

Kurs SANA 25 - Delkurs 3: Visuellt projektarbete

Introduktion och bakgrund

Pandemin har dragit över världen och bidragit till att människor sökt andra sätt att umgås. Det finns några trendsättare som via media uppmärksammat kallbad utan bastu och som bidragit till att fler blivit intresserade av kallbad utan bastu. Kallbadet har blivit en utmärkt aktivitet att delta i utifrån pandemirestriktioner då man träffas utomhus med avstånd och bidrar till att komma ut från isoleringen i hemmet eller för att hitta ett tillfälle av total närvaro som en del beskriver det. Boken “Kalla Bad”¹ och Wim Hof² är några av de mest nyligen uppmärksammade kallbadsförespråkarna. Magnus har under sju år kallbadat en gång i veckan och Amos har i och med denna studien börjat kallbada.

I och med den forskning som visat på positiva fysiska och psykiska effekter från kallbad, blev vi nyfikna på att undersöka om det uppkommer visuella skillnader i ansiktet hos individer före respektive efter kallbad. Dessa ansiktsporträtt med tillhörande kommentarer har vi publicerat på en hemsida (www.kallbadare.se).

Genomförande

Vi valde att ta ansiktsbilder och intervjua människor som kallbadar för att undersöka om det uppkommer visuella effekter av kallbad. Vi ville se om det är någon skillnad i ansiktet före och efter ett kallbad utan bastu. Vi gjorde också en kort intervju före och efter badet där vi inhämtade information om hur ofta och hur länge informanterna har kallbadat. Vi frågade varför de kallbadar och hur de känner sig precis innan respektive efteråt. Våra resultat presenterar vi genom hemsidan (<https://www.kallbadare.se/>).

För att komma i kontakt med kallbadare skapade Magnus ett facebook inlägg (se bilaga 1) på sin privat facebook sida och bad sina vänner att dela inlägget. Inlägget blev delat även i grupper med kallbadare i Helsingborgstrakten. Via detta inlägg fick vi kontakt med fler personer

¹ <https://www.facebook.com/bokenkallabad/>

² <https://www.wimhofmethod.com/>

än vi lyckades få med i studien. Kontakten och kommunikationen skedde mest via appen messenger där tid och plats för bad, fotografering och intervju bestämdes.

Utöver det så träffade vi också kallbadare vid de tillfällen vi var vid havet som vi spontant frågade om de ville vara delaktiga i studien vilket alla som vi frågade tackade ja till. Alla bad, fotografering och intervjutillfällen skedde i Helsingborg utom ett tillfälle som skedde i Malmö. Sammanlagt fick vi 26 deltagare i studien inklusive oss själva.

Ansiktsbilderna är i de flesta fall semiarrangerade bilder då vi medvetet har bitt deltagaren ställa sig så att det naturliga ljuset faller i ansiktet och att havet skymtas i bakgrunden. Platsen har, för alla bilderna, varit i anslutning till badplatsen, bryggan eller piren. I vissa fall valde vi också, med medgivande från deltagaren, att ta bilder under själva badet. En del av dessa bilderna finns presenterade på hemsidan.

För att kunna presentera bilderna på en publik hemsida har vi via mejl inhämtat samtycke till publicering från alla deltagare (se bilaga 2). Några av deltagarna har velat se bilderna som skulle presenteras, då har vi mejlat bilderna till dem för godkännande innan publicering. Någon ville se bilderna direkt efter vi hade tagit dem genom att vi visade dem på kamerans bildskärm. När hemsidan var publicerad meddelade vi deltagarna detta, via mejl, för att ge dem möjlighet att besöka hemsidan och komma med återkoppling om det var något de ville skulle ändras. Den återkopplingen vi fick var att det var kul att se bilderna och att det var ett roligt projekt.

