

Adele Hasle

Prosjekt "Perfekt utseende"

Kvalitativ studie om skjønnhetsidealer i samfunnet og idealenes betydning for elever på videregående skole

Masteroppgave i idrettsvitenskap
Seksjon for kroppsøving og pedagogikk
Norges idrettshøgskole, 2015

Sammendrag

Masteroppgavens tema er perfektjon og skjønnhetsidealer, og utforsker hva det kan innebære «å være perfekt» i dagens samfunn. Bakgrunnen er den nærmest daglige omgang med bilder av kropp, mote og utseende fra mediene; Hvordan få en strammere, tynnere, smalere, muskuløs og bedre kropp? Tips og livsstilsråd om hvordan en hele tiden kan bli litt bedre, er gjengangere i media. Perfektjon er noe som ofte tas for gitt, samtidig som det forsterkes av kommersielle aktørene på feltet. Oppgaven er basert på sosialkonstruktivistisk tilnærming. Det anvendes kvalitative metoder; i hovedsak diskursinspirert analyse. Oppgavens problemstilling er *Hvordan kommer skjønnhetsidealer til uttrykk i Prosjekt Perfekt? Hvilken betydning kan slike idealer få for elever på videregående skole?*

Oppgavens første del omhandler en diskursanalytisk tilnærming av TV-programmet «Prosjekt Perfekt» som ble sendt på NRK i 2013. I programmet skulle hovedpersonen Ida prøve ut alle livsstilsråd som kommer frem i media, og målet hennes er å leve «det perfekte liv». Med utgangspunkt i «Prosjekt Perfekt» undersøkes hvordan det å være perfekt framstilles, og spesielt med fokus på et perfekt utseende. Diskursinspirert analyse benyttes for å utforske handlingene og det som blir sagt i Prosjekt Perfekt for å undersøke hvordan skjønnhetsidealene kommer til uttrykk i programmet. Gjennom analysen identifiseres diskurser/temaer som var felles for de ulike klippene; normalitet, feminitet vs. maskulinitet, objektivisering av kropp, metaforer i språket og perfektjon.

Videre undersøkes et utvalg elever i videregående skole med tilsvarende tematikk som i TV-programmet. Her benyttes fokusgruppeintervju for å undersøke temaets betydning for elevene og relevans innenfor kroppsøvingfaget. Resultatene fra diskursanalysen av prosjekt perfekt, ble brukt til å utforme en intervjuguide til fokusgruppeintervjuet der utvalget bestod av to jenter og to gutter fra videregående skole som har faget kroppsøving. En diskursanalytisk tilnærming av intervjuet ga mulige svar på hvilken betydning skjønnhetsidealer kan få for elever på videregående skole. I formålet med kroppsøvingfaget står det at elevene skal utvikle positiv oppfatning av kroppen og ruste elevene til vurdering av kroppsideal. Som kommende kroppsøvingslærer hadde jeg et ønske om å utforske hvordan elevene ser at de oppnår disse målene i faget. Det analytiske arbeidet presenteres gjennom diskursene/temaene; «press til å fremstå

perfekt», «det finnes ingen perfekt kropp» og «kroppsoving og kroppspress».

Ut ifra studiens funn, sett i lys av relevant teori og tidligere forskning, trekkes det frem diskurser/temaer som synliggjør og belyser enigheter og utfordringer ved at det dominerer forventinger i samfunnet om hva som blir definert som vakkert, og hva som er de fremtredende idealene. Det forekommer implisitte idealer i samfunnet og at disse får en sentral rolle gjennom media og andre aktører. Ekspertene i Prosjekt Perfekt legger frem normer og regler for hvordan en «normal kvinne» i dag skal se ut for å oppnå ulike «krav». Det uttrykkes en enighet om at Ida ikke er bra nok og må forbedres eller endres for å kunne defineres som det perfekte innenfor de ulike feltene ekspertene råder for.

I fokusgruppeintervjuet dominerer det en enighet om det ikke finnes en «perfekt kropp» eller et «perfekt utseende». Dagens ungdom mener selv at de ikke utsettes for et direkte press om å være perfekte, men de uttrykker en «fasit» på hvordan en skal se ut og hvordan en skal oppnå suksess. Det kommer frem tydelige motsigelser i refleksjonene til elevene omkring temaene kropp, utseende og trening. Der det på den ene siden handler om å være fornøyd med seg selv, og på den andre siden uttrykker et ønske om å se ut som idealene i media, samtidig som en ser bra ut blant venner og familie. Elevene uttrykker en enighet om stereotypiske idealer, der de beskriver et kvinnelig tynnhetsideal og et mannlig muskuløs ideal.

Når det gjelder kroppsøvningsfaget forteller elevene at de ikke ser en sammenheng med å kunne nå formålet med faget som omhandler kropp og kroppsideal. De uttrykker en enighet om at faget handler om å utvikle fysiske ferdigheter og innlæring av idretter, og at det vil bli vanskelig å få elevene til reflektere over egne kropp i faget, da de beskriver det som «et ubehagelig tema». Elevene har utfordringer med å se nytten av faget koblet til de nevnte temaene.

Nøkkelord: skjønnhetsideal, perfeksjon, kropp, kroppsøving, diskurs.

Innhold

Sammendrag	3
Innhold	5
Forord.....	7
1. Innledning.....	8
1.1 Hvorfor Prosjekt Perfekt	10
1.2 Oppgavens oppbygning.....	10
2. Problemstilling.....	12
3. Oppgavens samfunnsmessige kontekst	14
3.1 Kunnskapsstatus på feltet.....	14
3.2 Skjønnhetsidealer og utseende.....	17
3.3 Media.....	18
3.4 Oppsummering tidligere forskning	19
4. Teori	20
4.1 Sosialkonstruktivisme	20
4.2 Diskursanalyse	21
5. Metode	23
5.1 Diskursanalyse som kvalitativ metode.....	23
5.2 Dataproduksjon	24
5.3 Prosjekt Perfekt	24
5.4 Fokusgruppeintervju	25
5.5 Utvalg	27
5.6 Gjennomføring av fokusgruppeintervju	28
5.7 utfordringer ved diskursanalyse	29
5.8 Etisk refleksjon	29
5.8.1 NSD, informert samtykke og konfidensialitet	30
5.8.2 Validitet og reliabilitet.....	31

6.	Resultat – Prosjekt Perfekt	34
6.1	Oppbygning av analyse av Prosjekt Perfekt	34
6.2	Kroppens utseende i fokus	35
6.2.1	Idas fysiske form og trening	35
6.2.2	Snarveien til en «finere kropp»	36
6.2.3	Objektivering av kroppen	38
6.3	«Unaturlig skjønnhet»	40
6.3.1	«Unaturlige tiltak»	41
6.3.2	Normalitetsdiskurs	42
6.4	«Kvinner må ha former»	45
6.4.1	Kjønnsrollediskurs	46
6.5	«Vinter og Murstein»	47
6.5.1	Metaforer som diskurs	49
6.6	«Et perfekt liv?»	51
6.6.1	Perfeksjonisme	52
6.7	Oppsummering av Prosjekt Perfekt	54
7.	Resultat – fokusgruppeintervju	56
7.1	Oppbygning av analysen	56
7.2	«Press til å fremstå perfekt»	56
7.3	«Det finnes ingen perfekt kropp»	60
7.4	Kroppsøvfaget og «kroppspress»	65
7.5	Oppsummering av fokusgruppeintervju	68
8.	Avsluttende tanker	70
8.1	Videre forskning	72
8.2	Oppgavens begrensninger	73
	Vedlegg	77

Forord

Med stor interesse for nåtidens fokus på kropp, utseende og perfeksjon valgte jeg et tema som er i vinden til min masteroppgave. Dette er et tema jeg personlig har stor interesse og et engasjement for. Å skrive en masteroppgave ble for meg å gjøre noe jeg ikke kunne. Å tre inn i en forskerrolle har vært interessant, arbeidet har handlet om å prøve og feile, det har vært en lærerik prosess og jeg utviklet meg både som forsker, lærer og som person. Året har vært som en lang berg- og dalbane, med dager som fløt på skinner, til dager som følte ut som endeløse oppoverbakker. En brøkdel av arbeidet kommer frem i oppgaven, men er på en annen side et produkt jeg er stolt av, og noe jeg kan presentere som mitt eget.

På veien til målet har jeg fått god hjelp. Jeg vil først og fremst takke min veileder Gunn Engelsrud, som med tålmodighet har gitt meg gode råd på veien. Ditt engasjement og din evne til å gi god veiledning har hjulpet meg å se løsninger jeg ikke ville klart på egenhånd.

Jeg vil også takke venner og familie for all støtte. Spesielt mamma og pappa som har motivert meg til å studere lenge, og hjulpet meg til å følge drømmen min. Jeg vil også ikke minst takke min søster Camilla for all hjelp med oppgaven, den ville aldri sett ut slik den gjør i dag uten din hjelp.

Denne oppgaven markerer slutten på en flott studietid ved Norges Idrettshøgskole. En skole med et fantastisk studentmiljø, dyktige forelesere og en opplevelsesrik hverdag. Dette gjør så jeg kan se tilbake på studietiden med et stort smil. Tusen takk!

1. Innledning

Skjønnhetsidealer er et dagsaktuelt tema i samtiden. Nærmest daglig blir bilder av kropp, mote og utseende slått opp i mediene med tekster som: Hvordan få en strammere, sprekere, tynnere, smalere, muskuløs og bedre kropp? Tips og livsstilsråd om hvordan en hele tiden kan bli litt bedre finner vi i media. Temaet som omhandler kroppen er ofte noe vi mennesker tar for gitt, og mange tenker ikke over hvor omfattende de kommersielle aktørene har å si for vår egen hverdag. For eksempel viser tidligere forskning at unge gutter og jenter mener at media ikke har noen betydning på deres opplevelse av sin egen kropp eller ønske om å endre den (McCabe & Ricciardelli, 2003). Stadig kommer det nye oppslag i media om at det i dagens samfunn har oppstått et stort kroppspress og at særlig ungdom utsettes for et stort press om å fremstå perfekt. Dagens ungdomsgenerasjon kan beskrives som skikkeligere, mer hardtarbeidende og mer plikttoppfyllende enn før (Hegna, et al, 2013). Til tross for at de fleste ungdommene trives både hjemme og på skolen, viser Ungdata 2013 at mange unge sliter psykisk i hverdagen. I størst grad gjelder dette typiske symptomer på stress, som det «å tenke at alt er et slit» eller «å bekymre seg for mye om ting» (NOVA, 2014). Det mulige presset på dagens unge gjør så jeg undrer meg over hvem de ønsker å være «perfekte» for og hvordan de opplever et slikt press.

Det mulige fokuset på å fremstå perfekt og presset rundt å måtte prestere har stimulert min interesse til å undersøke hvordan det har fått en sentral rolle i dagens samfunn, spesielt et perfekt utseende. Viktigheten i det å gå ned i vekt/opp i vekt, kosmetiske operasjoner, trening, spise sunt, ha et ungt utseende, ha en sunn livsstil og spille på misnøye ser ut til å være gjengangene i mediene. Det moderne samfunnet gjør at media enklere kommer ut til folket, og dette kan være en faktor som gjør at temaene som omhandler kropp, utseende og idealer sprer seg som «ild i tørt gress». Jeg stiller meg spørrende til hvem som sitter med «makten» over de rådene idealene som dominerer i media. Føler unge gutter og jenter et press til å se bra ut og fremstå perfekt? Hvilke skjønnhetsidealer har betydning for unges tanker om seg selv, og verdsetter de et bestemt utseende som de ønsker å etterligne?

Som utdannet faglærer i kroppsøving og idrettsfag har det daglige fokuset på trening, kosthold og utseende fanget min interesse. I min erfaring som lærer og trener, viser det

seg at unge føler at de må trene for å følge med, og har konkrete mål med treningen for å forbedre utseende sitt. Det kan føre til at ungdom tvinger seg til å trene for de føler presset til at en må trene hver dag, eller spise sunt for en vil se bra ut. Treningen antar, på slike dager, et nytteperspektiv fremfor at det å trene har en opplevd egenverdi. En sentral verdi i kroppsøvingfaget er at faget skal inspirere til en fysisk livsstil og livslang bevegelsesglede (Kunnskapsløftet, 2006). Faren for at dette forsvinner i presset med å være godt trent og trene for å forbedre seg selv, er en mulighet. Det er generelt stort fokus på å «jobbe med» egen helse i dag, og i en del ungdomsmiljøer har det å være sunn blitt «in». Større kunnskap om risikofaktorer har gjort at en i dag er mer opptatt av å forebygge dårlig helse (NOVA, 2014). Et spørsmål som kan stilles er om det daglige kroppspresset blir en premiss for trening, slik at utseende og helseforebygging er viktig også under selve treningen. Tidligere forskning viser at hele 50 prosent av norske 15-årige jenter anser seg selv som for tykke i Norge (Stavseth, 2008). Et slikt negativt kroppsbilde har stimulert min interesse for å stille spørsmål om hvilke idealer jentene måler seg opp imot, og hvordan det kan forstås at de anser seg selv som for tykke. Min interesse har gått i retning av å trekke inn samfunnsforhold og hvordan idealer og normer for utseende må anses som sosialt konstruerte fenomener, som ungdom forhandler med og om. Herav mitt ønske om å utforske hvilke skjønnhetsidealene er det som strebes etter å etterligne.

Som kroppsøvingslærer har jeg stor interesse av å få mer kunnskap om/og eventuelt hvordan elever tematiserer og opplever et mulig press om å være perfekt, eller andre fenomener relatert til kropp og trening. På samfunnsnivå ser vi en utvikling mot at unge blir mer sjenerte og ubekvemme med å vise frem sin egen kropp. Det er blant annet ikke uvanlig at unge i skolesammenheng velger å dusje med klær på (NOU, 2015:2). Kropp er et sentralt tema i kroppsøvingfaget da det er det eneste faget elevene bruker kroppen for å oppnå ulike kompetansemål. I formålet med faget står det at faget skal bidra til positiv oppfatning av kroppen og det skal ruste elevene til vurdering av kroppsideal (Kunnskapsløftet, 2006). Hvordan dette realiseres eller ikke er også en del av det jeg vil arbeide videre med. Nærmere bestemt ønsker jeg å utforske hvilken betydning idealene har for elever på videregående skole.

1.1 Hvorfor Prosjekt Perfekt

“Prosjekt Perfekt” er en TV-serie som ble sendt på NRK i 2013. I programmet skulle hovedpersonen Ida Fladen teste ut mediens og et utvalg livsstileksperters råd. I løpet av tre måneder var målet hennes å undersøke om det å etterleve rådene ville medføre «det perfekte liv». Ida har hengt alle livsstilsrådene som kommer frem i media på en vegg, som er heldekket med alle rådene. Veggen kan leses som et symbol på presset alle mennesker til daglig kan oppleve når det gjelder livsstil, endring, råd og “alt” som må gjøres for å bli «perfekt». Med utgangspunkt i «Prosjekt Perfekt» har jeg reflektert over hvordan det å være perfekt framstilles og hva det innebærer å bli forstått og sett som å være perfekt.

Ida Fladen viser gjennom 8 episoder hvordan media, via å trekke inn ulike eksperter, daglig legger frem «en fasit» på hvordan en bør leve livet sitt og hvordan en skal se ut. Episodene omhandler temaer som kosthold, trening, hjemmet, sosialt liv, forhold, utseende og lykke. Hele tiden er det snakk om at rådene – dersom de etterleves og følges, skal føre til «å bli perfekt». Spørsmålene som kan stilles er mange; hvordan fremstilles det perfekte? Hvordan uttrykkes det, og av hvem? Hvilke verdier legges i «et perfekt utseende»? Med alle livsstilsrådene og ekspertenes uttalelser begynner Ida å reflektere over om hun egentlig er bra nok. Prosjekt Perfekt er et program som stiller et viktig tema i lyset, rundt dette med å ville bli perfekt og det stadige presset en kan bli utsatt for gjennom medias sentrale rolle. TV-programmet trekker frem sentrale tematikker som en daglig reflekterer over; Hvordan spise sunt? Hvordan få utbytte av treningen? Hvordan oppnå et vakkert utseende? Temaene som blir trukket frem i programmet kan reflektere realiteter i samfunnet og blir dermed et interessant utgangspunkt og et egnet materiale til min masteroppgave.

1.2 Oppgavens oppbygning

Oppgaven er bygget opp etter følgende struktur. Innledningsvis har jeg presentert min egen interesse for temaet og mine innledende spørsmål til forskningen. Deretter har jeg beskrevet hvorfor jeg har valgt å ta utgangspunkt i Prosjekt Perfekt som mitt materialet. Videre vil jeg presenteres problemstillingen for oppgaven, og operasjonalisere begrepene jeg velger å benytte meg av i forskningen. Deretter presenteres kunnskapsstatus på feltet gjennom tidligere forskning som jeg har funnet interessant og relevant for mitt prosjekt.

En samfunnsmessig kontekstualisering av teoretiske begreper legges frem for å gi et bilde av hvordan litteratur setter de valgte begrepene i en sammenheng. Videre presenteres oppgavens teoretiske grunnlag; sosialkonstruktivistisk teori og en diskursanalytisk tilnærming. Deretter utdypes valg av metode, refleksjoner omkring valgene og selve forskningsprosessen i et metode kapittel. Ethiske utfordringer som forsker ved kvalitativ metode og det analytiske arbeidet presenteres også i dette kapitlet.

Hoveddelen i oppgaven er resultatkapitlet, i første omgang presenteres resultatene fra Prosjekt Perfekt. Funnene/resultatene presenteres gjennom utvalgte diskurser/temaer; normalitet, feminitet vs. maskulinitet, objektivering av kropp, metaforer i språket og perfektjon. Jeg har valgt en tredelt oppbygning; hendelsesnært til programmet, egne refleksjoner omkring hendelsene og samtalene. Og til slutt en teoretisering av valgte diskurser og begreper. Gjennom dette synliggjøres hvordan en delprosessanalyse har blitt gjennomført under analysene av materialet, noe som skaper struktur og en ryddig og detaljert oversikt. Videre presenteres resultatene fra fokusgruppeintervjuet av elevene på videregående skole. Resultatene presenteres gjennom tre diskurser «Press til å fremstå perfekt», «det finnes ingen perfekt kropp» og «kroppsøving og kroppspress».

Siste kapittel inneholder avsluttende tanker der jeg trekker paralleller mellom de to datamaterialene og resultatene fra analysen. Kapitlet legges frem som en oppsummering og refleksjon omkring hva som har kommet frem i forskningen og resultatene, samt oppsummerer likheter og ulikheter med tidligere forskning på feltet. Interesse og mulighet for videre forskning vil også bli presentert i siste del. Avslutningsvis presenteres styrker og svakheter for oppgaven.

2. Problemstilling

I Prosjekt Perfekt kommer det frem at media fremstiller livsstilsråd om hvordan Ida bør leve livet sitt. Det er denne komplekse fremtreden av et perfekt liv jeg ønsker å utforske, med fokus på verdsettingen av ytre verdier som utseende og kropp. Jeg ønsker jeg å undersøke hvilke skjønnhetsidealer som framstilles i programmet og hvordan disse reflekterer en mer omfattende samfunnskontekst. Skjønnhetsideal varierer med historisk kontekst og rådende estetiske idealer. Et skjønnhetsideal omhandler utseende, kropp, mote, kosthold, trening og velvære, for å gi en forståelse av fenomenet vil jeg presentere teori som underbygger begrepets betydning i oppgaven.

Begrepet skjønnhetsideal består av «skjønnhet» og «ideal». Skjønnhet betegner generelt en egenskap ved «naturen» (her unge kvinner) og ved kunstgjenstander som er opphav til en følelse av velbehag (Svendsen, 2011). Den daglige bruk av begrepet skjønnhet antyder beskrivelser av det ytre faktor, etter rådene normer og definisjoner. En kan også ha et perspektiv på begrepet der «indre» verdier og personlighet også er med på å avgjøre om noe kan beskrives som en skjønnhet. I oppgaven videre og for mitt formål blir skjønnhet brukt som en beskrivelse av utseende slik samtidens normer gjør disse relevante og ettertraktes verdige; at noen oppfattes som pene og gis verdi gjennom sitt utseende.

Begrepet ideal (av idé) brukes i dagligtalen som for eksempel til etterfølgelse, forbilde, høyverdige mål; også om noe som ennå ikke er realisert, eller om noe som bare finnes i tanken (Tranøy, 2014). Ideal betegnes nesten som noe uopnåelig, samtidig som det er et forbilde. Ut i fra problemstillingen blir ideal en betegnelse på noe vi strever etter å bli og oppnå. Ved å se på betydningen av begrepene skjønnhet og ideal, betyr skjønnhetsideal “et utseende vi streber etter å etterligne”. Skjønnhetsideal i samfunnet blir dermed et høyverdige mål som en har i tankene. Problemstillingen for min masteroppgave er:

Hvordan kommer skjønnhetsidealer til uttrykk i Prosjekt Perfekt? Hvilken betydning kan slike idealer få for elever på videregående skole?

Hensikten er å undersøke, via to materialer, hvordan unge mennesker oppfatter sin egen kropp og utseende. Hvilken rolle media og andre sosiale aktører spiller for deres syn på seg selv og sitt eget liv. Problemstillingen har dermed en samfunnsmessig begrunnelse. Hensikten er gjennom et sosialkonstruktivistisk perspektiv, som utdypes senere i oppgaven, å undersøke/belyse hvordan skjønnhetsidealer kan ha både negative og positive følger for oss som mottakere. Som kommende kroppsøvingslærer ønsker jeg å utforske hvilke opplevelser og elevene har rundt tematikken. Dette forankrer problemstillingen i en faglig begrunnelse, da oppgaven kan bidra til utvikling på fagområdet. Samtidig vil oppgaven sammenlignes med tidligere forskning for å se om resultatene i denne oppgaven har likheter eller ulikheter med forskning innenfor det samme feltet.

3. Oppgavens samfunnsmessige kontekst

Det eksisterer mye ny og relevant forskning på feltet, med fokus på kropp, kroppspress og hvilke faktorer som kan påvirke dagens unges selvbilde og oppfattelse av egen kropp. Til min forskning har jeg tatt utgangspunkt i forskning jeg synes er relevant i henhold til min egen forskning og interesse for å undersøke videre. Jeg har valgt å presentere sosiologisk og psykologisk forskning, som belyser interessante funn jeg ønsker å ta utgangspunkt i til min oppgave.

I dette kapittelet har jeg først valgt å presentere forskning der medias rolle på skjønnhetsidealer, kroppspress og unges tanker rundt egen kropp, er undersøkt. Videre presenterer jeg forskning som omhandler skjønnhetsidealer og kjønn. Det har tidligere vært stort fokus på jenter, når det gjelder kropp og trening. Jeg ønsker å presentere relevant tidligere forskning for å bekrefte at det er et behov for å forske på begge kjønn, samtidig presentere interessante funn for å begrunne mitt valg av videre forskning. Deretter vil jeg presentere forskningen som omhandler kroppsidealer og kroppsøvningsfaget. Videre presenteres tidligere forskning av skjønnhetsidealer, utseende og media da dette er sentrale begreper/fenomener i min oppgave. Siste del av kapittelet består av en oppsummering av tidligere forskning på feltet jeg ønsker å forske innenfor.

3.1 Kunnskapsstatus på feltet

I artikkelen «The role of the Media in body image concerns among woman: A meta-analysis of experimental and correlational studies» av Shelly Grabe, Janet Shibley Hybe og Monique Ward (2008) gjøres en meta-analyse av hvordan massemedias fremstilling av tynnhetsidealet kan kobles med kroppsbilde til kvinner. Forskningen bygger på en påstand om at 50 % av amerikanske jenter er misfornøyd med egen kropp. Forfatterne konkluderer med at media har stor påvirkning på kvinners selvfølelse i forhold til egen kropp og at denne påvirkningen er negativ. Dette medfører at kvinner bruker mer tid på utseende og flere får symptomer til spiseforstyrrelser. Siden denne forskningen er amerikansk vil det være interessant og ha disse i tankene med meg når det gjelder mitt utvalg, om norske elever på videregående skole også opplever et negativt forhold til sin kropp, og om de opplever at media har innflytelse på dem.

