd med sin kropp vilket gör att hon vill visa upp den mer offentligt.

Sammanfattningsvis har jag tolkat citaten från bloggarna som att de uttrycker att de vill få en vältränad och perfekt kropp oavsett hur mycket tid det kräver. Detta går bland annat att se genom att de tränar flera gånger i veckan och äter målinriktat enligt ett strikt schema. De följer en speciell diet för att undvika att äta onyttigt som kan förstöra *det kvinnliga kroppsidealet som de strävar efter att uppnå*. Samtidigt försöker bloggarna att dela med sig av sin syn på kroppsideal genom att försöka påverka läsarna att följa i samma spår. Detta sker bland annat genom att lägga upp recept, produkter och träningsövningar. Anmärkningsvärt är också att bloggarna alla ger uttryck för likande tankar kring vad som är den ideala kroppen. Min tolkning är att det är mode att ha en sådan kropp, det är den slags kropp som kan anses vara norm idag.

5.2.2 idealkropp och konsumtionsmönster

I detta avsnitt kommer jag att fördjupa analysen av temat *konsumtion* som fanns i den inledande tolkningen. Fortsättningsvis kommer jag att vidareutveckla temat och beskriva vad det innebär och knyta samman det med de teorier och begrepp som presenterades i uppsatsens teoriavsnitt. Vad som utgör drömkroppen konstrueras på bloggarna som något som bland annat hänger samman med klädstil. Att kunna använda tajta kläder som visar upp och framhäver kroppsformen förutsätter en vältränad kropp.

Bloggarnas konsumtionsmönster är ett viktigt tema i blogginläggen där de delar med sig av sin konsumtion. I vårt nuvarande konsumtionssamhälle så innebär det att man ska konsumera för att vara inne. I citatet nedan kan vi ta del av Bloggare 1 som berättar om sin konsumtion i samband med gym.

Men jag har helt klart märkt av träningens frånvaro; sänkt både humör och allmän, tja vad ska jag kalla det, ”pepp på livet”? Plus att jag rasat i vikt, så när jag väl kan komma igång med träningen igen vet jag att jag har uppförsbacke att vänta, att jag kommer vara betydligt svagare än när jag tränade som vanligt i våras.

I citatet ovan kan vi tolka att bloggaren har tråkigt och vill göra någonting som håller henne aktiv. Hon tyckte att gym är en bra idé eftersom hon har varit frånvarande från träningen ett tag och det har påverkat hennes vikt och humör negativt. Träningen anses påverka hennes humör.

Konsumtion är någonting som det tas upp mycket i bloggarna vilket kunde jag finna på alla bloggarna. Mycket av deras konsumtion kopplades till träning. Detta är var något som jag har sett på bloggarna. Vi kan ta del av detta från bloggare 3 i citatet nedan:

Fitnessfestivalen dag två drog direkt igång i 110% jämfört med fredagen. Högt tryck och mycket folk i princip hela dagen. Många roliga aktiviteter, mycket ljud, utställare och uppträdanden. Var lätt att vimla bort sig om man skulle kika runt lite hehe.. men det är sånt vi gillar också. Att gå runt och små-dansa lite bland folk som tränger, digga till atmosfären, mumsa på provsmakning av diverse bars och proteinkakor och bara njuta av eventet. På tal om bars så bara MÅSTE jag tipsa er om mitt på allvar nya beroende. Jag trodde aldrig att den skulle vara så stört god som den var (!) Best Bars helt nya smak - CoatedCrispy Cookie Dough - smakade verkligen som kakdegen i Ben&Jerry fast soft konsistens med ett krispigt mörkare chokladöverdrag med crunch som passade perfekt till! Kunde ej sluta äta dem

alltså haha. vet inte hur många "hela bars" jag är uppe i totalt om man hade lagt ihop alla smakprover ;)
Ja det fanns mycket gott och roligt i Gymgrossistens monter denna lördag. Jag trivdes sjukt bra där och fick träffa massa fina läsare och följare! Tack alla som kommer fram :) (B3).

I blogginlägget ovan anger bloggförfattare 3 som vill förmedla sina följare att de ska konsumera från Gymgrossisten och att hon deltar på festivaler som rör träning. Dessa sociala tillställningar fungerar som en marknadsplats för bloggaren att marknadsföra olika produkter kopplade till träning. Min tolkning är att bloggaren identifierar sig som en fitnessflicka. Individuer är födda inom samhällets ramar därför formar vi vårt beteende utifrån olika kategorier som vi tillhör (Burr 2003, s.158). Bloggaren kategoriserar sig som tillhörande fitness kategorin Bloggförfattarens beteende är inlärt och hon anpassar sitt beteende utifrån fitnessfestivalen. Hon företräder företaget och sig själv och söker öka attraktiviteten hos denna produkt. Produktens tillförlitlighet kan sägas öka då hon deltar på ett faktiskt event.

Detta tema kan tolkas utifrån bloggerskornas moderika produkter och dess strävan att locka läsare till att konsumera. De framhöll bland annat protein som en viktig produkt för att uppnå den ideala kroppsformen. Det görs reklam för proteiner i olika smaker som passar olika läsare. Genom detta sammanlänkas kroppsideal och konsumtionsmönster.

