

”RIH – REST IN HELL ANOREXIA”

**En psykolingvistisk studie av kommentarer i
ätstörningsbloggar**

Emilia Myllykoski

Kandidatavhandling i svenska

Jyväskylä universitet

Institutionen för språk och kommunikationsstudier

2018

Tiedekunta: Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta	Laitos: Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Tekijä: Emilia Myllykoski	
Työn nimi: ”RIH – Rest in Hell Anorexia”: En psykologisk studie av kommentarer i ätstörningsbloggar	
Oppiaine: Ruotsin kieli	Työn laji: Kandidaatin tutkielma
Aika: Kevät 2018	Sivumäärä: 22
<p>Tämän kandidaatin tutkielman tarkoituksena on analysoida ja kuvailla tyypillisiä kielellisiä piirteitä anoreksiaa sairastavien yksilöiden välisessä internetvälitteisessä vuorovaikutuksessa. Tutkimuksessani hyödynnän monitieteellisyyden resursseja; psykologian analyysini lähtökohdaksi on psykologian hyvinvoinnin yhteys yksilön kielelliseen käyttäytymiseen.</p> <p>Aineistoni koostuu viidestä parantumismyönteisestä anoreksia-blogista (<i>recovery</i>), joita tutkimuksessani käsitellään anonyymisti. Keskityn analysoimaan kommenttikentissä tapahtuvaa viestintää, ja aineistoni perusteella pyrin löytämään vastaukset seuraaviin kysymyksiin: 1) Mikä on tyypillistä kielelle parantumismyönteisissä anoreksia-blogeissa? 2) Millaisia kommentit ovat tyyliltään? 3) Miten kieltä käytetään, kun tarkoitus on kannustaa toisia?</p> <p>Tutkimusmetodiksni valikoitui diskurssianalyysi, sillä pyrkimyksenäni on selittää, miten kieltä käytetään tietyssä kontekstissa. Tutkimukseni on luonteeltaan laadullinen.</p> <p>Analyysini perusteella blogien kieli osoittautui yleiseltä sävyiltään kunnioittavaksi. Aineistostani kävi ilmi, että blogien lukijat muodostavat tiiviin tukiyhteisön, sillä lähes kaikilla oli myös omakohtaista kokemusta anoreksiasta. Tarjottu tuki oli muodoltaan enimmäkseen emotionaalista ja informatiivista. Dialogia kommenttikentissä syntyi pääasiassa vain erimielisyyksien ja konfliktien vallitessa. Tutkielmani lopuksi pohdin tutkimukseni validiteettia ja sitä, millainen vaikutus tällaisella yksinomaan sairauteen keskittyvällä yhteisöllä mahdollisesti on paranemiseen.</p>	
Asiasanat: psykologisk, blogg, ätstörning, växelverkan, dialog	
Säilytyspaikka: JYX	
Muita tietoja: –	

INNEHÅLL

1.	INLEDNING	4
	1.1 Syfte.....	5
	1.2 Material.....	6
	1.3 Metod.....	7
2.	ONLINE-STÖD PÅ NÄTET	9
3.	TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER.....	11
4.	ANALYS AV SPRÅKBRUKET I BLOGGARNA.....	13
	4.1 Kännetecken för recoverybloggarna.....	13
	4.2 Stilen i kommentarerna.....	15
	4.3 Stödjande växelverkan.....	17
5.	AVSLUTANDE DISKUSSION	19
	LITTERATUR.....	20

1. INLEDNING

Det har blivit allt populärare att berätta om kampen mot psykiska sjukdomar på nätet. Även om det är viktigt att öka medvetenheten om psykisk ohälsa genom att prata och skriva öppet och realistiskt om det som man upplever, så skulle det vara viktigt att veta hur den här öppenheten egentligen påverkar både sändaren och mottagaren. Att kombinera språket och psykisk ohälsa handlar inte bara vad man pratar om. Det är också fråga om hur den psykiska ohälsan kan påverka det lingvistiska beteendet och hur man använder språket för att lyfta fram tankarna. Med *psykolingvistik* eller *språkpsykologi* som ett tvärvetenskapligt område avser man forskningen mellan relationerna i det lingvistiska beteendet och de psykologiska processer (Menn & Dronkers 2017: 15).

Cirka 55 000 människor i Sverige lider av anorexi (Eriksson & Kjellsson 2015: 1). Med *anorexi* eller *anorexia nervosa*, som det på ett medicinskt språk heter, menas en allvarlig ätstörning som tar ett liv i timmen. Det handlar om en psykisk sjukdom som har den allra högsta dödligheten (10 %) av alla psykiska sjukdomar till sjukdomens direkta symptom. (ANAD 2016) Patienterna med anorexi har oftast en förvriden kroppsuppfattning och ett ständigt kontrollbehov. Rädslan för viktuppgång leder till självsvält och till en kraftig undervikt. I anorexi ligger vikten minst 15 % under den nedre normalgränsen för längd (Lönnqvist m.fl. 2014: 355). Nästan hälften av patienterna uppfyller kriterierna för depression och andra psykiska sjukdomar förekommer relativt ofta. En femtedel av dödsfallen sker via självmord. (ANAD 2016) Av statistiken framgår att all slags hjälp är meningsfull för att minska risken för de värsta konsekvenserna. När man beaktar den enorma mängden av belastning som sjukdomen medför, är det inte konstigt att stöd sökes också online.