Blant tidligere forskning innenfor temaet kroppsbilde og kroppsending har jentene vært i fokus (McCabe & Ricciardelli, 2003/1). Resultatene i forskningen viser likheter ved at sosiokulturelle faktorer som media, venner og foreldre sine kommentarer ofte har negativ påvirkning på ungdoms kroppsbilde. Dette medfører lavere selvtillit og i alvorlige tilfeller spiseforstyrrelser for jenter. Funn viser at jenter som bruker mye media til sosialt formål har mer negativt kroppsbilde (Vaage, 2013). Forskning utfra et sosiokulturelt perspektiv har blitt gjennomført med en kvantitativ metode, der det konkluderer med at jenter blir negativt påvirket av media og at det i verste fall kan resultere i spiseforstyrrelser. Samtidig viser forskningen at det er manglende kunnskap om hvilke faktorer i media som påvirker jentene negativt, er det bilder, livsstilsråd, det som blir skrevet eller er det kilden i sin helhet. Slike funn er relevante for min oppgave, og det er åpnet spørsmål hvordan forholdet mellom mediens bilder og budskap, og unge menneskers opplevelse av seg selv og kroppen. Dette vekker interesse til videre kvalitativ forskning for å utforske dette temaet i dybden.

Innenfor temaet kropp og utseende er det dominerende forskning gjennomført med jenter i utvalget. Dette skaper interesse for å forske på gutter og jenter, for å se hvilke mulige likheter og ulikheter som finnes. Liz Frost (2003) konkluderer i sin artikkel at det er likheter i presset om et spesielt utseende blant jenter og gutter. På en annen side mener hun at følelsen å mislykkes kan handle om hvilken klasse, "rase" eller økonomi individet har, ikke hvilket kjønn. Duane Hargreaves og Marika Tiggemann har skrevet artikkelen "Idealized media images and adolescent body image" som ble utgitt i 2004. Forskningen som blir beskrevet i denne artikkelen tar utgangspunkt i sosiokulturelle teorier om hvordan menneskers kroppsbilde blir negativt påvirket av skjønnhetsidealer og hvordan disse blir fremstilt i media. Her utforskes hva slags mulig effekt det har å bli utsatt for skjønnhetsidealer i media for både unge gutter og jenter. Jentene blir påvirket gjennom et tynnhetsideal og guttene blir påvirket av et muskuløs ideal. Resultatene viste på temaet kroppsbilde at skjønnhetsidealet i media påvirket jentene negativt, men viste ingen påvirkning guttene. I forhold til å sammenligne utseende med andre viste resultatene at jenter sammenligner seg selv med andre mer enn gutter, og spesielt etter at de har blitt påvirket av media. Forfatterne konkluderer med at forskningen repliserte tidligere resultater av forskning for unge jenter, at tynnhetsidealet i media har negativ effekt på jenter, men at det har begrenset påvirkning på gutter. Motsetningen i de to nevnte artiklene gjør det interessant å utforske temaet med tanke på kjønn og følelsene

knyttet til temaet. Metoden for denne forskningen var kvantitativ, vil det være interessant å trekke disse funnene med i vurderingen av en kvalitativ studie. For å utforske videregående skole elevers tanker i forhold til om de føler et «press» i sin hverdag, og hvilke likheter og ulikheter som uttrykkes av guttene og jentene.

Det finnes lite forskning på skjønnhetsidealer og kroppsøvningsfaget i Norge. Av internasjonal forskning introduserer Azzarito & Solmon (2006) i sin studie «A Feminist Poststructuralist View on Student Bodies in Physical Education: Sites of Compliance, Resistance, and Transformation». De skriver at tidligere forskning har vært opptatt av kropp, og hvordan dette begrepet har blitt en diskurs i store deler av forskning som omhandler utdanning. Forskere innenfor kroppsøving har diskutert om kroppsilde som er dannet i den vestlige kulturen påvirker ungdommenes deltakelse i faget eller deres forhold til egen kropp. Informantene fra sør-øst i USA var fra 4 forskjellige 9. klasser på ulike ungdomsskoler. I studiet kom det frem at informantene, som bestod av en variasjon med ulik etnisitet, form, størrelse, ferdigheter i kroppsøving og ivrighet ved deltakelse i faget. Alle hadde et tydelig bilde av hvordan en kropp skulle se ut, hva som var feminint (slank) og maskulint (muskuløs). Studien konkluderer med at kun 2 av totalt 28 informanter mente at kroppsøving ville gjøre en forskjell for deres syn på kropp. Men Azzarito & Solmon (2006) skriver videre at kroppsøving er et felt der elevene kan lære om egen kropp og diskutere dette temaet. På bakgrunn av dette vil det være interessant å se hva norske elever tenker og føler om dette temaet knyttet til kroppsøvningsfaget.

Tidligere forskning har stort fokus på kroppspress og medias rolle i forhold til kropp og utseende. Jeg ønsker å undersøke på skjønnhetsidealers betydning, da jeg er opptatt av at fenomenet rommer mer enn kun kropp og utseende. Det er et begrep som bygger på hvordan vi ønsker å fremstå, en «perfekt» versjon av oss selv. Den kulturelle kontekst eller subkultur en person lever i er ofte en relevant faktor i forhold til hva slags skjønnhetsideal en fokuserer på. Hvordan kropp, mote og utseende har endret seg over tid, gir et bilde av at skjønnhetsidealer i samfunnet eksisterer. Det er interessant å undersøke hvordan skjønnhetsidealer kommer til uttrykk i «Prosjekt Perfekt» og hvordan elever på videregående skole opplever denne tematikken. Videre presenteres tidligere forskning av skjønnhetsidealer, utseende og media da dette er sentrale begreper/fenomener i min oppgave.

3.2 Skjønnhetsidealer og utseende

I min problemstilling er skjønnhetsideal et sentralt fenomen jeg definerer som “et utseende vi streber etter å etterligne”. Fenomenet er komplekst og omhandler blant annet kropp og utseende. I følge Hamermesh (2013) er det moderne mennesket besatt av utseende, og bruker mye tid og penger for å opprettholde et vakkert utseende. Videre skriver Hamermesh (2013) at en gjennomsnittlig amerikansk mann bruker 32 minutter hver dag på utseende og en gjennomsnittlig amerikansk kvinne bruker 44 minutter hver dag. Pene mennesker er antatt å være sosialt bedre enn mindre attraktive mennesker. Bonnie Berry (2008) skriver om hvordan økonomi spiller en sentral rolle for utseende. Hun påpeker at høye, tynne, attraktive hvite mennesker får bedre jobber og beholder disse jobbene. Dette fører til at de får bedre økonomi og dermed bruker de mye penger på utseende. Et vakkert utseende fører til bedre status, makt og forbedret mobilitet (Berry, 2008:27). Tiden og ressursene mennesker bruker viser rollen utseende spiller i dagens samfunn. Hvordan en ser ut har blitt et bilde på om en er vellykket eller ikke. Samfunnet favoriserer personer som ser bra ut, og pene personer vil høste ulike økonomiske og samlivsfordeler.

Skjønnhetsidealer har imidlertid historisk sett alltid eksistert, og har utviklet seg med verdiene i samfunnet. Hva mennesket har sett på som viktig og vakkert har vært og er avhengig av dynamiske faktorer som blant annet kultur, økonomi, globalisering og media. Hvis en for eksempel utforsker kvinners kroppsform, var det på 1800-tallet fyldige kvinner som ble sett på som de vakreste, men i dag kan en se en motsetning, ved at tynne kvinner blir betraktet som mest attraktive. Bonnie Berry (2008) skriver at globaliseringen, et moderne fenomen, kan ha en effekt på den tverrkulturelle homogeniseringen av det vakre utseende. At denne homogeniseringen har ført til at vi i dagens samfunn beundrer tynnhhet, og at moteindustriens anti-fett fokus har spredt seg som en negativ påvirkning. Videre påpeker Berry (2008) at i 1985 var en gjennomsnittlig modell størrelse 38; i dag er en gjennomsnittlig modell størrelse 30 (size zero) og at det paradoksale er at publikumet som dette «idealet» er tenkt til blir større.

Sentralt i dag, er at kroppen er blitt et symbol på hvordan liv en lever, om en er sunn og aktiv eller «lat» og usunn, er kroppen «stedet» der dette er synlig. Kroppen blir omgjort til et objekt som vurderes ut ifra de kulturelle standardene (Hamermesh, 2013). Kroppen

er en stor del av vår selvfremstilling, og hvordan kroppen skal se ut blir sosialt konstruert i en kulturell kontekst. Kroppens form blir en sosial markør for lykke, status og makt (Engelsrud, 2006). Dette utseendefokuset og spesielt på kropp, er sentralt i utviklingen av kroppspress. Et ønske om å endre sin kropp for “å se bedre ut”, for å få det som betegnes som “en perfekt kropp”, stimuleres som allerede nevnt fra mange kanter i dag. Beundrende blikk rettes mot dem som har oppnådd drømmekroppen (Engelsrud, 2006). Skjønnhetsidealet for menn og kvinner blir framstilt i pressen, moteindustrien og Fitness magasiner, aviser og ikke minst i mange TV programmer og reklame over hele verden (Rysst og Klepp, 2012). Forskningen får frem at media er en sentral del av den sosiale konstruksjonen av skjønnhet i samfunnet, og jeg har dermed valgt å trekke inn forskning som viser hvilken rolle media kan spille i dagens samfunn.

3.3 Media

Massemedia, inkluderer tv, magasiner, video spill, kino og internett, er en stor del av livet til millioner av barn, ungdom og voksne (Levine og Chapman, 2011). Med smart telefoner, nettbrett og PCer har vi tilgang til mediene når vi ønsker, og sosiale medier har blitt en sentral del av hverdagen i den vestlige verden. I Norge viser Ungdata 2013 at en av tre ungdom bruker daglig mer enn tre timer av fritiden på PC, og at de nye mediene er en sentral formidlingskanal for hva som eller skjer i ungdomskulturen (NOVA, 2014). Kropp og utseende er et tema som gjennomgående kommer frem i media, dette kommer også fram i TV-programmet “Prosjekt Perfekt”. Årsakene til et eventuelt kroppspress er kompleks og mangesidig, hvor reklame og media ofte blir utpekt til å spille en viktig rolle (Rysst og Roos, 2014). Massemedia konstruerer en fasit på hvordan en bør se ut, og forskning viser at spesielt kvinner og unge jenter blir påvirket negativt av sosiale medier (Vaage, 2013). Mediene kan være med å bidra til å endre jenters oppfatning av hva som er normalt ved for eksempel å bruke bilder av normalvektige jenter og kvinner i reklamer for klær, sminke, kost og mosjon (Stavseth, 2008). I dag er makt knyttet til dem som definerer hva som er et perfekt utseende, og mye innflytelse ligger i hvordan bilder i ulike media fremstiller idealkroppen (Rysst og Roos, 2014). I følge tidligere forskning dominerer en bildemanipulering og retusjeringstrend i media, det innebærer at en «visker» ut appelsinhud og andre uønskede faktorer som blir betraktet som «stygt», kun for at forsidene skal føre til salg og bedre oppslutning.

3.4 Oppsummering tidligere forskning

Presentasjonen av tidligere forskning viser at kunnskapsstatus på feltet domineres av studier som utforsker kropp, kroppspress og idealer med jenter som utvalg. Forskningen uttrykker likheter ved at det dominerer et «kroppspress» og at det finnes enigheter om at det kvinnelige idealet betegnes som et tynnhetsideal. I motsetning til det mannlige idealene som uttrykkes gjennom et muskulært ideal. Forskningen viser at jenter blir påvirket negativt av media, mens gutter viser seg å bli mindre påvirket sammenlignet med jenter. Det viser seg å være mangelfull forskning på kroppsøvningsfaget i Norge og idealene som er fremtredende i samfunnet, men den internasjonale forskningen uttrykker et behov for å integrere muligheten for å refleksjon omkring kropp og idealer i faget.

Forsknings litteratur viser at samfunnet favoriserer personer som ser bra ut, utseende og kropp har blitt en markør for lykke, status og makt. Det følger et ønske å etterligne idealene som fremstilles i media, da disse idealene er symbolene på noe vakkert. Årsaken til et eventuelt kroppspress er kompleks og mangesidig, der media og reklame får en sentral rolle i den nevnte forskningen. Moderniseringen av samfunnet fører til at media enklere når ut til alle. Forskning viser at en av tre ungdom sitter i gjennomsnitt 3 timer på PC eller nettbrett hver dag. Bildemanipulering og retusjering dominerer i media og på nettet bruker ungdom sin makt i å definere hva som er idealkroppen og mulige «uoppnåelige» skjønnhetsidealene. Som allerede sagt vil jeg studere skjønnhetsidealene og deres mulig betydning for dagens ungdom, eller retttere sagt hva ungdom gjør med og ut av idealene i sitt eget liv. For å undersøke disse fenomen har jeg valgt en sosial konstruktivistisk forankring, og en diskursanalytisk tilnærming. En presentasjon av teori og begrepene følger i neste kapittel.

4. Teori

Jeg vil i det følgende, som allerede sagt, presentere oppgavens vitenskapelige forankring. Jeg har valgt å forankre oppgaven under et sosialkonstruktivistisk perspektiv, og anser kunnskap og meninger som kontekstbundet. Siden jeg ønsker å utforske hvordan skjønnhetsidealer kommer til uttrykk i Prosjekt Perfekt, og hvilken betydning disse idealene kan ha for elever på videregående skole vil både språkbruk og handlinger være viktige. Språket ekspertene formidler til Ida i TV-programmet og språket i elevens diskusjoner blir sentrale i min forskning. Diskursanalysen tar utgangspunkt i at språket er der meningen oppstår og blir uttrykt, handling og språk hører til samme dimensjon (Meyer og Sirnes, 1999). Jeg presenterer videre hva diskursbegrepet innebærer og hvor kompleks diskursanalyse er. Avslutningsvis vil jeg begrunne mine valg av teori og metode, og konkretisere hvordan jeg vil benytte meg av diskursanalyse i min forskning.

4.1 Sosialkonstruktivisme

Oppgavens teoretiske forankring baserer seg på et sosialkonstruktivistisk perspektiv. Konstruktivismen oppfatter kunnskap som konstruert av dem som deltar i bestemte sosiale sammenhenger (Thagaard, 2013). Sosial konstruktivismen fremhever at vi forstår omverden i den kulturen vi lever i. En kan si at sosialkonstruktivismen undersøker forholdet mellom språk og virkelighet, at sosial handling medvirker til å skape mening og sannheter om verden.

Et sosialkonstruktivistisk perspektiv bygger på flere sentrale premisser som gjør at forskning innenfor dette perspektivet må ta hensyn til disse og en som forsker må være klar over disse forståelsene i sin forskning. Burr (1995) påpeker fire premisser som binder feltet sammen. Det første bygger på en kritisk forståelse ovenfor selvfølgelig viten. Ved et sosialkonstruktivistisk perspektiv mener en at vårt syn på viten og viten om verden ikke kan ta for objektiv sannhet. Videre skriver Burr (1995) at det andre premisset bygger på at vårt syn på viten om verden alltid er kulturelt og historisk innlært. Det vil si at hvert individ har en egen forståelse av verden ut i fra sin kultur og historie. Det tredje premisset viser en sammenheng mellom viten og sosiale prosesser. Våre måter å forstå verden på skapes og opprettholdes i sosiale prosesser. Det fjerde og siste premisset er ifølge Burr (1995) hvordan forskjellige sosiale verdensbilder fører til

sosiale handlinger, og den sosiale konstruksjonen av viten og sannhet får konkrete sosiale konsekvenser. Det vil si at det er en sammenheng mellom viten og sosial samhandling. Disse fire premissene viser hvordan det sosialkonstruktivistiske perspektivet ser sammenheng med det sosiale aspektet og den kunnskapen hvert individ sitter med. Gjennom et sosialkonstruktivistisk perspektiv fremkommer diskursanalyse som en sentral metode. Sannhet ses på noe som endrer seg innenfor ulike diskurser. Mennesker er historisk og kulturelt betinget, som vil si at våre måter å forstå og representere verden på har vært annerledes og de har bevist at de kan endres over tid (Jørgensen & Phillips, 1999). Jeg skal i neste avsnitt presenteres hva diskurs begrepet innebærer og hvor kompleks diskursanalyse er. Jeg vil begrunne mine valg av teori og metode, samt begrense og konkretisere hvordan jeg vil benytte meg av diskursinspirert analyse i min forskning.

4.2 Diskursanalyse

Diskurs blir beskrevet som en måte å snakke om og forstå verden på, og er, som jeg nettopp har vist, forankret i sosialkonstruktivistiske perspektiver. Det vil si at analysen vil gi en forståelse som er preget av den kultur og den tiden vi lever i (Thagaard, 2013). Videre skriver Thagaard (2013) at diskursanalyse defineres som studie av språket som sosialt fenomen. Diskursanalyse er en kvalitativ metode som analyserer mening der meningen oppstår, i språket selv. Ordet «Diskurs» dekker over en ide om at språket er strukturert i mønstre, som våre utsagn følger, når vi handler innenfor forskjellige sosiale domener (Jørgensen & Phillips, 1999). Samtidig blir det talte (og skrevet) språket en del av en mer omfattende kommunikasjon, en må også se på kroppslige gjester, holdninger og uttrykk, og ikke minst hvordan folk kommuniserer ved å ordne og arrangere de materielle omgivelsene sine. Dette betyr at diskurs ikke bare handler om det snevert språklige, men om kommunikasjon i utvidet form (Meyer & Sirnes, 1999).

Jørgensen & Phillips (1999) skriver at Michel Foucault var den som for alvor satte gang i diskursanalysen, både ved å utvikle teori og begreper. Videre skriver de at Foucault følger den generelle sosialkonstruktivistiske premisset om at sannheten er en diskursiv konstruksjon. Jørgensen og Phillips (1999) støtter seg blant annet på Michel Foucault (1969:153/1972:117) diskursbegrep og definerer det på følgende måte: «vi vil kalle en gruppe av ytringer for diskurs i det omfang, de utgår fra den samme diskursive formasjonen [... diskursen] består av et begrenset antall ytringer, som man kan definere

mulighetsbetingelsene for». Med denne forståelsen av begrepet kan en trekke en sammenhengende forståelse mellom sosialkonstruktivismen og diskursanalyse. At et sosialkonstruktivistisk perspektiv kan belyses gjennom en diskursinspirert analyse for å få frem hvilke bestemte meninger og enigheter innenfor et gitt felt preges av.

Diskursanalytisk tilnærming vil være en relevant analytisk metode for min oppgave, da en analyserer språket ut i fra feltet en forsker innenfor, og resultatet vil bli skapt i relasjon til forsker og de som blir studert (Thagaard, 2013).

I Prosjekt Perfekt blir «sannhetene» konstruert mellom ekspertene og Ida, diskursene forankrer seg i kunnskapen til ekspertene som videreformidles til Ida som sannheter ut i fra dere erfaringer og kunnskaper. For å identifisere disse diskursene, vil en diskurs inspirert analyse være en god metode som får frem bestemte meninger og enigheter som fremstilles i programmet. I en diskursanalyse er en ute etter det ubevisste betydningsrommet. Dette identifiseres ved å først ta utgangspunkt i det som blir sagt og på hva som gir mening og ikke minst for hva som kan bli viktig, seriøst, legitimt, godt, truende, akutt, osv. (Meyer & Sirnes, 1999). En diskursanalytisk tilnærming vil gi mulighet for å se hvilke «sannheter» og «tatt-for-gittheter» som kommer frem i Prosjekt Perfekt omkring skjønnhetsidealer.

I fokusgruppeintervjuet konstruerer elevene sannheter og enigheter seg imellom. Elevene er innenfor samme historiske og kulturelle kontekst. En diskursanalyse vil avdekke enighetene som formidles gjennom det elevene uttrykker. En diskusjon omkring bestemte tematikker vil trekke frem diskurser i lys av elevenes opplevelser og meninger. Det som blir sagt og ikke sagt, handlingene til elevene og deres forståelse av verden vil uttrykke sannhetene de forbinder omkring temaene kropp og utseende. I samtaler med andre utvikler mennesker sin forståelse av omverden, og denne forståelsen representerer et utgangspunkt for sosiale handlinger (Thagaard, 2009). Dermed vil elevenes uttrykk om kropp og utseende ikke bare anses som en individuell forståelse, men kulturelt og kollektiv. Det diskursanalytiske arbeide i min oppgave vil handle om å identifisere sannheter som kommer frem i mitt materiale. Det metodiske arbeidet med materialet består av mange valg og i neste kapittel presenteres disse valgene.

5. Metode

I dette kapitlet vil prosjektets metodiske fremgangsmåte bli presentert. Jeg vil gjøre rede for diskursanalyse som kvalitativ metode. Videre vil jeg begrunne de metodiske valgene og presentere oppgavens metodiske arbeid. Jeg vil presentere mine valg av datamateriale, og det metodiske arbeidet med materialene. I første omgang presenteres arbeidet med Prosjekt Perfekt, og det diskursinspirerte arbeidet med dette materialet. Deretter presenteres en redegjørelse av fokusgruppeintervju og videre prosessen med intervjuet der utvalg og gjennomføring konkretiseres. Avslutningsvis reflekterer jeg over utfordringer ved diskursanalyse som metode og de etiske utfordringer ved min forskningsmetode.

5.1 *Diskursanalyse som kvalitativ metode*

Begrepet metode betyr opprinnelig «veien til målet» (Kvale og Brinkmann, 2009). Metoden for forskningen beskriver valgene en som forsker har tatt for å gjennomføre forskningen og en redegjørelse av disse valgene. I min oppgave har jeg valgt en kvalitativ forskningsmetode, som er med på å belyse virkeligheten. Den samfunnsvitenskapelige forskningen med kvalitativ metode forholder seg til data i form av teks, lyd og bilde, der resultatene kommer frem gjennom analytisk arbeid med materiale (Johannesen, Tufte & Kristoffersen, 2009). En diskursinspirert analyse vil bli benyttet som metode. Som tidligere nevnt er hovedpoenget med en diskursanalyse å analysere mening som en del av det generelt sosiale der mening dannes (Neumann, 2002:38). Diskursanalysen ønsker å peke på de diskursive betingelsene for et sosialt fenomens eksistens, i min oppgave blir det sosiale fenomenet «skjønnhetsidealer». Ved å se på forhold mellom språk, sosial praksis og virkelighet, bidrar diskursanalysen til økt bevissthet om hvilke diskurser som former virkeligheten (Johannessen et al, 2009). I kvalitative metoder vil en ikke komme fram til kausale sammenhenger, men mening og betydning av de sosiale fenomener som studeres. Oppgavens overordnede spørsmål er, som allerede nevnt, hvordan skjønnhetsidealer kommer til uttrykk i Prosjekt Perfekt og hvilken betydning disse idealene kan ha for elever på videregående skole. Jeg har valgt å arbeide innenfor et diskursperspektiv for å undersøke dette i materialene, valg av materiale for forskningen presenteres videre.

5.2 Dataproduksjon

Dataproduksjon er en viktig del av forskning da dette danner grunnlaget for grundig og valid arbeid. I mitt prosjekt ønsker jeg å undersøke enighetene omkring skjønnhetsidealer skapes og fremkommer, og dets betydning og mening. TV-programmet Prosjekt Perfekt belyser mange dagsaktuelle temaer der blant annet kropp og utseende kommer frem som sentrale. I mitt arbeid med Prosjekt Perfekt er jeg også klar over at skjønnhetsidealene som kommer til uttrykk i tv-programmet, også er en form for speilbilde av hvordan det er i samfunnet. En diskursanalytisk tilnærming gir tilgang til å utforske handlingene og det som blir sagt i programmet i et slikt perspektiv.

Som en kommende kroppsøvingslærer ønsker jeg å se hvilken betydning slike idealer kan ha for elever på videregående skole. Hvordan kan kroppsøvingfaget bli brukt som en arena for å få elever til å reflektere rundt temaer som kropp, utseende og idealer. Med en todelt problemstilling var det naturlig for meg å ta utgangspunkt i to materialer. Tv programmet Prosjekt Perfekt og et fokusgruppeintervju av elever på videregående skole, jeg skal videre beskrive mitt metodiske arbeid med disse to materialene.

