

## REPORTAGE

### SAD GIRL

# LEDSNA FLICKOR TAR SIN PLATS

Allt fler pratar öppet om sin psykiska ohälsa på sociala medier. Samtidigt trendar hashtaggar som #cutebutpsycho och smink för att se ut som att man har gråtit. 2023 är det lönsamt att vara en ledsen ung tjej – och kanske är det ett gott tecken.



**GEMENSAP.** "Unga tjejer har mycket ledsenhet i sig som inte alltid grundar sig i en diagnos, men som de ändå vill dela med sig av och det tror jag är jättenyttigt", säger Fredrika Thelandersson, postdoktor och lektor inom medie- och kommunikationsvetenskap vid Lunds universitet.

# D

en unga kvinnliga influencern Zoe Kim Kenealy visar upp en sminkning steg för steg på Tiktok. Hon lägger på rejält med rouge under ögonen, på kinderna och på nästippen, sminkar läpparna så att de verkar svullna och lägger glans både under ögonen, på ögonlocken, amorbbågen och kinderna. Resultatet är förvillande likt en person som nyss har gråtit ut sin förtvivlan. Det blanka och rödgråta ansiktet är en av de senaste sminktrenderna: *crying makeup*. I dag ska känslomässiga uttryck firas, inte undertryckas, och att gråta – eller åtminstone se ut som att man gråter – är ett sätt att låta den sorgsna unga kvinnan få synas och ta plats. Dessutom, menar Zoe Kim Kenealy vars video blev startskottet för trenden, gör gråt läpparna fylligare och är bra för huden.

**I BAKGRUNDEN AV** många av dessa klipp spelas glamorösa men vemodiga låtar som "Pretty when you cry" av Lana Del Rey, en artist som mer än någon annan ligger bakom det popkulturella fenomenet *sad girl culture*. För det är inte bara smink det handlar om, utan om en hel kultur – där den melankoliska unga kvinnan, som önskar sig mer än vad livet har att erbjuda, spelar huvudrollen. Under det senaste decenniet har denna subkultur växt fram på sociala medier, först på mikrobloggeren Tumblr, sedan Instagram och Tiktok där hashtaggen #sadgirl har över 13 miljarder visningar.

– Den enklaste definitionen av en sad girl är någon som inte skäms för att hon är ledsen eller mår dåligt och som delar med sig av det på sociala medier. Sociala medier är en viktig aspekt som förstärker gemenskapen och stärker dessa tjejer i deras upplevelser, säger Fredrika Thelandersson, postdoktor och lektor inom medie- och kommunikationsvetenskap vid Lunds universitet.

Hon har skrivit boken "21st Century Media and Female Mental Health. Profitable vulnerability and sad girl culture" som undersöker unga kvinnors sorg och psykiska ohälsa som ett popkulturellt fenomen. Hon utnämner Lana Del Rey till drottningen av dagens sad girls.

– Jag doktorerade i USA och skrev min avhandling om hur man pratar om psykisk ohälsa i bland annat sociala medier. I början av 2010-talet kom det alltmer innehåll med låttext från Lana Del Rey. Hennes konstnärskap var ett sätt att hitta njutning i ledsenheten och många verkade hitta hem i sad girl-estetiken.

**ATT VARA EN** sad girl är inget nytt. Från Ofelia i "Hamlet" och Julia i "Romeo och Julia" till författarna Emily Dickinson och Sylvia Plath till nutida artister som Fiona Apple och Selena Gomez – den deppiga kvinnan



**ETT ANDRUM.** Sad girl-kulturens genomslag kan ses som en reaktion på den betydligt glättigare populärkulturen som dominerade vid tillfället.



**AVHANDLING.** Fredrika Thelandersson har skrivit boken "21st Century Media and Female Mental Health" som undersöker unga kvinnors sorg och psykiska ohälsa som ett popkulturellt fenomen.

