

Tina Pedersen, Kristine Toftegaard Frandsen
og Michael Hviid Jacobsen

Jeg har ligesom gjort det permanent, at jeg gerne vil leve

- et kvalitativt studie af semikolontatoveringers betydning i hverdagslivets interaktioner

Hvordan kan tatoveringer medvirke til at hjælpe mennesker, som tidligere har haft selvmordstanker eller forsøgt selvmord, og hvordan interagerer de med tatoveringen i deres hverdag? Netop disse spørgsmål er centrale for denne artikel, der med et interaktionistisk og emotionssociologisk perspektiv på tatoveringer og symboler belyser, hvordan en helt særlig tatovering af et semikolon bliver meningsfuld for mennesker, der enten har forsøgt selvmord eller har haft selvmordstanker. På baggrund af to fokusgruppeinterviews og otte individuelle interviews med mennesker, der alle har fået en semikolontatovering, præsenterer artiklen en kvalitativ analyse af semikolontatoveringers subjektive betydning for informanternes interaktioner i hverdagslivet. Artiklen viser, hvordan mennesker med semikolontatoveringer på forskellig vis interagerer med tatoveringen i deres hverdag. Derudover viser artiklen, hvordan der opstår en form for fællesskab blandt de mennesker, der har en semikolontatovering. Alt dette tydeliggør vigtigheden af også at undersøge tatoveringer (og semikolontatoveringer) som et værktøj eller en følelsesmæssig støtte, der kan hjælpe mennesker gennem svære perioder i deres liv, og hvordan der for professionelle i sundhedssektoren kan være megen information at hente om menneskers liv, følelser og oplevelser i disse tatoveringer.

Keywords: Kvalitativ metode, semikolontatovering, emotionel energi, mental health tattoos, mental sundhed, selvmordstanker.

Tatoveringer. Et velkendt og udbredt socialt fænomen, hvis popularitet stadig vokser. En kropslig udsmykning, en identitetsmarkør, et symbol for fællesskaber og en trend, der skyller ind over særligt den yngre del af befolkningen. Én af nutidens mange tatoveringstrends går under navnet *mental health tattoos* og giver mennesker mulighed for at tatovere deres krop med symboler for deres psykiske lidelse(r) eller mentale helbred. Betegnelsen er et paraplybegreb, der både rummer diagnosespecifikke tatoveringsdesigns, som eksempelvis en puslespilsbrik, der henviser til autisme, men også tatoveringer, som i mere generel forstand symboliserer mentale udfordringer og/eller rejser. Denne artikel ser på en specifik tatoveringstrend inden for genren *mental health tattoos* kaldet *semikolontatoveringer* og undersøger, hvordan de kan være med til at hjælpe mennesker, som tidligere har haft selvmordstanker eller forsøgt selvmord. Ud fra et emotionssociologisk og interaktionistisk perspektiv præsenterer vi en kvalitativ analyse af semikolontatoveringen som socialt fænomen med det formål at gennemføre en sociologisk analyse af, hvordan semikolontatoveringen anvendes i hverdagslivet. Vi afgrænser os fra at belyse semikolontatoveringer i et subkulturelt perspektiv, da vi mener, at tatoveringer også er relevante at undersøge i et hverdagslivsperspektiv, fordi tatoveringer er en permanent del af individers kroppe og derfor har betydning for hverdagslivets interaktioner. Med empirisk afsæt i to fokusgruppeinterviews og otte individuelle interviews med mennesker, der alle har en semikolontatovering, undersøger vi, hvordan mennesker med semikolontatoveringer interagerer med tatoveringen i deres hverdag. Artiklen viser, hvordan de oplever, at tatoveringen giver dem styrke og minder dem om, hvad de har været igennem, samtidig med at der opstår en særlig form for fællesskab, som både bliver central for oplevelsen af ikke at føle sig alene og for at åbne for svære samtaler. Alt dette peger på betydningen af også at undersøge tatoveringer som en form for følelsesmæssig støtte og socialt værktøj, der kan hjælpe mennesker gennem svære perioder i deres liv.

Indledningsvist beskrives semikolontatoveringer som et socialt fænomen. Dernæst følger et afsnit om eksisterende forskning inden for *mental health tattoos*, der sætter scenen for den teoretiske ramme. Efterfølgende præsenteres et metodisk afsnit og derefter den kvalitative analyse. Analysens fund diskuteres og opsamles derefter i en konklusion.

Ja, den [semikolontatoveringen] har bare givet, på en mærkelig måde tror jeg, den har givet mig mere lyst til at leve [...] Det er det, jeg skal blive ved med at kæmpe for. Jeg har ligesom gjort det permanent, at jeg gerne vil leve. Jeg skal ikke give op (Anne, bærer af semikolontatovering).

Tina Pedersen

Sociolog og forsknings-
assistent ved REHPA,
Videncenter for
Rehabilitering
og Palliation

tinapedersen95@hotmail.com



Kristine Toftegaard
Frandsen

Sociolog og
frivilligkoordinator
ved Husrum,
Silkeborg

kristinetf@gmail.com



Michael Hviid
Jacobsen

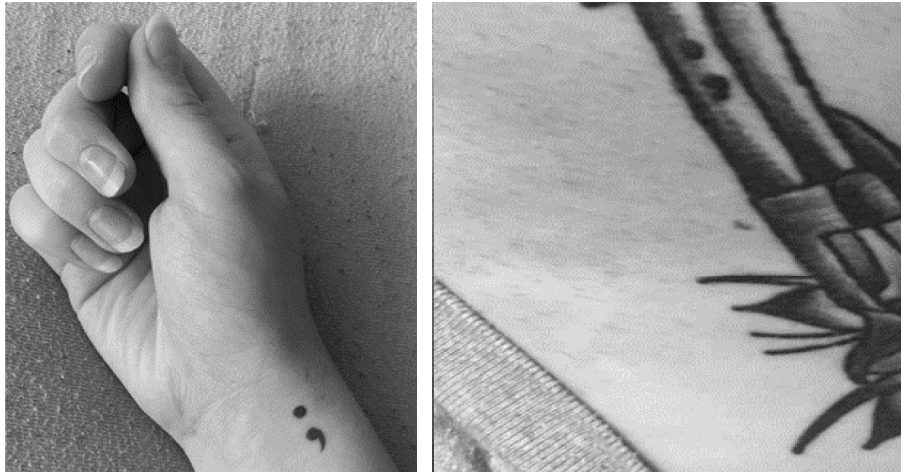
Professor i sociologi ved
Institut for Sociologi og
Socialt Arbejde,
Aalborg Universitet