5.3 Prosjekt Perfekt

Med et interessant utgangspunkt i TV-programmet Prosjekt Perfekt har jeg transkribert episodene og dette utgjør det første datamaterialet, dataen jeg sitter igjen med fra TV-serien er i overkant av 100 sider med tekst. En analyse av denne teksten vil gi meg mulige svar på mitt første spørsmål i min todelte problemstilling. Fremgangsmåten til analysen vil være å analysere det som blir sagt i TV-serien, se denne i sammenhengen mellom individet og kulturen. Denne formen for analyse kalles diskursanalyse, som jeg tidligere har presentert. Gjennom en tematisering av datamaterialet tok jeg utgangspunkt i temaene kropp og utseende, da disse begrepene er relevante i redegjørelsen av skjønnhetsidealer. Tematiseringen førte til at jeg plukket ut interessante samtaler og hendelser fra TV-serien der kropp og utseende var i fokus. Blant annet at Ida testet ut ulike trening eller snakket med en ekspert om kosthold, utseende og kropp. Det er samtalene mellom «ekspertene» og Ida som er utgangspunktet til analysen. Tematiseringen gjorde at jeg fikk et helt nytt syn på datamaterialet og jeg la merke til interessante samtaler som vil gjøre analysen spennende. Videre gjennomførte jeg en delprosessanalyse av samtalene som ble utvalgt gjennom tematiseringen. Prosessen var lærerik og gjorde så jeg oppdaget interessante begreper og funn i datamaterialet. I

kapittelet der jeg presenterer resultatene av Prosjekt Perfekt forklarer jeg videre delprosessanalysen og det analytiske arbeidet med tv-programmet.

5.4 Fokusgruppeintervju

Etter en diskursinspirert analyse av Prosjekt Perfekt, hadde jeg valgt ut relevante diskurser og kommet frem til interessante funn som presenteres i neste kapittel. Videre ønsket jeg å utforske hvordan elever opplever og forstår seg selv, og hvilke synspunkter og perspektiver de har på temaet om kropp, utseende og skjønnhetsidealer. Intervju er en velegnet måte å gi informasjon om hvordan personer som intervjues opplever og forstår seg selv og sine omgivelser (Thagaard, 2013). Intervjuet skal representere et konstruktivistisk ståsted. I følge dette perspektivet anses intervjudata som resultat av sosial interaksjon mellom forsker og de som intervjues, og intervjuet preges av den konteksten som intervjusituasjonen representerer (Thagaard, 2013). Da temaet kan oppleves privat og vanskelig å snakke om reflekterte jeg rundt om elevene ville være åpne for individuelle intervjuer. Jeg reflekterte over muligheten for at jeg som intervjuer ville lede de i en bestemt retning eller at de skulle få følelsen av at de måtte svare det «det rette svaret». I min forskning ønsket jeg å få frem elevenes refleksjoner, dermed ville en åpen samtale gi mulighet for interessante temaer og meninger til å komme frem. Fleksibilitet ble en sentral faktor for å gjennomføre et godt intervju. For å få i gang faglige diskusjoner og refleksjoner om temaene som kan være vanskelig å prate om ønsket jeg å intervju alle forskningspersonene samtidig, dette er kalt et gruppeintervju.

Formålet med gruppeintervjuer er ofte å få fram et mangfold av synspunkter, vurderinger og kreative assosiasjoner om bestemte avgrensede tema. Siden gruppeintervjuet fokuserer på disse utvalgte temaene, omtales gruppen ofte som en fokusgruppe (Grønmo, 2004:159). Fokusgruppeintervju gir mulighet til å diskutere temaene slik at elevene selv kan reflektere rundt begreper og meninger.

Fokusgruppeintervju kjennetegnes av en ikke-styrende intervjustil, der det først og fremst er viktig å få frem mange forskjellige synspunkter om emnet som er i fokus for gruppen (Kvale og Brinkmann, 2009). Dette gir elevene mulighet til å reflektere uten at jeg som forsker leder de i noen retning og det vil være positivt for min forskning at elevene får mulighet til å diskutere og reflektere disse temaene. For når det dreier seg om følsomme, tabubelagte temaer kan gruppesamspillet gjøre det lettere å uttrykke synspunkter som vanligvis ikke er tilgjengelige (Kvale og Brinkmann, 2009).

Et kvalitativt forskningsintervju kan utformes på flere måter, på den ene siden finnes det intervju med lite struktur, som kan betraktes som en samtale mellom forsker og intervjuperson hvor hovedtemaene er bestemt på forhånd (Thagaard, 2013). Fordelene med denne intervjumetoden er at forskningspersonen kan bringe opp nye relevante temaer som forskeren kan utforske. På den andre siden har man strukturert intervju der spørsmålene og rekkefølgen er utarbeidet på forhånd, dette gjør så en enkelt kan sammenligne resultatene. Den mest vanlige fremgangsmåten blant kvalitative intervjuer er en mellomting av de to som er beskrevet over, og karakteriseres ved en delvis strukturert tilnærming, som også kalles semistrukturert intervju. Et semistrukturert livsverden intervju brukes når temaer fra dagliglivet skal forstås ut fra intervjupersonens livsverden, og særlig fortolkninger av meninger med fenomenene som blir beskrevet (Kvale og Brinkmann, 2009). Denne tilnærmingen vil være optimal til mitt prosjekt, da temaene jeg ønsker å spørre om er fastlagt, men intervjupersonens svar vil styre rekkefølgen av spørsmålene, åpne opp for videre samtale og diskusjon.

Kvale og Brinkmann (2009) skriver at i et kvalitativt forskningsintervju produseres kunnskap sosialt, det vil si gjennom interaksjon mellom intervjuer og intervjuperson. Dette gjør forarbeidet til intervjuet viktig slik at en får til en god samtale med godt formulerte og forståelige spørsmål. En sentral del av forberedelsene til datainnsamlingen var å utforme en intervjuguide. Intervjuguiden beskriver i grove trekk hvordan intervjuet skal gjennomføres, med hovedvekt på hvilke tema som skal tas opp med respondenten (Grønmo, 2004:161). I min oppgave tok jeg utgangspunkt i de interessante funnene fra den diskursinspirerte analysen av Prosjekt Perfekt og utformet en intervjuguide som var fordelt i temaer, dette blir kalt en temaguide. Temaguiden inneholdt temaene; perfeksjon, utseende, media og samfunn, kroppspress, trening og kroppsøvingsfaget (vedlegg 1). Under utarbeidningen av temaguiden reflekterte jeg over hvordan spørsmålene ville være å svare på. Thagaard (2013) påpeker viktigheten av at spørsmålene inviterer intervjupersonen til å reflektere over temaene vi spør om, og at de oppmuntrer til å gi fyldige kommentarer. Rekkefølgen på spørsmålene var noe jeg testet ut i pilotintervju. Grønmo (2004) skriver om fordelene av å starte intervjuet med lette, enkle spørsmål for å få i gang samtalen, deretter gå inn på dype og følsomme spørsmål som kan være vanskelig å svare på. Med en slik oppbygning vil intervjupersonen ha mulighet til å få frem andre temaer som kan være aktuelle, samtidig får jeg som forsker

styrt intervjuet slik at alle temaer som er viktige for problemstillingen blir diskutert. Videre vil en redegjørelse av utvalget presenteres.

5.5 Utvalg

Spørsmålet om hvem jeg ønsker å få informasjon fra, innebærer å definere det utvalget undersøkelsen baserer seg på. Kvalitative studier baserer seg på strategiske utvalg, det vil si at en strategisk velger deltakere som har egenskaper og kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til problemstillingen (Thagaard, 2013). Da avgjørelsen om at fokusgruppeintervju ville være en egnet datainnsamlingsmetode for mitt prosjekt måtte jeg konkretisere utvalget. I et fokusgruppeintervju må en som forsker ta beslutning om sammensetningen av gruppedeltakerne, størrelsen på gruppene og hvor mange grupper som skal gjennomføres i et gitt prosjekt (Johannesen et al, 2009). I min problemstilling er målgruppen elever på videregående skole, dermed var utvalget konkretisert med tanke på alder. Jeg begrenset utvalget ved det som kalles kategoribasert utvalg. Det vil si at en definerer bestemte kategorier som skal være representert i utvalget, og så velge ut deltakere innenfor hver av disse kategoriene (Thagaard, 2013). Kategoriene i mitt prosjekt ble definert ut i fra alder og kjønn på utvalget. I mitt prosjekt vil tid bli en begrensning og dermed vil det være optimalt å ha et lite utvalg med få kategorier. Kjønn vil være relevant for min problemstilling og begge kjønn inngår i utvalget, denne kategoriseringen vil gjorde det enkelt å få tak i deltakere. Jeg utfører deretter det som kalles en kvoteutvelging, da en definerer en bestemt kvote av deltakere vi skal kontakte innenfor hver kategori (Thagaard, 2013). Ved fokusgruppeintervju er størrelsen på gruppen sentral. Det er både fordeler og ulemper med små grupper, da det krever sterkere grad av deltakelse og engasjement fra den enkelte, men samtidig gir det deltakerne en mulighet til å være synlig (Johannesen et al, 2009). Mitt ønske om å få til åpne diskusjoner og refleksjoner gjorde så jeg ønsket en gruppe bestående av fire deltakere, to jenter og to gutter, altså to fra hver kategori. En retningslinje for omfanget av kvalitativ utvalg er at antall deltakere ikke bør være større enn at det er mulig å gjennomføre omfattende analyser (Thagaard, 2013). Utvalget må være stort nok til å kunne gi en forståelse av fenomenet vi studerer, samtidig som det er avhengig av hvor mange kategorier som inkluderes i utvalget. Med kun en kategori kan en ha et relativt lite utvalg, noe som er passende for mitt prosjekt. Med fire intervjupersoner vil jeg ha mulighet til å sammenligne svarene, samtidig som det er gjennomførbart med tanke på

tiden som er til rådighet. Utvalget vil bli geografisk utvalgt på en videregående skole i Oslo.

En skriftlig henvendelse ble sendt til en videregående skole i Oslo. Avdelingslederen for kroppsøving viderefremmet informasjonsskrivet om mitt prosjekt til elever som hadde kroppsøvingsfaget, og fire elever meldte interesse for mitt prosjekt. To gutter og to jenter fra samme videregående skole, som gikk andre året studiespesialiserende. Da det kun var alder og kjønn som var kategorisert som sentralt til mitt utvalg, dermed er ikke sosial bakgrunn og etnisitet en faktor i mitt prosjekt. Utfordringene kunne være at gruppen var veldig lik eller veldig ulik. Da elevene går på samme skole og er like gamle kan en se på de som et utvalg med liten variasjon, en relativt homogen gruppe. Fordelen blir å avdekke mulige felles og ulike erfaringer innenfor en relativ homogen gruppe. Denne utvalg strategien er vanlig i forbindelse med gruppeintervju fordi den ønsker at deltakerne relativt lett skal kunne kommunisere med hverandre (Johannesen, et al, 2009;113), noe som også ble tilfellet i min forskning.

5.6 Gjennomføring av fokusgruppeintervju

Ved gjennomføringen av fokusgruppeintervjuet introduserte jeg temaene med et åpent spørsmål. Elevene begynte å kommunisere for å få frem sine synspunkter tidlig, gruppen var både enige og uenige om temaene de diskuterte. Ved tidligere pilotintervju hadde jeg erfart hvordan en som forsker skulle få i gang en diskusjon uten å lede deltakerne inn på konkrete emner. Denne erfaringen gjorde så elevene fikk frem sine meninger og reflekterte over noen av temaene som kan være vanskelig å snakke om. Ved gruppeintervju kan forskeren utnytte den spesielle dynamikken i samtalene mellom gruppemedlemmene innbyrdes. Gruppeintervjuer forutsetter at forskeren finner en god balanse mellom åpenhet overfor ulike innspill fra gruppemedlemmene og styring av samtalen i gruppen som helhet (Grønmo, 2004:159). Som intervjuer inntok jeg en rolle som ordfordeler samtidig som jeg som forsker lyttet til deltakernes svar, tolket svarene og fulgte opp med nye spørsmål. Slik at respondentens svar ble utdypet og konkretisert. Siden hensikten med fokusgruppene er å få fram deltakernes synspunkter, er det deltakerne og ikke moderatoren som skal snakke mesteparten av tiden (Johannesen, et al, 2009). Under intervjuet fikk jeg følelsen av at noen av deltakerne svarte det de tenkte var «det rette» svaret, da det kunne virke som medelevene hadde ledet de i en bestemt retning. Elevene uttrykket en god evne til å reflektere rundt temaene som inngikk i

samtalen, de diskuterte, og var både enige og uenige. I slutten av intervjuet hadde jeg følelsen at jeg satt igjen med nokså utfyllende informasjon, noe som bekreftet at fokusgruppeintervju var en relevant metode for å gi elever på 17 år rom til å reflektere rundt hverdagslige temaer som en ellers ikke snakker om. Elevene holdt samtalen i gang og var gode på å engasjere seg. Det dominerte enighet i gruppen om de fleste temaene vi gikk inn på, noe som skaper interesse for videre arbeid med materialet. Videre analytisk arbeid beskrives i resultat av fokusgruppeintervju.

5.7 Utfordringer ved diskursanalyse

Ved kvalitativ metode har en som forsker ulike utfordringer ved innsamling og analyse av materiale. Analysen kan knyttes til situasjonen der forsker forlater informanten i feltet og går over til å analysere og fortolke den teksten som er resultatet av datainnsamlingen (Thagaard, 2013). Utfordringer i analyser av intervjuer er å vurdere om intervjupersoners svar på forskerens spørsmål er tilpasset den diskurs de oppfatter at forskeren er preget av. Dette vil si at spørsmålene må være generelle og innbydende slik at forskningspersonene føler at han eller hun kan svare ærlig, og ut i fra sin egen oppfatning av spørsmålet. Forskeren må vurdere hvordan den forståelsen hun eller han har av kulturelle diskurser, prøves ut og bidrar til å prege samspillet med intervjupersonene (Thagaard, 2013). Den kvalitative forskningsprosessen er preget av til dels flytende overganger mellom innsamling og analyse. Analysen kan karakteriseres som en dialog mellom forskerens og deltakernes forståelse (Thagaard, 2013). Som forsker vil en tolke og analysere dataen ut i fra sitt faglige perspektiv, men det er etiske dilemmaer som er knyttet til den analyserende fasen av prosjektet. Analyser av diskurser tar utgangspunkt i deltakerens forståelse av sin situasjon, og tolkningen av dette må være i samsvar med det forskningspersonene har ment. Presentasjonene av resultatene innebærer en fortolkning av en allerede fortolket virkelighet (Thagaard, 2013). Utfordringene ved kvalitativ analyse er at en må skjule deltakerens identitet, og samtidig få frem deltakerens meninger i samsvar med sin egen tolkning av det som har blitt sagt. Videre presenteres etiske refleksjoner omkring kvalitativ forskning.

5.8 Etisk refleksjon

Ved bruk av kvalitativ metode er det ulike etiske dilemmaer en som forsker må ta hensyn til. Det finnes etiske regler for hvordan en som forsker må arbeide og legge fram resultatene. Forskeren må utvise redelighet og nøyaktighet når en presenterer

forskningsresultatene (Thagaard, 2013). For meg som forsker handler det om å være bevisst på hvilke etiske regler som ligger til grunn for en kvalitativ metode både med tanke på henvisningsskikk, forholdet til forskningspersonene, behandling av personopplysninger, etiske dilemmaer ved intervju og en redegjørelse av validitet og reliabilitet. En presentasjon av etiske refleksjoner følger under.

5.8.1 NSD, informert samtykke og konfidensialitet

De etiske dilemmaene er en sentral del av en god forskning, og det er dermed viktig som forsker å sette seg inn i de etiske reglene slik at forskningen bli riktig gjennomført. I min forskning benytter jeg meg av en kvalitativ metode der jeg blant annet skal intervjuer elever, dette medfører at jeg må melde inn til Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) (vedlegg 2). Forskningsprosjekter som forutsetter behandling av personopplysninger, faller inn under personopplysningsloven fra 2001, som vil si at det er meldepliktig (Thagaard, 2013). Et meldeskjema ble sendt og godkjent ved begynnelsen av prosjektet (vedlegg 3). Gjennom hele forskningsforløpet vil jeg som forsker måtte ta hensyn til etiske regler og dilemmaer. Fra planleggingen av prosjektet og frem til publisering ligger etikken til grunn for en lovlig, relevant og god forskning.

I mitt prosjekt har jeg tatt utgangspunkt i en offentlig TV-serie «Prosjekt Perfekt» som medfører at personvern ikke er nødvendig. Informasjon som anses som offentlig, er i prinsippet tilgjengelig for forskning (Thagaard, 2013). Jeg må legge fram at programmet har iscenesatte mediepersoner, og at programmet ikke legger fram en «ekte» person. Videre i min forskning ønsker jeg å benytte meg av intervju som metode for å finne mulige svar på min problemstilling. Ved intervju er det tre sentrale prinsipper en som forsker må ta hensyn til når en skal finne forskningspersoner. Informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser av å delta i forskningsprosjekter (Thagaard, 2013). Jeg informerte elevene om prosjektets målsetting og fremgangsmåter, at deltakelsen er basert på frivillighet og at deltakerne kan trekke seg hvis de ønsker (vedlegg 3). Elevene signerte samtykke erklæringen før intervjuet ble gjennomført.

I intervjusituasjonen er de etiske problemene knyttet til forskerens avveininger om hvor personlig og nærgående spørsmål hun eller han kan stille (Thagaard, 2013). Det ligger også utfordringer i relasjonen mellom forsker og deltaker, da den kvalitative forskningsprosessen har flytende overganger fra innsamling og analyse av data. Det er

derfor viktig å forstå at interaksjonen preger forholdet mellom forsker og forskningspersonen, og at dette igjen kan påvirke arbeidet videre med datamaterialet. Ved gjennomføringen av intervjuet var spørsmålene åpne, og elevene benyttet muligheten til å inngå diskusjoner og enigheter. Intervjuet foregikk som en relativt åpen samtale og elevene var bevisste over at de kunne svare på det de ønsket selv. Som forsker og intervjuer hadde jeg reflektert over spørsmålenes innhold, slik at de ikke var for personlig eller nærgående. Elevene ga inntrykk i at de var trygge i intervjusituasjonen, og trakk inn interessante tematikker og refleksjoner slik at intervjuet utgjorde et godt datamateriale til videre analyse.

Analysen og tolkningen av datamaterialet innebærer at forskeren knytter resultatene sine til tidligere forskning og til relevante teoretiske perspektiver (Thagaard, 2013). Den analytiske delen av forskningen vil i mitt prosjekt bestå av en diskursinspirert analyse. Utfordringene var å beholde forskningspersonens stemme når en analyserer. Slik at jeg som forsker var oppmerksom på at jeg fortolker en allerede fortolket virkelighet, og beskytter forskningspersonens integritet (Thagaard, 2013). Fordelen med mitt materiale er at elevene fikk snakke fritt, og dermed kunne ikke jeg som forsker lede de en bestemt retning. Elevene fikk mulighet til å reflektere og trekke inn nye relevante tematikker, slik at meningene dere kommer tydelig til uttrykk i materialet. Ved analyse av materialet kommer elevenes «stemme» frem ved at de tydelig fikk uttrykkes sine meninger i en diskusjon og samtale.

Anonymisering av forskningspersonene er viktig i den analytiske prosessen av forskningen og når en skal publisere resultatene. I følge forvaltningsloven er all informasjon som kan tilbakeføres til enkeltpersoner taushetsbelagt. Resultater fra prosjekter som inneholder personopplysninger skal formidles i anonymisert form. Det må ikke formidles informasjon som kan tilbakeføres til enkelt personer (Johannesen et al, 2009). I min oppgave har elevene fått fiktive navn for å ivareta konfidensialitet.

5.8.2 Validitet og reliabilitet

I henhold til Thagaard (2013) er forskningens reliabilitet og validitet sentrale begreper for prosjektets troverdighet. Reliabilitet handler om forskningens evne til repliserbarhet. I kvalitativ forskning er ikke repliserbarhet noe tema fordi forholdet mellom mennesker og svarene informanten kommer med ikke kan kopieres. Derfor er det viktig i et slikt

kvalitativt prosjekt at en argumenterer for hvordan en har utviklet dataene i løpet av forskningsprosessen. Thagaard (2013) hevder at argumentasjonen skal overbevise den kritiske leser om kvaliteten på forskningen. Validitet handler om gyldighet og sannhet, og er knyttet til de tolkningene vi som forskere foretar oss (Thagaard, 2013). Det finnes en rekke utfordringer ved fortolkningen av datamaterialet, som vil påvirke vår forståelse og dermed gyldigheten av prosjektet. Et grunnleggende spørsmål i all forskning er datas pålitelighet. På forskningspråket betegnes dette som reliabilitet, fra det engelske reliability, som betyr pålitelighet. Reliabilitet knytter seg til undersøkelsens data, hvilke data som brukes, den måten de samles inn på, og hvordan de bearbeides (Johannesen, et.al, 2009).

Som forsker må jeg vurdere troverdigheten til min egen forskning og mine resultater, reliabilitet og validitet er sentrale begreper i denne vurderingen. Et felles krav for alle forskere er at de må redegjøres for sin bruk av metode både med henhold til relevans og validitet (Thagaard, 2013). Reliabilitet handler som sagt om forskningens pålitelighet, og kan knyttes til at forskeren gjør rede for hvordan data utvikles. I min oppgave presenteres forskningsprosessen. Jeg presenteres stegene forskningen er gjennomført i, reflekterer over valgene og de etiske utfordringene underveis. Som tidligere beskrevet har jeg tatt utgangspunkt i et TV-program og et fokusgruppeintervju, og arbeidet med disse materialene bygger på tolkning og analyse. Ved en diskursinspirert analyse ønsker jeg å undersøke skjønnhetsidealers rolle og betydning. Validitet handler om gyldigheten av de tolkningene undersøkelsen fører til (Thagaard, 2013). Som forsker må jeg derfor vite min posisjon til feltet som forskes på, og jeg må redegjøre for min forståelse slik at dette kommer frem i tolkingen. Som tidligere nevnt er jeg utdannet som kroppsøvingslærer, og må derfor ta dette i betraktning når jeg arbeider med stoffet. Ved analyse av materialene arbeider jeg med et «objektivt» blikk, det vil si at jeg tolker materialet ut i fra det som blir sagt og ser det i sammenheng med tidligere forskning og teori. Mine egne oppfattelser er jeg selv klar over, men dette inngår ikke i det analytiske arbeidet og selv synes jeg at resultatene som kommer frem er interessante og overaskende i lys av at prosjektet fremstilling av «idealene» og elevenes åpenhet omkring et relativt personlig tema. Fremstillingen av tolkningsprosessen er sentral for gyldigheten i forskningen og er sentral del for å oppnå gode og troverdige resultater. I kvalitativ forskning er overførbarhet relevant for den eksterne validiteten. Som forsker må en argumentere for de betingelsene som bidrar til at en tolkning basert på studiet i en

sammenheng kan ha relevans i andre sammenhenger (Thagaard, 2013).

Forskningsprosessen krever at en som forsker reflekterer rundt de etiske utfordringene.

En sentral del av mitt metodiske arbeid har bestått av analyse, en diskurs inspirert

analyse presenteres innlednings i resultat kapitlene for å redegjøre for min

tolkningsprosess, deretter en presentasjon av resultatene.

6. Resultat – Prosjekt Perfekt

I dette kapitlet presenteres resultatene fra analysen av Prosjekt Perfekt. Kapitlet er bygget opp etter følgende struktur. I første del presenteres oppbygningen og arbeidet med den diskursinspirerte analysen. Videre presenteres hver diskurs/tema, presentasjonen er bygget opp slik at det innledningsvis beskrives utvalgte hendelser fra TV-programmet, med refleksjoner knyttet til temaene som trekkes frem. Deretter en teoretisering omkring diskursen og diskusjon knyttet til tidligere forskning og relevant litteratur.