Internet har blivit ett vardagligt medel för att söka information i dagens värld vilket har lett till att allt fler människor använder det som informationskälla med hälsoproblem. När hälsan inte är på topp så blir man lätt orolig och då kan det hjälpa att kunna dela med sig av sina tankar, erfarenheter och information med andra i det sociala nätverket man använder. Dessutom när det gäller psykisk ohälsa kan tröskeln till att söka vård vara riktigt hög för vissa individer. När man kämpar med psykisk ohälsa så kan väntetiderna i vården kännas också otroligt långa och i detta fall kan det hjälpa att informationen på nätet är lätt tillgänglig. Med en sjukdom som

anorexi, när det inte finns direkt medicinsk hjälp, kan det vara väldigt givande att ge och få tillbaka *socialt stöd* på nätet. I detta fall anser jag socialt stöd endast som ett generellt begrepp som täcker alla aspekter som kan fungera som stöttande beteende mellan två eller flera individer

Härnäst går jag över till att presentera syftet med min undersökning, samt forskningsfrågorna. I kapitel 1 presenterar jag också materialet som jag har valt och metoden som jag använder. I kapitel 2 definierar jag begreppet *blogg* och beskriver bakgrunden till hur personliga bloggar och olika forum fungerar som socialt utrymme inom hälsoproblem. I kapitel 3 ger jag återblick i hur skrivprocessen påverkar förmågan att hantera känslor. Här presenterar jag också tidigare forskning om datorbaserad växelverkan och ”recovery”-fenomen. Jag avslutar kapitlet med att berätta om kognitiva funktionsnedsättningar i samband med anorexin. Analysen av resultaten i kapitel 4 kommer jag dela in enligt följande: först presenterar jag kännetecknen för recoverybloggarna, efter det analyserar jag stilen i kommentarsfältet, och till sist går jag in på att granska den stödjande växelverkan. Till sist i kapitel 5 diskuterar jag de etiska frågorna gällande min undersökning och presenterar några idéer för framtida forskning.

1.1 Syfte

Syftet med min kandidatavhandling är att analysera typiska språkliga drag som används i kommunikation under tillfriskningsprocessen från anorexia nervosa. Speciellt fokuserar jag på de så kallade recoverybloggar och diskussionen som pågår i kommentarsfältet av dem.

I min undersökning vill jag hitta svar på följande frågor:

- Vad är kännetecknande för språket i kommentarsfältet i ätstörningsbloggar?
- Hurdan är stilen i kommentarerna?
- Hur används språket när avsikten är att stödja varandra?

Min forskning är tvärvetenskaplig då jag forskar i ämnet ur ett språkpsykologiskt perspektiv. Med hjälp av psykologin som vetenskaplig disciplin försöker jag hitta svar på vad som gör språket unikt i ätstörningsbloggarna och tolka detta med hjälp av teorin.

1.2 Material

Materialet för min undersökning består av fem personliga bloggar som handlar om kampen mot sjukdomen anorexi. Jag har valt fem stycken bloggar med sökorden ”bloggar om anorexi”. Bloggarna som jag valde skulle också ha en egen kategori för inlägg som handlade om sjukdomen, tillfrisknandet från den eller själva behandlingen. Bloggarna är skrivna på svenska, de är lösenordsfria och har inlägg från mer än ett års tid.

Generellt kan man dela in ätstörningsbloggarna i två olika kategorier enligt budskap. Den ena gruppen är så kallade ”*recovery*”-*bloggar* vilket betyder att innehållet handlar om återhämtningen från sjukdomen. Den andra gruppen är så kallade ”*pro-eating disorder*”-*bloggar* där budskapet är att framhäva ett ätstörningsbeteende, och ätstörningen behandlas mer som en livsstil än som en allvarlig sjukdom. Jag vill betona här att min analys endast är riktad till de förstnämnda ”*recovery*”-bloggarna där skribenten är medveten om sin sjukdom och försöker att bli frisk.

Även om innehållet på nätet är offentligt så behandlar jag det anonymt. Alla skribenter är flickor mellan 19 och 23 år. Aldern på läsarna är svår att avgöra men jag ville på grund av forskningsetiska frågor begränsa själva bloggägarna till att vara myndiga. Inläggen och kommentarerna är skrivna under åren 2013–2018.