mhj@socsci.aau.dk



Semikolontatoveringer – et socialt fænomen

Semikolontatoveringen opstod i 2013 med organisationen Project Semicolon, hvis vision er at aftabuisere og fremme mental sundhed blandt mennesker, der har haft selvmordstanker eller forsøgt selvmord (Wolfgang & Kwon 2019). Grundlæggeren, Amy Bleuel, startede Project Semicolon efter at have mistet sin far til selvmord. Bleuel ønskede at bygge et fællesskab og give håb for mennesker, der stod i lignende situationer. I 2017 begik grundlæggeren selv selvmord, men det til trods så fortsætter organisationen og bevægelsen omkring Project Semicolon med at vokse på verdensplan. På den globale scene indskrives semikolontatoveringen sig ved at anvende hashtaggene #projectsemicolon og #semicolontattoo, som samlet er blevet anvendt på mere end 194.100 opslag på Instagram. Ifølge Project Semicolon symboliserer semikolontatoveringen følgende: "A semicolon is used when an author could've chosen to end their sentence, but chose not to. The author is you and the sentence is your life" (Project Semicolon 2021). På den måde repræsenterer punktummet i semikolonet, at livet kunne være afsluttet, mens kommaet repræsenterer et aktivt valg om at fortsætte med at leve. Semikolonet får dermed semiotisk betydning, da det bliver et symbol for de mennesker, der har haft selvmord tæt inde på livet, enten fordi de selv har kæmpet med selvmordstanker, forsøgt selvmord, eller fordi de er pårørende. To forskellige eksempler på semikolontatoveringer kan ses på billederne herunder.



Eksisterende forskning

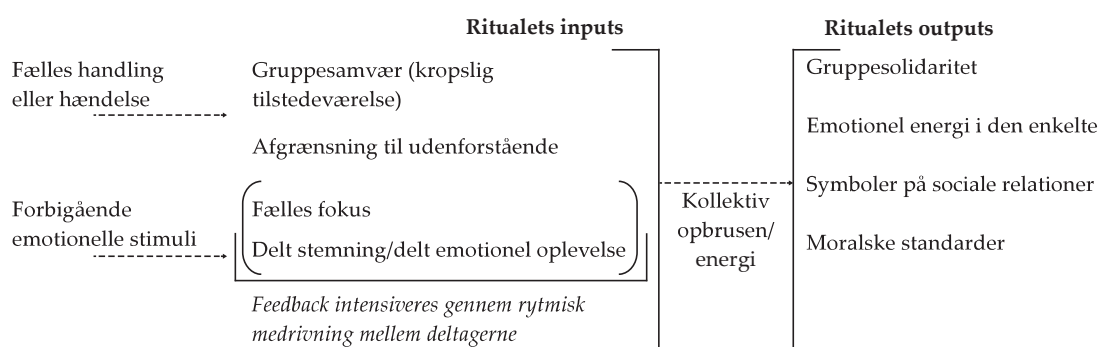
På baggrund af et *scoping review*, som blev gennemført i forbindelse med forfatterens speciale, inddeler den eksisterende forskning om *mental health tattoos* sig i forskellige tematikker (Pedersen & Frandsen, 2022). Eksempelvis i relation til bearbejdelsen af sorg (Buckle & Corbin 2021; Buss & Hodges 2017; Davidson 2017; Gentry & Alderman 2007), angst og depression (Erdelyi 2019), selvskade (Erdelyi 2019) eller i forbindelse med forskellige traumer (Agar 2017; Crompton et al. 2021; Painter 2017; Sarnecki 2001). Formålet med at få lavet en tatovering i relation til ovenstående oplevelser kan være et ønske om at åbne for dialog om det, der er svært (Atkinson 2004; Alter-Muri 2020; Cortez 2014; McCarty & Popejoy 2021; Sarnecki 2001; Shekhar, 2018). Den eksisterende forskning har fokus på, hvordan tatoveringer kan markere vendepunkter i livet, ses som symboler på livsfortællinger og/eller være et værktøj i en helingsproces. Specialets empiriske grundlag rummer, på samme måde som den eksisterende forskning, eksempler på semikolonet som en måde at fortælle et bestemt narrativ og en markering af vendepunkter. Som et nyt bidrag søger denne artikel imidlertid at belyse, hvordan semikolontatoveringen som symbol faciliterer forskellige meningsfulde interaktioner i hverdagslivet.

Den teoretiske ramme

I specialet undersøgte vi semikolontatoveringens betydning for hverdagslivet, hvor vi hentede inspiration fra forskellige teoretiske bidrag: Norman K. Denzins (2009) begreb om *epifanier*, Anselm L. Strauss' (1959) teori om *vendepunkter*, Arthur W. Franks (1995) *sygdomsnarrativer* samt Randall Collins' (2004) *interaktionsritual*. Det teoretiske afsæt for nærværende artikel vil dog kun tage udgangspunkt i sidstnævnte, da vi mener, at Collins' teori om inter-

aktionsritualer kan belyse nye interessante fund i relation til den eksisterende forskning på området. Teoretisk henter Collins (2004) inspiration fra mikrosociologiske teoretikere som Erving Goffman og Émile Durkheim. Ifølge Collins (2004) kan det sociale liv og sociale fænomener forstås ved at studere sociale situationer. Collins (2004:32) mener, at sociale fænomener skabes under særlige rituelle omstændigheder, som kan tilføre individer handlekraft. Disse karakteriseres som *interaktionsritualer*, der ses som en proces, hvor deltagerne retter deres opmærksomhed og følelser mod hinanden, hvilket resulterer i dannelsen af en fælles virkelighed. Denne fælles virkelighed manifesterer sig gennem elementer som gruppefølelse og symboler, der signalerer tilhørsforhold til en specifik gruppe (Collins 2004:32). Interaktionsritualet består af forskellige *inputs* og *outputs* og illustreres i følgende model:

Model: Interaktionsritualet (baseret på Randall Collins' (2004:48) model).