2.5.3 Interaktion mellan bloggare och följare om kropp och träning

Interaktion mellan bloggare och följare är ett annat viktigt tema som jag har hittat på bloggarna. Det är hämtat från den inledande tolkningens teman *konstruktioner av identitet och konstruktioner av hälsa*. Analysen görs med hjälp av teorier och begrepp som tidigare tagits upp i uppsatsen. Teorin kopplas samman med det empiriska materialet från bloggarna för att nå upp till en högre tolkningsnivå.

Utgångspunkten för temat är att bloggarna har en kommunikation med sina läsare. De ger råd och tipsar sina läsare om vad de ska göra eller vad de själva gör eller gjort. Interaktionen sker genom att bloggarna har en kanal för att kunna svara på blogginlägg där följarna kan svara under respektive inlägg. Det är viktigt för bloggerskorna att deras följare är intresserad av det som läggs upp. Vi kan i citatet nedan ta del av ett inlägg från bloggare 5 som försöker locka och övertyga sina följare om vad som fungerar för att gå ner i vikt:

Vill du också ha min hjälp? Med mitt upplägg kör vi alltid minst 3 månader då jag vill garantera ett resultat du kommer vara nöjd med. Vad du än har för mål under denna tiden kommer jag hjälpa dig med kosten, träningen och finnas tillgänglig för dig 24/7.

Vad som alltid kommer att vara i fokus, oavsett mål, är samspelet mellan kost och träning. Jag tror inte heller på dieter eller quickfix utan vill hjälpa dig att hitta en balans och med hjälp av ny kost och träning skapa en ny livsstil.

Bloggförfattaren uttrycker sig som en vägledare för sina läsare. Hon påpekar att hon kan få andra att vara nöjda med sina kroppar om de följer hennes schema med både träning och kost. Hon erbjuder sig att vara en aktiv personlig tränare. Hon ger också råd om vilken typ av mat man ska hålla sig ifrån för att lyckas.

Lyckat resultat kan man få genom styrketräning menar bloggaren 4. Hon fungerar samtidigt som en motivator för läsarna, vilket vi kan utläsa av citatet nedan:

Klart du ska börja styrketräna! Denna träningsform har gett mig så otroligt mycket positivt. Jag kan nog, utan att överdriva, säga att gymmet förändrade mitt liv. Behöver du en push att ta dig iväg? (B4).

I blogginlägget ovan uppmanar bloggförfattaren sina läsare till att träna. Hon är positiv inställd till träning och anger de positiva fördelarna. Hennes personliga erfarenhet uppmanar också till att ge en bild av att andra kan göra det hon har gjort. Blogginlägget är publicerat tillsammans med en bild på hennes kropp. Uppmaningen om att börja träna kan länkas samman med bilden på den vältränade kroppen, sammantaget kan läsaren få föreställningen att så här kan du också bli, så här kan du se ut om du gör som jag och tränar och äter rätt. Bloggförfattaren framhåller för sina läsare hur styrketräning har förändrat hennes liv. Träning och rätt kost framställs som något som även påverkar tankesätt, upplevelser, känslor och utseende. Bloggerskans identitet konstrueras på bloggen som en vältränad kvinna med positiva tankar, bättre livsstil och hälsa.

Bättre livsstil och hälsa tar bloggaren 4 upp på flera inlägg i sin blogg. Detta gör hon för att hon är beroende av sina följare, hon vill på ett vänligt sätt locka sina följare att besöka hennes sida:

Självklart skulle jag bli hur glad som helst om du ville ta en minut av din tid att nominera mig i någon av kategorierna! För att friska upp ert minne skriver jag mycket om min tidigare ätstörning, träning & hälsa, delar med mig av nyttiga recept och annat skoj här på bloggen (B4).

Bloggförfattaren uttrycker sig på ett vänligt och förstående sätt för att locka läsaren till sin blogg. Hon har tagit upp sin sjukdom som hon hade tidigare i livet för att läsaren ska vara mer imponerad om den resa hon genomgått. Meurling (2003) skriver att kvinnor lägger ner generellt mer tid på sina kroppar och de är också mer oroliga över sitt utseende. Utseende och vikten har ökat i betydelse i många delar av världen. Det vill säga att bloggförfattaren lägger mycket tid för att träna och hålla kosten rätt för att det ska finnas balans mellan dem, så hon inte ska bli alltför smal eller tjock för att leva upp till normer kring kroppsideal och utseende i dagens samhälle. Min tolkning är att bloggaren vill uppdatera kortfattat innehållet i bloggen för att locka till sig fler läsare. Bloggaren har blivit känd genom sina följare så den där minuten som bloggaren nämner i citaten kan betyda mycket för henne. Detta ger uttryck för den interaktion som hon har med sina följare.

Giddens (2014) och Berger och Luckmann (1979) anger att den sekundära socialisationen innebär en social förändring av kunskap. Inom ramen för denna socialisation kommer människor i kontakt med andra. Bloggarna utgör ett socialt nätverk där många människor knyts samman till en plats för fri kommunikation av idéer och tankar. Bloggförfattarna är medvetna om vad läsarna är intresserade av och anpassar sig efter detta. Detta kan kopplas samman med Berger och Luckmann (1979) gemensamma identifiering som sker genom sekundär socialisering.

