

Istället för kris: Glamour!

Dumpad av pojkvännen? Köp ett läppstift! Blivit pank under börskrisen? Måla naglarna. Kvinnor världen över handlar mer makeup än någonsin annars i kristider, men kan en fin yta verkligen få oss att må bättre?

AV MALIN FORSBERG FOTO: THINKSTOCK, JONAS GUSTAVSSON

● Blir livet roligare om man målar läpparna knalligt röda? Detta har forskarna olika uppfattningar om, men det verkar som om vi själva tror det, i alla fall om man tittar närmare på försäljningsstatistiken av läppstift, nagellack och andra makeupprodukter i kristider kontra goda tider.

Begreppet "Lipstick index" myntades av Leonard Lauder, vd på det amerikanska sminkmärket Estée Lauder och bygger på teorin att vi i finanskriser tvingas hålla igen på de stora utgifterna och istället unnar oss vardagslyx till överkomliga priser. Hellre ett rött läppstift som piggar upp än en ny bil. Hellre investera i högklackat eller ett gymkort för att trimma kroppen än i en utlandsresa.

Två tydliga exempel på att kvinnor i deppiga tider söker tröst på kosmetikhyllan är den ekonomiska krisen i Ryssland 1998, under denna fullkomligt exploderade läppstiftsförsäljningen

i landet. Och faktum är att efter 11 september-attacken i USA dubblerades försäljningen av läppstift.

Fenomenet gäller för inte bara nationella kriser, det är allmänt bekant att nyseparerade kvinnor

ofta gör en makeover och färgar hårt rött, klipper lugg, kommer i form och köper piffiga kläder. Företeelsen är så vanlig att den fått ett eget namn i USA: breakover, som en slags ihopslagning av orden breakup och makeover.

Men kan en fin yta verkligen vara välgörande för ens mående?

– Det är inte kläderna och sminket i sig, utan det resultat du får av att använda dem som gör att du mår bra, säger Kaxa Lindberg Robé,



"Efter 11 september-attacken fördubblades försäljningen av läppstift i USA"

socionom och kognitiv beteendeterapeut, och ger ett exempel:

– När du är ute på stan i läppstift och högklackat får du respons från din omgivning. Bekräftande blickar från människor. Du märker av intresset och börjar därför tänka mer positivt kring dig själv, blickarna stärker dig. Känslorna blir mer angenäma när du tänker i positiva tankebanor och må bra-hormon utsöndras i kroppen.

På så sätt kan faktiskt skyhöga klackar fungera som pondusförhöjare. Säkert har du också ett par power-pumps i din garderob som gör att du inte bara växer på längden utan också får lite, lite bättre självförtroende? Kanske sträcker du på dig extra mycket eftersom du känner dig pangsnugg.

Tycker du man ska använda sig av smink och kläder för att komma ur depression?

– Det kan fylla en positiv funktion, men intresset måste finnas från början, säger Kaxa Lindberg Robé. Tycker du om trädgårdsskötsel: att klippa träd och köpa växter, så kan detta också vara en väg ut ur depressionen. De depressiva symtomen behöver brytas så att man möjliggör en förändring. Passivitetens mönster behöver bytas ut mot aktivitet. Kan man få in det man mår bra av i vardagen får man mer och tätare input, vilket bryter depressionen snabbare. ●