De fire *inputs* er: 1) Tilstedeværelsen af mindst to personer, hvis kroppe følelsesmæssigt påvirker hinanden indbyrdes. 2) Der sker en afgrænsning til udenforstående, fordi deltagerne fornemmer, hvem der deltager i interaktionen, og hvem der ikke gør. 3) Der opstår fælles fokus, fordi deltagerne fokuserer på samme aktivitet. 4) Deltagerne deler en fælles emotionel oplevelse (Collins 2004:48). De fire *inputs* i interaktionsritualet kan resultere i fire *outputs*: 1) Gruppensolidaritet. 2) Emotionel energi i den enkelte deltager, der opleves som en opladning af handlekraft, selvtillid, entusiasme og initiativ. 3) Der opstår hellige objekter eller symboler, som deltagerne definerer sig selv ved, som kan fremkaldes, når deltagerne ikke er samlet fysisk. 4) Der opstår moralske standarder og værdier, som deltagerne føler sig knyttet til (Collins 2004:48-49). Jo flere *inputs* der er til stede i interaktionen, jo stærkere vil *outputtet* være – og omvendt. Individer, der møder hinanden i en interaktion, vil på forhånd være opladet med følelser fra andre foregående interaktionsritualer. Selvom Collins (2004) privilegerer fysisk tilstedeværelse, erkender han også, at individer sommetider handler alene, men at dette altid vil være et produkt af forrige interaktioner. I en senmoderne digital virkelighed medi-

eres interaktionsritualer eksempelvis gennem sociale medier. En konsekvens af dette er, at interaktionsritualerne bliver svagere, fordi interaktionerne mister det kropslige *input* (Collins 2011; Zeeuw et al. 2017). Ifølge Collins (2011) kan det påvirke interaktionsritualet på mindst tre måder: 1) Der opstår nye former for interaktionsritualer. 2) Interaktionsritualerne fejler, og *outputtene* af interaktionsritualerne forsvinder. 3) Interaktionsritualer fortsætter trods medieringen, men effekten af interaktionsritualet og den kollektive energi, solidaritet og tilhørsforhold til symbolet eksisterer stadig, men i en svækket grad. Collins skriver:

If people are deprived of embodied interactions, it is a likely hypothesis that they will be more depressed, less energetic, feel less solidarity with other people, become more anxious, distrustful, and perhaps hostile (Collins 2020).

I analysen anvender vi Collins' teori om interaktionsritualer med særligt fokus på, hvordan interaktionsritualer med semikolontatoveringen som et objekt kan være meningsfulde under forskellige omstændigheder i informanternes hverdagsliv, eksempelvis når de har det svært og ikke kan finde ro. Vores fokus er derfor at belyse, hvilken betydning interaktionsritualerne har for informanterne, og hvilke outputs de afføder i form af fx emotionel energi. Hertil har artiklen fokus på enkeltstående interaktioner, som adresseres i empirien, hvorfor analysen ikke vil undersøge effekten af, hvordan fortidige interaktionsritualer påvirker nutidige interaktionsritualer.

Data og metode

Artiklens empiri består af to fokusgruppeinterviews og individuelle interviews med otte unge, der har en semikolontatovering, enten fordi de har haft selvmordstanker eller har forsøgt at begå selvmord. Eftersom *mental health tattoos* er et nyt sociologisk fænomen for os, valgte vi at afholde to fokusgruppeinterviews for at få et blik for, hvad der særligt fylder for informanterne, når de taler, sammenligner og diskuterer deres oplevelser. Således fungerer de to fokusgruppeinterviews som en eksplorativ dataindsamling, der danner grundlag for udarbejdelsen af interviewguiden til de otte semistrukturerede interviews. For at erfare, hvordan semikolontatoveringens betydning drøftes og italesættes på gruppeniveau, er interviewguiden i fokusgruppeinterviewene løst struktureret med åbne spørgsmål (Halkier 2015:142). De individuelle interviews har, modsat fokusgruppeinterviewene, til formål at give informanterne mulighed for at dele mere detaljerede, personlige og sårbare oplevelser og fortællinger om deres semikolontatovering. Interviewene omhandler informanternes hverdagsliv, livsfortællinger, og hvordan semi-

kolontatoveringer kan være symbol på særlige livsomstændigheder eller forandringer og en mulig påmindelse om, hvorfor livet er værd at leve. Af fortællingerne fremgår det, hvordan semikolontatoveringen faciliterer forskellige former for interaktion, som er omdrejningspunktet for artiklens analyse. For at gennemføre et solidt og etisk forsvarligt studie har det været et krav, at informanterne er over 18 år, samt at de ikke længere har tanker om selvmord eller udøver selvskadende adfærd, fordi vi ikke vil risikere at påvirke informanterne negativt (Jacobsen, Jørgensen & Svendsen-Tune 2005:240). Alle interviews, på nær et enkelt, blev efter informanternes eget ønske gennemført virtuelt.

Analyse

Analysen er opdelt ud fra tre analytisk identificerede interaktionsformer: 1) Ansigt-til-ansigt-interaktioner, 2) de medierede virtuelle interaktioner, og 3) objekt-relationer. De analytiske fund diskuteres i en efterfølgende perspektiverende diskussion.

Ansigt-til-ansigt-interaktioner

Med ansigt-til-ansigt-interaktioner forstår vi en ikkemedieret interaktion, hvor informanterne giver udtryk for, at de har mødt nogen, der på forskellig vis har fået øje på deres semikolontatovering. Den fysiske tilstedeværelse muliggør en direkte indbyrdes påvirkning af kroppene. Interaktionsritualerne i ansigt-til-ansigt-interaktionerne består af: 1) Fysisk kropslig tilstedeværelse. 2) Afgrænsning til udenforstående, der ikke kender til semikolontatoveringen betydning. 3) Fælles fokus på semikolontatoveringen. 4) Delt stemning/emotionel oplevelse om det, som semikolontatoveringen symboliserer/repræsenterer. Det kan resultere i følgende *outputs*: 1) Gruppesolidaritet. 2) Emotionel energi i form af handlekraft. 3) Symboler på sociale relationer (Collins 2004:48). På tværs af informanternes fortællinger fremstår det, hvordan de alle trækker på en særlig 'forfattermetafor', der stammer fra semikolonets symbolik (jf. citat i afsnittet Semikolontatoveringer – et socialt fænomen). Eksempelvis fortæller Martin, hvordan fortiden med selvmordstanker er en del af ham, og at semikolontatoveringen er med til at markere starten på noget nyt:

Men at man ligesom kan sætte et punktum derefter, og så starte et nyt kapitel op. Og ligesom sige, at det er en del af mig, og det har det altid været, men det er ikke dét jeg ønsker længere. Så jeg skriver mit liv, men med en ny start og et nyt kapitel (Martin).