Bloggare delar med sig vad gäller träning och kropp för att inspirera sina följare. Vi kan ta del av detta genom ett inlägg från bloggare 2:

Ni såg videon (länk) som jag la upp igår va? Ifall ni har missat den så gav jag ju er lite träningstips samt visade jag ju upp mina nya snygga träningskläder som kommer från madlady.se. Dom har en helt nya kategori som heter sport där du hittar massa av snygga träningskläder. Min favoritoufit är ju helt klart den översta, så himla läckra färger. Sen tycker jag att jag ser mer vältränad i ut i just dom plaggen också

I blogginlägget delar blogg författaren med sig av träningstips till sina följare för att genom det visa upp sina nya träningskläder. Dessa kläder kommer från en hemsida som bloggaren gör reklam för. Bloggarens entusiasm går att utläsa i blogginlägget genom att hänvisa till att det finns valmöjligheter mellan flera olika färger samt att kläderna framhäver kroppen.

Interaktion mellan bloggare och följare är någonting som finns om man är med i sociala medier. Min tolkning är att bloggarna delar med sig av saker som intresserar följare för att kunna få flera följare. Det vill säga att bloggarna har blivit kända genom den bloggen och med hjälp av sina följare. Därför är bloggarna beroende av sina följare. Bloggarna tar mycket av sin tid för att skriva om sin vardag och mycket om sig själva offentligt för att locka till sig fler följare och få de gamla att stanna kvar. Det finns dock en gräns för hur mycket man vill att följarna ska efterlikna en. Det gäller trots allt att sticka ut i mängden för att skilja sig från andra. Därför sker en ständig förhandling mellan läsare och följare om hur mycket man kan ta efter varandra.

5.3 Huvudtolkning

I det här avsnittet ska jag presentera min huvudtolkning. Studiens syfte är att undersöka och analysera hur kroppsideal konstrueras med fokus på kvinnliga bloggare. De bloggar som undersöks i denna uppsats har alla explicit inriktat sig mot träning och skönhet. De frågeställningar som undersöktes i studien är: Hur konstrueras normer kring kropp på bloggar inriktade på träning och skönhet? Hur framställs den ideala kvinnokroppen på bloggarna? Utifrån dessa frågeställningar har resultatet mynnat ut i fem teman som utvecklades i den fördjupande tolkningen. Temana i den fördjupande tolkningen behandlar konstruktioner av kvinnors kroppar och normalitet, konsumtion, kvinnlig identitetsskapande och hälsa. Den fördjupande tolkningen är grunden för huvudtolkningen. I huvudtolkning så ska forskaren ha en röd tråd mellan studiens tidigare tolkningar för att redogöra för helhetsbilden av datamaterialet. Detta ska göras med hjälp av författarens förförståelse. Min förförståelse har utvecklats för fenomenet under tiden jag har arbetat med studien. Jag kommer stanna i det här steget med min tolkningsprocess och totalisera materialet. Slutligen ska jag i detta avsnitt knyta samman temana med de teoretiska och begreppsliga referensramar som använts och därigenom dra slutsatser.

5.3.1 kvinnokropp som ett pågående projekt

Min huvudtolkning är att blogg författarna strukturerar sina liv för att få en vältränad, kurvig och kvinnlig kropp. I huvudtolkning för temat från den fördjupande tolkningen *Att arbeta för att få den ideala kroppen* går det att använda begreppet *normalitet* och *kroppsideal* för att beskriva teman på en abstrakt nivå. Blogg författarna är målmedvetna om vad som krävs för att de ska få en kvinnlig kropp. Kurvig och vältränad kropp har blivit en norm bland kvinnor idag. Enligt socialkonstruktionismen är det biologiska könen socialt konturerad. Med det menas att könet avgör vilken kroppsform man kan och ska ha. En kvinnlig kropp ser inte

ut som en manlig kropp eftersom normen visar upp olika bilder. Normerna i sig skapar förväntningar för hur könen ska verka. Den kvinnliga kroppen och utseendefixering kräver mycket tid, energi och pengar idag. Många av blogg författarna tränar flera gånger i veckan och det fokuserar på specifika kroppsdelar såsom ben, rumpa och mage. Blogg författarna vet att det tar mycket tid och mycket hårt arbete krävs med mycket tålamod för att lyckas. En annan sak som är också är lika viktigt för blogg författarna att följa är dieten. De kan inte äta vad de vill och när de vill, de följer ett tränings schema och olika nyttiga matrecept för att kunna få i sig en mängd kalorier och den rätta kosten för att balansera kost och träning. Viljan till att uppnå ideal kroppen disciplinerar därmed kropparna hos bloggerskorna.

Vidare kan temat *Idealkropp och konsumtionsmönster* från den fördjupade tolkning används utifrån teorin socialkonstruktionismen och begreppet *identitet*. Blogg författarnas identitet förändras med deras kropp och handlingar. De skapar sin identitet genom ett samband mellan deras inre och yttre. Identitet förändras med tiden och där normen och samhället är den största anledningen till blogg författarnas identitet. Tidigare var det inne med att vara smal och då strävade de efter att vara så smal, medan det idag har övergått till att vara kurvig och där blogg författarna handlar i enlighet med normen. Identiteten bland blogg författarna har förstärkas inom träningen. Socialkonstruktionismen menar på att det är samhället som har lärt oss hur vi ska bete oss och hur vi ska handla. Samhället påverkar blogg författarnas beteende och handlingar. Blogg författarna väljer att konsumera proteinpulver, kläder och mat för att forma kroppen. Det kan bland annat handla om att de konsumerar ett visst klädesplagg för att framhålla en viss kroppsdel. Proteinet gör att vissa delar framhävs bättre.