6.1 Oppbygning av analyse av Prosjekt Perfekt

Som tidligere nevnt er Prosjekt Perfekt en TV-serie som ble sendt på NRK. Programmet fordelte seg over åtte episoder, hver episode tok for seg et tema som kosthold, trening, hjemmet, sosialt liv, forhold, utseende og lykke. Etter å ha transkribert alle episodene i TV-programmet satt jeg igjen med ca.100 sider med tekst. Fordelen med dette datamaterialet, som forelå som tekst, var at det var ryddig og oversiktlig da programmet var redigert. Det var ikke behov for meningsfortetting da språket hadde en god oppbygning. Det ga meg mulighet til å starte med en tematiseringen som ble et ledd i å få en oversikt over stoffet. Etter en detaljert gjennomgang av materialet fikk jeg valg ut/trukket ut hendelser og samtaler som omhandlet temaer omkring kropp og utseende. Videre analyserte jeg materialet gjennom en delprosess analyse bestående av tre deler.

«Delprosess» er både et teoretisk konsept og betegnelsen på en analyseenhet. Som teoretisk konsept refererer delprosess til en del av en samtale i kontekst der folk formidler et tema og et forhold samtidig (Steihaug, 2010). Som analyse benyttet jeg meg av delprosessanalyse for å få en oversikt av materialet. De tre delene bestod av en deskriptiv del, en reflekterende del og en teoretiserende del. Jeg la opp arbeidet slik at jeg først tok utgangspunkt i transkripsjonen, beskrev utdragene med egne ord slik at det ble en sammenhengende fortelling ut av hva som ble sagt og gjort. Beskrivelsene ble hendelsesnære og gir et detaljert og fortolkende bilde av hvordan Ida og «ekspertene» forhandlet om ulike tema i TV-programmet. Videre reflekterte jeg rundt det jeg hadde sett på og skrevet, refleksjonen medvirket til at jeg kunne trekke frem mulige teoretiske begreper. Arbeidet videre bestod i å søke i litteraturen og lese meg opp på disse

begrepene. Teoretiseringen bidro til de interessante diskursene, som presenteres videre; objektivisering av kropp, normalitet, kjønnsroller, metaforer i språket og perfektjon.

6.2 Kroppens utseende i fokus

I episodene med temaene trening og utseende kommer det frem ulike samtaler og meninger om temaet kropp. Ekspertene legger frem hvordan Ida kan endre sin kropp ved hjelp av kosthold, trening og plastiske operasjoner. I introduksjonene til episoden om trening står Ida i undertøy foran speilet og sier:

«Jeg er ikke sånn kjempe misfornøyd med kroppen, det er jeg ikke. Jeg syns den er helt ok liksom. Men det er liksom en bonus hvis jeg kunne fått en sånn der skikkelig sunn sprek kropp, de damene som henger ute på veggen min, Tone Damli og gjengen, de ser annerledes ut enn det her. Så se her sånn (tar seg på baksiden av overarmen) dette skulle ha vært stramt. Fått skikkelig mussels!»

Ida gir inntrykk av at hun ønsker seg en «sunn og sprek kropp». Hun peker på bilder av kjendiser som Tone Damli og gjengen, og påpeker (noe ironisk) at hun skulle hatt strammere overarmer og hatt mer muskler, som de på bildene. Det kan virke som om det å være «sunn+sprek=pen». Som tidligere nevnt i kontekstualiseringen av skjønnhetsidealer og utseende, spiller utseende en sentral rolle for en persons «verdi» i samfunnet. Ut ifra det Ida sier fremtrer det at Tone Damli og gjengen representerer verdier som i Idas øyne symboliserer det å være pen. Det framgår at Ida er fornøyd med egen kropp, men blir «misfornøyd» i møtet med de billedskjønne og profilerte menneskene som reklamerer for de kommersielle tiltakene. Det er et stadig mer kjent fenomen at ukeblader og reklame generelt manipuleres og retusjeres. De yngste er mer bevisst dette enn de eldre, og alle mener at retusjert reklame er med på å skape og vedlikeholde et kroppspress (Rysst og Roos, 2014). Som kan være tilfellet med «forbildene» Ida sammenligner seg med. I møtet med bildene synliggjøres det Ida «tar til seg» at gjennom sin deltakelse i prosjektet skal hun «stramme opp» kroppen og ved hjelp av kostholdsekspert og treningsekspert skal målene kunne realiseres.

6.2.1 Idas fysiske form og trening

I begynnelsen av programmet skal Ida testes av en ekspert på sin «fysiologiske alder». Hun gjennomfører en rekke tester som blant annet push-ups, sit-ups, Max o2 opptak og bevegelighet. Testene blir vanligvis brukt for å teste toppidrettsutøveres fysiske form, men skal i Idas tilfelle gi henne et bilde av kroppens fysiske alder. Resultatene, som

ekspertene har kommet fram til gjennom sine metoder, viser at Ida har en fysiologisk alder på 48 år. Siden hun er 27, tar Ida disse opplysningene tungt. Hun sier selv at hun visste at hun var i dårlig form, men ikke at den fysiske formen hennes tilsvarer en dobbelt så gammel alder som hennes biologiske alder. Den standardiserte testen måler Ida opp imot fysiske forventinger om at hun bør klare et bestemt antall push-ups for å oppnå sin egen alder som er 27 år. Forventingene knyttet til fysisk prestasjon og alder blir presentert av eksperten som en selvfølge. Ida når ikke opp til kravene som stilles av en «normal» 27 år gammel kropp.

Ida setter seg en målsetting om å forbedre testene og sin fysiske alder i løpet av prosjektet. Trening blir et sentralt tema for å komme i bedre form. Ida forteller at hun har lest i media om hvordan kjendiser bruker bestemte treningsråd med helt spesielle øvelser for å oppnå sine mål. Et av tipsene hun viset Kim Kardashian går og løper baklengs på tredemøllen for å få sine former og «sprettrompe». Ida tester ut denne treningsformen, og snakker om det på en måte som får frem at hun samtidig ser det komiske i å gå baklengs på tredemølle, der Ida sliter med å holde seg på bena. Videre har Ida lest at det å trene med rokkering kan være en snarvei til en smalere midje, blant annet Michelle Obama driver med denne formen for trening. Hun tuller og har det gøy når hun trener med rokkeringen og sier lattermild: *«Ah, jeg tror jeg blir ganske hot nå for å si det sånn, ler. Det er sånn Hollywood tips det også. Det er meg og Michelle Obama liksom»*. Med rokkeringen rundt midjen blir dette noe som er «nyttig» for å forbedre konkrete områder på kroppen. Treningen og «den sunne livsstilen» som blir presentert videre i prosjektet skal være «nyttig», og ekspertene legger opp til at det er viktig at Ida følger opp for å forbedre sitt utseende og sin fysiologiske alder. I prosjektet presenteres også «snarveier» for å oppnå en bedre kropp disse presenteres i neste avsnitt.

6.2.2 Snarveien til en «finere kropp»

I programmet oppsøker Ida ulike eksperter for å utforske trender og råd som kommer frem i media. Ida drar til en skjønnhetsklinikk for å teste ut hvordan eksperter kan hjelpe henne med utseende. Ida snakker med Sissel som er administrerende direktør på akademiklinikken og stiller spørsmål om praksisen. Ida starter med å stille spørsmål om det kommer mange mellom 20-30 år for å forandre utseende sitt. Sissel er ikke med på at de forandrer utseende, derimot *forbedres* utseende. I følge eksperten fikser de slik at

de får fram det beste hos hvert individ. Ida ler høyt og stopper. Hun svarer ikke, men stiller videre spørsmål om det ikke er kunstig å få større pupper, om dette også er noe som blir beskrevet som en forbedring eller en forandring. Sissel svarer at for den det gjelder så er det en forbedring og understreker at det de gjør på klinikken er å gi mennesker bedre selvfølelse.

Ida utforsker klinikken nærmere og går til konsultasjon med lege for å se hvilke operasjoner hun kunne ha gjennomført for å «forbedre» sin egen kropp. Legen viser Ida på en pc-skjerm hvordan hun kunne fått en smalere midje ved hjelp av plastisk kirurgi. Ida kommenterer «ikke sant der er vi inne på noe». Legen viser bilde av hvordan Ida ser ut nå ved siden av et bilde av hvordan hun kunne sett ut etter en «forbedring». Ida lener seg overrasket bakover og sier selv at hun ser at hun er «firkantet». Legen påpeker at på bilde som er forbedret ser Ida mer feminin ut, han ser ut til å ta for gitt at ordet feminin er selvforklarende, noe jeg kommer tilbake til. Videre forteller legen at det er slik han arbeider for at kunder skal kunne se hvordan resultatet kan bli etter en mulig operasjon. Ida svarer at hun synes det er skummelt for nå får hun lyst til å se ut som hun gjør på bilde der legen har gitt henne en mer feminin kropp. Ida stiller spørsmål om det er mulig å trene seg slik hun er på bilde. Legen avkrefter spørsmålet ved å svare at det ikke går å trene seg slik, hvis man ønsker en slik forandring må man for eksempel ta fettsuging. Ida kommenterer at hun synes det er drastisk med fettsuging, mens legen svarer at fettsuging er ikke spesielt drastisk, bare en liten «filleoperasjon».

Etter besøket på klinikken uttrykker Ida at hun har blandede følelser, legen har lagt frem en enkel løsning på hvordan Ida kan «forbedre» kroppen sin ved noen «filleoperasjoner». Ekspertene uttrykker en trygghet omkring sitt felt. Arbeidet de gjør på klinikken virker positivt for de som ønsker å forbedre kroppen sin. De uttaler at de hjelper personer med selvfølelsen ved å endre på utseende deres. På utsiden av klinikken sier ida:

«Jeg tror ikke jeg kommer til å gjøre noen forandringer med utseendet. Jeg angrer egentlig bare litt på at jeg dro hit jeg. Nei, det føles egentlig bare litt rart. Det er nesten så jeg har fått et kompleks som jeg egentlig ikke har da.»

Som en oppsummering av episoden med utseende som tema, der hun har utforsket hvordan en oppnår et perfekt utseende forteller Ida om inntrykkene hun sitter igjen med.

Hun sier at problemet nå er at hun føler seg mindre perfekt enn da hun startet, særlig etter besøket på skjønnhetsklinikken. Hun har blitt gjort oppmerksom på at ekspertene vurderer at hun har mange «feil» og reflekterer over om en aldri burde lære om det *perfekte utseende*. At man heller bør leve uvitende om hvordan en egentlig bør se ut. Ekspertene i Prosjekt Perfekt har alle en mening om hvordan Ida burde trene, leve og se ut. Kroppen til Ida blir omtalt som «en ting» som kan forbedres ved å trene på spesifikke måter eller ta noen små operasjoner for å oppnå et utseende som hun har sett på av en animasjon av seg selv. Kroppsperspektiv syns jeg får en fremtredende plass etter å ha studert programmets fokus rundt hvordan en skal «forbedre» Ida og ekspertenes eksplisitte sannheter omkring hva som betegnes som pent. Videre beskrives en teoretisering omkring dette.

6.2.3 Objektivisering av kroppen

I episodene som omhandler kropp og utseende leser Ida tips i media der «det å få en finere kropp» er tema. Tipsene har det til felles at de bygger på at dersom Ida og andre følger tipsene kan de enkelt forbedre deler av kroppen, bli likere profilerte kjendiser og nå konkrete fysiske mål. Ofte har tipsene overskrifter som «Slik får du kroppen til Kim Kardashian» og lignende. Livsstilsrådene knyttet til trening og kropp i Prosjekt Perfekt benytter seg blant annet av trening som et virkemiddel for å forbedre kroppen. Tren slik for å få en strammere rumpe, smalere midje, tynnere lår og flatere mage. Budskapet som er innebygget i livsstilsrådene hen-speiler på at kroppen anses som et objekt, som ved trening og andre tiltak enkelt kan forbedre.

Ved å se på kroppen som et objekt, en ting, blir et dualistisk kroppssyn og teori fremtredende. Filosofen Rene Descartes (1596-1650) er i ettertiden særlig assosiert med denne bestemte forståelse av kroppen. Engelsrud (2006) skriver at dualistisk teori er en teori som hevder at det kan gjøres et skille mellom to deler, «det fysiske» som omfatter alle ting i verden og kroppslige fenomener. Og «det psykiske» som den indre verden, som tanker, forestillinger, drømmer og opplevelser å gjøre. Dualismen skiller disse kategoriene, og antar at disse står i et utvendig forhold til hverandre. Ved en dualistisk tankegang blir både maskin og et objekt analogier til kroppen. Slik livsstilsrådene fremtrer i media kan det se ut som de bygger på og er et uttrykk for et dualistisk kroppssyn. I mediene fokuseres det på kroppens utseende og her legges frem metoder som Ida kan benytte seg av som enkelt skal «fikse» kroppen hennes slik at hun kan se ut

som kjendiser og forbedre spesifikke områder på kroppen. Til tross for at det kan virke som om det i mediene/ukepresse bygger på et dualistisk kroppssyn påpeker Engelsrud (2006) at en av konsekvensene av dualistisk teori er at skillene den skapte, har gått inn i daglig språkbruk. Det vil si at ekspertene og media ikke nødvendigvis bevisst har tatt stilling til et dualistisk kroppssyn, men at dette teoretiske utgangspunktet ligger i språket. Der de omtaler kroppen som et objekt «forbedre kroppen din, tren kroppen din» etc. Ønske om å endre kroppens form og utseende, som noe i seg selv, uten at det nødvendigvis innebærer å ta hensyn til hvordan en føler, tenker eller drømmer. En konsekvens av dualistisk teori er at kroppen har blitt forstått som et instrument (Engelsrud, 2006:27).

Hvis en skal ta utgangspunkt i at livsstilsrådene i media og rådene Ida følger i Prosjekt Perfekt som omhandler kropp har et dualistisk utgangspunkt, kan dette bygge på at kroppen lett blir ansett som et instrument, som trening og råd skal «festes til». Det vil si at Ida blir rådet til å gjennomføre trening og kostholdsendringer kun i den hensikt å endre kroppens utseende. Ved å se på kroppen som «en ting» en ønsker å forbedre, mister hun den viktige verdien i det som betegnes som «det psykiske» i den dualistiske teorien. Ved å skille det fysiske fra det psykiske kan treningsgleden, motivasjonen og lykken som vanligvis forbindes med et godt (sunt) liv forsvinne. Fokuset blir rettet på å forbedre sitt eget utseende og kropp, metodene til dette blir benyttet og gjennomført koste hva det koste vil.

En motsats til en dualistisk teori er et fenomenologisk kroppssyn, og her finner vi et syn der kropp og sinn ikke kan atskilles. «Den levde kroppen» er Merleau-Pontys (1908-1961) sentrale begrep. Han hevder at erfaringen av å eksistere i verden er noe mennesket først og fremst har, gjør og er som kropp. Kroppen er subjektiv, intersubjektiv, grunnleggende eksistensiell og personlig erfarende (Engelsrud, 2006). I det fenomenologiske kroppssynet ses menneskekroppen i et forhold til sin omverden, som vil si at hvordan en føler seg i sin egen kropp og hvordan en oppfatter verden stiller sentralt. Kroppen fungerer som en helhet, og individets tanker og følelser spiller en rolle på hvordan en oppfatter sin egen kropp. En dialektisk forståelse, i motsetning til et dualistisk, betyr at fenomener bestemmes gjennom forholdet til hverandre (Engelsrud, 2006). Når det gjelder kropp og utseende vil et fenomenologisk kroppssyn fokusere på hvordan en som individ kan utvikle den som et subjekt. Det vil si at livsstilsrådene ikke

bare fokuserer på kroppen som objekt, men hvordan treningen kan være morsom og hvordan det kan gi deg en god opplevelse og på samme måte hjelpe deg å nå dine mål. Blant annet da Ida begynner med Crossfit, og finner gleden i aktiviteten, fremgangen av å gjennomføre øvelser der hun får utfordret både kroppen og sine mentale egenskaper.

Hvis det kun skal handle om å bli slank, trent og få de rette formene gjennom å presse kroppen som et maskineri for å få resultater, blir verdien selve treningen og aktiviteten. Treningen er noe Ida gjennomfører fordi det gir henne noe mer enn bare fysiske resultater. Kroppssyn er en diskurs som trekker frem interessante konflikter mellom nytten av trening og gleden bak trening. Refleksjon rundt dette er interessant da et trekker frem utseende som et mål. I Prosjekt Perfekt kommer det frem at Ida ønsker å stramme opp kroppen og utforsker ulike metoder som er i vinden og som kommer fram i media for å oppnå dette «perfekte» utseende. I neste del presenteres utseendes rolle slik det fremkommer i Prosjekt Perfekt og «normalitetsdiskurs».

6.3 «Unaturlig skjønnhet»

I episoden som omhandler utseende utforsker Ida mytene og ekspertrådene som blir anvendt for hva som regnes som «et pent utseende». Ida vil finne svar på hva som er et perfekt utseende. Hvordan får man det og om man må under kniven for å bli perfekt. Det fremtrer klare normer og regler for hvordan en bør se ut og hvordan en skal oppnå dette. Ida sier at hun er usikker på om hun bryr seg om utseende eller ikke. Hun står foran speilet og grer håret mens hun snakker inn i kamera:

«Utseende det er egentlig ikke så veldig viktig for meg, eller jeg elsker jo å pynte meg når jeg skal ut på fest eller, jeg vil jo se bra ut da. Men sånn i hverdagen så bryr jeg meg egentlig fint lite, jeg gidder ikke bruke noe tid på å se bra ut. Men jeg vet ikke om det er noe man burde tenke mer på, at man burde kanskje se bra ut til enhver tid, jeg vet ikke.»

Ida stiller seg spørrende til om utseende er viktig eller ikke, hun vil derfor utforske temaet ved å snakke med ulike «eksperter». Hun inviterer Petter Pilgaard på besøk for å teste ut naturlige skjønnhetsprodukter som hun har lest om i media. De sitter i stuen til Ida og har smurt produkter de har laget av mat i håret og i ansiktet. Ida spør Petter om han har gjort «unaturlige ting» for å fikse på utseende. Petter svarer at det har han gjort. Ida spør videre om han kan fortelle alt han har gjort for å forbedre utseende. Petter begynner å ramse at han har tatt hårtransplantasjon, men han mener at det er innenfor

for det er hans egne hårsekker han har flyttet på for å få mindre viker. Ida ler av svaret til Petter og vil at han skal fortsette opprømsingen. Petter forklarer at han har tatt Botox, bleket tennene og at han tar sol. Ida stiller spørsmål om det ikke hadde vært bedre for Petter hvis han hadde følt seg like attraktiv uten å vite at han ikke hadde jukset. Petter svarer at det ville føltes bedre, for «naturlig skjønnhet» er den beste, men han påstår at alle jukser. Det at man farger håret og bruker neglelakk beskriver han også som juks. Han er enig i at det optimale ville vært å slippe å forbedre noe, men påpeker at selv de pene menneskene han kjenner forbedrer utseende sitt. Petter rettferdiggjør det å benytte seg av ulike tiltak for å forbedre utseende, med at «alle andre gjør det». I samtalen som utspiller seg mellom Ida og Petter benytter de seg av uttrykk som juks, unaturlig, forbedring og naturlig skjønnhet. Uttrykkene er beskrivende for hva som kan betegnes som godtatt i samfunnet og hva mange er skeptiske til. Det kommer frem i programmet at Ida er en av skeptikerne til «juks og unaturlige tiltak», men hun sier selv at hun vet lite om det, og velger derfor å finne ut mer om temaet.

6.3.1 «Unaturlige tiltak»

Interessen til Ida rundt «unaturlige tiltak», gjør som beskrevet tidligere at hun reiser til en skjønnhetsklinikken for å finne ut mer om tiltakene en kan benytte seg av. Da hun reiser til klinikken får hun mulighet til å ta en ansikt skanning. Skanningen og resultatene vil gå inn i en database for å sammenligne Idas hudkvalitet med jenter på hennes egen alder. Maskinene lager et oversiktsbilde og viser åtte tilstander i Idas hud. Ida får hjelp av en sykepleier til å gjennomføre testene. Sykepleieren forteller Ida at det er noen av bildene som peker seg ut. Blant annet på bilde som viser bruneflekker eller pigment flekker så scorer Ida dårlig, det vil si at hun har mye pigmentflekker eller fregner for alderen. Videre forklarer sykepleieren at bilde av de bruneflekkene henger nøye sammen med bilde som viser dypere solskader. Ida forstår selv ut i fra bildene at hun scorer veldig dårlig på denne analysen med tanke på solskader. Sykepleieren bekrefter at det ikke er bra og stiller spørsmål om Ida har solet seg mye tidligere. Ida svarer at hun ikke soler seg noe mer enn «normalt». Ida sier videre at hun ikke tar noe særlig solarium, men at hun er en del ute i solen på sommeren. Sykepleieren går videre til bildene som tar for seg rynkene til Ida. Sykepleier peker på bildene og viser at Ida har begynt å få små markeringer under og rundt øynene. Ida sier seg enig i det sykepleieren sier, og leser på skjermen at hun har 13% rynker, hun sier selv at det ikke er bra. Ida konkluderer med at hun må slutte å bruke ansiktet så mye, hun må slutte å gjøre så mye

grimaser og være et «gummiansikt». Ida stiller spørsmål om hun burde ta Botox ut i fra sin hudanalyse. Sykepleieren svarer at hun ikke syns det på nåværende tidspunkt, men om et par år kan hun tenke på å ta det for å forebygge utvikling av rynker. Ida stiller raskt spørsmål om sykepleieren har tatt Botox. «Jaja, masse», svarer sykepleieren med et stivt smil. Etter besøket sitter Ida oppgitt på badet, hun sier:

«Det irriterer meg skikkelig at etter jeg var på elipseklinikken, så tenker jeg så jævlig mye på huden min. Se nå vet du, nå ser jeg bort der og så ser jeg, jeg legger merke til strekene i panna. De har jeg aldri lagt merke til før, aldri sett en strek i ansiktet mitt. Jeg har alltid fått masse komplementer for fregnene mine og sånn, det er så fint med fregner, og jeg bare «Ååå takk takk». Men nå er det sånn – «Åja, du mener hudskadene mine liksom».

I samtalene mellom Ida og ekspertene presenteres det et utseende en enten ønsker å opprettholde eller en ønsker å forbedre. Ekspertene rettferdiggjør for plastiske operasjoner ved at det skal hjelpe selvfølelsen å forbedre noe en er misfornøyd med. Plastiske operasjoner og «juks» blir presentert som «unaturlige tiltak» for å forbedre utseendet. Det foreligger forventinger og normer til et fint utseende og dette har skapt interessen bak hva som kommer frem som «normalt» i Prosjektet. Videre vil en teoretisering av normalitets begrepet presenteres.

6.3.2 Normalitetsdiskurs

Begrepet «normalt» er utfordrende å definere, og er et begrep som blir brukt i TV-programmet til å omtale et normalt utseende eller beskrive noe som «naturlig». Normalitetsdiskursen dekker det som skal bli sett på som «normalt», normalisering er standardisering og grensesetting (Eriksen, 2006). Normalitetsdiskursen har gjennomgått store endringer. Mange av de avvik som før skapte marginaliserte grupper som var utestengt fra de sosiale identitetene, erfares og aksepteres i dag som en del av den individuelle identiteten (Meyer og Sirnes, 1999:21). Tidligere kunne det å være annerledes fremstå som noe negativt, i dag er det tolerert å skille seg ut.

I Prosjekt Perfekt legger ulike eksperter fram «en fasit» på hvilke tiltak Ida bør gjennomføre, blant annet at Ida bør ta Botox om et par år for å vedlikeholde et ungt utseende. Til tross for alle ekspertrådene, om det perfekte liv, må disse betegnes som høyst usikre når det gjelder å holde det de lover. For eksempel da eksperten for Supermat forteller Ida at hvis hun starter med Supermat, som er kosttilskudd og mat

med høyt næringsinnhold laget av blant annet alger og gress, vil Ida se freshere ut, rense kroppen og føle seg bedre. Men når Ida avslutter prosjektet, tar hun tester og blodprøver for å se om hun har «forbedret kroppen» på innsiden. Resultatene viser at det ikke er noen forbedring, til tross for at hun har spist sunn mat og supermat i tre måneder.