I citatet trækker Martin på semikolonets symbolik, hvor punktummet i semikolonet repræsenterer et punktum for selvmordstanker, og kommaet symboliserer starten på noget nyt. Dette bliver endnu tydeligere, når Martin udtrykker, at han "skriver sit liv". Sara beskriver også, hvordan det at trække på forfattermetaforen ikke blot tilbyder en meningsfuld fortælling for hende, men også er en fortælling, der er forståelig for andre, der ikke kender til betydningen bag semikolontatoveringen. I de empiriske eksempler på ansigt-til-ansigt-interaktioner er det en forudsætning, at semikolontatoveringen er synlig for de andre, der deltager i interaktionsritualet, og det er udgangspunktet for, at interaktionsritualerne påbegyndes. Fie fortæller om en oplevelse i en lufthavn:

[...] ham der security-manden skulle tjekke min bagage. Og han så min tatovering, og så smilte han til mig og kiggede ned, og jeg vidste bare, at han ved, hvad den der, den betyder. Han vidste noget, og det var sådan en følelse af samhørighed (Fie).

Citatet henviser til, at den fysiske tilstedeværelse ikke nødvendigvis behøver at rumme verbal kommunikation – hvilket Collins (2004) også understreger. I stedet ses det, hvordan den nonverbale interaktion igangsætter et interaktionsritual, hvor Fie og securityvagten kropsligt afgrænser sig til udenforstående, opnår et fælles fokus på semikolontatoveringen og deler en fælles emotionel oplevelse (Collins 2004:48). Som resultat af interaktionsritualet oplever Fie solidaritetsfølelser og positiv emotionel energi i form af følelser af samhørighed. Samtidig er interaktionsritualet forudsat af, at semikolontatoveringen som objekt og symbol i sig selv er tilskrevet en bestemt delt betydning. I en Simmelsk (1906:473-474) forstand kan det nærmest forstås som et *hemmeligt selskab*, fordi deltagerne i interaktionen deler en forståelse eller viden, som ikke nødvendigvis er tilgængelig for alle. Semikolontatoveringen er derfor både et konkret objekt, informanterne kan interagere med, samtidig med at det også er et symbol for en gruppe af mennesker, der har kæmpet med selvmordstanker eller selvmordsforsøg. I det følgende fortæller Maja om en ansigt-til-ansigt-interaktion, hvor hun møder en pige, der også har et semikolontatoveret:

[...] jeg skulle have et armbånd på af den her kvinde, og så kigger hun på mig, og så siger hun: "jeg har også den der tatovering der". Man fik ligesom sådan et moment, hvor man ligesom kiggede på hinanden og var sådan, "hold kæft, hvor er vi egentligt seje", og så gav vi hinanden en krammer, og så kom vi videre i livet, ikke (Maja).

Maja giver et eksempel på et interaktionsritual, hvor et blik på semikolontatoveringen fører til en samtale, der fører til et kram mellem to personer,

der ikke har en tæt social relation, men bindes sammen af et fælles symbol. Selve interaktionsritualet er forudsat af Majas synlige placering af semikolonet. Dette gør, at Maja og den fremmede afgrænser sig til udenforstående, opnår et fælles fokus på deres semikolontatoveringer og deler en emotionel oplevelse (Collins 2004:48). Vi tolker *outputtet* af interaktionsritualet som, at Maja oplever gruppefølelser og solidaritet og emotionel energi i form af anerkendelse af den handlekraft, der ligger til grund for, at de begge er i live i dag. På den måde kan en tatoveringstrend blive meningsfuld for det enkelte individ, når den bliver mainstream, fordi det medfører, at andre kan forstå ens historie ved at aflæse semikolonet som et symbol med en delt og afhængig mening. Semikolonet bliver derfor en konkret ting, der har en bogstavelig betydning med et punktum og et komma, men også en billedelig betydning, hvor det er symbol for et socialt fænomen, der repræsenteres af en gruppe af mennesker, der har kæmpet med selvmordstanker. Selvom empirien rummer mange eksempler på succesfulde interaktionsritualer, er der også eksempler på frygten for negativ respons. Eksempelvis fortæller Jacob, hvordan han har valgt at få tatoveret sit semikolon i et andet tatoveringsdesign, fordi han ønsker at styre 'adgangen' til semikolonet. Dette valg begrundes Jacob med, at han ønsker at undgå andres spørgsmål til tatoveringen, men at han også selv ønsker at undgå at blive mindet om sin fortid, når han har det godt. I interviewet spørger vi Jacob ind til, om placeringen hænger sammen med en frygt for at fortryde tatoveringen, eller om det i højere grad er, fordi tatoveringen er til ham selv. Jacob svarer:

Jeg tror, det er en blanding. Jeg tror, jeg kunne fortryde det i forhold til at få følelsen af at blive stemplet. Hvis man nu så den hele tiden, så ville man måske tænke: "han er bare et vrag, og han kommer ikke videre". Men det er også det her med, at jeg kan have den for mig selv, og derfor selv bestemme, hvem der skal se den (Jacob).

Den skjulte placering af semikolontatoveringen gør derfor, at andre ikke umiddelbart kan se Jacobs tatovering. Jacob er ikke den eneste af informanterne, der frygter, hvad andre tænker. Anne fortæller, hvordan der er mange "fordomme, der kan være med til at ødelægge en", og derfor er det meningsfuldt at kunne skjule semikolonet i et andet tatoveringsdesign, selvom tatoveringen stadig er placeret et synligt sted på kroppen. På den måde er ansigt-til-ansigt-interaktionerne også forudsat af, at semikolonet er placeret synligt på kroppen. Uanset om kommunikationen i ansigt-til-ansigt-interaktionerne er verbal eller nonverbal, er de succesfulde, hvilket i sig selv er interessant, da selve placeringen og synligheden af tatoveringen bliver central. Vi har ikke eksempler på fejlslagne interaktionsritualer, men forestiller os, at de informanter, der har valgt en synlig placering, har lyst til at fortælle andre om deres historie, hvor dem, der vælger en mere skjult placering, i højere grad

ønsker tatoveringen for sig selv. I det følgende dykker vi ned i eksempler på interaktionsritualer, der ikke på samme måde er forudsat af kropslig tilstedeværelse og en synlig placering af semikolonet.