Teoretiska reflektioner

Med hänsyn till storleken på detta paper kommer vi endast redogöra för en kort teoretisk analys av vårt projekt. Vi har främst fokuserat på Claude Lévi-Strauss teorier om binära oppositioner, samt Victor Turners redogörelse för passageriter, med fokus på den liminala fasen. Nedan följer en introduktion av dessa, vilka sedan knyts an till resultatet (se sid. 3).

Binära oppositioner

Det som främst fångat vår uppmärksamhet efter att ha studerat samtliga för- och efterbilder på deltagarna, har varit den tydliga kontrasten mellan ängslan innan badet, och rofylldheten efteråt. Denna motsats kan härledas till Claude Lévi-Strauss idéer om binära oppositioner så som

kall–varm, smutsig–ren, rå–kokt, osv. Här ser vi istället oppositionen ängslan–rofylldhet, två upplevda sinnestillstånd som framträder innan och efter kallbadet.

Passagerit

Kallbad kan jämföras med en passagerit som Victor Turner beskriver i *The Ritual Process: Structure and Anti-Structure* (1969). Den liminala fasen menar Turner tar plats i en sfär utöver det normativa. Det kan innefatta att klä av sig naken – antingen symboliskt eller bokstavligt – vilket i sin tur demonstrerar en för tillfället avsaknad av kulturell eller social status. I den liminala fasen tvingas man “acceptera godtyckligt straff utan att klaga” (Turner 1969: 95). Detta för att sedan komma ur som en starkare individ, eller med Turners ord, att bli “fashioned anew” (ibid.). Det liminala tillståndet kan likställas med död, osynlighet, mörker och “det vilda” (ibid.). Här upptäckte vi likheter med hur deltagarna beskrev sin upplevelse av kallbadet.

Resultat

Vi fann via våra intervjuer att deltagarna genomgår en känslomässig förändring genom att kallbada (se bilaga 5). Även om sinnesstämningen före badet pendlar inom ett spektrum av förväntansfullhet och vedervärdighet eller ångest, är det tydligt att den omfattande känslan är negativ, vilket sedan efter badet slår över till en varm känsla av rofylldhet, befrielse eller till och med extas. För att applicera våra teorier ser vi här en relativt tydlig opposition som kanske bäst kan komprimeras till följande två: ängslan (före kallbadet) och harmoni (efter kallbadet). Den mer extrema varianten är: vedervärdighet (före kallbadet) och extas (efter kallbadet). Denna övergång går att koppla till Victor Turners passagerit, där vi menar på att kallbadet i havet utgör en form av passagerit, där man i ett tillstånd av rädsla och svaghet stiger in för att sedan komma ut i välbefinnande och styrka. Tiden då individen befinner sig i havet kan liknas vid en liminal fas av följande anledningar. För det första är individen avklädd eller helt naken och befinner sig mellan två tydliga oppositioner av oro/spänning och harmoni/avkoppling. För det andra liknar Victor Turner den liminala fasen vid död, mörker och vildmark (Turner 1969: 95). Att havet symboliserar detta mörka och vilda tillståndet, framgår till exempel av deltagaren Roydon som, när han står på bryggan kort innan han ska doppa sig i havet, säger: “it’s like, you know,

jumping off a cliff”. Havet framstår här som den mörka avgrund man måste gå igenom för att efteråt uppnå ett återfött eller “nollställt” tillstånd av harmoni, rofylldhet och styrka.

Vi kan ana en skillnad mellan före- och efterbilderna där efterbilderna på ansikten ger intrycket av mer ro, lugn och harmoni än före bilderna. Detta ska dock sättas i perspektiv till att vi i samband med intervjuerna har fått information från deltagarna som uttrycker just detta och det har påverkat vårt seende av bilderna. Vi har valt att citera personerna på bilderna i bilden på hemsidan, detta påverkar tittaren i dess seende av bilden. Vi har ännu inte fått några reaktioner på just detta så vi kan inte presentera några resultat kring hur bilderna kommer att uppfattas då tittare ser dem. Tittarens seende av bilden är som Pink uttrycker det en pågående process av meningsskapande vid det tillfälle som tittaren ser bilden (Pink 2021: 151). Vi ser framemot att få ta del av varje tittares subjektiva uppfattning av bilden vid tillfället den ser bilden.