återkommer med några decenniers mellanrum. Emo, goth och grunge är tidigare liknande kulturer, dock betydligt mer knutna till musiken och modet än vad sad girl-trenden är. Ofta är deras genomslag en reaktion på den betydligt glättigare populärkulturen som dominerar vid tillfället. Så även denna gång. Medan artister som Katy Perry och Beyoncé i början av 2010-talet gjorde sitt bästa för att frigöra och stärka tjejer med positiv och polerad girl power-musik föddes sad girls som en motreaktion. Det melankoliska blev ett andningshål, eller snarare en avgrund, som den som inte höll med om att framtiden var deras kunde dyka ner i. En kultur för de som upptäckte att det inte alls var tjejer som styrde världen, trots att Beyoncé hade manifesterat det i låten "Run the world (Girls)". Samtidigt slog Instagram igenom på allvar och den gemensamma deppigheten blev med ens global.

– Det är tufft att vara ung och att leva i samtiden och många unga kvinnor mår väldigt dåligt. När de digitala plattformarna lanserades gav de tjejer en möjlighet att kontrollera hur de representerade sig själva, att leka med sin presentation och mejsla fram olika identiteter.

**FREDRIKA THELANDERSSON NÄMMER** också tv-serien "Girls" som definierande. Serien kom 2012 och visade, till skillnad från dess polerade föregångare "Sex and the city", livet som det ofta är – fattigt, med ett och annat misslyckat one-night-stand och dåliga karriärval.

– Efter finanskraschen 2008 får det negativa mer plats i kulturen. Det är inte längre guld och gröna skogar och det blir uppenbart att många har det dåligt. Samtidigt smyger sig klimatförändring och fascism på. Sociala medier blir en arena där neuroser och svårare levnadsförhållanden delas och frodas.

I takt med att sad girls-trenden har vuxit har den fått kritik för att glorifiera psykisk ohälsa. Det pratas om "traumaporri", det vill säga ett slags svullande i unga kvinnors misär och elände. Diskussionen handlar om huruvida kulturen tvingar in unga kvinnor i ett slags offerroll eller om det är tvärtom, ett sätt för unga

kvinnor att äntligen få lov att synas, att ta plats. Jelena Zetterström, 18 år, och Pilo Åman, 17 år, definierar sig förvisso inte som sad girls, men tar del av kulturen genom både musik, tv-serier och sociala medier. Bland annat är den norska artisten Girl in red, en känd sad girl, en stor favorit, precis som tv-serien "Euphoria" – känd för att innehålla tv-världens ledsnaste tjejer. Jelena Zetterström och Pilo Åman menar att sad girl-kulturens uppsving självklart beror på att toleransen för att visa sig nedstämd har blivit högre.

– Musik och annan media visar att det är okej att inte alltid vara stark, att ibland har även vi tonårstjejer våra nedgångar. Lana Del Rey har fått kritik just för att hon porträtterar en kvinna som är känslös och många tycker att det är en svaghet. Men det ska inte behöva vara en svaghet, säger Jelena Zetterström.

Pilo Åman fyller i:

– Jag tycker att det har blivit lite fel när man pratar om sad girls som en viss typ av tjej. Sad girls är alla tonårstjejer som någon gång har känt att de inte är på topp. Det är en kultur som alla kan känna igen sig i och det som är unikt är att det inte har funnits något liknande innan. Det är inte längre tabu att vara öppen med sina känslor.

**DE MENAR ATT** samhället har en uppfattning om att unga kvinnor ska vara på ett visst sätt och när de inte längre vill rätta sig in i ledet skapas friktion. Detta var även Aubrey Wollen, en amerikansk kritiker, författare och konstnär, inne på när hon i mitten av 2010-talet formulerade sin så kallade "sad girl theory". Enligt den är tjejers sorgsenhet inte dramatisk, o mogen eller dum utan aktiv, självständig och välformulerad. Det är en form av motstånd och politisk protest. I en intervju 2014 i det brittiska magasinet i-D sa hon: "Vi är fixerade vid att älska oss själva och det finns en uppfattning att det är coolt och kul att vara tjej. Problemet är att det inte är det. Det är en upplevelse av brutalt utanförskap och ständig rädsla för våld."

Pilo Åman menar att sad girl-kulturen – trots att den ger plats åt den känslösa kvinnan som traditionellt har ansetts vara hysterisk och därför mindre värd av den manliga eliten – inte innebär att feminismen tar ett steg tillbaka.

– Det är viktigt för alla oss som är feminister att vi kan stå bakom alla sidor av hur det är att vara kvinna. Det är viktigt att visa att den starka kvinnan också har dåliga dagar.

Hon får medhåll av Jelena Zetterström.