Medierede virtuelle interaktioner

For de medierede virtuelle interaktioner er det identificeret, at individet ikke behøver at være kropsligt til stede på samme fysiske sted. I stedet er denne interaktionsform medieret gennem eksempelvis digitale medier. I de medierede interaktionsritualer skal vi se, hvordan effekten ikke nødvendigvis svækkes, hvilket Collins (2011) ellers forudser som en konsekvens af mediationen. Med inspiration fra Collins (2004:48) består interaktionsritualerne i det medierede virtuelle interaktionsritual af følgende *inputs*: 1) Medieret kropslig tilstedeværelse, hvor flere kroppe ikke er til stede fysisk, men mentalt. 2) Tankemæssigt fokus, som medieres af de sociale medier. 3) Medieret emotionel stemning. Dette kan resultere i følgende *outputs*: 1) Gruppefølelser og solidaritet. 2) Emotionel energi oplevet som handlekraft. 3) Symboler på sociale relationer, som kan fremkaldes, når deltagerne ikke er samlet fysisk. De medierede virtuelle interaktioner er forudsat af, at informanterne enten opsøger historier om eller billeder af semikolontatoveringen, eller at de eksponeres for andres billeder af tatoveringen. I det følgende fortæller Liv, hvordan hun sommetider deler billeder af sin semikolontatovering på Facebook:

Jeg ved, der har været nogle af de der Facebookgrupper, hvor folk har spurgt ind til psykisk sygdom og sådan nogle ting, og der har jeg nogle gange smidt et billede op [...] Det er meget for at styrke fællesskaber, og så er det fedt nok, at andre sidder og tænker, "fedt nok" eller "nice gået" (Liv).

Her er der en medieret kropslig tilstedeværelse, der medfører et medieret tankemæssigt fokus på et forestillet fællesskab, der giver en emotionel stemning. Som resultat af interaktionsritualet ses det, hvordan Liv oplever gruppefølelser ved at forestille sig, at de andre deltagere anerkender hende. Til trods for at interaktionsritualet er medieret, opstår der alligevel positiv emotionel energi for Liv, fordi hun beskriver delingen af billedet som en positiv oplevelse og som én, der styrker gruppesolidariteten. Ifølge Collins indeholder de medierede interaktioner netop de samme kropslige energier og samme former for solidaritet som de fysiske interaktioner. Der er blot mindre af dem (Collins 2011). At der er mindre af dem, kan forstås sådan, at informanterne ikke udtrykker samme begejstring som ved ansigt-til-ansigt-interaktionerne. Det kan muligvis forklares med, at antallet af deltagere er større end i ansigt-til-ansigt-interaktioner, samtidig med at kroppene er længere væk fra hinanden,

hvorfor energien kan opleves som mindre intens (Collins 2011). Men selvom kroppene er længere væk fra hinanden grundet den digitale dimension, oplever informanterne stadig, at den kollektive energi er til stede, fordi de forestiller sig et stort fællesskab. Oplevelsen af den kollektive energi og solidaritet beskriver Anne som en følelse af at være en del af et større fællesskab:

Jeg ved, at jeg er en del af, altså det er ikke fordi man oplever det så meget, man går jo stadig med sine egne ting selv [...] Man ved, at der er andre med nogenlunde samme historie som mig, så jeg er jo ikke alene om det her. Jeg er bare nødt til at kæmpe min egen del af det alene (Anne).

Anne forestiller sig, at der er andre, der har gået igennem de samme ting, som hun har, og det hjælper hende til at kæmpe videre, når hun har det svært. Her er den medierede virtuelle interaktion en form for mellemstadiet mellem interaktionsritualet og en situation, hvor semikolontatoveringen som objekt alene forbinder Anne med fællesskabet. Samtidig forstår vi det som, at solidaritetsfølelserne giver Anne emotionel energi i form af handlekraft, der gør hende i stand til at kæmpe, når hun har det svært (Collins 2004). Størstedelen af informanterne ser deres semikolontatovering som en kropslig påmindelse om, hvor meget styrke og handlekraft de egentlig besidder. Martin beskriver den som et værktøj i den "mental nødhjælpskasse", han kan gøre brug af, når han har brug for en opladning af styrke og handlekraft, når negative tanker overtager opmærksomheden. På den måde tillægges semikolontatoveringen både en individuel betydning, fordi den kobles til den enkelte informants egen livshistorie, og en kollektiv, fordi den repræsenterer en gruppe med lignende livshistorier.

Objekt-relation

Flere af informanterne retter selv deres opmærksomhed mod semikolontatoveringen, hvor andre ikke nødvendigvis er involveret i interaktionen. Denne type af interaktionsritual har vi valgt at begrebsliggøre som en objekt-relation, der forekommer, når informanterne retter et fokus på deres semikolontatovering og/eller interagerer med deres tatovering gennem eksempelvis kropslig berøring. Trods det har objekt-relationen stadig 'sociale lag', idet semikolontatovering som objekt er kollektivt og det, der forbinder den enkelte med fællesskabet. I analysen af objekt-relationerne ses det, hvordan informanterne stadig oplever gruppesolidaritet og oplades med emotionel energi, selvom den kropslige tilstedeværelse af andre mennesker er anderledes end i ansigt-til-ansigt-interaktioner og medierede virtuelle interaktioner. I objekt-relationerne består interaktionsritualerne af følgende *inputs*: 1) Kropslig berø-

ring eller tanke. 2) Individuelt tankemæssigt fokus på semikolontatoveringen. 3) Emotionel stemning. Dette kan resultere i følgende *outputs*: 1) Gruppefølelser og solidaritet. 2) Emotionel energi i form af handlekraft og selvtillid. I det følgende fortæller Anne, hvordan hun aktivt kan bruge sin semikolontatovering til at flytte fokus, hvis hun er stresset eller ked af det, ved at berøre sin hud:

Men der kører [med fingeren] jeg også bare henover, og det er også bare nok. Fordi det er lidt mere følsom hud begge steder. Så det er nok til, at jeg kan slappe af i stressede situationer (Anne).