I synnerhet fokuserar jag på att analysera kommentarsfältet i bloggarna. Dock har jag, för att kunna koppla kommentarerna någonstans, också läst de inlägg dit kommentarerna är riktade. I detta fall hjälper det mig att göra en mer omfattande analys av kommentarerna. Mängden av kommentarer per inlägg varierar mellan 15 och 75 stycken.

Jag valde bloggar som mitt material för att de är lätt tillgängliga och man kan fritt använda dem även med ett så känsligt ämne som anorexi. Det primära budskapet till att skriva denna typ av blogg är att få och (ge tillbaka) socialt stöd (Walther & Boyd 2002, refererad i Vayreda 2009: 3). För de flesta av skribenterna fungerar blogg som en dagbok där man kan, för att minska

belastningen av att bära allting själv, dela med sig av även de allra jobbigaste tankarna. Därför tror jag att texterna ger en relativt autentisk bild av hur det är att leva med anorexi och vilka motgångar man oftast möter på vägen till ett friskare liv. Texterna, som är mina forskningsobjekt, är producerade direkt av individerna.

Man kan inte generalisera allt för långt på basis av mitt material. Man kan anta att en person som skriver om anorexin verkligen lider av problem med ätandet, men uppfyllanden av kriterierna för diagnosen anorexia nervosa är mer komplicerad. I allmänhet fungerar sjukdomen inte heller lika för alla. Hot i sig upplevs individuellt och resurserna att hantera det kan variera från person till person. Innehållsmässigt är det viktigt att beakta att vissa av skribenterna inte vill visa hela sanningen i sociala medier. Utgångspunkten till min analys är ändå förtroendet för att materialet är äkta inom stilen, med ganska begränsad mängd av innehållsanalys. Jag tycker att på basis av det här materialet får jag svar på mina frågor om vad som är typiskt i kommunikation i denna kontext.

1.3 Metod

Den metod jag valt för att besvara mina forskningsfrågor är *diskursanalys*. Med diskursanalys menas en mångvetenskaplig analysmodell, där utgångspunkten är att försöka förklara hur språket används i en viss kontext. I bred mening går jag ut för att analysera olika komponenter i en text. Min forskning är kvalitativ och jag kommer också att utnyttja närläsningen som metod.

Det som är speciellt med diskursanalys är att det är forskarens subjektiva representation av verkligheten. Därmed är analysens validitet beroende av forskarens förståelse för forskningsområdet. En diskursiv analys är alltid tolkande och till skillnad från den empiriska kvantitativa forskningens objektivitet krävs det ett personligt engagemang av forskaren vilket gör detta till en subjektiv process. (Fairclough 2001: 138) Själv har jag ett stort intresse för den psykologiska aspekten i språkproduktion.

Med reliabilitet menas undersökningens tillförlitlighet. Jag kommer att presentera det som är frekvent förekommande i mitt material med hjälp av exempel hämtade ur bloggarna. Jag

försöker uppnå en god reliabilitet i min undersökning, genom att argumentera omfattande och tydligt kring ämnet när jag presenterar mina tolkningar.

Innan jag bekantat mig mer med mitt material är stilen och innehållet i kommentarerna oberäkneliga och svåra att kategorisera. Därför har jag inga färdiga hypoteser utan jag kommer att analysera det som jag anser vara relevant. Huvudsakligen fokuserar jag på stilistiska drag i kommentarerna men jag strävar också efter att kunna förklara språket och därför är en kvalitativ diskursanalys den lämpligaste metoden för min undersökning.

En annan förklaring till mitt val av metod är att till exempel Wolf med flera (2007, 2013) redan har forskat i detta ämne med mer kvantitativa inslag. Undersökningarna utfördes med hjälp av ett program som kallas *LIWC, Linguistic Inquiry and Word Count*. I sin enkelhet fungerar programmet så att man kan välja en kategori för sin text, i detta fall sociala medier, klistra in texten och låta programmet analysera vad antalet av till exempel negativa emotioner och sociala referenser är i förhållandet till andra texter inom samma kategori. Programmet fungerar inte på svenska och något liknande finns inte heller.

2. ONLINE-STÖD PÅ NÄTET

Med *online-stödgrupper* som fenomen avses olika datorbaserade plattformar där deltagarna kommunicerar med varandra om specifika hälsorelaterade ämnen. Några av fördelarna med denna typ av kommunikation är att den finns tillgänglig dygnet runt, man kan skriva i sin egen takt, anonymiteten gör det lättare att skriva om känsliga ämnen och till och med statusskillnaderna neutraliseras. Med ovanliga sjukdomar kan nätet bjuda på den enda möjligheten till att dela erfarenheter med andra som är i en liknande situation (White & Dorman 2001).