– Jag tror inte att det kommer att bli ett bakslag. Lika ➔



**LEVANDE KULTUR.** Jelena Zetterström och Pilo Åman konstaterar att det har kommit väldigt mycket ny sad girls-musik sedan pandemin.

## Definition av en sad girl

En ung kvinna som inte skäms för att hon är ledsen och mår dåligt och som delar med sig av det på sociala medier. Hon kännetecknas av sin själsliga smärta över sakernas tillstånd och gestaltar denna med hjälp av olika estetiker. En annan benämning är blek grunge eller pastellgoth, det vill säga en "vackrare" och mer estetiskt tilltalande typ av sinnligt mörker. En sad girl kan se ut hur som helst, men förkovrar sig ofta i äldre litteratur och tittar på smala svartvita filmer. Hon ger således intrycket att hon är väldigt smart. En sad girl ler sällan.

## Exempel på sad girls

Ofelia i "Hamlet".  
Julia i "Romeo and Julia".  
Virginia Woolf  
Sylvia Plath  
Lana Del Rey  
Selena Gomez  
Demi Lovato  
Billie Eilish  
Fiona Apple  
Jewel  
Phoebe Bridges  
Lucy Dacus  
Lorde  
Mitski  
Mazzy Star  
Sarah Klang  
Lykke Li  
Little Jinder  
Girl in red  
Alla i serien "Euphoria".  
Alla i serien "Girls".

**MINDRE TABU.** Jelena Zetterström och Pilo Åman menar att sad girl-kulturens uppsving självklart beror på att toleransen för deppighet har blivit högre.



många som kämpar för att visa att kvinnan är stark, lika många kämpar för att visa upp den andra sidan. Jag hoppas att man kommer att mötas på mitten och visa upp kvinnan som hon verkligen är.

**EN SNABB TITT** i artisten Little Jinders låtkatalog avslöjar att det bor en sad girl även i Josefine Jinder. Med låttexter som "Och alla säger att min tomhet är så snygg på mig. Det ligger ensamhet i luften ingen saknar mig" är det tydligt att hon är ett barn av sin tid. När hon växte upp fanns förvisso inte sociala medier, men de internetforum hon hängde på hade en liknande funktion.

– Jag tror att jag påverkades mycket av att hänga på typ Skunk när jag var tonåring. Där samlades olika misfits och skrev om sina hjärtan och sina smärtor och där fanns många introverta indietjejer som var för blyga för att prata.

Umgänget speglade humöret, vilket hon menar hörs i hennes låttexter. Hon lyssnade även mycket på den manliga motsvarigheten till sad girls, exempelvis Broder Daniel och Morrissey.

– Det har alltid varit viktigt för mig att skriva om något som är sant, för jag tycker att det känns mer i musiken då. Som ett sätt att göra fint av det som känns fullt.

Även Josefine Jinder märker hur den nedstämda och sårbara unga kvinnan har getts mer plats i kulturen under de senaste åren, men hon håller inte med om att det skulle vara något negativt.

## "Alla är så rädda för att vara konstiga så det är väl jätteskönt att höra om Billie Eilishs tourettes, Greta Thunbergs asperger eller Lena Dunhams missbruk?"

JOSEFINE JINDER, ARTIST

– Att leva är ju ett lidande och att inte erkänna det och våga vara i det är förljuget. Var går gränsen för glorifiering? Det är så allmänmänskligt att må dåligt och att berätta det är väl inte nödvändigtvis att glorifiera det?

Hon menar att det bästa vi människor vet är att spegla oss i varandra för att känna oss mindre ensamma. Således borde vi inte motarbeta en trend som gör oss mer mänskliga.

– Alla är så rädda för att vara konstiga så det är väl jätteskönt att höra om Billie Eilishs tourettes, Greta Thunbergs asperger eller Lena Dunhams missbruk? Det förmänskligar kvinnan och det kan sannerligen behövas.

**SAD GIRLS DEPPIGHET** bör dock inte förväxlas med trenden att prata om sin psykiska ohälsa, vilket många artister och influencers har gjort och gör.

– I dag är kändisars högst värderade egenskap autenticitet. Att dela med sig av sin diagnos eller sitt trauma blir då ett snabbt och effektivt sätt att förmedla detta och samtidigt stärka sitt varumärke, säger Fredrika Thelandersson.