Publik

Den publik som vi riktar oss till med resultaten av vår studie är i första hand de som deltagit i studien och de som de väljer att visa hemsidan för, i andra hand våra kurskamrater och lärare i delkursen visuell antropologi vid fortsättningskursen i socialantropologi vid Lunds universitet vt 2021, i tredje hand kallbadare och i fjärde hand allmänheten som har tillgång till vår presentation genom att det är en publik hemsida.

Kommentar

Projektet har givit oss en inblick i en aktivitet som utifrån kan betraktas som extrem samtidigt som det är en aktivitet som är inklusiv då det inte krävs något speciellt av den som utför den. Det har varit enkelt att ta kontakt med människor för fotografering och intervju då vi har varit transparenta med anledningen och hur resultatet skulle användas. Att vi genomfört en studie har givit oss en inblick i aktiviteten och information från deltagarna som vi annars inte hade haft tillgång till.

Vi har valt att presentera bilderna via en publik hemsida då vi hoppas att det skulle kunna bjuda in till aktivitet, dialog och delande av egna erfarenheter som hamnar utanför vår studie. Det finns andra sociala medier som har tydligare kommunikativa funktioner än en hemsida som vi skulle kunna ha använt för att skapa en mer pågående och medskapande dialog. Här gav

tidsaspekten och vårt egna tekniska kunnande begränsningar. Tiden för studien var kort och dessutom startade studien när vi var på väg in i våren. Här finns möjligheter till utveckling och fortsättning under hösten 2021 och in i 2022 både tidsmässigt och funderingar kring teknisk plattform för medskapande. Men vi hoppas att hemsidan ska vara en startpunkt för fortsatt arbete.

Redan innan projektet valde vi att göra en deltagande observation i den fotografiska studie vi ville genomföra. Amos och Magnus genomförde studien på varandra med kallbad, intervju och fotografering. Detta var ett försök att bemöta den så kallade *representationskrisen* inom antropologin, det vill säga problematiken kring vem som har rätt att representera vem, samt kringgå känslan av "victimization" av deltagaren (Ruby 1991: 52). Det var dessutom en skillnad i att hålla kameran och fotografera varandra som var upphovsmännen till projektet, i relation till att fotografera deltagarna. Utifrån detta valde vi att själva göra oss till "victims" och deltagare i projektet, detta för att minska gapet mellan "vi" och "de".

När det kommer till fotografiska antropologiska projekt eller etnografiska dokumentärfilmer, talar Ruby om "invasion of privacy" och den potentiella problematiken kring att filma eller fotografera individers privatliv (Ruby 1991: 54). Detta är särskilt relevant för det här projektet, vilket bokstavligen talat har inneburit att "nåla fast någons skinn på skärmen" (ibid., egen övers.).

Vi lever i en kroppsfixerad värld där många bilder av en avklädd kropp blir sexualiserat konnoterade. Detta var en risk som vi mötte genom att välja att ta ansiktsbilder. Samtidigt som vi har upplevt via denna studie att avkläddheten blir en naturlig följd av aktiviteten och till stor del uppfattas som oviktig och definitivt ej konnoterad som sexualiserad. Fokuset i kallbadet ligger helt på den inre känslomässiga upplevelsen och de starka och tydliga förändringar av det känslomässiga tillståndet som genomförandet av badet ger upphov till. Vi delar en upplevelse snarare än att vi tittar på varandra då vi genomför en aktivitet. Att dokumentera ett kallbad genom fotografi blir en intressant krock av inre och yttre, av upplevelse och yttlig bilddokumentation som påverkar oss emotionellt (Lindberg 2015: 63). Denna krock och emotionella påverkan på tittaren ger mersmak och är värt att undersöka mycket mer än vad detta korta projekt ger möjlighet till.