Citatet viser, hvordan Anne kropsligt berører sin semikolontatovering, hvilket medfører et skærpet fokus på tatoveringen og en bestemt stemning. Ved at røre ved semikolontatoveringen oplever Anne, at hun kan slappe af. I Annes eksempel ses det, hvordan hun går ind i interaktionen og er stresset, men gennem interaktionen med objektet er hun i stand til at forlade interaktionen opladet og afslappet (Collins 2004). Der er forskellige måder at indgå i objektrelationen med semikolontatoveringen. Maja fortæller, hvordan hun enten berører den eller kigger på den:

Jeg kan jo godt finde på at ae den og kigge på den i stressede eller deprimerede perioder. Jeg kan også nogle gange, hvis jeg er meget glad, så kigge på den og give mig selv lov til at rose mig selv og sige "det er fandme godt klaret" (Maja).

Citatet henviser til to forskellige situationer, hvor Maja kan gøre brug af semikolontatoveringen. For det første kan hun bruge den, hvis hun er stresset eller deprimeret, og på den måde opnå handlekraft (Collins 2004:48). For det andet bruger hun semikolontatoveringen, når hun er glad, hvor interaktionsritualet fører til emotionel energi, der oplader Maja med en selvtillid, idet hun anerkender sig selv for den rejse, hun har gennemlevet (Collins 2004). Ifølge Collins (2011) vil interaktioner være svagere, når de mangler et kropsligt input. Her ser vi dog, hvordan objekt-relationerne stadig indeholder kropslig energi fra den enkelte informants berøring af tatoveringen, hvilket også afleder følelsen af at høre til et større fællesskab. Vi kan imidlertid ikke sige noget om, hvorvidt objekt-relationerne indeholder mere eller mindre energi, vi kan blot konstatere, at det tyder på, at outputtet af objekt-relationen er nok til at oplade informanterne med den energi, de har brug for. Selvom det kollektive bånd og fællesskabsfølelserne er til stede i informanternes intime relation med semikolontatoveringen som objekt, udelukker det ikke, at den enkelte også skaber en individuel relation til objektet. At objektet både har en kollektiv og individuel betydning, styrker blot betydningen af semikolontatoveringen som objekt. Det kan anskues sådan, at den individuelle relation

til semikolontatoveringen forstærkes af den sociale betydning – og omvendt. Det særlige ved objekt-relationen er, at semikolontatoveringen kan ses som et emotionelt batteri, der kan genoplade informanterne med emotionel energi, når de har behov for det. På den måde bliver kroppen og det permanente ved semikolontatoveringen en vigtig ressource for informanterne, fordi kroppen er udgangspunktet for en følelsesmæssig erfaring og opladning, der altid er lige ved hånden. Opladningen kan også ske gennem medieret virtuel interaktion og objekt-relationer. Til trods for at tatoveringer kan bidrage til en emotionel genopladning, er der for nogle af informanterne en yderligere agenda ved at få lavet tatoveringer. Flere af informanterne fortæller, hvordan de nyder smerten ved at få lavet tatoveringer og nærmest bruger tatoveringer som en ny form for selvskade. Eksempelvis fortæller Liv: "Jeg oplever det terapeutisk, for man får den smerte, man gerne vil have fra selvskaden, og alt det dårlige kommer ud sammen med smerten fra nålen". På den måde kan interaktionsritualerne godt være succesfulde for informanterne, samtidig med at de har underliggende toner af et forsøg på at opnå en ny form for selvskade.

En perspektiverende diskussion

I denne artikel har vi udfoldet Collins' (2004) teori om interaktionsritualer til at belyse, hvordan semikolontatoveringer kan være meningsfulde symboler for tidligere selvmordstruede. Gennem analysen har vi givet eksempler på, hvordan interaktionsritualer kan være medierede i en senmoderne og digital verden. Collins (2011) er selv opmærksom på, at digitale medier har betydning for interaktionsritualerne. Som præsenteret tidligere forudser Collins (2011) tre mulige konsekvenser af, at interaktionsritualer mister det kropslige *input*. I nærværende artikel har vi argumenteret for, at medierede virtuelle interaktionsritualer og objekt-relationer fortsat kan være succesfulde og resultere i gruppesolidaritet, emotionel energi og tilhørsforhold til semikolonet som symbol. Vores intention har ikke været at vurdere, hvorvidt informanterne får mere eller mindre emotionel energi ud af de forskellige interaktionsformer, men i stedet at vise, at de får den *nødvendige* emotionelle energi til at overkomme udfordringer i hverdagslivet. Vigtigheden af dette bidrag kan ses i lyset af, at sociale medier og kroppen altid er tilgængelige, hvorfor informanterne ikke behøver at være fysisk sammen med ligesindede for at oplades med emotionel energi. Vi viser således, at andre interaktionsformer også kan forstås som interaktionsritualer, til trods for at interaktionerne ikke nødvendigvis indeholder fysisk og kropslig tilstedeværelse af flere mennesker. Ifølge Collins (2004) er symbolers emotionelle spænding afhængig af at blive genopladt, hvilket sker, når mennesker mødes fysisk og genoplever symbolets betydning. I denne artikel finder vi empirisk belæg for, at semikolonet som symbol også kan oplades gennem andre former for interaktion end der, hvor interaktionen er

forudsat af fysisk tilstedeværelse. En af de væsentligste forskelle mellem de tre identificerede interaktionsformer er i relation til semikolonets placering og design. Ansigt-til-ansigt-interaktionerne er forudsat af en synlig placering af semikolonet, hvor de medierede virtuelle interaktioner udelukkende er forudsat af deling af billeder af semikolontatoveringen, og objekt-relationerne er mulige uanset design og placering af semikolontatoveringen. Dette hænger også sammen med, at de informanter, der gerne vil fortælle åbent om deres fortid, har valgt en synlig placering og et rent design, hvor semikolonet ikke er en del af en anden tatovering. Derfor bidrager designet og placeringen til, at semikolontatoveringen kan facilitere ansigt-til-ansigt-interaktion, hvor informanterne, der gerne vil tale om deres fortid, får mulighed for dette. Derimod har de informanter, der er bekymret for stigmatisering eller er bange for andres reaktioner på deres fortid, oftere semikolonet placeret mere diskret og integreret i et andet design. Disse informanter er også dem, der i højere grad indgår i medieret virtuel interaktion eller objekt-relation, hvis de har brug for en energiopladning. På den måde kan designet og placeringen af semikolontatoveringen være medvirkende til, at vi i vores empiri ikke har eksempler på fejlslagne interaktionsritualer, fordi det tyder på, at informanterne nøje har overvejet designet forud for at få lavet tatoveringen.