Huvudtolkning för temat *interaktion mellan bloggare och följare om kropp och träning* från den fördjupande tolkningen beskrivs med begreppet *socialisation* och *kroppsideal*. Kroppstrender förändras och blogg författarna som är i den sekundära socialisationen i deras är under ständig förändring. Socialisationen inträffar via olika processer av ömsesidig påverkan och för blogg författarna sker detta genom internaliseringen. Blogg författarna delar med sig av sin livsresa med att gå från kanske en normal person till att bli välbyggda personer som har en stor skara läsare. Förvandlingen som läsarna kan ta del av via bloggarna beskrivs positivt och numera även med en monetära element för att förmedla ett budskap om att alla kan följa med på denna resa och själva skapa sig idealkroppen. Styrketräningen framhålls även ha ett läkande funktion som ett ”läkemedel” för deras ohälsa och kroppsideal.

Sammanfattning av resultat

Resultaten visar att den ideala kroppen bland blogg författarna utgjorde ett centralt inslag i blogginläggen. Alla blogg författarna framhöll i olika grader skönhet och kroppsform. Bloggerskornas liv gå ut på att träna och konsumera för att visa upp kroppen. I resultatet lyfts det fram teman utifrån analysen av mitt insamlade material från bloggarna.

I en inledande tolkning så lyftes fem teman fram och genom dem så kunde jag skapa en fördjupande tolkning i form av 3 teman. Dessa tre teman kopplades sedan samman med de teoretiska och begreppsliga ramar som använts i studien.

I det första temat *att arbeta för att få den ideala kroppen* framgår att bloggerskorna lägger ner mycket tid och hårt arbete för att uppnå den ideala kroppen. Blogg författarna följer ett

strikt träningschema om veckorna som anger vilka övningar de ska göra under respektive träningspass. Resultatet av denna träning förmedlas löpande genom de bilder och filmer som laddas upp på bloggarna. I blogginläggen uttrycks även glädje över att träningen och dieten ger resultat, varför man försöker övertyga sina läsare om att följa i samma spår. Utöver träning är kosten ett viktigt inslag i bloggernas vardag. Olika recept läggs upp med nyttiga och välbalanserat innehåll så att läsarna själva kan utläsa hur mycket proteiner, kolhydrater varje måltid innehåller. I uppsatsen har jag använt begreppet *kroppsideal* för att analysera bloggförfattarnas sätt att tala om och visa sina kroppar på bloggarna. Begreppet *normalitet* har också använts för att särskilja hur de ser på en normal kropp och vad den nya kroppstrenden är. Resultatet visade att alla bloggförfattarna delade samma syn på det kroppsideal som är rådande idag.

I det andra temat *idealkropp och konsumtionsmönster* delar bloggerna med sig av sina konsumtionsvanor. Detta tema förekom på alla bloggar och de använde sig av olika varor för att hålla kroppen aktiv inom träning. Bloggförfattarna delar med sig av hur de konsumerar och vad gör om dagarna. Bloggförfattare lade ner pengarna på att konsumera proteiner, hälsosam mat och träningskläder. Konsumtionsmönstret sträcker sig alltifrån pengarna, till tid, energi och relation.

I temat *interaktion mellan bloggare och följare om kropp och träning*, skedde kommunikation mellan bloggerna och följarna om träning och kroppsutseende på bloggförfattarnas respektive bloggar. Även om bloggerna är självständiga individer som fritt delar med sig av sina liv är de också beroende av följarnas respons på de bilder och inlägg de lägger upp. De förstärker vissa produkter eller händelser genom känslomässiga uttryck. Samtidigt fungerar interaktionen även som en bekräftelse på att bloggerna är lyckade personer. Deras självkänsla styrs och regleras beroende av den respons de får från följarna. Genomgående i interaktionen är att delar med sig av sitt privatliv om hur deras identitet utvecklats i samband med träning.

6. DISKUSSION

I detta avsnitt kommer jag att diskutera resultatet i förhållande till syfte och frågeställningar, till tidigare forskning samt teori. Därefter kommer reflektioner över metodologiska frågor och slutligen ges förslag på vidare forskning.

6.1 Resultat i relation till syfte och frågeställningar

Syftet med denna uppsats var att undersöka och analysera hur kroppsideal konstrueras på bloggar explicit inriktade på träning och skönhet. Två frågeställningar ställdes upp för att besvara syftet: *Hur konstrueras normer kring kropp på bloggar inriktade på träning och hur framställs den ideala kvinnokroppen på bloggarna?*

I resultatdelen lyfte jag fram hur bloggförfattarna identifierar sig som fitnesstjejer, vilket innebär att träning är ett centralt tema på deras bloggar. De delar med sig av sina träningsprogram om hur många gånger de ska träna i veckan och vilka träningsövningar de ska göra. Bloggerskorna delar även med sig av diettips till sina följare. Den kropp som konstrueras är en disciplinerad kropp som inte får äta vissa saker om kroppsformen som de strävar efter ska behållas eller uppnås. Bloggförfattarna visar upp vältränade kroppar och lägger fokus på att via träning förändra särskilda delar av kroppen, som ben, rumpa och mage. Vissa delar av kroppen ska vara stora och andra smala. Bloggförfattarnas interaktion med sina följare har inverkat stort på följarnas livsstil och beteende. Följarna vill efterlikna bloggarna med alltifrån att konsumera, träna, kostschema och kroppsutseende till att tala och uppleva samma känslor som bloggerskorna. Detta beteende skapar ibland dilemman för bloggförfattarna då de förlorar en del av sin identitet genom att andra försöker efterlikna dem, samtidigt som bloggerskorna uppmuntrar sina följare att ta efter dess livsstil. Samtidigt som bloggerskorna strävar efter att sticka ut som en originell person handlar det även att få andra att följa en för att öka antalet följare.