Det är väl känt att människor säger och gör saker på nätet som de inte skulle säga eller göra ansikte mot ansikte. De slappnar av mer, känner sig mindre begränsade och uttrycker sig mer öppet. Effekterna kan vara både positiva och negativa. Med tanke på att ärlighet är en viktig terapeutisk ingrediens i sådana här grupper, kan öppenheten i vissa fall påskynda de nyttiga funktionerna. (Barak m.fl. 2008: 1870)

Nackdelarna med online-kommunikation handlar oftast om tron på felaktig medicinsk information och beroendet av social interaktion via nätet (White & Dorman 2001). Missförstånd kan uppstå när många av egenskaperna som finns i en vanlig ansikte-mot-ansikte kommunikation saknas. Med dessa egenskaper avser jag till exempel ögonkontakt, kroppsspråk och tonfall. Det har föreslagits ett antal förklaringar till varför online-stödgrupperna är mer populära med vissa sjukdomar än andra. Vissa har antytt att patienter med en sjukdom som har mindre behandlingsalternativ och en oklar etiologi, mer sannolikt söker hjälp online (Davison m.fl. 2000).

På Instagram är det här recovery-fenomenet betydligt mer synligt i form av aggressiva kommentarer som förmedlar ett visst slags kontrollbehov. Ägarna till recovery-konton på Instagram är genomsnittligt yngre jämfört med bloggarna. Därför på grund av forskningsetiska frågor undersöker jag blogg som socialt utrymme. Med *blogg* avses en webbsida som uppdateras regelbundet och som innehåller korta inlägg i en kronologisk ordning. De flesta av blogginläggen är skrivna i första person singular och texten har en personlig stil. Vanligtvis innehåller bloggarna en möjlighet att kommunicera med bloggaren eller med andra läsare.

(Meyers 2010: 42–45)

3. TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER

Det finns inte så mycket tidigare forskning om ämnet, vilket gör att det är intressant att forska i detta. Själva fenomenet med recoverybloggarna är ganska nytt och inte heller har anorexin utforskats så mycket ur neuropsykologisk eller psykolingvistisk synvinkel. Min vetenskapliga ram är psykolingvistik men fokus ligger också på datorbaserad interaktion. Därmed går jag över till att presentera den tidigare forskningen både från interaktionens och språkpsykologins perspektiv.

Skrivandet i sig har en psykologisk dimension: det kan användas som en självhjälpsmetod för att uppnå en lättnadskänsla. Genom att skriva blir skribenten tvungen att sätta ord på sina känslor vilket leder till en bättre förståelse för det man upplever. Som konsekvens bearbetas känslorna på ett klarare och mer organiserat sätt. När man söker balans med sina tankar och emotioner underlättar skrivprocessen skribentens möjlighet att hitta en känsla av kraftfrigörelse och kontroll. Det är viktigt att betrakta att skrivandet om traumatiska ämnen kan göra en kortvarigt ledsen men de positiva effekterna uppnås redan efter ett par timmar (Pennebaker 2004: 8).

I sin doktorsavhandling *Hyviä pointteja –Vuorovaikutus vertaisten kesken institutionaalisessa verkkokeskustelussa* (2016) har Liisa Kääntä studerat växelverkan i asymmetriska samtalsövningar på Moodle. Övningarna var en del av nätstudier och de gjordes under en kurs i vetenskapligt skrivande. Metoden som användes var en digital samtalsanalys. Resultaten visade att studenterna upprätthåller samtalet och dess kontinuitet genom olika interaktionspraxis, till exempel genom att besvara konsekvent. Studenterna utnyttjade också retoriskt väckande och erfarenheter eller hade en likadan ställning med andra. Forskningen ökar information om hur växelverkan mellan jämlika på internet ser ut. (Kääntä 2016: 3)

Markus Wolf med flera (2007) har gjort en lingvistisk analys om essäer skrivna av patienter på en ätstörningsklinik. Han jämförde essäer mellan tre olika grupper; de inlagda, en kontrollgrupp bestående av studenter och en annan kontrollgrupp bestående av individer som blivit friska från anorexin. Essäer skrivna av de som var inlagda på kliniken innehöll mest självrelaterade, ångestladdade och negativa ord, samt minst sociala referenser. Analysen gjordes med hjälp av LIWC-analysen. (Wolf m.fl. 2007: 711)

Wolf med flera (2013) har forskat senare i psykologiska implikationer av språkbruket i tyskspråkiga ätstörningsbloggar. Forskningen jämförde recovery-, pro-eating disorder- och lifestylebloggar och den utfördes med samma kvantitativa metod, LIWC, som använts i den tidigare studien från 2007. (Wolf m.fl. 2013: 212) I jämförelse till pro-eating disorder -bloggar innehöll recoverybloggarna fler negativa ord, speciellt relaterade till sorg och ångest. Färre sociala ord, samt mindre mat- och skolrelaterade ord användes i recovery -bloggar. (Wolf m.fl. 2013: 217)