For informanterne er forfattermetaforen central, fordi den markerer et aktivt valg om at sætte et punktum for selvmordstanker, selvmordsforsøg og/eller selvskade og starte på et nyt kapitel. Her bliver semikolontatoveringen central, fordi den altid er tilgængelig på kroppen og beskrives som en mental nødhjælpskasse, der kan tages i brug, når det er nødvendigt. Dog viser empirien også, at det at få lavet tatoveringer kan være et udtryk for en ny form for selvskade, hvor informanterne har mulighed for at fortsætte den selvskadende adfærd, uden at det er synligt for andre, fordi det resulterer i en kropslig udsmykning i stedet for ar. Det er dog uklart, om punktummet i semikolonet faktisk markerer en afslutning på selvskadende adfærd hos de informanter, der udtrykker, at de er ophørt med selvskade, samtidig med at de nyder smerten ved at få lavet nye tatoveringer.

Konklusion

I denne artikel har vi analyseret den betydningen, en helt særlig type tatoveringer, som tilhører betegnelsen *mental health tattoos*, har for mennesker, der tidligere har haft selvmordstanker eller forsøgt at begå selvmord. Tatoveringen har i sig selv en symbolsk betydning, der vidner om et permanent løfte om at vælge livet til. Dette gør, at den bliver allestedsnærværende for, hvad informanterne gør, både i måden, de tænker, taler og handler. Artiklen har vist, hvordan netop dette udspiller sig og bliver værdifuldt, når informanterne interagerer med deres semikolontatovering. Gennem tre forskellige former

for interaktionsritualer har vi empirisk vist, hvordan informanterne opnår solidaritetsfølelser og emotionel energi, der omsættes til handlekraft og selvtillid, når hverdagslivet udfordrer. Netop det, at semikolontatoveringen i nogle tilfælde er synlig for andre, skaber et udgangspunkt for, at de i tilstedeværelsen med andre, der genkender symbolet, er i stand til at skærpe et fokus, åbne for samtaler, lytte og fortælle deres historier. Gennem semikolontatoveringen kan fortidige hændelser genopleves i interaktionen med andre, hvilket fremkalder følelsen af ikke at være alene, at blive anerkendt og at tilhøre et særligt fællesskab, der knytter sig til semikolonet.

Analysen bidrager med et blik for, hvordan værdifulde interaktioner ikke kun foregår i den fysiske tilstedeværelse af ansigt-til-ansigt-interaktioner, men at interaktionsritualers proces også kan identificeres i medierede virtuelle interaktioner og objekt-relationer. Netop dette sætter scenen for at semikolontatoveringen, hvad enten den berøres af den tatoverede selv, spottes af andre tatoverede eller blot iagttages på Instagram eller på Facebook, er i stand til at fremkalde bestemte gruppefølelser og emotionelle energier. At lade sig tatovere med et semikolon åbner således for en let tilgængelig adgang til et fællesskab samt adgangen til at genkalde særlige følelser af styrke, selvtillid og handlekraft, der kan være meningsfulde i bearbejdelsen af psykiske udfordringer.

Opsamlende har artiklen vist, hvordan det sociale fænomen om semikolontatoveringer ikke bare må anskues som et punktum og et komma, men at symbolikken og styrken af det tatoverede symbol rækker langt ud over det enkelte individ og ind i menneskers hverdagsliv og måden, hvorpå de bearbejder og mestrer tidligere psykiske vanskeligheder. Udbredelsen af digitale medier og virtuelle muligheder har ikke kun betydning for, hvordan mennesker interagerer. Breder vi blikket ud, lever vi i et samfund, hvor digitale teknologier gennemsyrrer hverdagslivet, og selvom nogle mennesker stopper op og stiller spørgsmålstejn ved, om det overhovedet er sundt at være *online*, er der andre, der blot følger strømmen. Vi har givet et eksempel på, hvordan mediering kan være positiv, men samtidig er vi ikke blinde for, at den digitale verden også har en bagside af medaljen.

Med denne artikel søger vi også at bidrage med en mere nuanceret forskning om tatoveringers mange anvendelsesmuligheder. Ofte gemmer tatoveringer på særlige budskaber og personlige historier, som bæreren gerne vil bringe frem i lyset. Semikolontatoveringer er blot en af mange typer af *mental health tattoos*, og de strømninger, der ses inden for genren, åbner for en ny og anderledes forståelse af fællesskaber knyttet til psykiske udfordringer og sårbarhed. Der ligger om muligt et skjult potentiale i tatoveringer som selvterapeutiske værktøjer, som samfundsvidenskaben endnu ikke har afdækket. Derudover ønsker vi at slå et slag for, at fagpersoner såvel som frivillige med fordel kan bruge den viden, vi har frembragt, i deres arbejde, hvis de har at gøre med patienter eller borgere med en semikolontatovering. Vi håber der-

for, at denne viden kan øge opmærksomheden på den symbolik og mening, tatoveringer kan indeholde, og at formålet med nogle tatoveringer netop er at åbne for samtaler, og dermed kan være en vigtig indgangsvinkel for fagpersoner såvel som enkeltindivider, der ønsker at komme hinanden nærmere.