6.2. Tidigare forskning i relation till resultatet

I det här avsnittet så diskuteras resultatet i förhållande till tidigare forskning. Studiens tidigare forskning bestod av fyra teman: *Bloggarnas innehåll*, *Unga kvinnors bloggande*, *Hur unga kvinnor förhåller sig till normen* och *Mat och kroppar*. Jag kommer att presentera varje tema från tidigare forskning och sedan jämföra med studiens resultat.

Bloggarnas innehåll om deras privatliv och kropp

Resultatet från min undersökning överensstämmer med tidigare forskning att bloggförfattaren använder sina bloggar för att kommunicera eller samspeja med sina närstående såsom familj, släkt och vänner. Bloggförfattarna använder sociala medier som en dagbok som de uppdaterar dagligen. Genom att de delar med sig av sin vardag görs det privata offentligt. Bloggförfattaren delar inte bara med sig av sina liv utan interagerar också med sina följare. Syftet med att ha en blogg med många följare är ett sätt att bli känd. Tidigare forskning framhöll att bloggförfattarna väljer att prata om en viss sak för att väcka intresse hos sina följare. Resultatet från denna undersökning visade att dessa kvinnliga bloggförfattare delar med sig av mycket information i sina bloggar som handlade om

träning, konsumtion och diet. Detta överstämmande med Child, Haridakis och Petronio (2012).

I resultatet framkom även att blogg författarna skriver upp recept för sina följare som innehåller mest grönsaker. Det kunde man även se genom deras träningsschema där de råder följarna vad de ska äta och hur de ska träna för att inte gå upp i vikt. Övervikt och viktminskning är något som Leggat Cook och Chamberlain (2012) har skrivit var framträdande bland bloggar. Detta stämmer också in med min undersökning. Det är en känslig punkt att vara övervikt i det här samhället säger forskaren i studien, därför kämpar blogg författarna för att inte ha den kroppen som avviker från samhällets ramar. Vidare visade resultatet från studien att bloggen blivit som en dagbok där det skrivs mycket om hur man ska göra för att förlora kroppsfett. Detta överensstämde med resultatet från min studie. Utöver detta visade resultatet från forskarnas studie att bloggarna hade ett stort fokus på kroppsform. Där framgick hur alla dessa blogg författare tänker, tycker och skriver om deras kroppsform och utseende. Kroppsideal har mycket stor betydelse för bloggarna för det är kroppen som lockar till följare och blogg författarna är medvetna om vad deras följare är intresserade av.

Unga kvinnors bloggande

I resultatet skrev blogg författarna om sin vardag där de är väldigt personliga i sina inlägg med både de texter och bilder de delar med sig. Detta var även någonting som Lövheims (2011) forskning visade i det att blogg författarna kommer ut med sina känslor och de blir kända för deras personliga bloggar. Eftersom blogg författarna har tusentals besökare varje dag som ser deras nya inlägg blir de kända och deras sociala status växer. Hos Lövheim (2011) var tre teman framträdande. Dessa var problem med kroppen och skönhet, delade erfarenheter om ätstörningar och missnöje med sina kroppar till att vilja leva ett mer hälsosamt liv.

Idag råder det en stor diskussion om kroppsideal bland kvinnliga bloggar där de via bloggarna och genom den interaktion som hör till bloggande kan påverka sina läsare. Även i min studie kunde jag ta del det tema som Lövenheim (2011) visade om ätstörningarna samt missnöjet med den egna kroppen och strävan efter att förändra den. De förekom att blogg författarna delade med sig av sin resa från detta missnöje till vägen om att få den ideala kroppen.

Hur unga kvinnor förhåller sig till normen

Angsagar (2014) beskriver i sin studie om att sociala medier har stor påverkan på människor idag. Det är genom sociala medier som kroppsideal lyfts upp och sprids i hela världen, vilket påverkar andras självkänsla så de blir missnöjda med sina kroppar. Resultatet från denna studie överensstämmer med Angsagars forskning om att blogg författarna delar med sig av bilder på sina kroppar både med kläder på och med bikini där den smala modellkroppen visas upp. Detta påverkar följarna genom att de vill efterlikna blogg författarna. Utseende och konsumtion har i föreliggande studie visat sig höra samman bland bloggerna. Detta sker genom att konsumera vissa kläder för att framhäva kroppsformen och utseendet. Blogg författarna delar med sig vad de konsumerar och även gör reklam och får respons för dessa klädmärken. Sociala media lyfter fram olika kroppsideal som sprids över hela världen, vilket leder till att folk som ser på dessa bilder bli missnöjda med sina kroppar. Normen förändrar synen på vad som utgör den ideala kroppen. Detta gick även att finna i min studie

genom att blogg författarna följer normen och anpassar sig för att inte undvika att man följer fel kroppstrend. Utseendefixering går hand i hand med konsumtion om att blogg författarna konsumerar saker som hjälper dem att fixa eller forma deras kroppsideal, exempelvis träningskläder, kostschema och gymkort.