Med *kognitiv funktionsnedsättning* avses en försämrad förmåga att ta emot, lagra, bearbeta och plocka fram information. Det är ofta en konsekvens av skador eller sjukdomar som påverkar hjärnan. En nedsatt kognitiv förmåga kan leda till problem i kommunikation, inläring, och samspel. (Infoteket om funktionshinder 2018) Ätstörningarna påverkar språkets rikedom genom ändringarna i hjärnan. Aslaksen med flera (2016) utför ett neuropsykologiskt forskningsprojekt om anorexins inverkan på det kognitiva. Resultaten visar att i många fall leder undernäringen till dystrofi i hjärnbarken, något som på ett konkret sätt syns i form av svaga resultat i olika neuropsykologiska test. Dessa ändringarna kan man i vissa fall se redan innan vikten går märkbart ner. Det finns till och med likheter mellan ändringarna som sker i hjärnan hos anorexi- och alzheimerspatienter. (Aslaksen m.fl. 2016) Forskningen ger svar på varför vissa av patienterna med anorexin samtidigt kan drabbas av till exempel minnesproblem och koncentrationssvårigheter. Personligen anser jag denna typ av forskning som väldigt viktig för att kunna förklara hur mycket av de skador som anorexin orsakat, skulle kunna lösas endast genom att reparera det fysiska svälttillståndet i form av tillräcklig näring.

4. ANALYS AV SPRÅKBRUKET I BLOGGARNA

I detta kapitel ska jag lyfta fram de meningsfulla och relevanta resultaten av min undersökning. Jag förklarar resultaten med hjälp av kommentarsexempel hämtade ur mitt material. Något som jag vill poängtera är att jag behandlar kommentarerna anonymt, men för att underlätta efterföljden i dialogerna har jag ordnat skribenterna med hjälp av alfabetet. Med *X* avser jag i detta sammanhang bloggarna själva. Här nedan presenterar jag bland annat vad som är kännetecknande för språket i kommentarsfältet i ätstörningsbloggarna, hurdana egenskaper kommentarerna präglas av och hur språket används när avsikten är att stödja varandra.

4.1 Kännetecknen för recoverybloggarna

Någonting som kommer väldigt tydligt fram i mitt material är att majoriteten av läsarna, åtminstone av de som deltar i kommentarerna, drabbas också själva av likadana problem som bloggarna. I många fall finns det en egen ätstörningsblogg länkad i samband med kommentaren, men man kan också härleda detta från innehållet i kommentarerna (se exempel 1). I allmänhet syftar kommentarerna både till bloggaren och till sjukdomen.

(1) "Är så glad för din skull, tänk att vi kunde om vi ville :D <3<3<3" (blogg 1)

Inlägget som kommentaren ovan är riktat till handlar om framsteg i tillfrisknandet. I kommentaren hänvisar skribenten till sin egen tillfriskningsituation; genom att använda det personliga pronomenet "vi" likställer hen sig själv med bloggaren (se exempel 1).

Den föreställda gemenskapen i bloggarna baserar sig på ett kollektivt intresse för sjukdomen. Inställningarna som skribenterna visar inför ämnet är mestadels engagerade. En specifik och unik konsekvens av det djupa engagemanget till sjukdomen är något som i bloggarna kallas *matpoliser*. Med matpoliser anses folk som tycks kontrollera andras matvanor, så som portionsstorlekar (se exempel 2 och 3). Dessa matpoliser är inte omtyckta bland andra deltagare (se exempel 4).

(2) *"I mitt matschema står det att en normalportion innehåller tre äggstora potatisar, inte två. Och vart är måltidsdrycken???" (blogg 3)*

(3) *"Förresten, de har glömt att skriva Bregott på mellanmålsalternativ 2 & 5." (blogg 5)*

(4) *"Om du vill hjälpa så agera inte matpolis!" (blogg 4)*

Alla inlägg som jag analyserade hade fått flera kommentarer men dialog inleds ändå relativt sällan, oavsett teknologin som möjliggör samtalet. I varje blogg är strukturen på kommentarsfältet likadan; man kan antingen besvara en viss kommentar eller lämna in sin kommentar så att den ordnas kronologiskt i förhållande till andra kommentarer. Oftast pågår dialogen i bråksituationer eller när skribenterna har olika åsikter om diskussionsämnet (se exempel 5). Det är typiskt att en aggressiv och negativ diskussion syftar på deltagarna i samspelet och inte på själva diskussionsämnet. Om någon säger något illa så är det alltid någon som försvarar, till exempel med att säga *"Ta inte illa upp!"*. Generellt kan man konstatera att när syftet är positivt så väcker det knappt någon diskussion.