Referencer

- Agar, K. 2017: "The experience of obtaining a tattoo in relation to the emotional healing process for cancer survivors". *Massachusetts School of Professional Psychology*.
- Alter-Muri, Simone 2020: "The body as canvas: Motivations, meanings, and therapeutic implications of tattoos". *Journal of the American Art Therapy Association*, Nr. 37, 2020: 139-146. doi:10.1080/07421656.2019.1679545
- Atkinson, Michael 2004: *Tattooed: The Sociogenesis of a Body Art*. Toronto: University of Toronto Press.
- Buckle, Jennifer L. & Dreyer, Sonya C. 2021: "Embodied meaning making: Memorial tattoos as a visual expression of grief". *Death Studies*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34632966/>
- Buckle, J. L., & Corbin Dwyer, S. (2023). Embodied meaning making: Memorial tattoos as a visual expression of grief. *Death Studies*, 47(1), 1–9. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1983889>
- Buss, Laura & Hodges, Karen 2017: "Marked: Tattoo as an expression of the psyche". *Psychological Perspectives*, Nr 60, 2017: 4-38.
- Collins, Randall 2004: *Interaction Ritual Chains*. Princeton NJ: Princeton University Press.
- Collins, Randall 2011: "Interaction Rituals and the new Electronic Media". *The Sociological Eye*. The Sociological Eye: INTERACTION RITUALS AND THE NEW ELECTRONIC MEDIA (sociological-eye.blogspot.com)
- Collins, Randall 2020: "Sociology of Masks and Social Distancing" *Sociology of Masks and Social Distancing* — Dr. Randall Collins (drrandallcollins.com).
- Cortez, Carisa Prieto 2014: "Survivors ink: Self-transformation, self-creation and healing through tattoo". *Sociological Abstracts*. phd afhandling <https://alexandria.ucsb.edu/lib/ark:/48907/f3f769nr>
- Crompton, Laura, Amrami, Galia Plotkin, Tsur, Noga & Solomon, Zahava 2021: "Tattoos in the wake of trauma: Transforming personal stories of suffering into public stories of coping". *Deviant Behavior*, Nr 42, 2021: 1242-1255.
- Davidson, Deborah 2017: "Art embodied: Tattoos as memorials". *Bereavement Care*. Nr 36, 2017: 33-40. doi: 10.1080/02682621.2017.1305055
- Denzin, Norman K. 2009. "Interpretive interactionism: A postmodern approach to everyday life", in Jacobsen, Michael Hviid (Ed.), *Encountering the everyday. an introduction to the sociologies of the unnoticed* (pp. 397-422). New York: Palgrave MacMillan.
- Erdelyi, Karina Margit 2019: "Mental health tattoos: Body art that tells a story in permanent ink". *Psycom.net*

- Frank, Artur W. 1995. *The wounded storyteller – Body, Illness and Ethics* (2nd ed.) The University of Chicago Press and London.
- Gentry, Glenn & Alderman, Derek H. 2007: "Trauma written in the flesh: Tattoos as memorials and stories", in Hidalgo, D. A. et al. (eds.): *Narrating the storm: Sociological stories of hurricane Katrina*. Cambridge Scholars Publishing.
- Halkier, Bente 2015. "Fokusgrupper", i Brinkmann, Svend & Tanggaard, Lene (red.), *Kvalitative metoder - en grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Jacobsen, Michael Hviid, Jørgensen, Anja & Svendsen-Tune, Stine 2005. "Sensitiv sociologi: Undersøgelser af udsatte og udsatte mennesker", i Jacobsen, Michael Hviid, Kristiansen, Søren & Prieur, Annick (red.), *Liv, fortælling og tekst - strejftog i kvalitativ sociologi*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- McCarty, Danny L. & Popejoy, Erin K. 2021: "Social interest and the purposive nature of tattoos". *The Journal of Individual Psychology*, Nr 77, 2021: 461-476.
- Painter, Everett W. 2017: "Therapeutic aspects of tattoo acquisition: A phenomenological inquiry into the connection between psychological trauma and the writing of stories into flesh", PhD: University of Tennessee.
- Pedersen, Tina & Frandsen, Kristine Toftegaard 2022: "Jeg har ligesom gjort det permanent, at jeg gerne vil leve". *Projektbiblioteket*. Aalborg: Aalborg Universitet.
- Project Semicolon 2021: "Front page", <http://projectsemicolon.com>
- Sarnecki, Judith Holland: "Trauma and tattoo". *Anthropology of Consciousness*, Nr 12, 2008: 35-42.
- Shekhar, Divya. 2018: "When words fail: How body art is helping people to narrate stories on mental health issues". *The Economic Times*. <https://economictimes.indiatimes.com/magazines/panache/when-words-fail-how-body-art-is-helping-people-to-narrate-stories-on-mental-health-issues/articleshow/64643091.cms?from=mdr>
- Simmel, Georg 1906: "The Sociology of Secrecy and of Secret Societies." *American Journal of Sociology*, Vol. 11, Nr. 4, 1906, pp. 441-98.
- Strauss, A. L. (1959). *Mirrors and masks: The search for identity*. New Jersey: Transaction Publishers.
- Wolfgang, Aron & Kwon, Omin 2019: "The semicolon tattoo". *The American Journal of Psychiatry Residents' Journal*, Nr 3.
- Zeeuw, Alex van der, Keesman, Laura, Weenink, Don 2018: "Sociologizing with Randall Collins: An interview about emotions, violence, attention space and sociology". *European Journal of Social Theory*. Nr 21.

Abstract

How can tattoos help people who have had suicidal thoughts or tried to commit suicide, and how do these people interact with the tattoo in their everyday lives? These are the central questions in this article, which seeks to understand the symbolic meaning of tattoos—specifically semicolon tattoos—and how these become meaningful for formerly suicidal people. The article employs

an interactionist and emotional perspective. The study is based on two focus groups and eight individual qualitative interviews with people who have a semicolon tattoo due to a past involving suicide attempts or thoughts. The analysis sheds light on the semicolon tattoo's impact on the informants' interactions in everyday life. The analysis indicates how the informants interact with their semicolon tattoo in their everyday life, and how the semicolon tattoo is embedded into a larger community. The study underlines the importance of investigating these tattoos as a tool or emotional support, which can help people through difficult times in their life, and how healthcare professionals can obtain knowledge about a person's feelings and life by asking about the symbolic meaning of a tattoo.

Keywords: Qualitative method, semicolon tattoo, emotional energy, mental health tattoo, mental health, suicidal thoughts.