Alle samfunn er basert på regler, normer og noen felles fortolkningsrammer, som varierer i omfang og styrke. Overalt iverksettes sanksjoner overfor dem som bryter sentrale normer; overalt blir de som ikke passer inn, betraktet som avvikere (Eriksen, 2006: 10). Normene og reglene bygger blant annet på hvordan en i en kulturell kontekst skal se ut og hvordan en skal oppføre seg. Historisk sett har de som skiller seg ut blant annet med et handikapp eller en annen seksuell legning blitt sett på som avvik, og dermed unormale. Med tiden har avvikene blitt integrert i samfunnet og det er dermed mer flytende overganger i hva som kan betegnes som normalt og ikke. Eriksen (2006) skriver at hva som er normalt og unormalt, varierer historisk og krysskulturelt. Det vil si at gjennom tiden har normalitetsdiskursen hatt en variert betydning, og derfor vanskelig å konkretisere hva som er «normalt».

I Prosjekt Perfekt møter Ida ulike eksperter som gir henne klare svar på hennes forbedringspotensial. Hun blir presentert en fasit av hvordan hun skal se ut og hva hun skal gjøre for å oppnå dette utseende. Normalitetsdiskursen som omhandler utseende og skjønnhetsidealer har også vært i endring. Utfordringen ved «et normalt utseende» ligger i at mange har et ideal de ønsker å etterligne, men hva som er et normalt utseende innenfor dette er vanskelig å konkretisere. Når det gjelder kroppen er BMI (Body mass index) et forsøk på å lage en standard når det gjelder kroppsstørrelse, den avgrensner på den ene siden de som er unormalt tynne og på den andre siden unormalt tykke (Eriksen, 2006). På samme måte som skjønnhetsklinikken Ida besøker har laget en standard på hvordan et 28 år gammelt kvinneansikt skal se ut. Ida får høre at hun har 13 % rynker og for mye pigmentflekker i ansiktet, sammenlignet med jenter på sin egen alder. Skanningen sammenligner Ida med «normalen» og avviket fra denne standarden gjør så hun scorer dårlig på rynker og fregner. Påminnelsen av disse avvikene fører til at Ida nå legger merke til prikker og rynker hun aldri hadde sett før skanningen, hun sier selv at de har gitt henne kompleks hun aldri har hatt tidligere.

Normaliseringen av kropp og utseende kan føre til at de som faller utenfor blir sett på som et avvik fra normalen. Idealet blir å opprettholde en kroppsvekt eller et bestemt utseende slik at en faller innenfor det «normale» på skalaen. For å oppnå de definerte kravene kan en også benytte seg av plastiske operasjoner eller ta Botox for å forebygge utvikling av rynker. For hver utstøtelse finnes det en motreaksjon. De unormale insisterer enten på sin rett til å være unormale, men likeverdige, eller på sin rett til å være normale (Eriksen, 2006). I dagens samfunn har for eksempel de overvektige dannet en egen landsforening som kjemper for overvektiges rettigheter, dette er kun ett av mange eksempler på grupper kan betegnes som avvik. Det finnes også kampanjer som kjemper for «den naturlige kroppen» og lignende, for å kjempe for at det som kan fremkomme som «normalt» gjør så mange kan betegnes som avvik. Magasiner lanserer «usminkede versjoner» for å demonstrere mot retusjering og «juks», for å fremme «naturlig skjønnhet».

For å sette temaet i et historisk perspektiv var skjønnhetsidealet før i tiden gudinnen Afrodite. Eriksen (2006) skriver at den fullkomne skjønnhet var noe man bare kunne finne i den guddommelige og mytiske kroppen;

«Davis (1997) bemerker at i en kultur der gudene alene besitter den ultimate skjønnhet og kroppslige fullkommenhet, vil vi alle som mennesker ha kropp som representerer avvik fra dette idealet. Intet menneske har en perfekt kropp og et perfekt utseende, og intet menneske kan få en slik kropp og et slikt utseende. På sett og vis er alle som mennesker avvikere i forhold til denne guddommelige idealet» (Eriksen, 2006:27).

I dagens samfunn har det foregått en endring i skjønnhetsidealene. Eriksen (2006) skriver at takket være en kombinasjon av billedmanipulering og plastisk kirurgi presenteres både mannlige og kvinnelig skjønnheter i massemediene som rolleforbilder. Utseende som nå presenteres i massemediene er uopnåelig for de fleste, både med og uten kirurgiske metoder. Ekspertene gir oss en forestilling om at idealene kan oppnås gjennom ulike tiltak. Utseendeidealet i dagens samfunn kan se ut som ligger lang fra normalitetsbegrepet, som bygger på gjennomsnittet som norm; Heretter kan normalitet bare oppnås ad unaturlig vei (Eriksen, 2006). En kan få en forståelse av at det nå er avviket som har blitt «normalen», og det normale som har blitt avviket. Ekspertene i Prosjekt Perfekt underbygger disse påstandene da de mener at Ida kunne og burde fikse på utseende sitt ved hjelp av trening og plastisk kirurgi. Da Ida og Petter Pilgaard sitter

hjemme hos Ida og snakker om utseende, bruker de betegnelsen «unaturlige ting for å fikse på utseende». Petter understreker at alle benytter seg av disse tiltakene. Gjennom slike «unaturlige» tiltak blir man «normal». Det kommer frem at skjønnhetsidealene i dagens samfunn er konstruert som like uoppnåelig som fortidens gudommelige idealer. Det å ty til de «unaturlige» hjelpemidlene, beskrives av ekspertene som enkle tiltak og filleoperasjoner. Normalitetsdiskursen stiller i utgangspunktet krav til at «normalen» er gjennomsnittlig, men med utgangspunkt i det som kommer fram i Prosjekt Perfekt ser det ut til at idealene er langt ifra gjennomsnittet. Dermed er de blitt uoppnåelige for de fleste. Petter Pilgaard sier til Ida at han selv har benyttet seg av unaturlige tiltak som hårtransplantasjon, bleket tennene, Botox og tar sol. Da Ida stiller han spørsmål om det ikke ville føles bedre å være attraktiv uten å ha jukset svarer Petter Pilgaard:

«Jo, selvfølgelig, naturlig skjønnhet jo det beste, men igjen alle jukser da. Man farger håret, neglelakk, jeg føler det er jo det optimale å slippe å gjøre noe, men til og med pene mennesker jeg kjenner gjør noe for å forbedre det. Setter på negler, de forstørrer leppene, forlenger øyevippene, ja tar Botox.»

Normalen har ut i fra dette utsagnet blitt at en benytter seg av «unaturlige tiltak» for å bli mer attraktiv og vakker. Ved å sette det på spissen kan en si at normalen har blitt å jukse for å oppnå et finere utseende, en «unaturlig skjønnhet». Dette har en gjort det vanskeligere å oppnå et idealistisk utseende på en «naturlig måte». Med dominerende normer og regler for utseende kommer det også frem at det er tydelige forventinger til hvordan en kvinne og mann skal se ut. I neste avsnitt presenteres det som beskrives som «normalt» omkring kjønn.

6.4 «Kvinner må ha former»

Det fremtrer som sagt forventinger og normer til utseendet i samfunnet. De samme forventningene forbindes med kjønnsroller, hva som betegnes som kvinnelig og mannlig. Kvinner betegnes som feminine vesen, som kvinne skal en oppfylle kravene som inngår i et feminint utseende og en feminin fremtreden. I Prosjekt Perfekt drar Ida til de ulike ekspertene som forteller henne at hun bør fremtre mer feminint for å få et bedre ytre og utseende. Da Ida, som tidligere nevnt, drar til en lege for å se hva som er mulig å gjøre med plastisk kirurgi. Påpeker han at hun kunne fått en mer feminin kropp ved fettsuging. Legen viser også hvordan Ida kunne sett ut hvis hun hadde hatt en mindre nese. Ida blir overrasket og sier «se der ja, jeg har litt sånn potet nese, det sa de

da jeg var liten». Videre viser legen hvordan Ida kunne sett ut dersom hun hadde operert haken og tatt en liten fettsuging på halsen. Legen forteller Ida at pannen er et veldig viktig skille mellom maskulinitet og femininitet, den skal være rett oppover, og demonstrerer på en animasjon han har av Ida på pc-skjermen. Ida ser nå at hun har helt rundt ansikt og at hun ikke passer til beskrivelsen av et feminint ansikt. Videre viser også legen hvordan Ida kunne smalet midjen for å få en feminin kroppsform. Etter at legen har manipulert bildet av Ida til en tynnere og mer feminin versjon, sitter Ida igjen med en følelse at hun vil se slik ut. Legen understreker at hun kan se slik ut, men da må hun benytte seg av plastisk kirurgi.

Ida får lignende uttalelser fra andre eksperter, i en samtale med en stylist får hun høre hvordan hun skal se best mulig ut:

«Stylist. Man virker jo mye mer kompakt, så det er da det er viktig og virkelig fremheve sine kvinnelige former, bruk høye sko for å bli høyere, bruk utringning, alt som man tenker er feminint da»

Stylisten bruker begrepet «alt som man tenker er feminint», og det er denne selvfølgen i språket hans som vekker min interesse. Alle ekspertene legger fram en fasit på at Ida skal være og se feminin ut, og sånn er det bare. De uttrykker en enighet omkring av kvinner ser best ut i et bestemt feminint utseende. Normalitetsdiskursen som nevnt tidligere stiller sentralt, det blir beskrevet som normalt at kvinner er feminine og menn er maskuline. I Prosjektet fremtrer det tydelige roller på hvordan Ida skal fremtre og besitte et feminint utseende. Ekspertene i Prosjekt Perfekt legger det frem som en selvfølge at Ida må oppnå et mer feminint utseende, både når det gjelder ansiktsform, kroppsform og klær.

6.4.1 Kjønnssrollediskurs

Feminitet er et begrep som forbindes med kvinner. Ordet feminin kommer fra det latinske ordet *femina* som betyr kvinne (Holst, 2009). Det vil si at Ida blir oppfordret til å se mer ut som en kvinne, når hun allerede er en kvinne. I boken «Paradoxes of gender» utforsker Judith Lorber (1994) det som forstås som en selvfølge når det gjelder kjønn. Hun hevder at samfunnet skaper hva som blir definert som en kvinne og mann, og hva som er feminint og maskulint. Hun påpeker at kjønn er en menneskelig oppfinnelse, som språk, religion og teknologi; at kjønn er sosialt konstruert. Da stylisten

forteller Ida at hun må kle seg feminint, mener han, slik sett noe helt bestemt med kvinnelig. Hva som gis betegnelsen kvinnelig og mannlig, er noe som er lært helt fra vi er barn. Barn lærer å gå, snakke og oppføre seg slik som deres sosiale gruppe sier at jenter og gutter skal (Lorber, 1994:22).

Hvordan feminine og maskuline kropper skal se ut, kan ses i sammenheng med kulturen en vokser opp med. Det sosiale systemet konstruerer og holder individer til sterkt kjønnsmessige normer og forventninger (Lorber, 1994). Herunder konstruerer kjønnsdominans og sosiale konstruksjoner blir reproduisert. At rosa er en «jentefarge» og blå er en «guttefarge», eller at jenter kan gå i kjoler og høye sko, men det kan ikke gutter, har samfunnet konstruert. En slik sosial konstruksjon av kjønn gjør at kjønnsrollene blir en selvfølge. Lorber (1994) understreker at kjønn blir kontinuerlig skapt og rekonstruert gjennom menneskelig interaksjon som for eksempel kultur. De kulturelle verdiene som en vokser opp med, påvirker hvert individs mening rundt kjønn og hva som er kvinnelig og mannlig, og hva som kan betegnes som feminint og maskulint. Kvinner og menn er fysiologisk mer like enn to kjønn av en annen art. Uten bruk av kjønnklær, hårfrisyrer, smykker og sminke, ville kvinner og menn være relativt like etter utseende. I Prosjekt Perfekt blir det gjennomgående at Ida bør se mer feminin ut, og tilbakemeldingene virker mer forvirrende enn hjelpende. Stylistene og legen presenterer en fasit på hvordan kvinner ser best ut, og hvordan Ida skal oppnå dette kvinnelige idealet. Presentasjonen av det kvinnelige idealet i Prosjekt Perfekt skriver seg inn i og reproducerer tradisjonelle normer og forventninger rundt kjønn og kjønnsroller. Det er fremtredende i prosjektet at rådene i media og meningene til ekspertene rundt kjønnsrollene og hvordan de skal se bra ut i samfunnet bygger på bestemte normer og regler. Det har oppstått en enighet om at de vakreste kvinnene er feminine med rette panner, smale ansikt, timeglass figur, slanke, høye og kler seg deretter. Språket til ekspertene spiller en sentral rolle for hvordan Ida mottar og forstår det de sier. Et faglig språk får ekspertene til å høre profesjonelle ut, samtidig som det kan gjøre det vanskeligere å forstå hva de skal frem til eller det kan misforstås. I neste avsnitt vil en diskurs om metaforer i språket presenteres.

6.5 «Vinter og Murstein»

Ekspertene i TV-programmet skal gi Ida råd og tips. Noen av de skal fremme et produkt, andre skal hjelpe Ida med spesifikke ting som kosthold, trening eller mote.

Ekspertene benytter seg av et faglig språk for å få frem et budskap. Noen av ekspertene ønsker å motivere Ida og andre prøver å presentere et produkt eller en forbedring av Idas livsstilsvaner.

Ida har ut i fra livsstilsrådene i media funnet ut at klesstilen er noe hun må endre for å oppnå det som faller inn under forståelsen av «perfekt utseende» i programmet (og samtiden). For å få en mer bevisst stil får hun to stylistere på besøk for å hjelpe henne med garderoben. Stylistene starter med en fargeanalyse av Ida for å se hvilke farger hun skal se etter på klærne hun skal ha på seg. Stylisten Frank har stoffbiter med ulike farger som han legger over brystet til Ida for å se hvilken farge som passer henne. Han legger et gult klesstykke over Ida og kommenterer at dette ikke er fargen for henne, at hun får en gul undertone og at hun blir litt appelsin i huden. Ida sier seg enig i at dette ikke er fargen for henne og at hun blir litt gulsott. Videre legger Frank et blått klesstykke over Ida, og Ida stiller spørsmål om hun ser finere ut i blått. Frank gir et nikk som en bekreftelse, Ida blir positivt overrasket da hun har gjettet riktig og påstår at hun synes at det var veldig interessant. Når de har fått bekreftet at den blå var riktig for Ida, beskriver Frank henne som en vinter, og ser ut til å ta for gitt at Ida burde forstå hva han mener med dette. Ida svarer at det passer bra for hun er født i januar. Frank tar frem vinter fargepaletten som viser fargene Ida skal se etter på klærne hun skal ha på seg. Frank sier at hun må gå for noen av disse fargene og det vil løfte hele antrekket. Etter at de har fått avklart hvilke farger Ida skal gå for i klesverden stiller Ida seg foran speilet i undertøyet. Ida står og ser på seg selv, mens de to stylistene står bak henne og ser på henne med et kritisk blikk. Stylisten sier:

«Når du kler på deg, hva er det du tenker på i utgangspunktet, ved å skulle fremheve

Ida. Eh, ikke noe, jeg vet ikke.

Stylist. Du er ganske firkantet, litt sånn murstein»

Ved å karakterisere formen på kroppen som firkantet blir Idas kropp igjen nærmest ansett som et objekt de plasserer synspunkter på. Hvordan Ida opplever en slik karakteristikk uttrykkes når hun ser på seg selv i speilet mens hun ler og rister på hodet. Stylistene «hjelper» Ida ved å gi henne råd om at for å unngå å virke «kompakt», og for å fremheve sine kvinnelige former og unngå å se ut som en «firkant». Ekspertene

benytter seg av ord og begreper som skal fremme sin ekspertise, begrepene er ofte metaforer for å forsterke budskapet. En teoretisering omkring metaforer i språket blir drøftet i neste avsnitt.

6.5.1 Metaforer som diskurs

Metaforene ekspertene uttrykker i Prosjekt Perfekt skal understreke et poeng eller gi en forståelse av deres felt. George Lakoff og Mark Johnson (1980) skriver i boken «Metaphors we live by» om hvordan metaforer er tilstede i hverdagslivet, ikke bare i språket alene, men i våre tanker eller handlinger. Hverdagslige metaforer blir ofte brukt for å gi et bilde av noe og beskrives som forklarende metaforer. Metaforene er knyttet til språket, erfaringer og ikke minst kultur (Lakoff & Johnson, 1980). Ved at stylistene beskriver Ida som «gul, appelsin, firkantet, murstein og vinter» tar de i bruk metaforer, som de ser ut til å regne med at gir mening for Ida. Metaforene stylistene bruker beskriver Idas farger og kroppsfasong i forhold til deres utdanning og kultur innenfor mote og styling. Fra Idas perspektiv er mange av begrepene noe ukjente da de er tatt ut i fra et relativt ukjent felt, for betydningen av metaforene forbindes med erfaringer og meninger en selv har (Lakoff & Johnson, 1980). Metaforenes rolle utspilles i en kontekst som avgjør dens mening, og med kulturelle ulikheter kan metaforene skape forvirringer. Da stylistene gir en beskrivelse av Idas kroppsform og bruker metaforen murstein, som betyr en firkantet sten, kan beskrivelsen kun være ment som en figurativ beskrivelse, men kan bli tolket som at man er litt for bred i kantene. Lakoff og Johnsons (1980) skriver at en må ha forståelse for at metaforene bygger på erfaringer, kultur og subjektive meninger. At metaforene ikke gir noen objektiv sannhet, det vil si at de må tolkes ut i fra sammenhengen de blir uttrykket ut i fra. Ekspertene uttrykker et språk som kan bli misforstått eller ikke forstått i det hele tatt, det kan skape forvirring. Metaforer blir ofte brukt av mennesker med makt, og kan bli tolket som objektive sannheter (Lakoff & Johnsons, 1980). I Prosjekt Perfekt fremstilles det at ekspertenes uttalelser er «sannheter», Ida tar imot det som blir sagt uten å stille spørsmål til hvordan. Ekspertene uttrykker metafor innenfor sitt felt, i eksemplet med stylistene kommer det tydelig frem at ekspertene og Ida ikke snakker det samme språket da de har ulike erfaringsbakgrunn, kultur og stylistene er her eksperter på et felt som Ida har ønsket seg profesjonell hjelp på.

I dagens samfunn ser vi eksempler på at slike «eksperter» kommer ut i media og uttaler seg om «mannen på gaten», det kan gjelde utseende som i dette tilfelle eller andre hverdagslige temaer som for eksempel mat eller økonomi. Metaforene og språket blir benyttet som et virkemiddel for å få frem et budskap, gjerne forbundet med salg av et konsept eller produkt. Det er gjennomgående i Prosjekt Perfekt at ekspertene bruker metaforer og begreper som virker noe fremmed for Ida, men ekspertene benytter begrepene som virkemiddel for å frem sin kunnskap og erfaring på sitt felt. På en annen side blir begrepene et virkemiddel for å selge en ide eller produkt, ved å benytte seg av metaforer vil de lokke til seg personer som ikke har kunnskap om produktet. Bruk av metaforer er vanlig innenfor salg, og eksperter innenfor kosthold, trening og mote benytter seg av ulike konstruerte begreper for å tydeliggjøre sitt budskap. I Prosjekt Perfekt tester Ida ut ulike produkter, som tidligere nevnt, Supermat. Eksperten på supermat beskriver Ida som «gusten i huden», noe Ida tar til seg og reagere med et overraskende rop. Eksperten reklamerer for at maten vil fremme Ida både på utsiden og innsiden, formuleringen og brukene av ordene til eksperten gjør så Ida får lyst til å prøve supermat. Dessverre viser resultatene i slutten av programmet at Ida ikke har forbedret seg så mye som eksperten lovet i begynnelsen. Salg er det gjennomgående tema, ikke resultatet i ettertid.

Metaforene gir mening i en kontekst og en kultur, men hvis de brukes til en annen anledning kan det få en helt annen betydning. Når metaforene blir brukt i TV-programmet kan disse tolket ut i fra seernes egne erfaringer og kultur, og dermed oppfattes på ulik måte. En 16 år gammel jente kan forstå det som om Ida blir beskrevet som tjukk da hun betegnes som en murstein av stylistene. Det samme gjelder når eksperter på ulike felt uttaler seg i blant annet media og benytter seg av et faglig språk som er ukjent for mange, uttalelsene tolkes ut i fra mottakerens erfaringer og kan dermed misforstås. Prosjekt Perfekt er en TV-serie som skal vise hvordan media legger frem ulike råd som en som leser kan gjennomføre og oppnå positive resultater. Den siste diskursen jeg har valgt å trekke frem er «perfeksjon», i neste avsnitt presenteres eksempler fra hele prosjektet og det generelle målet om å kunne betegnes som «perfekt».

6.6 «Et perfekt liv?»

Det er gjennomgående i Prosjekt Perfekt at Ida skal få et bedre liv – et perfekt liv. I siste episode tar Ida en oppsummering av prosjektet og forteller hva hun sitter igjen med. Målet med prosjektet var å følge livsstilsråd og tips fra eksperter i tre måneder for å leve det perfekte liv. Ida endret hele sin hverdag. Hun fikk en ny, stappfull, timeplan som inkluderte kosthold, trening, sosiale medier, samliv, mindfulness og mye mer. De siste månedene var timeplanen til Ida helt full, og hun uttrykker en misnøye med å gjennomføre sin egen hverdag. Hun sier:

*«Jeg er så sliten jeg nå, nå tar det av. Det er en uke igjen av prosjektet og det føles ut som en evighet. Det er hele tiden, døgnet rundt noe man skal gjøre. Jeg har ikke noe fritid, jeg får ikke noe påfyll av glede akkurat nå, det er bare ork og slit, og tusen ting å tenke på. Så nå er det bare, jeg vet ikke om det er, jeg vet ikke om det går jeg. Det er jo et helvete å følge alle livsstilsråd, ja men det er jo, det er hele døgnet da. Det tar hele døgnet!
Det er helt umenneskelig å kunne gjennomføre det med glede da. Til og med når jeg legger meg om kvelden så vet jeg liksom sånn, åhh når jeg våkner så er dagen helt full igjen. Når jeg koser med Yolo, da har jeg det bra, fordi det er faktisk, det skal jeg gjøre, det er en del av alle livsstilsrådene og det er det beste i løpet av dagen.»*

I siste episode understreker Ida at hun er lei og sliten. Hverdagen består av å gjennomføre tipsene til ulike tider og hun kan ikke lenger ta «en hviledag» eller gjøre hva hun vil. Ida sliter med motivasjonen, men klarer å fullføre uken. For å se om hun har oppnådd et bedre liv drar Ida tilbake til ulike eksperter for å se om hun har kommet i bedre form og blitt lykkeligere. Hos ernæringsseksperten kommer det fram til at hun har gått ned i fettprosent, men ingen store forandringer, og hun har fortsatt «fett på feil sted». Ida blir meget skuffet av resultatene hos kostholdseksperten, hun føler at har spist alger og sunn mat til ingen nytte.

Videre hos treningseksperten tester Ida sin fysiske form og det viser seg at hun har hatt stor fremgang, hun har nå en fysiologisk alder på 24 år, som i begynnelsen på prosjektet var på 48. Reaksjonen til Ida var meget positiv, hun blir overrasket og glad. Tilslutt drar hun til psykolog for å ta de samme testene som hun tok i begynnelsen av prosjektet. Testen skal måle lykkefølelsen til Ida, og det viser seg at hun er mindre lykkelig enn hun var da hun startet, hun heller nesten mot å være ulykkelig. Som en oppsummering av hele prosjektet sier Ida:

«Det beste med prosjektet hvis jeg må trekke frem en konkret ting er jo Yolo, det er jo veldig mye selskap i en katt, det er jo hyggelig at det er noen der når man kommer hjem fra jobb og ligge i skje med Yolo hver natt. Hvertfall nå er jeg glad for at jeg har Yolo, nå som jeg tross alt har blitt singel.