(5) A: *"Men alltså varför lägga upp så många inlägg om detta? Och så många bilder på din kropp. Förstår liksom inte syftet alls."*

B: *"Sorry om jag lägger mig i. Men det är inte alltid vi alla kan förstå syftet - vill du inte se, blunda. --"*

X: *"Det här är min blogg där jag skriver om mig själv. Jag ser ut såhär och förstår inte varför jag inte skulle få lägga ut bilder på mig själv när det är en blogg som handlar om just mig?"*

A: *"Ännu ett recovery konto... Ni kommer en dag förstå vad jag menar."*

C: " -- JA HAR DU PROBLEM ELLER?? -- Snälla sluta smutsa ner andras liv. Tack." (blogg 2)

Till exempel i exempel 5 är vissa av läsarna av den åsikten att bloggaren lägger upp för många bilder av sin sjuka kropp, vilket skapar en emotiv diskussion i kommentarsfältet. Den första kommentaren från A ifrågasätter bloggarens beteende. Med att välja orden "inte alls" framhäver A sitt syfte att verkligen inte ha någon förståelse. Svaret från B är lite elakt och ironiskt då hen ber A blunda om denne inte vill se bilderna i fråga. Bloggaren själv reagerar på det här med en ganska egocentrisk och mångordig kommentar, där 7 av 39 ord är i första person singularis. I nästa kommentar försvarar A sig mot kritiken, vilket C reagerar väldigt aggressivt på. Med stora bokstäver och imperativformen "sluta smutsa ner" försöker C antagligen göra sin kommentar mer synlig och effektiv.

4.2 Stilen i kommentarerna

Oavsett några små konflikter är den generella tonen och stilen i kommentarsfältet respektfull och positiv. Skribentsyften varierar allt från att stödja och informera till att manipulera läsaren.

(6) "Jag fick gåshud när jag läste detta. Fyfan va du sätter ord på min verklighet <3" (blogg 1)

Exempel 6 är ett typiskt exempel på en emotiv och känsloutvecklande kommentar. Skribenten visar respekt för bloggaren och berättar vilka känslor inlägget väckt hos denne. Kommentaren är personlig eftersom skribenten identifierar sig med bloggaren. Ämnet här var tillfriskningsprocessen och jobbiga val inom den.

(7) "Finns inget alternativ egentligen. Kämpa eller dö. Kram" (blogg 2)

Av exempel 7 framgår ett mer informativt sätt att väcka viljan till tillfrisknandet. Den här kommentaren kan skapa rätt mycket ångest om den inte tolkas rätt. Antagligen menar skribenten inget illa utan vill bara betona att anorexi är en livshotande sjukdom, och vill man inte dö måste man kämpa. Kommentaren är väldigt konkret, säker och psykologisk. I detta fall är det sista ordet ”kram” betydelsefullt för att lindra ett annars så starkt innehåll.

(8) *”Detta är inget berg [av mat]. Det kan alla med friska ögon se.” (blogg 1)*

Också exempel 8 har ett informativt syfte; här används ordet ”frisk” som symbol för att göra kommentaren övertygande. Friskheten är det som man strävar efter i dessa bloggar och därför kan man anta att kommentaren har en positiv effekt till de sjuka.

(9) *”Det är väldigt vanligt att känna sig extremt hungrig efter en lång svältperiod och sen så behöver kroppen en hel del näring för att kunna reparera sig. Din kropp vet vad den behöver så lita på dess signaler!” (blogg 3)*

I exempel 9 är det fråga om ett *explikativt*, det vill säga förklarande, syfte med kommentaren. Sådana här kommentarer förekommer inte ofta men när de väl gör det, så är stilen vanligtvis konsekvent, informationspackad och saklig. Påståendena motiveras med rationella argument, vilket förmodligen hjälper vissa av läsare att hålla ut situationen bättre. Ur skribentens synvinkel kräver denna typ av kommentar en speciell vilja att vara till hjälps.

Tvärt emot vad jag antog så var många av kommentarerna kreativa. Kommentaren i exempel 10 är riktad till ett inlägg där bloggaren har givit läsarna en tillbakablick till tiden när hen var riktigt sjuk. Exempel 11 handlar om avskedsbrev som bloggaren har skrivit till sin sjukdom.

(10) *”Det gör fysiskt ont i mig av att läsa detta. Jag minns det som igår, de där bilderna. Minns att jag va livrädd då du inte uppdaterade bloggen på en dag, rädd att du dött. Att anorexin tagit ditt liv. Jag vet hur det är att befinna sig där. Det går inte att beskriva. Ett djupt svart hål, tomhet. --” (blogg 1)*

Språket i kommentaren är livligt och beskrivande, till och med lite poetiskt. För att betona vissa ord upprepar och omformulerar skribenten vissa uttryck med andra ord, till exempel ”Ett djupt

svart hål, tomhet”. Återigen framkommer det i kommentaren att skribenten är eller har också själv varit sjuk i anorexia (se exempel 10).

(11) ”Fint skrivet. RIH = rest in hell anorexia” (blogg 2)

Kommentaren i exempel 11 är humoristisk och kreativ, och ändå har den ett seriöst budskap. Dessutom är kommentaren exakt riktad till innehållet i inlägget; avskedsbrevet till anorexia. För att beskriva bättre verkligheten med anorexi, har skribenten ironiskt omformulerat det engelska uttrycket ”rest in peace” till ”rest in hell”. Jag har valt att använda denna exempel som rubrik i min avhandling.

