

# KÖN, KROPP, MAT

Att ha en kropp, att vara en kropp, är centralt för vår identitet, för erfarenheten av att existera i det vi kallar verkligheten. Men vad innebär det då att ha eller vara en kropp om denna kropps anatomi känns fel? Vad betyder det för upplevelsen av att vara en person i relation till en omvärld och sig själv, ifall personen och kroppen strider mot varandra? Monica Ålgars, doktorand i psykologi, diskuterar relationen mellan kön, identitet, kropp och ätbeteenden utgående från sin egen forskning.

Text: Monica Ålgars

## F

örst några begrepp.

**Kroppsbild** är en persons upplevelse av och uppfattning om den egna, fysiska kroppen. Kroppsbild är multidimensionellt, och innehåller känslomässiga, kognitiva, perceptuella, och också beteendemässiga komponenter.

**Ätstörningar** är ett samlingsnamn för sjukdomar där relationen till mat och ätande är problematisk. Detta kan ta sig uttryck till exempel som hetsätning, självsvält, eller en överdriven strävan efter viktnedgång.

**Könsidentitet** är en människas upplevelse av att tillhöra ett visst kön, och kan beskrivas som ett system av uppfattningar om det subjektiva självet i relation till manlighet och kvinnlighet, samt de roller som i ett samhälle tillskrivs dessa kategorier.

**Könsidentitetsstörning** (transsexualitet) definieras diagnostiskt som en stark och bestående identifikation med det "motsatta" könet, och en bestående olust i sitt biologiska kön, eller en känsla av att vara malplacerad i det könets könsroll.

**Könsidentitetskonflikt** (konfliktfylld könsidentitet) är ett vidare begrepp än könsidentitetsstörning, och har i tidigare studier definierats som en önskan att tillhöra det andra könet. Med andra ord har personer med en könsidentitetsstörning en konfliktfylld könsidentitet, men alla människor med en konfliktfylld könsidentitet uppfyller inte nödvän-

digtvis de diagnostiska kriterierna för en könsidentitetsstörning. Den nyligen publicerade studie jag kommer att presentera här är gjord med deltagare som bedömdes ha en konfliktfylld könsidentitet.

Det finns en rätt omfattande forskning om kroppsbild och ätbeteendet, och en hel del forskning om könsidentitet, men väldigt lite kunskap om relationen mellan dessa. Med tanke på hur central kroppen är för könsidentiteten är det förvånansvärt att så få forskare intresserat sig för detta ämne. De få studier som har gjorts har delvis nått motstridiga resultat. Några undersökningar visar att personer med en konfliktfylld könsidentitet har en negativare kroppsbild än personer med en normativ könsidentitet, medan andra inte hittat några skillnader. För personer med diagnostiserad könsidentitetsstörning tyder den forskning som finns på att könskorrigeringsbehandling leder till en att kroppsbilden blir positivare. Om sambandet mellan ätstörningar och könsidentitet finns ännu mindre kunskap, men fallstudier och resultaten från enstaka kvantitativa undersökningar antyder att personer med en konfliktfylld könsidentitet löper större risk än andra att utveckla ätstörningar.

I en studie jag gjorde tillsammans med **Pekka Santtila** och **Kenneth Sandnabba** försökte vi få bättre, mer systematisk kunskap om relationen mellan könsidentitet,

Det finns en rätt omfattande forskning om kroppsbild och ätbeteenden, och en hel del forskning om könsidentitet, men väldigt lite kunskap om relationen mellan dessa.

Foto: Frank Martin Dietrich / photocase.com



De högre graderna av missnöje gällde bland annat att känna sig mindre attraktiv än man önskar att man var, att skämmas för att bli sedd naken av en älskare, och att ogilla delar av ens kropp.

kroppsbild och ätstörningar. Personer med en konfliktfylld könsidentitet (349 biologiska kvinnor och 222 biologiska män, mellan 18 och 44 år) jämfördes med kontrollpersoner, matchade gällande ålder och biologiskt kön. Könsidentitetskonflikt bedömdes med frågor om att ha önskat att man tillhörde det "motsatta" könet eller önskat att man hade det "motsatta" könets kropp.

Resultaten visade att både biologiska män och kvinnor med en konfliktfylld könsidentitet var mer missnöjda med sina kroppar än kontrollerna. De högre graderna av missnöje gällde bland annat att känna sig mindre attraktiv än man önskar att man var, att skämmas för att bli sedd naken av en älskare, och att ogilla delar av ens kropp. Biologiska kvinnor med en konfliktfylld könsidentitet uppvisade också fler tecken på ätstörningar än de kvinnliga kontrollpersoner.

Den intressanta frågan blir då varför personer med en konfliktfylld könsidentitet är mer missnöjda med sina kroppar och tycks ha en större risk att utveckla ätstörningar än andra. En uppenbar förklaring till missnöjet är givetvis dissonansen mellan den faktiska och den önskade kroppen, men även andra förklaringar har förts fram. En möjlig-

het är att den diskriminering personer med en icke-typisk könsidentitet möter i samhället inverkar negativt på deras självbild och självförtroende, vilket i sin tur kan ta sig uttryck som problem med kroppsbild och ätande. Gällande ätstörningar kan man också tänka sig att biologiska män som önskar att de var kvinnor strävar efter att vara smala för att motsvara det kvinnliga smalhetsidealet. Biologiska kvinnor som önskar att de var män i sin tur kanske försöker gå ned i vikt för att könskaraktäristika såsom bröst och höfter ska bli mindre framträdande.

Alla ovan nämnda förslag på förklaringar är dock helt spekulativa, och har så vitt jag vet aldrig undersökts. I min nästa studie vill jag därför försöka få en bättre bild av orsakssambanden och dynamiken bakom dem. Jag har intervjuat tjugo transpersoner om deras relation till den egna kroppen i olika livsskederna, samt deras förhållande till mat och ätande. Min förhoppning är att bättre kunskap om kön, kropp och ätande kan bidra till hjälp för dem som har problem på något av dessa områden, men också till en djupare förståelse om vad det överhuvudtaget betyder att ha en kropp och ett kön, att vara en kropp och ett kön. ■

F

Referens:

Ålgars, M., Santtila, P., & Sandnabba, N.K. (2010). *Conflicted gender identity, body dissatisfaction, and disordered eating in adult men and women.*

*Sex Roles.* Advance online publication. doi:10.1007/s11199-010-9758-6