*De forholds rådene funker jo ikke når jeg blir dumpet en måned etterpå, eh jeg sier jo ikke at det var de rådene som slo feil, jeg vet ikke om det hadde, det hadde jo sikkert ikke noe med det å gjøre, men de funka i hvertfall ikke, den er vel ganske klar? Jeg har jo ikke fått det perfekte liv, det har jeg ikke! Så å følge alle livsstilsråd sånn som jeg har gjort det har ikke funket, med to streker under svaret. **Altså det som folk sier er det perfekte liv, er ikke det perfekte liv.»***

Etter tre måneder med en livsstilsendring basert på tips og råd fra mediene og eksperter, sitter Ida igjen med følelsen at det ikke var verdt det, hun er utslitt. Hun sier selv at hun har ett positivt utbytte av hele perioden og det er katten. Prosjekt Perfekt trekker frem alle rådene som kommer frem i media, og gir et godt bilde av det daglige presset en kan oppleve, hvis en ønsker å oppnå disse målene. Perfeksjonspresset som kommer frem i mediene gir oss tips om hvordan vi bør leve livene våre, Ida er et godt bilde på at alle disse tipsene ikke er like gode. Ida konkluderer med at det folk sier er det perfekte liv, er ikke det perfekte liv. Da perfeksjon er et gjennomgående tema i Prosjekt Perfekt vi jeg videre teoretisere dette.

6.6.1 Perfeksjonisme

Presset til å være og å fremstå perfekt blir innenfor psykologien kalt perfeksjonisme. Begrepet kan defineres som «Streben etter feilfrihet samt å sette ekstremt høye standarder for ytelse» (Flett & Hewitt, 2002). Et individ ønsker å oppnå sine mål og har ofte høye ambisjoner. Flett og Hewitt (2002) skiver at perfeksjonisme har en flerdimensjonal betydning, de skiller mellom tre dimensjoner; selvrettet, utadrettet og sosialt forskrevet perfeksjonisme. Selvrettet perfeksjonisme beskrives som å sette høye standarder for seg selv og ønsker perfeksjon uten å mislykkes. En person stiller høye krav til seg selv, og har store ønsker om å nå sine personlige målsetninger. Utadrettet perfeksjon, handler om at en har urealistiske forventinger og standarder om betydningsfulle andre (Flett & Hewitt, 2002). Et eksempel for utadrettet perfeksjon er at foreldre har urealistiske forventinger til sine barn. Sosialt forskrevet perfeksjonisme er den tredje og siste dimensjonen som omhandler at en føler et press til å fremstå perfekt fremfor betydningsfulle andre. Dette kan eksempelvis være at en ønsker å fremstå perfekt for foreldre, venner eller andre personer en ser på som betydningsfulle. Det

flerdimensjonale perspektivet på perfeksjon avdekker at en kan føle det psykiske presset til å være perfekt på ulike måter. De ulike dimensjonene bygger på å føle et press til å fremstå feilfri, som kan føre til utfordringer for personen det gjelder og andre som omgår med denne personen.

Tidligere forskning og litteratur skiller mellom positiv og negativ perfeksjonisme. Positiv perfeksjonisme, som også blir kalt normal perfeksjonisme, blir definert som streben etter fornuftige og realistiske standarder som fører til en følelse av tilfredstillhet og økende selvtillit (Flett og Hewitt, 2002). Dette kan også betegnes som en person med ambisjoner og et ønske om å lykkes. Normale perfeksjonister kan glede seg over arbeidet de får til og kan samtidig føle seg fri til å være mindre nøyaktig eller presis dersom situasjonen tilsier det. De kan bruke anerkjennelse fra andre som oppmuntring til å fortsette arbeidet. Normale perfeksjonister blir motivert av tanken på å lykkes, samtidig som de får et driv av å «føle presset» fra andre. Normale perfeksjonister setter seg som sagt mer realistiske mål og fornuftige forventninger til seg selv, dermed blir faren for å mislykkes mindre.

Prosjekt Perfekt har uttalt en målsetting om at Ida skal teste ut livsstilsråd og undersøke om hun kan bli en mer vellykket person på alle områder, og målet er at Ida skal leve det «perfekte liv» slik det fremstilles i media. I prosjektet blir Ida presset av ulike eksperter, og det virker som Ida blir motivert til å gå ut av sin egen komfortsone for å nå målene disse ekspertene legger for henne. Blant annet at hun forholder seg til et strengt kosthold til tross for at hun elsker fast-food og godterier, eller at hun må være fysisk aktiv til tross for at hun ikke har trent på 7 år. Ida i Prosjekt Perfekt kan ses på som normal perfeksjonist, hun har satt seg en målsetting, men holder seg innenfor relativt realistiske rammer og blir motivert av de ulike ekspertene. I løpet av serien ser vi at Ida oppnår flere av målene hun har satt seg, blant annet da hun drar tilbake for å teste sin fysiske form og det viser seg at hun har halvert sin fysiologiske alder på tre måneder. Ida viser en enorm glede og uttrykker en økende selvtillit noe som kjennetegner det som betegnes som en normal perfeksjonist. Slik perfeksjonisme beskrives som positivt, for en som individ oppnår glede og mestring, noe som igjen fører til at en ønsker å sette seg nytt mål. En kan si at ekspertene har fått «rett». Sannhetene ekspertene har lagt frem Ida har blitt godtatt og Ida har levd deretter. Alle rådene, tipsene og endringene har hun gjort ut i fra tilbakemeldingene hun har fått fra de såkalte ekspertene, er blitt gjennomført uten

et spørsmåltegn. De har lagt mal, og presentert det slik at hvis Ida følger denne malen vil hun oppnå det perfekte liv. Resultatene viser dessverre at Ida uttrykker misnøye, og konkluderer med at hun ikke har opplevd et perfekt liv.

Negativ perfeksjonisme, som også blir kalt neurotisk perfeksjonisme, blir definert som streben etter overdrevne høye standarder som er motivert av frykten for å feile og frykten for å skuffe andre (Flett og Hewitt, 2002). Det å oppleve seg fornøyd viser seg å være utfordrende. I sine egne øyne er egen innsats og det de gjør aldri godt nok til å oppnå en slik positiv følelse. Disse krever også et høyere prestasjonsnivå for seg selv enn det er mulig for dem å oppnå. Normale perfeksjonister fokuserer på sine styrker og hvordan de skal gjøre ting riktig, mens nevrotiske perfeksjonister drives av en frykt for å feile (Hamachek, 1978). Innenfor psykologien nevnes det negative følger av neurotisk perfeksjon, blant annet psykiske lidelser, spiseforstyrrelser og begrenset livskvalitet. Ønsket om å fremstå perfekt blir en avhengighet, og frykten for å feile tar overhånd.

Til tross for at Prosjekt Perfekt er et tv-program som er konstruert for å få seere, trekkes det frem interessante tematikker. Perfeksjon er et tema som er i vinden, og kommer daglig frem i media som et fenomen. Det skrives blant annet at barn og unge opplever et press om å fremstå perfekt, og «generasjon prestasjon» er en betegnelse som uttrykker dette. Perfeksjonisme beskrives i teorien som noe positivt på den ene siden, men kan også fremstå som noe negativt hvis en lar det bli et dominerende press til å prestere. I siste episode beskriver Ida følelser av mislykkethet, mangel på frihet og valg.

Resultatene viser at hun er mindre lykkelig enn hun var da hun startet prosjektet. Da Ida ikke tok valgene om hvilke mål hun ville oppnå, men tok utgangspunkt i mediens mål, blir det vanskelig å definere om Idas mål var realistiske eller ikke. Prosjektet i sin helhet trekker frem at media legger frem mål som kan være vanskelig å oppnå, og som kan legge frem et press til å fremstå perfekt, slik at det kan virke negativ for noen.

6.7 Oppsummering av Prosjekt Perfekt

Formålet med prosjekt perfekt er å vise hva som skjer når en helt vanlig person tester alle livsstilsråd hun kommer over i jakten på det perfekte. Gjennom systematisk analyse av Prosjekt Perfekt og de utvalgte diskursene; objektivering av kropp, normalitet, kjønnsroller, metaforer og perfeksjon trer det frem en enighet om at ekspertene legger frem en udiskutabel sannhet. Ida er mottaker for utallige tips og råd om hvordan hun

skal oppnå et «perfekt» liv. Det kommer frem at ekspertene har meninger om hvordan Ida skal se ut. De fremstiller sine ideer som om de sitter med en fasit som Ida skal etterleve. Ekspertene har tydelige beskrivelser om hvordan en som kvinne skal være feminin, slank, veltrent, spise sunt, kle seg feminint, ha et ungt utseende og trene variert. Idealene som fremkommer i programmet er tydelig preget av modellbransjen og målgruppen er ikke i nærheten av den samlede beskrivelsen av en «perfekt person». Det «normale» har i dag blitt et avvik fra «idealet». I samtaler med de ulike ekspertene stilles få spørsmål om hvorfor, men rådene blir fremlagt som bestemte fasiter som underbygges av fagpersoner på ulike felt. Livsstilsrådene som kommer frem i media og gjennom tv-programmet påpeker at ingen er «bra nok». Tipsene bygger på hvordan vi kan forbedres, endres og bli «Perfekte». Ida får gjennom rådene og samtalene med ekspertene beskjed om at hun må gjøre noe, hun må bli bedre. Det fremtrer en viktighet om et pent ytre, en sunn livsstil og et lykkelig liv. Normer og forventinger i samfunnet dominerer omkring skjønnhet og perfeksjon. De ulike ekspertene har løsningen på hvordan Ida som en vanlig jente kan oppnå idealet. Ida, slik det fremstilles i programmet, blir presset til at hun bør være opptatt av skjønnhetsidealer, og at arbeidet med egen helse, utseende og trening er et middel til å oppnå idealene. Ekspertenes uttalelser blir Idas mål, hovedmålet blir perfeksjon.

Formålet med forskningen var å undersøke hvilke skjønnhetsidealer som kommer til uttrykk i Prosjekt Perfekt. Det viser seg at det råder forventinger og normer omkring idealene. Perfeksjon omkring utseende viser seg å være kompleks. Det dominerer urealistiske forventinger til hvordan en kvinne skal se ut. En kan benytte seg av «snarveier», filleoperasjoner eller trendy treningsformer for å etterleve disse forventingene. Ekspertene har innflytelse på Idas tanker om seg selv, og hvordan hun bør endre livet sitt. Budskapet er gjennomgående at hun burde prøve å etterleve og etterligne idealene. Hun blir opptatt av hva hun «burde» gjøre. Selv innser hun at hun i sitt liv ikke er i nærheten av det ekspertene legger frem som «det perfekte». Det kommer også frem at ideer om utseende er sosialt produsert ut fra kommersielle idealer knyttet til miljø, kultur, trender og forbilder. Gjennom programmet uttrykker Ida et ønske om forandring ut i fra det ekspertene forteller henne. Hun ønsker å komme i bedre form, spise sunnere, forbedre utseende, bli lykkeligere og fremstå perfekt. Perfeksjon kan defineres som feilfrihet, og Ida konkluderer selv med at det ikke finnes et perfekt (feilfritt) liv.

7. Resultat – fokusgruppeintervju

7.1 Oppbygning av analysen

Temaguiden for intervjuet ble laget ut i fra de temaene jeg identifiserte i analysen av Prosjekt Perfekt. Hensikten med intervjuet var å gi elevene anledning til å diskutere og reflektere rundt de utvalgte temaene. Utvalget besto av fire elever som gikk andre året studiespesialiserende, to gutter og to jenter. Det analytiske arbeidet handler seg om å identifisere diskurser som kunne ses i lys av Prosjekt Perfekt og et ønske om å være særlig opptatt av det som ble sagt og adferden til elevene rundt disse samtalenene. I analysen presenteres resultatene gjennom tre diskurser «press til å fremstå perfekt», «det finnes ingen perfekt kropp» og «kroppsøving og kroppspress». Utvalget har fått nye navn for å ivareta konfidensialiteten og vil i analysen bli presentert som Kristoffer, Knut, Sara og Emma.

7.2 «Press til å fremstå perfekt»

Som tidligere presentert i oppgaven er perfektjon et gjennomgående tema i Prosjekt Perfekt, dette ble også et sentralt tema i intervjuet. Eller rettere sagt at elevene bruker mye tid på å snakke om hvordan de «arbeider» med å framstå som «perfekte». Elevene bruker blant annet begrepet som «en perfekt kropp», «et perfekt liv» og det å «fremstå perfekt». På mitt spørsmål om hva de tenker når jeg sier ordet perfektjon svarer Knut:

«Jeg tenker at det er en person som er veldig opptatt av hvordan han/hun blir oppfattet av andre mennesker. At denne personen ikke skal ha noen feil, at man fremstår som en person som har alt klart, en person som er veldig, så å si perfekt»

I gruppen kom det frem en enighet om at «å være perfekt» assosieres med å fremstå som feilfri. Utover i diskusjonen fokuserte elevene på at perfektjon særlig gjelder for hvordan de så ut og opplevde at de fremstod ovenfor andre. At de ikke nødvendigvis er feilfri, men at de må fremstå feilfri ovenfor andre. For i motsetning til å være komfortabel i for eksempel joggebukse eller det de beskrev som «et behagelig klesplagg», var det viktig «å se bra ut ovenfor andre». Emma sier:

«Man tenker veldig gjerne at det har ikke noe å si hva andre mener, men allikevel så påvirker det deg, så du tenker nei i dag kan jeg ikke gå i joggebukse

for da ser jeg ut som hun som ikke orker noen ting, så da må man på en måte ta på seg olabukse.»

Hvordan de som elever skulle fremstå på skolen og på fritiden var sentralt i diskusjonen mellom dem. Jentene påpekte at de aldri gikk i joggebukse på skolen, med frykten for hva andre ville tenke om dem. I motsetning til guttene som uttrykte at de «kledde seg slik de ville». Valg av klær er innlemmet i kollektivt betingede forestillinger om hvem man er og hvem man ikke er (Aagre, 2005). Gruppen gir uttrykk for at merkeklær er viktig på skolen deres og at en gjerne vil fremtre som en med «kule» eller «fine» klær. Aagre (2005) skriver at på den ene siden finnes ungdom som finner ulike mainstream-løsninger, de kler seg for ikke å skille seg ut, eller for å bli en del av en anonym masse. På den andre siden finnes det de som er mer tilbakelemt med tanke på hva «andre mener om de». Men kanskje likevel nøye innstudert «individualisme», de ønsker å fremstå som et individ. Guttene beskriver at de kler seg slik de vil, og fremstår dermed som nærmest likegyldig til hva andre tenker om deres klær, de viser til en form for frihet og individualisme i motsetning til jentene som «følger flokken». Kristoffer utdyper:

«Når jeg skal velge klær som jeg skal ha på, for eksempel på onsdager så bruker jeg joggebukse for da har vi gym midt på dagen, så da har jeg bare joggebukse når jeg kommer på skolen, og jeg føler meg helt normal liksom. Jeg kler meg ut i fra hvor lang dag jeg har og hvilke timer jeg har, i dag så har jeg lang dag og så har jeg bursdag i dag, så i dag har jeg pene klær, fine klær, så jeg kler meg ut i fra ting jeg skal gjøre da. For eksempel i morgen blir det også skjorte og bukse på meg, men på onsdag og torsdag blir det nok joggebukse»

«Knut: Klærmessig så spiller det ikke noen rolle for meg nå lenger som det gjorde i første klasse, nå kler jeg meg etter hva jeg føler for å ha på meg.»

Jentene har en enighet om at hvordan en fremstår for andre er viktig og at dette er noe de tenker på i hverdagen. Guttene mener at det ikke er så viktig, men at de kler seg slik de ønsker, ut i fra hvordan de føler seg den dagen. Kristoffer kler seg ut i fra det han skal gjøre og det han anser som praktisk. Guttene uttrykker at de ikke tenker på hva andre syns om de, men de er enige om at det dominerer et «press» på skolen til at man bør se bra ut. Det kommer frem tydelige forskjeller mellom kjønnene da gruppen diskuterer klær og hvordan en fremstår i en gruppe. Jentene er fokusert på at de må fremstå som pene og at de dermed føler seg bedre, «får bedre selvtillit». Nielsen (2009) presenterer lignende resultater angående jentene i sin forskning, hun skriver på den ene siden er en forventning om at jentene i dag skal være aktive og flinke, og på den andre

siden at kropp og utseende mer enn noen gang er knyttet til selvfølelse og personlig identitet, kroppen har blitt et prosjekt. Det kommer frem at jentenes utseende er viktigere for hvordan de blir oppfattet av andre, hvordan de ser ut har en påvirkning på om andre ser på de som vellykket eller ikke. Guttene uttrykker et avslappet forhold til temaet, og påpeker at de kler seg ut i fra dagens gjøremål og humør. Da jeg stiller spørsmål om hvem de må være perfekte for svarer de:

Sara: Jeg tenker for min egen del. Men jeg tok bussen sammen med noen jenter fra vestkanten i Oslo en gang, og da satt jeg i joggebukse og da føler man seg ikke så veldig fresh, når de kommer med veskene sine og hele pakken, så sitter man der og hei! Man merker det fort at selv om de sikkert ikke la merke til det, så legger man merke til det selv, man får litt dårligere selvtillit tror jeg.

Emma: Ja, det er jo mest for meg selv, for det er så stort press på om hva jeg kommer inn på, så får ikke jeg noen bra jobb, da må man ha gode karakterer da kan du komme inn på det du vil, og man vil ikke skuffe noen eller skuffe seg selv. Selv om mange sier at det var bra liksom, så har man en forhåpning selv og hva man ønsker. Og du har jo jobbet for det du ønsker å få og da blir man veldig sånn ja.

Jentene sier at de vil være perfekte for «sin egen del», men det er gjennomgående at hva andre tenker om dem likevel gis stor plass i livene deres. De sier først at de gjør det selv for å føle seg bedre, men på en annen side vil man ikke at de som blir ansett som «kule» skal tenke noe negativt om dem, spesielt ikke hvordan de ser ut. De trekker frem at de føler seg dårligere dersom de ikke ser bra ut overfor signifikante andre. Emma uttrykker at hun ikke vil skuffe noen, og heller ikke skuffe seg selv. Dilemma ligger i om de skuffer andre og deretter blir skuffet selv, eller om de skuffer seg selv og deretter andre. Gruppen reflekterer over hvem de ønsker å imponere, men kommer frem til at det er tankene om seg selv som er de viktigste. Kvalem & Wichstrøm (2007) skriver at mennesker er ikke født med et ferdig bilde av seg selv. Hvordan en beskriver og hvordan en oppfatter seg selv, er sosialt bestemt ved de tilbakemeldinger en har fått, sammenlikning med andre og selvrefleksjoner gjennom hele oppveksten. Dette bekrefter tankene elevene uttrykker da de påpeker at det er deres tanker om seg selv og sine prestasjoner som er viktigst, men på en annen side ønsker en å imponere foreldre, venner og signifikante andre.

Videre i diskusjonen er det ikke bare utseende som er i fokus, elevene trekker inn karakterer som viktige faktorer til å fremtre «perfekt»:

Kristoffer: Man blir gruppert ut i fra for eksempel hvilken karakter du får, om du får en toer i matte, så tenker de ååå han er sikkert en dum person som prøver å leke smart, det er vel det med gruppering, kanskje for eksempel hvis du får en femmer i matte så tenker folk å han er smart, han bør man spørre hjelp om slik at han kan hjelpe oss osv. Man får en større posisjon i og av folket dersom man presterer bedre.

Sara: Man merker det med karakterer også, fordi at jeg føler selv et ganske stort press for broren min fikk veldig gode karakterer, og hvis jeg da kommer hjem med en, altså jeg syns fire er bra, men jeg syns ikke det er bra nok, hvertfall ikke hvis man har øvd et par dager.

Emma: Er det sånn at får jeg en treer i matte, så har ikke jeg lyst til å gå hjem til mamma å vise den, man viser jo bare de gode karakterene!

I utgangspunktet har elevene kommet frem til en enighet om at det er tankene en har om seg selv som er sentrale rundt temaet perfektjon, det å fremstå perfekt for seg selv fremheves som viktig. Kristoffer trekker frem at det ligger en «kulhetsfaktor» bak det å få gode karakterer, at det å være smart og ikke minst å fremstå smart er viktig for å bli bedre likt av andre. I det Kristoffer sier viser det seg at det er viktig at andre tenker at han er smart, og ikke minst at det er viktig å fremstå smart i en gruppe. Sara understreker at hun vil prestere fremfor foreldrene sine, og at de er en underliggende faktor for å få gode karakterer da hun må konkurrere med brorens gode resultater. Det er en enighet i gruppen om at hva foreldrene syns om dem er viktig. Emma forteller at hun viser kun de gode karakterene hjemme, det gir et bilde på hvor viktig det er for elevene at de imponerer hjemme. Underliggende i det Kristoffer, Sara og Emma sier om karakterer på skolen, viser det seg at hva andre tenker om de er viktig, både venner og familie. De arbeider for å fremtre med gode resultater både når det gjelder karakterer og i personlig fremtreden. Det viser seg at venner og families meninger står sentralt til hva elevene tenker om seg selv. Det kan virke som at elevene bygger tankene om seg selv, ut i fra hvordan de tror de blir oppfattet av andre. Kvaalem & Wichstrøm (2007) bekrefter dette, de skriver at hvilke verdi ungdommer setter på seg selv, er for en stor del avhengig av de sosiale tilbakemeldingene de får fra foreldre, venner, jevnaldrende og lærere, det vil si at selv-verdien avspeiler hvilke verdier andre setter på dem. De måler seg opp mot andre og kommentarene de får fra andre. Det uttrykkes implisitt en enighet over hvordan andres tanker påvirker hvordan de ser ut, kler seg, hva de gjør og hvordan de ønsker å fremtre «perfekt» overfor de signifikante andre.

I intervjuet diskuterer elevene perfeksjon som et kompleks fenomen, der det oppstår både enigheter og uenigheter. Knut og Emma definerte perfeksjon som en person som fremtrer nærmest feilfri, Sara og Kristoffer knytter begrepet til kroppen, spesielt kroppens utseende. Elevene har tydelige meninger om kroppen og kroppens rolle i dagens samfunn, neste diskurs/tema presenteres som «det finnes ingen perfekt kropp» for å belyse dette.

7.3 «Det finnes ingen perfekt kropp»

Sara og Kristoffer forbinder perfeksjon til kropp og knytter det til at perfeksjon omhandler hvordan en ser ut og hvordan man opplever kroppen sin, Sara sier:

«Perfeksjon, jeg vil si det handler mye om kroppspress, når man hører perfekt så tenker man med en gang på hvordan man ser ut. Det er veldig mye om den perfekte kroppen og hvordan du skal få perfekte former, sommerkroppen og alt sånn.»

Kristoffer: Jeg tenker at perfeksjonist er når man legger mer press på hvordan man ser ut. Utseende er viktig for oss ungdom, hvertfall for de fleste av oss. Vi tenker mer på hvordan vi ser ut og andre oppfatter oss, er vi pene? Det er det jeg forbinder med perfeksjonist; har vi muskler, ser du bra ut når du trener osv.»

Ved å forbinde perfeksjon og kropp, følger oppfatningen av at kroppens utseende, muskler etc. er med på å skape perfeksjon. Det er flere årsaker til at tenåringer blir så kroppsoptatte. For det første skjer det en sterk utvikling av kognitive evner som gjør at vurderinger og sammenligninger faller naturlig. For det andre er vårt samfunn sterkt kroppsorientert (pga. media), og vellykkethet måles i flere sammenhenger mot fysiske kriterier (Bunkholdt, 2000:93). Sara og Kristoffer forbinder perfeksjon med måten de fremstår utseendemessig, og med et spesielt fokus på hvordan andre oppfatter hvordan de ser ut. På videre spørsmål om det i deres øyne eksisterer en perfekt kropp. Er det en enighet i gruppen om at det ikke finnes én perfekt kropp. Sara sier:

«Jeg tror ikke det finnes noen perfekt kropp for den forandrer seg hele tiden, alle kropp er jo i forandring konstant, så jeg tror ikke det finnes en perfekt kropp. Det kan jo være forbilder selvfølgelig, at nå så hun veldig fin ut, men det betyr ikke at hun er perfekt

Knut: Det kan jo være at man syns at kroppen ser perfekt ut, at hvis man legger på seg litt eller går litt ned i vekt så kan man si at det punktet der kroppen så sånn og sånn ut det er den perfekte kroppen for personen selv. Jeg tror det finnes en perfekt kropp for hver person, men ikke sånn generelt for alle sammen.»

