

# Min fede hjerne er tankevækkende kvindehistorie



Mette Korsgaard: Min fede hjerne. Foto fra Kragefilm/Mette Korsgaard på Facebook.



**Lis Maaløe**  
25.03.2024



**BOG/FILM // ANMELDELSE** – Det er muligt, at forfatter og filminstruktør Mette Korsgaard lider af en slankeforstyrrelse, som en psykolog diagnosticerer hende med. Men Korsgaard vælger netop ikke offerrollen. Hun søger fakta og reflekterer både humoristisk og ærligt over krop, tanker og handlinger i bogen og filmen *Min fede hjerne*. Ud over at være underholdende betyder den tilgang, at man også fint kan spejle sig i den, skriver Lis Maaløe.

---

## Min fede hjerne

Forfatter: Mette Korsgaard

176 sider

Forlag: Gyldendal

Udkom 12. marts 2024

Dokumentarfilm

Min fede hjerne/The unfair body fight

Instruktør: Mette Korsgaard, Mette Heide

Danmark, 2024

DCP, 51 min.

Engelske undertekster

Kan en moden, privilegeret kvindes kamp med fem ekstra kilo på sidebenene være relevant i en tid med krig og klimakriser? Ja, det vil jeg mene.

Projektet fanger i hvert fald min opmærksomhed. Måske fordi jeg er en del af Mette Korsgaards generation af kvinder, der har en slankekursforstyrrelse. Begrebet dukker op undervejs i forfatterens afdækning af sin besættelse af den slanke krop og virkningen af de slankekure, som hun udsætter sin krop for i det år, hendes dagbog skildrer.

“Dokumentarfilmen viser, hvordan Mette Korsgaard den første dag i det nye år står foran spejlet og ukærligt trækker ud i sit maveskind

Mette Korsgaard er forfatter og dokumentarist. Hun har blandt andet lavet dokumentaren *Min barndom i helvede* om Lisbeth Zornig Andersen og skrevet bogen *Min uimodståelige mand – vi er alle mandschauvinister*, som hun også lavede en dokumentarfilm om.

METTE  
KORSGAARD

Min  
fede  
hjerne

og jagten på den tynde krop



GYLDENDAL

Bogen indledes med det klassiske nytårsforsæt om vægttab. De altid nærværende fem kilo for meget.

# Mette Korsgaard er elegant og systematisk

Denne gang er det hendes årelange kamp med vægten, der er omdrejningspunktet for bog og dokumentarfilm. I forordet skriver Mette Korsgaard:

“I håb om at leve i fred og fordragelighed med min krop resten af mit liv har jeg besluttet mig for at ville forstå den globale fedmeepidemi og fakta ved at inddrage mit eget livs tabersag.”

Bogen indledes med det klassiske nytårsforsæt om vægttab. De altid nærværende fem kilo for meget.

Dokumentarfilmen viser, hvordan Mette Korsgaard den første dag i det nye år står foran spejlet og ukærligt trækker ud i sit maveskind.

Forfatteren går systematisk til værks. Hun kontakter Christoffer Clemmensen, der er fedmeforsker og lektor ved *Basic Metabolic Research* på Københavns Universitet. Mette Korsgaard bruger bogstaveligt talt sit eget maveskind som afsæt for Nupo-kur, Rybelsus (Wegovy i pilleform), kostrestriktion og motion.

“Hun bevæger sig elegant fra de mindste detaljer i sin krop og sit dagligliv til større strukturelle spørgsmål om det fedmefremmende samfund og kvindens udseende som valuta for både parforhold og økonomi

Det hele bliver fulgt op med pet-scanninger, blodprøver og en gentest for at afklare familiær disposition.

Undervejs inddrager forfatteren sine erindringer fra barndommens skolesygeplejerske, moderens fedtforskrækkelse og samfundets holdning til tykke mennesker.

Hun bevæger sig elegant fra de mindste detaljer i sin krop og sit dagligliv til større strukturelle spørgsmål om det fedmefremmende samfund og kvindens udseende som valuta for både parforhold og økonomi.

Bogen er et tidstypisk signalement af en generation, der var teenagere i 70'erne, og hvordan den tidlige påvirkning stadigvæk har betydning for den modne kvindes opfattelse af sin krop. Mette Korsgaard lider ifølge psykolog Lene Meyer af en slankekursforstyrrelse på grund af en massiv kulturel injektion mod tykhed.

Men forfatteren vælger ikke offerrollen. Hun søger fakta og reflekterer både humoristisk og ærligt over krop, tanker og handlinger.



Mette Korsgaards bog og film er grundige og oplysende – og morsomme, mener Lis Maaløe. Foto: Gyldendal

## *Min fede hjerne* er underholdende og tankevækkende

Hendes besættelse af den slanke krop forsvinder ikke, selvom videnskaben viser, at det ikke er sundere at tabe de ekstra kilo. Efter et år som forsøgsperson kan Mette Korsgaard se nogenlunde samme tal på vægten, dog med en lidt større muskelmasse.

Kroppen modvirker vægttab, viser forskningen, og det mærker forfatteren på egen bukselinning. Så snart kostrestriktion eller medicin lægges på hylden, stiger vægten.

“Det velgørende er, at en moden kvinde viser sin krop og beretter om sin forfængelighed. Forfatteren ser sig kritisk i spejlet, og jeg spejler mig i Mette Korsgaard

*Min fede hjerne* er en underholdende og tankevækkende *tour de force* gennem et år af Mette Korsgaards slankeliv, men bog og film giver også et tilbageblik på kropsopfattelse og skønhedsideal gennem et halvt århundrede.



Mette Korsgaard skriver kvindehistorie, og det er den vinkel, som får mig til at hænge på. Og ja, så er det velgørende, at en moden kvinde viser sin krop og beretter om sin forfængelighed. Forfatteren ser sig kritisk i spejlet, og jeg spejler mig i Mette Korsgaard.

Efter både bog og film føler jeg trang til at løfte blikket, både fra egen og Mette Korsgaards navle, smide vægten ud og håbe, min fede hjerne ændrer tankemønster i retning af body positivity. Tænk, hvor megen unyttig energi, der ligger i slankhedscirkuset.

Læs mere om CPH:DOXX 24 [fra Frederik Bojer Bové her.](#)

Læs mere [af Lis Maaløe her.](#)

[fed](#)[fedme](#)[Mette Korsgaard](#)[Min fede hjerne](#)[slankeepidemi](#)[slankeure](#)

#### Lis Maaløe

Lis Maaløe er oprindeligt uddannet sygeplejerske, cand. mag. i psykologi og forvaltning fra RUC og fagjournalist fra Danmarks Medie- og journalisthøjskole. Hun har undervist på en sygeplejerskole i mange år og har herefter været forlagsredaktør og -chef i 15 år i...

## Modtag POV Weekend, følg os på Facebook – eller bliv medlem!

Hold dig opdateret med ugens væsentligste analyser, anmeldelser og essays i **POV Weekend** – hver fredag morgen.

**Det er gratis, og du kan tilmelde dig her →**

**Ja tak, send mig POV Weekend**

POV er et åbent og uafhængigt dansk non-profit medie.

**Har du mulighed for at bidrage til vores arbejde? Bliv medlem her →**

25 kr./md.

50 kr./md.

100 kr./md.