4.3 Stödjande växelverkan

Att äga en sådan här blogg om sin sjukdom fungerar säkert som självhjälpsmetod för vissa. Utöver detta så är det en plats där många vågar erkänna behovet av hjälp, antingen indirekt eller direkt. Detta görs för att få bekräftelse att man inte är ensam. Naturligtvis svarar de som på ett eller annat sätt bryr sig. Om man är likgiltig så svarar man inte alls. I de flesta fall syns attityden tydligt mellan raderna men ibland är det svårt att urskilja om avsikten med kommentaren är uppriktig eller manipulerande. Med *manipulation* avser jag här den förtäckta tävlingen om vem som är sjukast. Stödjande interaktion i kommentarfältet pågår mest när ett positivt budskap förmedlas redan i blogginlägget. Stöd ges mestadels emotionellt och informativt. Den största frågan i detta sammanhang gäller dilemmat om man måste må bra för att kunna hjälpa andra. Oavsett många kommentarer från de som själva mår dåligt verkar de stödjande kommentarerna vara äkta och empatiska i mitt material.

(12) ”Heja dig. Kan relatera till känslan i när man får höra av läkaren att ’vårderna för sköldkörteln är inom det normala’. Fick nämligen samma besked kring det idag. Tusaaaaan vilken lättnad det är. Hoppas teatern var great och att du har en toppenfin kväll underbara [X] ♥” (blogg 1)

Stödformen i exempel 12 är emotionell. Kommentaren börjar med ett enkelt och peppande uttryck ”Heja dig”. Förutom att kommentaren inte innehåller någon moralisering och är accepterande så värdesätter skribenten bloggaren med ett lexikalt positivt adjektiv ”underbara”. I en gemenskap där precis allt cirkulerar kring ätstörningen är den sista meningen ganska speciell; man pratar om annat än anorexi.

(13) ”Vila är det som är bäst för dig just nu. Du kan vara aktiv längre fram. Men just nu behöver din kropp vila. Ju längre man varit sjuk desto skörare är kroppen. Jag har varit sjuk i 18 år och den reagerar starkt väldigt fort. Det går inte att slarva. Kroppen klarar inte hur många dippar som helst. Kämpa på!” (blogg 2)

Kommentaren kan samtidigt vara emotionell och informativ (se exempel 13). Närvaron i kommentaren baserar sig på de subjektiva erfarenheterna, något som gör personen i kommentaren synlig. Den här kommentaren är lugnande och övertygande. Den är individuellt riktad till bloggaren, vilket tydliggörs genom att framhäva andra person singularis, till exempel ”bäst för dig” och ”din kropp”. Med empatiska och uppmuntrande ord visar skribenten att hen bryr sig om bloggaren. De konkreta tips och förslag om att vila kan ses vara informativt stöd.

(14) ”Jag säger inte att det skulle vara lätt men det går att bli frisk bara man bestämmer sig. Tro mig, jag har varit där. Och var det värt att kämpa? Ja, absolut.” (blogg 4)

I de två sista meningarna i exempel 14 ovan är de fråga om en så kallad *självbesvarande fråga*; en retorisk fråga dit skribenten själv besvarar. Denna typ av fråga ökar närvaron i kommentaren. Skribenten har en stark tro på sina egna ord, och genom att välja ordet ”absolut” ökas säkerheten i kommentaren.

5. AVSLUTANDE DISKUSSION

I denna undersökning har jag granskat språkliga drag i kommentarsfälten i ätstörningsbloggarna ur en psykolingvistisk synvinkel. Enligt min analys framstår den allmänna stilen i kommentarsfälten som respektfull. Det framgår tydligt av mitt material att läsarna blidar en tät gemenskap och att nästan alla har egna erfarenheter av anorexi. Erfarenheterna används retoriskt som ett sätt att vädja till läsarens känslor. Stödet som bjuds är mestadels emotionellt och informativt. Dialog pågår i kommentarsfältet huvudsakligen bara med uppgörelser och konflikter.

Jag tycker att jag fick relevanta svar på mina forskningsfrågor om hur språket ser ut i kommentarsfälten av recovery-bloggarna om anorexi. Något som jag vill ta upp är att man inte kan generalisera mina resultat att vara gällande i en vanlig ansikte-mot-ansikte-kommunikation hos anorektiker. Jag hade blogg som kontext och även där finns det vissa saker att beakta. Oavsett den gemensamma sjukdomen så förhåller sig alla läsare personligt till ämnet och så finns det de som av olika skäl inte ens deltar i diskussionen. En till sak som jag märkte var att bloggarna själva oftast hade väldigt kloka och tilltänkta åsikter jämfört med läsarkommentarerna. I motsats till bloggarna varav många skriver med sitt eget namn är de flesta av läsarkommentarerna anonyma. Detta kan vara en förklaring till den ovannämnda skillnaden.