Refleksjonene elevene gjør omkring en perfekt kropp gir et bilde på at det ikke er «en perfekt kropp» som entydig ideal de ønsker å oppnå. Snarere er de opptatt av hver enkelt person er perfekt «i seg selv», og har et mål med hvordan de ønsker at kroppen skal best mulig ut. Dette indikerer at elevene har reflektert rundt perfektjonen i idealene som kan fremkomme i samfunnet og media. Elevene fungerer som en kritisk motvekt mot etterlevelse av idealer. De ønsker ikke å etterligne idealene i samfunnet, men gir en forståelse på at hver enkelt har et ønske om hvordan den ser best ut og at den da kan betegnes som «perfekt». Rysst & Klepp (2012) har lignende resultater i sin forskning. De skriver flere i utvalget deres tar avstand fra idealene som presenteres i media og lignende, forskningen deres viser at de med «normal» kropp er mer misfornøyd med egen kropp enn de som er overvektige. De viser til at de overvektige tar avstand fra idealene da en sammenligning blir lite hensiktsmessig. I likhet med resultatene som fremkommer i mitt materiale der elevene sier at hver enkelt har et mål med sin egen kropp, og en forståelse av hvordan den ser «perfekt» ut. utfordringen med dette er at man egentlig aldri blir fornøyd, det vil alltid være noen detaljer som kan forbedres (Rysst & Klepp, 2012).

I en videre diskusjon om kropp stiller jeg spørsmål om elevene mener at det er noen forskjell på gutter og jenter. Sara sier:

«Ikke så mye, det handler nok mer om armer for gutter og rumpe for jenter, og så begge to skal jo ha flat mage. Men jentene skal ifølge mange folk ikke ha sixpack det er visst stygt med alt for mye muskler på magen, men jeg tror gutter er mer opptatt av protein pulver og veldig store muskler, mens jenter vil bare holde seg trent.

Int. Sier hvem?

Emma: Det bare er sånn, det er ingen som sier det

Kristoffer: Som for eksempel det at jenter legger mer vekt på rumpe og bryst, mens gutter legger mer vekt på armer og brystkassen. Utseende for jenter er jo å få den fineste rumpa og de fineste brystene, og for guttene er det jo å få sixpack se bra ut. Det å se bra ut gjelder for begge da. Og det at man blir motivert og har forbilder som er fotballspillere eller bloggere, de påvirker jo oss på en måten»

Til tross for at elevene mener at det ikke finnes en perfekt kropp finnes det en enighet om hvordan gutter og jenter ser ut, og hva de skal fokusere på. De uttaler at det ikke finnes et ideal eller et mål, men implisitt i det de sier beskrives et gutteideal og jenteideal som dominerer med felles egenskaper i gruppen. Det er en selvfølge at jenter skal ha fin rumpe, fine bryst og flat mage. Gutter skal ha fine armer, fint bryst og flat

mage. Det er også en enighet om at jenter ikke skal ha sixpack for det blir for mye, men gutter derimot skal ha lite fett på magen, gjerne synlige muskler. Svarene til elevene viser en likhet med svarene som kommer fram i boken «Skoletid» skrevet av Harriet Bjerrum Nielsen (2009), boken beskriver en forskning som studerer en skoleklasse fra de går i førsteklasse og frem til de avslutter ungdomskolen. Forskeren stiller klassen spørsmål om kroppens betydning. Det viser seg at det å ha en slank, veltrent, pen kropp og de riktige klærne er viktig. En av guttene i hennes utvalg sier at hvis det er et slankepress på jenter, er det et «muskelpress» på gutter. Forskningen viser at det finnes et tydeligere press på at jenter må se bra ut og at gutter kan forholde seg mer avslappet og humoristisk til tematikken (Nielsen, 2009). Dette har likhet med resultatene i min forskning, da jeg stiller videre spørsmål om elevene er fornøyd med egen kropp sier Kristoffer:

«Jeg er rimelig fornøyd med meg selv! Jeg er nok den som har mest fett på meg av alle guttene i klassen, men jeg bryr meg ikke. Dette her er meg liksom, du kan ikke gjøre meg noe. Jeg ser bra ut as, syns jeg. Jeg står foran speilet på en lørdag/søndag og ser på meg selv, Hehe. Før så brydde jeg meg ikke, men nå som jeg har begynt å trene så tenker jeg litt mer at jeg ser bra ut. Det er ikke sånn at jeg tenker at jeg må ha den sixpacken til neste sommer, men jeg tenker jo på at jeg vil bli bedre, det er det som er målet og bli bedre»

Kristoffer uttrykker at han er generelt fornøyd med egen kropp, han har et godt forhold til sin egen kropp og har et humoristisk forhold til kroppen sin når han prater om den med latter og et glimt i øyet. Under intervjuet kommer det frem at han har gått ned i vekt i løpet av det siste året og er meget fornøyd med det, men har fortsatt et ønske om å bli bedre. Det kommer frem at Kristoffer at han har et avslappet forhold til egen kropp, og at han er fornøyd, dette kommer ikke frem fra jentene i utvalget. At jenter har et dårligere kroppsbilde enn gutter kommer frem i tidligere forskning. Aftenposten viser til en norsk undersøkelse gjort i 2005, som viser at 54% av kvinnene var misfornøyd med kroppen sin, sammenlignet med 35% av mennene (Rysst & Klepp, 2012). At tynnhetsideal har negativ effekt på jenter, men har begrenset på virkning på gutter (Hargreaves & Tiggemann, 2004). Allikevel kommer det frem at det eksisterer et muskelideal for guttene, at det dominerer et press for både gutter og jenter viser seg i intervjuet, men gruppen påpeker at det handler mer om muskler for guttene og tynnhetsideal for jentene. Dette viser likhet med Liz Frost (2003) sin forskning om at det er likheter i

presset om et spesielt utseende blant gutter og jenter, men at de fremtredende idealene er noe ulike.

Kristoffer innleder tidligere med å si at han er nok den med mest fett på seg av alle guttene i klassene, viser han at har reflektert omkring hvordan han ser ut i forhold til de andre og har sammenlignet seg selv med de andre guttene. Denne sammenligningen fremtrer som en relevant faktor for hvilken oppfattelse elevene har av egen kropp, og flere i gruppen tar opp temaet. Knut sier:

*«Om sommeren går jo alle gutter i t-skjorte, og jeg har jo litt tynne armer, så da går jeg heller med flere lag med gensere enn å vise armene mine.
Emma: Når jeg er på turntrening eller når jeg er på konkurranser så ser man på jenter gjennom drakten at de har veldig sterk mage. Jeg har også lyst at det skal synes på meg, men man kan jo ikke gjøre så mye med det.»*

Denne sammenligningen med signifikante andre kommer frem som relevant i annet forskning. McCabe & Ricciardelli (2003/2) skriver signifikante andre som foreldre og venner påvirker ungdommens kroppsbilde og ønske om å få en slankere og en veltrent kropp. Elevene diskuterer at hvordan de ser ut i forhold til andre er relevant i henhold til hvordan de opplever seg selv. Forskning viser at både kvinner og menn, med normal og avvikende kropp, opplever at bevisste eller ubevisste dømmende blikk fra andre og teknologi som omhandler å se bra ut påvirker deres oppfattelse av egen kropp og selvfølelse (Rysst og Klepp, 2012). Både hvordan de ser ut i forhold til andres kropper, hvordan blikk og tilbakemeldinger de får fra andre har en påvirkningskraft på elevenes opplevelse av egen kropp.

Jeg stiller videre spørsmål om de føler at media spiller noe rolle på hvordan de opplever sin egen kropp. En del av diskusjonen utspilte seg slik:

*«Kristoffer: Media prøver å vise et bilde av at alle er perfekte, at alle har sixpack og lever et sunt liv osv. Spiser ikke noe sjokolade eller alle modellene som for eksempel blir brukt er sykt tynne og har sikkert noen spiseforstyrrelser de også. Det er sånn at man kan se skjelettet deres og det er jo helt uvirkelig.
Int. Du sier uvirkelig, litt sånn uoppnåelig eller?
Kristoffer: Ja, for de er ikke helt som oss da, vi spiser jo det vi vil osv. Men de må jo sikkert gå etter en plan osv. de må jo være så tynne.
Emma: Jeg føler liksom at jeg vil også se sånn ut, som dem»*

Diskusjonen som omhandlet media og kropp engasjerte elevene. De fattet en enighet i at media ofte presenterte «en perfekt kropp» gjennom trente eller tynne modeller. Kristoffer definerer disse modellene som uvirkelig, han tar en avstand fra deres utseende og mener at de nesten ser syke ut. Forskning viser at skjønnhetsidealene media fremstiller ikke har betydning for gutters tanker om egen kropp (Hargreaves & Tiggemann, 2004). I motsetning til jentene hvor media har stor påvirkning på kvinners selvfølelse i forhold til egen kropp og som igjen fører til at jenter bruker mer tid på utseende (Grabe, et al, 2008). Emma forteller at hun ønsker å se ut som de tynne modellene som er i media, og at hun ofte blir inspirert til å trene å spise sunnere når hun ser de flinke kvinnene i media, som hun eksemplifiserer med bloggere, modeller og fitnessutøvere. Å bli utsatt for umulige kroppsidealene kan påvirke folks selvfølelse og skape et ønske om å forbedre deler av kroppen sin, gitt at det alltid er kroppsdel som kan se bedre ut (Rysst & Klepp, 2012). Sara og Emma viser en enighet om at de blir inspirert av profilerte personer, og at media har en betydning for hvordan de ønsker å se ut. Det negative kroppssynet jenter kan få av media fører til at flere får symptomer til spiseforstyrrelser (Grabe, et al, 2008). Da gutter tar en avstand til idealene i media, uttrykker jentene en form for inspirasjon til å bli likere idealene som fremstilles i media, utfordringen blir for jentene å vite hva som er sunt og hva som kan være å la det gå for langt.

Refleksjonen elevene gjør rundt «en perfekt kropp» trekker frem interessante faktorer som har en betydning for hvordan de opplever sin egen kropp. Det viser seg at det er tydelige motsigelser omkring om det finnes en perfekt kropp, da det befinner seg en enighet omkring hvordan en kropp skal/bør se ut. Samtidig har elevene tidlig i intervjuet definert perfekt som feilfri, og det framkommer en enighet i at det ikke finnes en feilfri kropp, men at hver enkelt har et ønske om hvordan en vil at kroppen sin skal se ut. Det blir tydeliggjort i mitt materiale at det er forskjeller mellom gutter og jenters oppfatning av egen kropp. Det kvinnelige kroppsidealet i den vestlige verden er lenger unna en gjennomsnittlig kvinnekropp enn hva som er forskjellen mellom det mannlige kroppsidealet og en vanlig mannekropp er. Kvinner vil oppleve større diskrepans og dermed mer misnøye med sitt utseende sammenlignet med menn (Kvalem og Wichstrøm, 2007).

Elevene i gruppen trekker frem relevante og gode diskusjoner som omhandler kropp og kroppens rolle i samfunnet. Som kommende kroppsøvingslærer fatter jeg en interesse av å høre hva elevene tenker omkring kroppsøvingsfaget og temaer omkring utseende og kropp, spesielt om elevens tanker rundt kroppspress som jeg presenterer i neste avsnitt.

7.4 Kroppsøvingsfaget og «kroppspress»

I rapporten «Kroppsøving i skolen» skrevet av Lyngstad, Flagestad, Leirhaug og Nelvik (2011) presenterer arbeidsgruppen eksempler på endringer i læreplanen til kroppsøvingsfaget. De skriver at visse kroppsidealiser og oppfatninger i samfunnet får muligheten til å feste seg hos elever i skolen uten å bli problematisert, kritisert og eventuelt forkastet. Kroppsøvingsfaget kan bli benyttet som en arena der elevene får reflektert rundt temaene som blir presentert i denne oppgaven. Jeg introduserer elevene til en setning som er tatt ut med formålet i kroppsøvingsfaget og stiller spørsmål hvordan de har oppnådd dette i faget.

«Int: I formålet med faget kroppsøving står det blant annet at faget skal bidra til at dere som elever utvikler selvfølelse og positiv oppfatning av kropp. Dette igjen skal ruste elevene/dere til vurdering av kroppsidealiser. Snakker dere om disse temaene i kroppsøvingsfaget?»

Knut: Nei, vi har jo hatt noen teoretiske timer, men det er egentlig bare informasjon om hva vi skal gjøre i timene, vi har ikke gått grundig inn på hvilke ulike mål som skal til for å få den og den karakteren.

Sara: Vi driver jo bare med idretter, så det er ikke noe teoretisk.»

Elevene viser gjennom sin måte å diskutere på at det er uklart hvordan de kan oppnå formålet for kroppsøving eller hvordan temaer som kroppsidealiser og en positiv oppfatning av kropp blir undervist. Da faget nevnes går samtalen mellom elevene automatisk over i å snakke om idretter og fysiske tester, at det er dette faget handler om.

«Når kroppsøvingsfaget skaper kroppen som objekt på denne måten, bidrar dette til å forsterke medias og andre sosiale aktørers framstillinger av kroppen som et objekt som kan skapes, endres og bearbeides i jakten på å oppnå symbolsk verdi. Kroppsøvingstimer blir utilsiktet med på en tildeling av ulik sosial status til elevkropper, og i denne prosessen kan elever, som ikke når opp på den sosiale rangstigen eller i det sosiale systemet, føle seg mindreverdige og bli nedvurdert. I alvorlige tilfeller kan elever bli sosialt ekskludert. Faget kan samtidig bidra til å underbygge den store, globale kroppsindustrien som omgir dagens barn og

unge, framfor å hjelpe elever til å ta fornuftige valg i forhold til det opplevde kroppspresset i hverdagen.» (Lyngstad m. fl, 2011)

Utdraget fra rapporten viser hvordan faget kan ha en negativ virkning på elevers oppfatning av sin egen kropp, men etter en revisjon av læreplan i 2012 bygger formålet med faget på å blant annet at elevene skal kunne vurdere kroppsideal. Formålet er formulert på bakgrunn av at faget bør medvirke til å fremme et positivt kroppslig selvbilde hos alle elever i skolen, og at elever bør få oppleve å få knyttet kroppslige bevegelseserfaringer til egen identitetsutvikling på en positiv måte (Lyngstad et al, 2011). Elevene forbinder faget med fysisk aktivitet og innlæring av idretter, men virker uforstående til at faget har et formål som tilsier at de skal lære om kropp og kroppsideal i faget. Elevene uttrykker at de tror det ville vært ubehagelig å snakke om de temaene foran hele klassen. Det uttrykkes en usikkerhet omkring fagets rolle til å kunne reflektere og diskutere kroppsideal og temaet kropp. De kommer inn på garderobekulturen hvor det virker som at kropp er et sentralt tema. Sara sier:

«Jeg tror det egentlig kan være litt ubehagelig for noen, og si det de mener om sin kropp. Man ser det jo bare i gymgarderoben på hvem som bare slenger av seg alt og hvem som går inn på toalettet og skifter.

Emma: Man merker at jentene i klassen vår er veldig delt. Noen av jentene bruker den ene siden av garderoben og resten bruker den andre delen av garderoben. Men jeg vil si at det er de som har best kropp som er innerst, minst redd.

Kristoffer: Hos oss er det mer delt i hvem som dusjer og hvem som ikke dusjer.»

Elevene skiller mellom de som dusjer og de som ikke dusjer, de som skifter foran andre og de som går inn på doen. Elevene fullfører hverandres setninger da vi snakker om garderobekulturen og det dominerer en stor enighet om at det er et tema alle synes er ubehagelig med tanke på å skifte og dusje foran andre. Tidligere forskning av et utvalg på ungdomsskolen viser at 52 prosent av de som sjelden dusjer på skolen og 71,7 prosent av de som aldri dusjer på skolen. Gir uttrykk for at de ikke liker å vise kroppen sin frem for de andre i klassen (Wabakken, 2010). Dette viser likhet med det som fremkommer i min forskning, da elevene gir uttrykk for at det hvordan de ser ut i forhold til de andre avgjør om de kler av seg eller ikke. De trekker frem at de med best kropp kler av seg med en gang, mens andre gjemmer seg på toalettet. Generelt når ungdom er usikre på seg selv og hvordan de skal bedømme sitt eget utseende, tenderer de å sammenlikne seg med andre som er lik dem (Kvalem og Wichstrøm, 2007).

Elevene sammenligner kroppene sine med de andre i klassen, og skaper et inntrykk av seg selv ut i fra slik de tror de blir oppfattet av andre. Da «lite klær» blir et tema, stiller jeg spørsmål om hva de tenker om svømming i kroppsøvingsfaget. Elevene sier at det alltid har vært dårlig oppmøte på svømmeundervisningen. Da jeg stiller spørsmål om hvordan det har vært på videregående svarer Knut:

«Vi har ikke hatt det enda, men egentlig så vet jeg ikke om jeg hadde møtt opp for alle er så kroppsfixerte»

Svømming og garderoben, der elevene må kle seg nakne eller være i bikini trekkes frem som ubehagelig for alle, da de må «vise seg for de andre». Kvalem og Wichstrøm (2007) skriver at avstanden mellom det faktiske selvet og idealet øker ofte i ungdomstiden, noe som kan føre til perioder med lavere selvfølelse. Elevene uttaler ikke en misnøye av sin egen kropp, men et ubehag av å måtte vise kroppen for andre med bedre kropp enn seg selv, slik de oppfatter det. De føler ikke at de når opp til idealene, eller «de med best kropp» i klassen. Elevene gir inntrykk for at de trives generelt i faget, da jeg stiller spørsmål omkring kroppspress og kroppsøvingsfaget:

«Int. Fordi kroppsøving er det faget der man bruker kroppen, det eneste faget, hvis man ser bort ifra svømmingen, men ser generelt på faget føler dere det er mer kroppspress der enn andre steder?»

Emma. Egentlig ikke.

Kristoffer. Nei, jeg føler det er mer fokus på hvordan man gjennomfører øvelsene, fordi man har jo på seg klær uansett, det er jo ingen som kommer til å se på om man har mage eller ikke, eller om man har sterke lår eller ikke. På grunn av man ser jo på en måte på hvordan man utfører arbeidet.»

Gjennomgående i diskusjonen omkring kropp og kroppsøving kommer det frem at elevene på den ene siden er «enige om» at det ikke eksisterer et kroppspress i faget. Men på en annen side ser de ingen nytte ved at faget kan hjelpe de å få en positiv oppfatning av kropp. De knytter kroppsøvingsfaget til en arena som dreier seg om å prestere i idretter og fysiske tester. Det stiller sentralt at faget bør skape aktivitets- og idretts glede, mestringsfølelse og lyst til å trene. På en annen side skal faget fremme en kritisk holdning til kroppsidealene og bevegelseskulturer som kan påvirke elevenes selvbilde (Lyngstad et al, 2011). Det kan virke som om lærere har et arbeid bak å påpeke målet med kroppsøvingsfaget. Elevene uttrykker en enighet om at faget kun dreier seg om fysisk prestasjon og sportslige aktiviteter. De har liten forståelse hvordan kroppsøvingsfaget kan bli benyttet som en arena for å reflektere omkring temaet kropp.

Da det inngår i formålet med faget kreves det et arbeid for å oppnå disse målene, men elevene ser ikke nytten i å snakke om det, da dette betraktes som ubehagelig å snakke om foran andre.

7.5 Oppsummering av fokusgruppeintervju

Elevenes engasjement og åpenhet omkring temaet utgjorde et meningsfylt datamateriale. I det analytiske arbeidet uttrykker elevene enighet og konstruerte sannheter omkring kropp, utseende og kroppsøvfaget. Målet med det metodiske forskningsarbeidet var å undersøke betydningen av idealene som har kommet frem i Prosjekt Perfekt og dermed mulige idealer som dominerer i samfunnet. Gjennom tre diskurser «press til å fremstå perfekt», «det finnes ingen perfekt kropp» og «kroppsøving og kroppspress» gir elevene inntrykk av at de tar avstand fra «perfeksjonspresset». Men det viser seg at de kjenner andre som blir påvirket, «de har venner som kjenner presset». I en samlet diskusjon dominerer det en enighet om at perfeksjon beskrives som noe feilfritt. Samtaler omkring kropp og utseende uttrykker elevene en enighet om at kan være ubehagelig å snakke om. Det er personlige temaer som angår hvordan en ser ut og hvordan en opplever seg selv. De interessante samtalene med elevene ga meg et innblikk i hvordan elever på videregående skole kan reflektere rundt den komplekse tematikken. At de selv uttrykker en usikkerhet og frustrasjon omkring temaet viser viktigheten av å bringe det frem i lyset. Det fremkommer at elevene har tydelige meninger om hvordan en skal se ut, spise, trene og leve. Selv om alle elevene sier at de ikke blir påvirket av media og at de ikke er spesielt opptatt av utseende. Det kommer det implisitt frem i intervjuet at de har klare beskrivelser av hvordan en skal spise og trene, ikke minst hvordan «det perfekte» fremstilles. For disse elevene virker det som om hvordan en fremstår er viktig, at hva slags klær en har og hvordan en ser ut er et bilde om en er vellykket eller ikke. Alle elevene sier at de må ha på seg kule klær, må trene, må ha på sminke, men på en annen side er det «ingen av de som bryr seg om utseende». Det paradoksale rundt temaet fremkommer som vanlig, der en sier at en ikke bryr seg, samtidig som det er viktig for hvordan de oppfatter seg selv.

Elevene er i utvikling og kroppen deres med. De uttaler seg om sine egne kropper og andres, men tar en distanse fra påstanden om at det finnes «en perfekt kropp». Elevene mener at oppfattelsen av egen kropp er subjektiv og at hver enkelt har et ønske om hvordan kroppen skal se ut. Samtidig som de påstår at det ikke finnes et ideal,

dominerer det en enighet om hvordan en kvinnelig og mannlig kropp skal se ut og fremtre. De har detaljerte beskrivelser om hvordan en «bør se ut» og slik er det bare, det er «ingen som sier det». Idealene som beskrives fremkommer som stereotypiske der jenter skal være tynne, være godt trent, ha fine bryster og en fin rompe. Gutter skal være muskuløse, gjerne med synlige og store muskler. Elevene uttrykker en enighet om at det finnes skjønnhetsidealer i samfunnet, men elevene uttrykker et kritisk blikk omkring det å bli definert som «en perfekt kropp» eller et perfekt utseende. Det fremtrer store forskjeller mellom kjønnene, både hvordan de oppfatter seg selv og hvordan de tror de oppfattes av andre. Min forskning viser likheter ved tidligere forskning ved at jentene har en dårligere oppfatning av egen kropp og utseende, og bryr seg mer om hva andre syns og medias fremtredende idealer. Guttene uttrykker et avslappet forhold over sin egen kropp og utseende, de påpeker at muskler har blitt et ønske og at de vet at «de ikke er de med best kropp», men uttrykker samtidig en positiv oppfattelse av egen kropp.

Når kroppsøvningsfaget diskuteres viser det seg at elevene kobler faget opp imot kroppslige ferdigheter og utvikling i idrettsaktiviteter. Elevene ser ingen sammenheng med faget og refleksjon omkring kropp eller vurdering av kroppsidealer. Elevene knytter gardrobekulturen og svømming med et kroppspress, men kroppsøvningsfaget i seg selv er arena der de uttrykker seg kroppslig, kun for å få karakterer i faget.

8. Avsluttende tanker

Avslutningsvis vil jeg oppsummere hovedfunn i analysen. Utgangspunktet for min oppgave er jaget etter å oppnå det perfekte. At det stadig blir skrevet i media om perfekte kropper, perfekt utseende, perfekt kosthold, perfekt trening og ønske om å fremstå perfekt. Med utgangspunkt i tidligere forskning og litteratur har jeg belyst hvordan utseende og kropp har en sentral rolle i samfunnet og min interesse var å utforske hvilke enigheter som kommer frem omkring denne tematikken.