Liimakka (2008) har i sin forskning visat att kvinnor är missnöjda med sina kroppar och strävar för att bättra sina kroppar genom att följa en diet. Detta var något som alla blogg författarna gjorde i min undersökning. Blogg författarna delade med sig mycket av sig själva som påverkar dess följare så att de också fokuserar på sina kroppar. I Liimakkas (2008) forskning framgick att sociala medier för att flickor tenderar att tänka mycket på sitt utseende. Genom tidningar, annonser, och filmer visar hur dessa kroppsideal ska se ut. Kvinnorna blir påverkade att uppfylla idealbilden vilket kan leda till att kvinnor upplever sina kroppar som otillräckliga. Detta resultat var framträdande även i min undersökning genom blogg författarnas strikta planering vad gäller både kost, träning och kläder. Flertalet av bloggerna hade negativa erfarenheter av den skeva bild som massmedia sänder ut och den psykiska påfrestningen att leva upp till samhällets normer.

Mat och kroppar

Maten är en av strategier bloggerna använder för att påverka kroppsformen. Tidigare forskning Stice och Shaw (2002) framhöll att ätstörning är mest vanlig bland kvinnor. Detta kan leda till anorexia och psykisk ohälsa. Detta resultat samstämde inte helt med mina då blogg författarna snarare visade på psykisk hälsa genom träning och strikt kosthållning. En av blogg författarna hade tidigare lidit av psykisk ohälsa och anorexia, vilket kom att förbättras genom träningen. Blogg författarna är medvetna om dieten och vad som fungerar för den egna kroppen. Genom att man följer ett strikt kostschema finns en stor medvetenheten och aktivt handlande för vilken form av mat ger bäst resultat för att uppnå den ideala kroppen. Vidare kom Sticke och Shaw (2002) fram till att kroppsosäkerheten har ökat. Media ansågs vara en bidragande orsak till detta. Även detta gick att se i min studie då blogg författarna blir påverkade av olika kroppstrender. De påverkar samtidigt och påverkas av sina följare, vilket ökar deras självkänsla. Detta kan sägas fylla en kunskapslucka om hur bloggerna integrerar med sina läsare. Genom en ständig förhandling mellan skribent och följare reproduceras även kropps normer i samhället genom att de påverkar andra att vilja träna och äta en viss kost. Genom media blir kvinnor exponerade för hur en kvinna bör se ut, vilket leder till missnöje med att den egna kroppen inte svarar mot det som media visar upp. Detta resultat har jag även funnit i min studie i det att blogg författarna lägger ner mycket tid för att få den kroppen som media visar upp. Det innebär att blogg författarna känner att

6.3 Teori och begreppsliga referensramar i relation till resultatet

I det här avsnittet diskuteras teori och begreppsliga referensramar i relation till resultatet. Teorin om socialkonstruktionismen har använts för att kunna beskriva hur blogg författarna med hjälp av språket uttryckt sig om träning och hälsa. Språket är grunden för hur våra tankar och handlingar (Burr 2003). Hur man talar om hälsa kan därför studeras med hjälp av socialkonstruktionismen. En god hälsa innebär bland annat bättre välmående, positivt tänkande, piggare kropp och bättre kroppsutseende.

Normalitet är ett annat begrepp använts i studien. Normalitet enligt Svensson (2009) är när individer har gemensamma förväntningar om vad som är kulturella handlingar och denna

normalitet har påvisat att kulturella handlingar är att på olika sätt disciplinera kvinnokroppen genom kost och träning. Den ideala kroppen är enligt blogg författarna kurvig och samtidigt vältränad. Träning konstrueras som bra och kopplas samman med bättre hälsa. Blogg författarna beskriver hur de tränar för att få bättre hälsa och samtidigt uppnå det kroppsideal som anses vara det åtråvärda i samhället. Kroppsidealerna fungerar som en gemensam nämnare till att kvinnor samhandlar till träning. De positiva effekterna av denna träning uttrycker bloggarna genom sina inlägg och bilder.

Identitet är ett annat begrepp som har tagits upp i studien för att analysera resultatet. Enligt Hammarén och Johansson (2009) identifierar sig människan genom sina handlingar. Vi människor konstruerar identitet i relation till olika grupper och kan på så sätt skapa kollektiva identiteter. Blogg författarnas handlingar att träna och äta nyttigt blir en form av identifikation till en kategori människor som strävar efter att leva ett sunt och lyckat liv.

Individen är förknippad med samhället där människans identitet kommer att förändras beroende på vart den befinner sig. Människan följer massan för att inte avvika mot normen. Alla vill ha fina kroppar och hålla sig i form. Bloggarna delar i sina inlägg genom att publicera bilder vikten av träning och rätt formel för att uppnå drömkroppen. Människor har olika roller genom vilka de identifierar sig själva. Bloggarnas identiteter är kopplade till träning och marknadsföring för produkter som rör detta. Individer är formbara och är ständigt under förändring. Bloggerskorna delar med sig mycket av sina kroppar och påverkar genom detta sina läsare. Enligt Hammarén och Johansson (2009) är identiteten föränderlig och rörlig och genom träningen så skapar bloggerna sin identitet.