Bilaga 1 Facebookinlägg



Magnus Florin
26 mars kl. 12:23 · 🌐

Vinterbadar sökes!
Jag kommer att göra en antropologisk fotografisk studie i min utbildning i visuell antropologi vid Lunds universitet. Jag skulle vilja fotografera vinterbadar före, under och efter badet i det härligt kalla vattnet. Badet sker i Helsingborg. Messa mig så bestämmer vi tid och plats.
Tack om du vill hjälpa mig med detta.
Dela gärna inlägget till nån som du vet vinterbadar.



👍❤️😂 27 56 kommentarer 11 delningar

Bilaga 2 Samtyckesmejl

Hej och tack för att du ville delta i kallbadarstudien som jag genomför som ett skolprojekt inom kursen visuell antropologi, vt2021, vid Lunds universitet, sociologiska institutionen (kursens kod är SANA25).

Jag kommer att redovisa studien som en publik hemsida där bilder som jag tagit på dig kommer att finnas till allmän beskådan. För att jag ska kunna göra detta behöver jag ditt samtycke till detta. Genom att du svarar på detta mejl och skriver "jag samtycker" så ger du ditt samtycke till nedanstående:

Jag samtycker till att mina personuppgifter i form av filmad intervju och bilder, som jag förekommer på under kallbadstillfället då jag blev fotograferad och intervjuad får användas för publicering i studie på Lunds Universitet genomförd på sociologiska institutionen VT 2021 inom kursen visuell antropologi och på kallbadare.se:s webbplats, sociala medier samt tryckt material (skrifter, rapporter och dylikt) tills vidare. Bilderna kommer endast att användas där kallbadare.se eller Lunds universitet står som avsändare och inte i kommersiellt syfte. Bilder och filmer kommer att sparas i kallbadare.se:s arkiv och i studien på Lunds universitet.

Kontaktperson på kallbadare.se : Magnus Florin 0708734215, kontakt@kallbadare.se.

Gör såhär:

Läs ovanstående noggrant

tryck på svara

skriv "jag samtycker" och ditt namn i svarsmejlet

tryck på skicka

Genom att göra ovanstående har du samtyckt till ovanstående.

Tack för din medverkan.

Magnus Florin

Kallbadare.se

Bilaga 3: Målgrupp

Vår studien önskade att finna ett tvärsnitt av kallbadare i olika åldrar och olika kön. Vi sökte efter en blandning mellan de som badar ofta och de som badar mer sällan och de som har kallbadat länge till förstagångsbadarna. Detta lyckades vi med. Den yngsta badaren var 18 år och den äldsta 80 år. Vi efterfrågade inte vilket kön som deltagarna uppfattade sig själva som men av namnen och den biologiska könsuttryck gissar vi oss till att vi haft 16 kvinnor och 10 män delaktiga i studien.

Bilaga 4: Teknisk information

Vi använde oss av en canon eos550d för att ta fotografierna. För att få ansiktet att framträda i fotografierna hade vi kameran inställd på programmet där vi kunde välja en fast bländare, 5,6 bländare, sedan valde kamerans program slutartid. Intervjuerna spelades in med en oneplus 5t mobil med dess inbyggda mikrofon och genomfördes oftast i lä från vinden som annars gjorde att det var svårt att höra den intervjuade på inspelningen.

Bilaga 5

Nedan följer en sammanställning av de känslor som deltagarna gav då vi frågade dem om hur det kändes före och efter kallbadet.

FÖRE	EFTER
Ångest, förväntansfull, jobbigt, upprymd, skräckblandad förtjusning, rädd, lugn, motstånd, längtan, vedervärdigt, pirrigt, nervöst, ånger, tveksamhet, uppspelt	Rofylld, harmonisk, lugn, skönt, jätteskönt, glad, pigg, fantastiskt, skitbra, avslappnad, nöjd, en kick, stark, klarar allt, härligt, underbart, varm, nollställd, extas