Om jag fortsatte min avhandling pro gradu med samma tema så skulle jag vilja fokusera på innehållsanalys av själva bloggtexterna. Så skulle jag antagligen få veta mer om individernas språkbruk. Det skulle vara intressant att veta om sådana här starka gemenskaper som cirkulerar kring en psykisk sjukdom kan egentligen vara ett hinder i tillfriskningsprocessen genom att isolera individerna från det friska livet. En intressant synvinkel på det här är att kan någon insjukna sig till anorexia efter att ha hamnat på att läsa en sådan här blogg.

LITTERATUR

- ANAD. 2016. *Eating Disorder Statistics*. Chicago: National Association of Anorexia Nervosa and Association Disorders. <http://www.anad.org/get-information/about-eating-disorders/eating-disorders-statistics/> (Hämtad: 24.4.2018)
- Aslaksen, P.M. m.fl. 2016. *Cognitive and Cerebral changes in patients with anorexia nervosa*. Tromsø: International innovation. http://www.internationalinnovation.com/build/wp-content/uploads/2014/11/p32-34_Per-Aslaksen_Intl_Innovation_162_Research_Media.pdf (Hämtad 24.4.2018)
- Barak, A., Meyran B-N. & John Suler. 2008. *Fostering empowerment in online support groups*. Lawrenceville: Computers in Human Behavior 24. 1867-1883. https://www.researchgate.net/publication/222425705_Fostering_empowerment_in_online_support (Hämtad 24.4.2018)
- Davison K. P., Pennebaker, J. W. & Dickerson, S. S. 2000. *Who talks? The social psychology of illness support groups*. Washington: American Psychologist 55. 205-217. <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-0034133164&origin=inward&txGid=bb2b8cb806a11f6bb07b4c79121d4c2e> (Hämtad 24.4.2018)
- Eriksson, A. & Kjellsson, U. 2015. *Anorexia till följd av mediapåverkan - En litteraturstudie om önskan att uppnå det "perfekta kroppsidealet"*. Växjö: Linnéuniversitet. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:916556/FULLTEXT02> (Hämtad 24.4.2018)
- Fairclough, N. 2001. *Language and Power*. London: Longman Group Limited.
- Region Uppsala. 2016. *Infoteket om funktionshinder*. <http://www.lul.se/sv/Kampanjwebbar/Infoteket/Funktionsnedsattningar/Kognition/Vad-ar-kognitiva-svarigheter-och-vad-kan-underlatta/> (Hämtad 24.4.2018)

- Kääntä, L. 2016. *Hyviä pointteja - Vuorovaikutus vertaisten kesken institutionaalisessa verkkokeskustelussa*. Vaasa: Vaasan Yliopisto. 1-191.
https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-701-9.pdf (Hämtad 24.4.2018)
- Lönnqvist, J., Heikkinen, M., Marttunen, M. & Partonen, T. 2014. *Psykiatria*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Menn, L. & Dronkers, N. F. 2017. *Psycholinguistics: Introduction and Applications*. California: Plural Publishing.
- Meyers, E. A. 2010. *Gossip Talk and Online Community: Celebrity Gossip Blogs and their Audiences*. Massachusetts: University of Massachusetts Amherst. 1-363.
https://scholarworks.umass.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1296&context=open_access_dissertations (Hämtad 24.4.2018)
- Pennebaker, J. W. 2004. *Writing to Heal: a guided journal for recovering from trauma & emotional upheaval*. California: New Harbinger Publications.
- Vayreda, A. & Antaki, C. 2009. *Social support and unsolicited advice in bipolar disorder online forum*. Loughbourg: Loughbourg University. 931-942.
<https://core.ac.uk/download/pdf/2741425.pdf> (Hämtad 24.4.2018)
- Walther, J. B. & Boyd, S. 2002. *Attraction to computer-mediated social support*. Cresskill, NJ: Hampton Press. 153-188.
- White, M. & Dorman, S. M. 2001. *Receiving social support online: implications for health education*. Oxford: Health Education Research.
<https://academic.oup.com/her/article/16/6/693/571642> (Hämtad 24.4.2018)
- Wolf, M., Sedway, J., Bulik C. M. & Kordy, H. 2007. *Linguistic Analyses of Natural Written Language: Unobtrusive Assessment of Cognitive Style in Eating Disorders*. International Journal of Eating Disorders. 40:8, 711-717.

http://www.readcube.com/articles/10.1002/eat.20445?r3_referer=wol&tracking_action=preview_click&show_checkout=1&purchase_referrer=onlinelibrary.wiley.com&purchase_site_license=LICENSE_DENIED_NO_CUSTOMER (Hämtad 24.4.2018)

Wolf, M., Theis, F., & Kordy, H. 2013. *Language Use in Eating Disorder Blogs: Psychological Implications of Social Online Activity*. Journal of Language and Social Psychology. 212-226. <http://journals.sagepub.com.ezproxy.jyu.fi/doi/pdf/10.1177/0261927X12474278> (Hämtad 24.4.2018)