Vidare har studiens resultat analyserats med hjälp av begreppet kroppsideal. Det handlar om att kroppsidealerna blivit så pass viktigt att människor spenderar många timmar på träning. Blogg författarna tränar flera gånger om dagen och de framställer sig själva som välmående. vilket gör att de är välmående (Bengs & Wiklund 2015, s.156).

Eftersom övervikt i dagens samhälle anses vara fult väljer bloggerna att göra allt för att inte vara överviktiga. Enligt Meurling (2003) har fokus ökat på hur kvinnokroppen ska vara sedan 1970-talet. Ett utseende som är vackert har många fördelar för personen. Det finns stora fördelar som kan dras av ett bra utseende och man blir också accepterad i den sociala världen baserat på ens utseende. Samhällets normer och värderingar har påverkat bloggerna att sträva efter det smalhetsideal som råder.

I samband med att bloggerna sprider bilder och lyfter fram olika kroppsideal som sprids ökar osäkerheten och missnöjet med den egna kroppen. Idag har missnöjet bland kvinnor ökat då normen om den ideala kroppsformen blivit formaliserad. Det är samhället som anger vad människan ska ha för kropp och hur man ska anpassa sig (Howsons 2003). Det är kroppen som står i fokus i bloggerna och det är på den de lägger upp bilder och gör reklam för med olika produkter. Vidare har det framgått i denna studie att smalhetsideal inte uteslutande moderna idag, utan det som blogg författaren strävar efter är att ha en kurvig och vältränad kropp. Detta är något som hänger samman med den fitnessnorm om att vara träningsmedveten och hälsosam som rådet för tillfället. Konstruktion av den kvinnliga kroppen bland bloggerna har handlat om att få en perfekt kropp, innebärande en vältränad kropp med fasta kroppsdelar. Det handlar alltså inte om att endast vara smal, utan om att vara smal och vältränad. Den ideal kroppsformen konstrueras av bloggerna genom att bland annat ta bilder från vissa vinklar för att vissa delar av kroppen ska framhävas mer än andra.

Bloggarna konsumerar träningskläder och anpassar sina liv vad gäller mat och träning då detta är centralt hos bloggarna. Enligt Giddens (2014) inträffar sekundär socialisation senare under människors liv när vi efter barndomen kommer ut i samhället, skaffar oss kompisar, går i skolan, blir medlem i olika organisationer tar del av massmedia och blir en del av en arbetsplats. Bloggförfattarna lever nu i en sekundär socialisation och de får kunskap om synen på kroppsideal i det senmoderna samhället och därför planerar de sina liv efter ett träningschema för att bygga upp sina kroppar. Bloggförfattarna får erfarenhet och information om kroppsideal genom sociala medier och sin omgivning, vilket kan i sin tur påverka deras syn kring kroppsideal.

6.4 Metodologiska reflektioner

I detta avsnitt förs en diskussion om hermeneutiken som metodansats. Men hjälp av hermeneutiken så har jag sökt en fördjupad förståelse av konstruktioner av kroppsideal på bloggar. Jag såg denna metod som lämplig eftersom jag ville kunna komma nära och förstå hur bloggförfattare konstruerar normer kring kropp på bloggarna. Men hjälp av det insamlade material så har jag kunnat komma fram till de olika teman som är inledande tolkning, fördjupande tolkning och huvudtolkning. Genom att kunna komma fram till studiens resultat med en djupgående förståelse så har jag växlat mellan delarna och helheten. Hermeneutiken som metodansats möjliggjorde har varit till stöd för mig att röra sig mot att förstå hur kroppsideal konstrueras på bloggar explicit inriktade på träning och min tidigare förståelse som jag hade har förändrats. Det har dock även varit en utmaning med hermeneutiken då det inte finns en tydlig och klar princip eller linje kring tillvägagångssätt.

Hermeneutiken som betyder tolkningslära har varit användbar genom att jag kunnat tolka blogginläggen med hjälp av de begreppsliga ramarna samt teori. Min tolkning kring fenomenet Sanning kan betyda olika för olika människor och analysen av materialet samt de citat som valts ut har gjorts utifrån mitt perspektiv. Det är möjligt att en annan forskare hade kunnat komma fram till ett annat resultat. Även min förförståelse har påverkat tolkningen. Hermeneutiken har varit lämplig i denna studie för att analysera och förstå hur kroppsideal konstrueras bland bloggförfattare.