Att vara en sad girl innebär enligt Fredrika Thelandersson inte automatiskt att man har en psykisk sjukdom. Men ibland kan det gå hand i hand. Hon nämner artisterna Selena Gomez och Demi Lovato som



**LYFTER LIDANDET.** "Det är så allmänmänskligt att må dåligt och att berätta det är väl inte nödvändigtvis att glorifiera det?", säger Josefine Jinder, även känd som Little Jinder.

Arkivbild: Sanna Tedeberg

12 maj 2023  
–1 okt 2023

**NORDISKT  
MODE NU**

Stickat & tryck

Röhsska

Museet för design  
och konstantverk

rohsska.se

Designer: Tuuli-Tytti Koivula Fotograf: James Cochrane

## ”Unga tjejer har mycket ledsenhet i sig som inte alltid grundar sig i en diagnos, men som de ändå vill dela med sig av och det tror jag är jättenyttigt.”

FREDRIKA THELANDERSSON, POSTDOKTOR OCH LEKTOR, LUNDS UNIVERSITET

exempel. Demi Lovato har i inte mindre än tre dokumentärer delat med sig av sina psykiska sjukdomar och Selena Gomez har förmedlat sina depressioner, och senare diagnosen bipolaritet, till sina följare på sociala medier. Med tiden har de kommit att förkroppsliga och identifiera sig med sin nedstämdhet, speciellt på sociala medier. Detta gäller dock inte för medparten av de artister och influencers som pratar om psykisk ohälsa som ett sätt att öka sin autenticitet. Snarare rider de på vågen som har skapats av ”äkta” sad girls. Men oavsett anledning till att man delar med sig av sitt mående tycker Fredrika Thelandersson att fördelarna är övervägande.

– Unga tjejer har mycket ledsenhet i sig som inte alltid grundar sig i en diagnos, men som de ändå vill dela med sig av och det tror jag är jättenyttigt.

**JELENA ZETTERSTRÖM OCH** Pilo Åman uppdaterar varandra om vad de har gjort de senaste veckorna. Jelena Zetterström berättar att hon har varit på en konsert med den norska artisten Girl in red, som slog igenom i slutet av 2010-talet med sina olyckliga och melankoliska låtar. Båda två konstaterar att det har kommit väldigt mycket ny sad girls-musik sedan pandemin. Dels ökade populariteten för redan etablerade sad girls, dels introducerades många nya.

– Man kunde inte få utlopp för sina känslor på samma sätt som innan och man var heller inte med om jätte-

mycket. Vi var i den åldern där man kanske upplever mest, men tvingades att stanna inne trots att alla hormoner och känslor fanns kvar i kroppen. Jag lyssnade väldigt mycket på musik för att ta mig igenom det, säger Pilo Åman.

Både hon och Jelena Zetterström tror att sad girls-trenden är här för att stanna. För många känner igen sig för att den ska dra sig tillbaka in i skuggorna.

– Unga tjejer kommer alltid att känna sig *lost* och därför kommer det alltid att finnas ett behov av att prata om det, säger Pilo Åman.



**IZABELLA ROSENGREN** är journalist baserad i Lund. Hon ser sig själv som en typisk sad girl där allmän ångest och melankoli med fördel ackompanjeras av Jewels tidiga musik.



**JULIA LINDEMALM** är frilansfotograf med bas i Malmö och fotograferade Fredrika Thelandersson. Lana Del Reys musik har varit soundtracket till hennes liv under de senaste tio åren



**OSKAR OMNE** är stillbildsfotograf baserad i Stockholm och fotograferade Jelena och Pilo. Han försöker just nu hitta den perfekta idén för ett längre fotoprojekt.

**IKANO  
BANK**

## Bättre lån hos skrytmånsarna på Ikano Bank

Förlåt om vi skryter. Men vi är omåttligt stolta över utmärkelsen Sveriges nöjdaste privatlånecunder. Det är ett kvitto på att vårt arbete med personligare service och tydliga, schyssta villkor ger resultat.

Behöver du ett lån för att inreda barnrummet, installera solpaneler eller rusta upp köket? Vi på Ikano Bank finns här för att hjälpa dig med rätt lån utifrån dina förutsättningar. Det tror vi är framtiden.

Välkommen in på [ikanobank.se](https://www.ikanobank.se)