Problemstillingen for min oppgave er *Hvordan kommer skjønnhetsidealer til uttrykk i Prosjekt Perfekt? Hvilken betydning kan slike idealer få for elever på videregående skole?*

Resultatene viser kompleksiteten omkring utseende, kropp og dagens skjønnhetsidealer. I Prosjekt Perfekt fremstilles det en påstand om at «normal ikke er bra nok». Ida når ikke kravene som stilles av en «vanlig 28 åring». utfordringen ligger i at kravene som presenteres i prosjektet tar utgangspunkt i livsstilsråd fra media og eksperter på ulike fagfelt. Som kommende kroppsøvingslærer stiller jeg meg spørrende til utviklingen hvis alt skal måles opp mot standardiserte tester for å måle om en er bra nok. Sett at kravene som fremstilles i Prosjekt Perfekt kan gi et bilde av kravene som stilles i dagens samfunn blir det utfordrende for en elev på videregående skole å føle at han/hun er god nok. Da tidligere forskning viser at ungdom i dag er mer stresset og utslitt enn før (NOVA, 2014). Tenker jeg som kommende lærer at skolen må ta ansvar for elevene og gi de mulighet til å reflektere omkring tematikker som gjør at de føler presset til å prestere i hverdagslivet. Vise elevene at kroppsøvingsfaget og skolen kan benyttes som en læringsarena rundt temaer som ikke har konkrete mål som de må oppnå en målsetting, men som er innebygget i læreplanen og sentrale for elevenes oppfattelse av seg selv og sin egen kropp.

I Prosjekt Perfekt viser det seg at det råder felles bestemmelser for hvordan en vakker kvinne skal se ut. Ekspertene legger frem hvordan Ida har ulike «mangler» for å nå «det perfekte». Det viser seg at normene for et vakkert utseende krever arbeid og «juks», en kvinne skal opprettholde et feminint, ungt, slankt og vakkert utseende. Det viser seg at det dominerer bestemte beskrivelser av idealene, til tross at elevene sier at det ikke finnes felles ideal som kan beskrives som «perfekt». Elevene uttrykker også en enighet

om at kvinner skal være slanke og gutter skal ha muskler. Azzarito & Solmon (2006) skriver om like resultater i sin forskning da utvalget hadde et tydelig bilde av hvordan en kropp skulle se ut, hva som var feminint (slank) og maskulint (muskuløs). Det viser seg at det råder meninger og enigheter om hvordan kvinnelige og mannlige kropper skal se ut. Samtidig viser guttene et mer avslappet forhold til egen kropp. Jentene virker opptatt av hva andre synes om de, og sammenligner seg med andre. Guttene reflekterer over at det er ønske om å fremstå muskuløs, med markerte kropper, men på en annen side uttrykker de en aksept med egen kropp. Jentene uttrykker at de har flere venninner som sliter med mat og trening, at de sammenligner seg med «perfekte» bloggere og modeller og har et ønske om å etterligne idealene. Guttene ser på idealene som fremstår i mediene som uvirkelige, og tar en avstand fra disse. De uttrykker et ønske om å «forbedre» egen kropp, men sammenlignet med jentene har de et bedre forhold til egen kropp og viser fornøydhets med seg selv. Enighetene og sannhetene som kommer frem når det gjelder skjønnhet- og kroppsidealene viser at de eksisterer. Skjønnhetsidealene er bundet til kulturell og sosial kontekst, men det interessante ved denne forskningen er at det fattes enigheter om idealene som beskrives i TV-programmet og av elevene til tross for at disse materialene er produsert hver for seg. Idealene viser seg å kunne ha negativ virkning på unges oppfattelse av seg selv. På en annen side er det viktig at en i dag får i gang en dialog med barn og unge om hva som er sunt og hva som er å gå for langt. Da tidligere forskning peker på spiseforstyrrelser, psykiske lidelser og at unge gutter spiser proteinpulver for å få muskler, viser det seg et behov for endring og refleksjon omkring «sunne idealer».

Som kommende kroppsøvlingslærer reflekterer jeg rundt svarene til elevene omkring hvordan en skal oppnå formålet med faget. Elevene knytter faget til fysiske aktivitet og oppnåelse av spesifikke ferdighetsmål. De viser ingen forståelse til hvordan en kan reflektere rundt kroppsidealene eller få et bedre forhold til egen kropp. Azzarito & Solmon (2006) skriver om lignende resultater i en studie som ble utført i USA. Studien konkluderer med at kun to av totalt 28 informanter mente at kroppsøving ville gjøre en forskjell for deres syn på kropp. Men Azzarito & Solmon (2006) skriver videre at kroppsøving er et felt der elevene kan lære om egen kropp og diskutere dette temaet. Det er også tilfellet i Norge, idrett- og kroppsøvlingslærere kan benytte sin rolle til å lære elevene å reflektere omkring egen kropp og kroppsidealene.

Resultatene i min forskning viser hvordan idealene fremtrer i Prosjekt Perfekt, og hvilken betydning disse idealene kan ha for et utvalg elever på videregående skole. Det er en tematikk som kan kobles til samfunnet, kroppsøvningsfaget og skolen generelt. Min forskning er en dråpe i et stort hav, men allikevel belyser det viktigheten omkring temaet og har skapt interesse for mulig videre forskning som presenteres i neste delkapittel.

8.1 Videre forskning

I min forskning kommer det frem en normalitet omkring kropp og utseende. Det uttrykkes en selvfølge for hvordan en bør se ut og hvordan en bør fremstå, og hva som betegnes som «normalt». Et interessant perspektiv ville være å dekke over denne tematikken med et større utvalg og dermed en bredere kontekst. Da tidligere forskning og denne oppgaven trekker frem hvordan utseende har blitt en markør for status, om en er vellykket, ville det være interessant å utforske hvordan utseende spiller en rolle i hverdagslivet til ungdom og voksne. Om de verdsetter utseende slik det kommer frem og hvilken betydning dette har for deres hverdag.

Idealene som verdsettes viser seg å ha likheter i tidligere forskning, der beskrivelsen av tynnhetsideal og muskelideal knyttes opp imot bestemte feminine og maskuline roller. Da kjønn blir trukket fram som en relevant faktor i forskningen vil det være interessant å undersøke hvordan det kan ha seg slik at jenter har et mer anstrengt forhold til egenkropp enn gutter, hvis dette er tilfellet. Kjønnsteori viser at gutter viser en større frihet, individualitet og tar avstand til hva andre mener om de, samtidig viser det seg at utseende er viktig. Utseende og kroppsidealer er et tema der det dominerer av forskning med jenter som utvalg, dermed ville det være interessant å ta utgangspunkt i guttene, og deres enigheter og meninger omkring tematikken. Samt utforske likheter og forskjeller mellom kjønnene, og deres forståelse av samfunnets idealer.

Media blir også trukket fram som en relevant faktor knyttet til kropp, utseende og idealer. Forskning viser at bildemanipulering og retusjering påvirker ungdoms kroppsbilde. Ulike magasiner, nettsider og sosiale media fremmer bilder av lettkledde kropper og benytter seg av titler som skal fange leseren med «slik får du rompen til Kim Kardashian». En utforskning av medias mål og mening omkring trykkingen av

livsstilsrådene ville være interessant. Dreier media seg kun om salg, eller ønsker de å reklamere for «sunne» idealer?

Som kommende kroppsøvingslærer fattet jeg interesse for elevenes uvitenhet om fagets formål og at en kan benytte faget til en arena der elevene kan lære å vurdere kroppsideal og få positiv oppfatning av kropp. Jeg stiller meg spørrende til hvordan lærere i praksis oppnår denne delen av formålet og om de reflekterer rundt denne tematikken, som viser seg å være meget relevant for elevene. En videre forskning innenfor dette temaet, men fra et lærerperspektiv vil gi muligheter for å avklare hvordan en i praksis kan få elevene til å få en forståelse omkring dette.

8.2 Oppgavens begrensninger

Mitt utgangspunkt for oppgaven var å undersøke hvordan skjønnhetsidealer kommer til uttrykk i Prosjekt Perfekt for å gi et bilde på hvilke idealer som dominerer i samfunnet. Deretter ønsket jeg å undersøke hvilken betydning disse idealene har for elever på videregående skole. Valget av å benytte meg av to materialer har gitt meg et innblikk i hvordan en kan arbeide empirisk med foreliggende data og hvordan en intervjuopprosess foregår. TV-programmet er noe jeg hadde kjennskap til før jeg valgte dette som materiale, det har vært et interessant materiale å arbeide med, samtidig som det har krevet mye tid å «bli kjent» med innholdet. Det har vært tidskrevende, men på en annen side gitt et stort utbytte til forskningen, både til meg selv som forsker og kommende lærer. I ettertid ser jeg at ved valg av et datamateriale kunne gitt meg tid til å komme «dypere» i materialet og analysen, men samtidig har kombinasjonen av materialene gitt meg en større forståelse av «skjønnhetsidealer».

Studien har vært en læringsprosess, der hovedarbeidet har ligget i det analytiske arbeidet. Valg av diskursanalyse har vært krevende da det innebærer en forståelse av detaljert teori og et kompleks perspektiv. Utgangspunktet i et sosialt konstruktivistisk perspektiv, og anvendelsen av en diskursinspirert analyse har vært en tung vei til mål, og en bedre forståelse kunne gjort analysene mer utdypende og drøftende. Jeg føler at jeg har kommet i dybden av skjønnhetsidealer som er uttrykket gjennom en sosial prosess og som sosialkonstruksjon. Diskursene/temaene jeg har utledet fra begge materialene, har gitt en mulig besvarelse på min problemstilling og jeg er tilfreds i valg av teori og metode.

Referanser

Aagre, W. (2005). *Å ha en kropp – eller å være en kropp? Om ungdom og utseende i en kroppsorientert tid*. Ungdomsforskning 1/2005, Hentet fra: <http://www-bib.hive.no/tekster/lu/aagre/ungkropp.pdf>.

Azzarito, L., & Solmon, M. A. (2006). *A Feminist Poststructuralist View on Student Bodies in Physical Education: Sites of Compliance, Resistance and Transformation*. Journal of Teaching in Physical Education, 25, Human Kinetics, Inc, 200-225. Hentet fra <http://www.humankinetics.com/acucustom/siteName/Documents/DocumentItem/5632.pdf>.

Berry, B. (2008). *The Power of Looks: Social Stratification of Physical Appearance*. Washington: Ashgate.

Bunkholdt, V. (2000). *Utviklingspsykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Burr, V. (1995). *An Introduction to Social Constructionism*. University of Huddersfield: Routledge.

Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.

Eriksen, T. H; Breivik, J. -K. Eds. (2006). *Normalitet*. Oslo: Universitetsforlaget.

Flett, G., & Hewitt, P. (2002). *Perfectionism; Theory, Research and treatment*. Washington DC: American Psychological association.

Frost, L. (2003). *Doing Bodies Differently? Gender, Youth, Appearance and Damage*. Journal of Youth Studies, 6:1, 53-70. DOI:10.1080/1367626032000068163.

Grabe, S., Ward, L., & Hyde, J. S. (2008). *The Role of the Media in Body Image Concerns Among Woman: A Meta-Analysis of Experimental and Correlational Studies*. Psychological Bulletin, Vol 134(3), pp. 460-476. Hentet fra <http://psycnet.apa.org/journals/bul/134/3/460.pdf>.

Grønmo, S. (2004). *Samfunnsvitenskapelig metoder*. Bergen: Fagbokforlaget.

Hamachek, D. (1978). *Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism*. Psychology: A Journal of Human Behavior, Vol 15(1), 27-33. Hentet fra <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1979-08598-001>.

Hamermesh, D. S. (2013). *Beauty pays: Why Attractive People Are More Successful*. New Jersey: Princeton University Press.

Hargreaves, A. D., & Tiggemann, M. (2004). *Idealized media images and adolescent body image: "Comparing" boys and girls*. Body Image 1, School og Psychology, pp. 351-361. DOI: 10.1016/j.bodyim.2004.10.002.

Hegna, K., Ødegård, G., & Strandbu, Å. (2013). *En "sykt seriøs" ungdomsgenerasjon? : unges liv og levekår*. Tidsskrift for Norsk Psykologiforening, ISSN 033-6470. 50(4), s 374-377.

- Holst, C. (2009). *Hva er feminisme*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Johannessen, A., Tuft, P., & Kristoffersen, L. (2009). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode (4. utgave)*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Jørgensen, M., & Phillips, L. (1999). *Diskursanalyse som teori og metode*. Roskilde: Universitetsforlaget.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervjuet*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kvalem, I., & Wichstrøm, L. (2007). *Ung i Norge: psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelsen Akedemisk Forlag.
- Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. University of Chicago Press.
- Leseth, A. B., & Tellmann, S. M. (2014). *Hvordan lese kvalitativ forskning*. Oslo: Cappelen Damm.
- Levine, M., Chapman, K., I:Cash, F., & Smolak, L. (2011). *Body Image. A handbook of science, practise and prevention (2. utgave)*. New York: The Guilford Press.
- Lorber, J. (1994). *Paradoxes of gender*. New Haven: Yale University Press.
- Lyngstad, I., Flagestad, L., Leirhaug, P., & Nelvik, I. (2001). *Kroppsoving i skolen. Rapport fra arbeidgruppe i kroppsoving*, Utdanningsdirektoratet. Hentet fra: http://www.udir.no/Upload/larerplaner/forsok/Kroppsoving_i_skolen_rapport_060611.pdf.
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2003/1). *Body Image and Strategies to Lose Weight and Increase Muscle Among Boys and Girls*. *Health Psychology*, Vol 22(1), pp. 39-46. Hentet fra <http://dx.doi.org/10.1037/0278-6133.22.1.39>.
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2003/2). *Sociocultural Influences on Body Image and Body Change Among Boys an Girls*. *The Journal of Social Phychology*, volume 143, Issue 1, pp. 5-26. Hentet fra <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00224540309598428>.
- Meyer, S., & Sirnes, T. (1999). *Normalitet og identitetsmakt i Norge (1. utgave)*. Oslo: Gyldendal.
- Neumann, I. (2002). *Mening, materialitet og makt: en innføring i diskursanalyse. 2 opplag*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad og Bjørke AS.
- Nielsen, H. (2009). *Skoletid*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- NOVA. (2014). *Ungdata. Nasjonale resultater 2013*. ISBN: 978-82-7894-514-8 (trykt)/978-82-7894-515-5(elektronisk).
- Rysst, M., & Klepp, I. G. (2012). *Looking good and judging gazes: The relationship between body ideals, body satisfaction and body practices among Norwegian men and woman*. National Institute for Consumer Research, Hentet fra http://file.scirp.org/Html/2-8201580_19317.htm.

- Ryyst, M., & Roos, G. (2014). *Kroppsidealer og kroppspress blant noen kvinner i Oslo*. Statens institutt for forbrukerforskning, Hentet fra http://www.sifo.no/files/file79609_prosjektnotat_5-2014_web.pdf.
- Stavseth, E. L. (2008). *Jenter misfornøyd med egen kropp*. Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste, Hentet fra <http://www.nsd.uib.no/nsd/nsdnytt/08-3/1.html>.
- Steihaug, S. (2010). *Kvalitative studier av grupper I samhandling*. SINTEF, Helsetjenesteforskning. Hentet fra: http://www.dnms.no/index.php?supp_id=123668&a=5.
- Svendsen, L. F. (2011). *Skjønnhet*. I: Store norske leksikon, Hentet fra <http://snl.no/skjønnhet>.
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Tranøy, K. E. (2014). *Ideal*. I: Store norske leksikon, Hentet fra <http://snl.no/ideal>.
- Utdanningsdirektoratet. (2012, revidert). *Kunnskapsløftet 06. Formål med kroppsøving*, Hentet fra: <http://www.udir.no/kl06/KRO1-01/Hele/Formaal/>.
- Vaage, H. (2013). *Ungdommers kroppsbilde: En longitudinell studie av sammenhengen med bruk av ulike typer medier*. Hentet fra <https://www.duo.uio.no/handle/10852/36755>.
- Wabakken, T. V. (2010). *Et følelsesladet valg: om prosesser og mekanismer bak ikke-deltakelse i kroppsøving, dusj og garderobe aktiviteter*. Masteroppgave ved Høgskolen i Telemark.

Vedlegg

Vedlegg 1 – Temaguide

Hei og velkommen til dette gruppeintervjuet. Siden vi ikke vet så mye om det vi nå skal snakke med dere om, er vi er nysgjerrige på deres tanker rundt ulike temaer som omhandler utseende og kropp. Vi ønsker at dere fire skal diskutere temaer og spørsmål vi stiller og tar opp. Vi er interessert i deres egne meninger, og disse er ikke nødvendigvis like, det er derfor lov å være uenig. Spørsmålene vi stiller har ingen fasit. Noen av spørsmålene kan inneholde vide ord og begreper, da ønsker vi at dere skal definere/gi en forklaring til hva disse ordene betyr for dere. Hvis dere ikke er enig i det som blir sagt, må dere gjerne diskutere dette videre.

Vi starter med temaet perfeksjon:

Perfeksjon

Hva tenker dere på når jeg sier ordet perfekt/perfeksjon?

På hvilken måte opplever dere at dere må være perfekte? Gi eksempler.

Er det spesielt noen som du/dere opplever dere må være perfekte for?

Begreper perfeksjon, er dette noe dere tenker kan gjelde i skolesammenheng?

Har dere venner som føler på presset om å fremstå som perfekt? Og på hvilken måte?

Hva føler dere når/hvis dere opplever et slikt «press»?

Utseende

Hvilke tanker gjør dere dere om utseendets betydning? Med tanke på tid – vil dere si at dere bruker mye/lite tid på deres utseende?

Hva gjør dere når dere bruker tid på utseende - gi eksempel – sminke, hudpleie, annen kosmetikk eller andre ting?

Hva betyr skjønnhet for dere?

Hva tenker dere om fenomener som plastisk kirurgi, fettsuging, botox, silikon mm?

Når det gjelder dere selv – har dere – eller vil dere kunne benytte dere av noe slikt? Hva kan oppnås eventuelt mistes ved slike inngrep?

Media/samfunn

Hvilke typer media benytter dere (blader/magasiner, TV, internett mm)

Hva betyr media for det dere blir opptatt av?

Hva tenker dere om hvordan kropp og utseende blir tatt opp i media? Gi eksempler.

Media skriver ofte om ulike livsstilsråd som skal fortelle oss om hvordan vi skal leve. Hva tenker dere om dette?

Ulike populære trender kan for eksempel være crossfit-trening, supermat osv. kjenner dere til dette? Og hvem tror dere er med på å skape disse populære trendene?

Er det noen spesielle kjente personligheter som dere ser opp til? Hvem, hvorfor, hva er spesielt?

Kroppspress

Har du noen tanker om kroppens betydning i moderne samfunn?

Er dere fornøyde med dere selv?

Hva tenker dere om fenomenet kroppspress i samfunnet? Opplever dere noen form for kroppspress i hverdagen, eller på skolen? Gi eksempler.

Finnes det egentlig en perfekt kropp? Og har dere i så fall noen tanker om hva som kan beskrives som en perfekt kropp?

Når vi er inne på tema kropp, opplever dere noen tydelige forskjeller mellom jenter og gutter?

Trening

Hva betyr trening for dere? Driver dere med noen spesielle aktiviteter?

Hva er dine grunner for å trene? Har dere noen mål?

Trening har fått en dominerende plass i samfunnet. Føler dere noen gang at dere må trene, men egentlig ikke vil?

Hvorfor har det seg slik tror du?

Kroppsøvingsfaget

Læreren/skolen følger ulike mål som dere skal oppnå i skolen, egne for hvert fag, slik som kroppsøving. I formålet med faget kroppsøving står det blant annet at faget skal bidra til at dere som elever utvikler selvfølelse og positiv oppfatning av kropp. Dette igjen skal ruste elevene/dere til vurdering av kroppsideal

Snakker dere om slike tema i kroppsøvingstimene?

Er det noe som kan relateres til slike temaer i faget

Opplever dere det som viktig å diskutere/være åpne om slike tema som kropp, kroppsideal?

På hvilken måte tenker dere at slike tema kan tas opp i kroppsøvingsfaget?

Føler dere dere komfortable i kroppsøvingstimene

Tidligere snakket vi om kroppspress. Har det noe med kroppsøvningsfaget å gjøre? I så fall hvordan?

Opplever dere forskjell blant jenter og gutter i kroppsøvningsfaget? Hva går forskjellen ut på?

Et av temaene i kroppsøving er svømming. Hvordan oppleves det å ha svømming?

Avslutning:

Nå går vi mot slutten av dette gruppeintervjuet. Har dere noen tanker dere sitter igjen med?

Hvis ikke så ønsker vi å takke for deltakelse og deres bidrag til vår masteroppgave.

Vedlegg 2 – Godkjenning NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel: +47-55 58 21 17
Fax: +47-55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr. 985 321 884

Gunn Engelsrud
Seksjon for kroppøving og pedagogikk Norges idrettshøgskole
Postboks 4042, Ullevål stadion
0806 OSLO

Vår dato: 28.08.2014

Vår ref: 39523 / 3 / LT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 21.08.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>39523</i>	<i>Prosjekt Perfekt</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Norges idrettshøgskole, ved institusjonens overste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Gunn Engelsrud</i>
<i>Student</i>	<i>Adele Hasle</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.08.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lis Tenold

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Adele Hasle hasle_90@hotmail.com

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no

TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svt.ntnu.no

TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@svt.uit.no

Vedlegg 3 – Samtykke erklæring

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

” Prosjekt Perfekt”

Bakgrunn og formål

Formålet med «Prosjekt Perfekt» er å undersøke et tema med stor relevans i samtiden og dermed noe vi antar vil være av interesse for mange. Studien vil ta utgangspunkt i hvordan perfeksjon, kroppspress og kroppsidealer kommer til uttrykk i TV-programmet «Prosjekt Perfekt» som tidligere har blitt sendt på NRK1.

Du får denne henvendelse fordi dette er et tema mange unge «lever i» og antagelig ikke lærer nok om i sin utdanning. Vi ønsker å høre hva du har og fortelle oss om tema, slik at tema kan «overføres» til å belyse elever i kroppsøvfingsfaget. Du skal sammen med tre andre elever sitte sammen i et gruppeintervju.

Vi er to mastergradsstudenter på Norges Idrettshøgskole i seksjon for kroppsøving og pedagogikk. Vi skal gjennomføre et gruppeintervju sammen, men det videre arbeidet etter intervjuet gjøres individuelt. Vi utarbeider to individuelle masteroppgaver med ulike problemstillinger.

Vi har benyttet oss av et strategisk utvalg til studien hvor alder, kjønn og geografisk område er konkretisert. Du går på en videregående skole i Oslo, og din etnisitet har ingen relevans for utvalget.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Deltakelse i studien vil innebære at du skal delta i et gruppeintervju. I gruppeintervjuet skal du sammen med tre andre elever sitte sammen å besvare og diskutere spørsmål. Spørsmålene vil omhandle temaer som kropp, utseende og kroppspress. Data registreres i form av notater og lydopptak. Gruppeintervjuet vil ha en varighet på maksimalt 2 timer, og gjennomføres kun én dag.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Det er kun student og veileder som vil ha tilgang til dine personopplysninger. Personopplysninger/lydopptak vil bli lagret adskilt i et låst skap for å ivareta konfidensialitet.

I studien vil du som deltaker anonymiseres både i rådata og publikasjon, og vil derfor ikke kunne gjenkjennes.

Prosjektet skal etter planen avsluttes juni 2015. Ved prosjektets slutt skal dine personopplysninger og lydopptak slettes.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med

Stine Kongsten: tlf. 936 54 276, e-post: stine.kongsten@gmail.com

Adele Hasle: tlf. 936 23 954, e-post: adeleh@student.nih.no

Veileder:

Dr. polit Gunn Engelsrud: tlf. 23262407 / 408 75 564, e-post: gunn.engelsrud@nih.no

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