6.5 Egna reflektioner och förslag till vidare forskning

I början av terminen när jag satt i skolan med min kompis och kollade på andras klädstilar och kroppar upplevde jag att de flesta hade liknade klädstilar och att mer än hälften var smala. Detta fick mig att bli intresserad att undersöka kroppsideal bland unga kvinnor. Jag valde att fokusera på bloggar då det är ett enkelt sätt att samla in material samt tillgänglig för alla. Nästan alla personer i min vänskapskrets tränar och följer de senaste trenderna inom mode. Många av dem väljer också att dela med sig av sina liv via exempelvis Facebook och Instagram. Jag upplevde att det var märkligt att läsarna ville härma bloggerskorna till den grad att de talade och till och kände de som bloggade. Jag har fått en större förförståelse för att dessa bloggerskor vill sysselsätta sig med denna form av stränga träningschema och matschema för att anpassa sig efter samhällets normer. Det var märkligt för mig att bloggförfattarna inte kunde unna sig att äta det de ville eftersom de försökte inta rollen som framgångsrika. Det skulle vara intressant om vidare forskning fokuserade på kroppsideal och psykisk ohälsa och hur detta uttrycks på bloggar. Ett alternativt till bloggläsande är att

genom intervjuer med bloggare skapa sig en bild av de incitament som driver dem till den mängden och formen av träning och kosthållning.

Min förförståelse har idag vidgas i hur man kan se på kroppsideal. Hur bloggarna väljer att använda vissa strategier och hur de skriver om sig själv och dela detta offentligt har medfört till denna ökade förståelse. För bloggarna är bloggande inte någon hobby, utan kan vara en helhetssysselsättning där man investerar både tid och resurser för att marknadsföra sig själv. De tankar och känslor som tidigare var förbehållet den privata sfären är idag inte endast offentligt, utan det har även skett en marknad-isering av dessa. För bloggerskorna handlar det om att dela med sig av tankar, känslor och allt som kommer omkring i syfte att öka antalet följare och därmed öka sin sociala status.

Idag har jag en större förståelse kring kroppsideal. Det är att alla människor bli påverkad av varandra genom sociala medier. Många vill vara lik varandra och idag är inte smalhet så viktigt utan att man ska ha en vältränad kropp för det är det alla har stor fokus på. Den kroppen kräver mycket arbete och nyttig kost. Det vill säga att man ska undvika mycket i sin kost som man äter idag exempelvis vitt bröd, godis, och ris och äta mer grönsaker med mycket vitaminrikt innehåll. Idag ska man bygga upp muskler. Det menas att träna styrketräning flera gånger många gånger i veckan och inte konditionsträning för de går man ner av.

REFERENSER

- Alvesson, M. & Sköldberg, K. (2017). *Tolkning och reflektion: vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. (Tredje upplagan). Lund: Studentlitteratur.
- Andsager, J.L. (2014) Research Directions in Social Media and Body Image. *Sex Roles*, 71, 407-413. <http://dx.doi.org/10.1007/s11199-014-0430-4>
- Bengs, C. & Wiklund, M. (2015). ”Kropp och hälsa”, 151-167 i Hedenus, A., Björk, S. & Shmulyar Gréen, O. (red.). *Feministiskt tänkande och sociologi: teorier, begrepp och tillämpningar*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1979). *Kunskaps sociologi: hur individen uppfattar och formar sin sociala verklighet*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1991). *The social construction of reality: a treatise in the sociology of knowledge*. (Repr.) London: Penguin.
- Björk, D. (2012 1 juni). Kroppsidealen består. *Svenska dagbladet*. Hämtad från <https://www.svd.se/kroppsidealen-bestar>
- Burr, V. (2003). *Social constructionism*. (2. ed.) London: Routledge.
- Child, J. T., Haridakis, P. and Petronio, S. 2012. Blogging privacy rule orientations, privacy management, and content deletion practices: The variability of online privacy management activity at different stages of social media use. *Computers in Human behavior*, 28: 1859–1872.
- Dahlberg, K., Dahlberg, H. & Nyström, M. (2007). *Reflective Lifeworld Research*. Lund: Studentlitteratur. s. 276-289.
- Fejes, A. & Thornberg, R. (red.) (2009). *Handbok i kvalitativ analys*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.
- Giddens, A. & Sutton, P.W. (2014). *Sociologi*. (5., rev. och uppdaterade uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Hammarén, N. & Johansson, T. (2009). *Identitet*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.
- Howson, A. (2015). *Kroppen i samhället*. Göteborg: Daidalos.
- Leggatt-Cook, C. and Chamberlain, K. (2012), Blogging for weight loss: personal accountability, writingselves, and the weight-loss blogosphere. *Sociology of Health & Illness*, 34: 963–977. doi:10.1111/j.1467-9566.2011.01435.x
- Liimakka, S. (2008). The influence of cultural images and other people on young women's embodied agency. *Young*, 16, 31–152.

Meurling, B. (red.) (2003). *Varför flickor?: ideal, självbilder och ätstörningar*. Lund: Studentlitteratur.

Mulinari, D. & Esseveld, J. (2015) "Feministiskt teoretiskt arbete" 39-76 i Hedenus, A., Björk, S. & Shmulyar Gréen, O. (red.). *Feministiskt tänkande och sociologi: teorier, begrepp och tillämpningar*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Lövheim, M. (2011). Young womens' blogs as ethical spaces. *Information, Communication & Society*, 14(3): 338–354.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative evaluation and research methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.

Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53, 985–993.

Stice E, Shaw HE. Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: a synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*. 2002;53:985–993. doi: 10.1016/S0022-3999(02)00488-9.

Svensson, K. (red.) (2007). *Normer och normalitet i socialt arbete*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Ödman, P. (2007). *Tolkning, förståelse, vetande: hermeneutik i teori och praktik*. (2., [omarb.] uppl.) Stockholm: Norstedts akademiska förlag.