

Marianne Elise Larsen

«Alle har en mening om kroppen»

En kvalitativ studie om kropp og opplevd kroppsbilde blant jenter på studiespesialisering og idrettsfag på videregående skole.

Masteroppgave i idrettsvitenskap
Seksjon for kroppsøving og pedagogikk
Norges idrettshøgskole, 2018/2019

Sammendrag

Målet med denne studien er å belyse hvordan et utvalg jenter fra studiespesialisering og idrettsfag fremstiller kroppen, og hvilke faktorer som kan ha innvirkning på deres fremstilling og deres opplevelse av eget kroppsbilde.

Bakgrunnen for valg av tema er det stadig økende fokuset på kropp i dagens samfunn. Kropp er et fenomen de fleste har en tanke eller mening om, og dette blir fremmet gjennom media, sosiale medier, skolen og i sosiale relasjoner med andre. Kropp er også en naturlig del av kroppsøving og idrettsfag, og noe man må forholde seg til som lærer i skolen.

Det teoretiske utgangspunktet baserer seg på et sosialkonstruktivistisk perspektiv og det har blitt benyttet kvalitativ metode for å samle inn data. Datamaterialet har blitt hentet inn gjennom semistrukturerte intervjuer med åtte jenter i alderen 18-19 år, som var elever på studiespesialisering og idrettsfag ved en videregående skole på Østlandet. Data ble videre analysert ved hjelp av Braun & Clarke (2006) sine seks steg for temasentrert analyse.

Funnene i studien har blitt strukturert i koder, undertemaer og overordnede temaer. De overordnede temaene er sitater fra mine informanter og de er «*alle har en mening om kroppen*», «*vi blir påvirket fra mange kanter*» og «*vi har alle ulike kvaliteter*». Resultatene viste at kroppen ble fremstilt som egen identitet. Kroppens utseende ble beskrevet som førsteinntrykket av en person. Kroppens funksjonalitet ble ansett som måten man kunne bevege seg på, samt prestere i ulike aktiviteter i kroppsøvingsfaget og i de praktiske fagene på idrettsfag.

Oppgavens resultater og diskusjon i lys av et sosialkonstruktivistisk perspektiv, viser videre at kroppen blir fremstilt som sosialt konstruert, og at det er flere faktorer som henger sammen med denne fremstillingen. Sosiale medier, media, skolen, relasjoner og kroppspress, er noe av det funnene viser som har betydning på fremstillingen av kroppen samt opplevelsen av eget kroppsbilde.

Innhold

Sammendrag	3
Innhold	4
Forord	6
1. Innledning.....	7
1.1 Bakgrunn for studien.....	7
1.1.1 Min forforståelse	7
1.2 Problemstilling.....	9
1.3 Oppgavens faglige kontekst.....	10
1.3.1 Kroppsbilde.....	10
1.3.2 Kroppspress.....	11
1.3.3 «Generasjon prestasjon»	13
1.4 Oppgavens oppbygning	14
2. Kunnskapsstatus på feltet	15
3. Teoretisk forankring	21
3.1 Sosialkonstruktivistisk perspektiv	21
3.2 Kroppsforståelser	24
3.2.1 Kroppen som et objekt	25
3.2.2 Kroppen som levd erfaring	26
3.2.3 Kroppen som sosialt konstruert	27
4. Metode	29
4.1 Kvalitativ forskning	29
4.2 Datainnsamling.....	30
4.2.1 Det kvalitative forskningsintervjuet.....	31
4.2.2 Utvalg.....	31
4.2.3 Intervjuguide	33
4.2.4 Prøveintervjuet	33
4.2.5 Praktisk gjennomføring av intervjuene.....	34
4.2.6 Transkribering.....	36
4.2.7 Forskerrollen i kvalitative intervju.....	37
4.3 Etske refleksjoner	38
4.3.1 Informert samtykke	40
4.3.2 Konfidensialitet.....	40
4.4 Kvalitetskontroll- Validitet, reliabilitet og overførbarhet.....	41
4.4.1 Validitet.....	41

4.4.2	Reliabilitet.....	42
4.4.3	Overførbarhet.....	43
4.5	Analyse	43
4.5.1	Oppgavens analysestrategi.....	43
5.	Resultater og analyse	47
5.1	«Alle har en mening om kroppen»	51
5.1.1	Meninger om kroppen og utseende.....	51
5.1.2	«Et kroppsfokusert samfunn»	54
5.2	«Vi blir påvirket fra mange kanter»	56
5.2.1	«Alle har forventninger».....	57
5.2.2	Mange som har en kommentar.....	59
5.2.3	Mange har en påvirkningskraft	61
5.2.4	«Alle er misfornøyd med noe»	65
5.3	«Vi har alle ulike kvaliteter».....	68
5.3.1	«Viktig å godta eget utseende og egen kropp, for ingen er jo like»	68
6.	Diskusjon	71
6.1	Hvordan fremstilles kroppen av et utvalg jenter på studiespesialisering og idrettsfag?	71
6.2	Hvilke faktorer kan ha innvirkning på jentenes fremstilling av kroppen og deres opplevelse av eget kroppsbilde?.....	76
7.	Avsluttende tanker.....	83
7.1	Refleksjoner rundt forskningsprosessen og tanker om videre forskning.....	84
	Referanser	86
	Tabelloversikt	97
	Figuroversikt	98
	Vedlegg	99

Forord

Arbeidet med masteroppgaven har vært en lang og lærerik prosess som har bidratt med mange innholdsrike erfaringer. Det har vært utfordringer underveis, men disse har samtidig gjort arbeidet svært givende.

Først og fremst vil jeg takke de åtte jentene som ville delta i min studie. Uten dere ville det ikke vært mulig å skrive denne oppgaven, og deres engasjement og åpenhet har vært helt uvurderlig.

Videre ønsker jeg å takke min veileder Marte Bentzen. Din faglige dyktighet har gitt meg stor inspirasjon og motivasjon. Gode og raske tilbakemeldinger har blitt satt stor pris på i arbeidsprosessen.

Jeg vil også takke familie og nære venner, spesielt Vilde, for god støtte og oppmuntrende ord. Ikke minst vil jeg takke gode medstudenter på tvers av studieretningene på Norges Idrettshøgskole, som har gitt meg ny energi og har bidratt med faglige og sosiale samtaler. Det er med blandende følelser jeg nå avslutter mine studier på NIH. Det har vært fire minnerike år fylt med opplevelser og erfaringer jeg vil ta med meg livet ut.

Takk!

Oslo, mai 2019

Marianne Elise Larsen

1. Innledning

Mange unge i dag føler at de må prestere på ulike arenaer og mestre livet. «Generasjon prestasjon», «generasjon depresjon» og «flink-pike», er beskrivelser som blir brukt om dagens ungdomsgenerasjon (Madsen, 2018). De siste årene har flere forskningsrapporter slått fast at ungdommers psykiske helse er et utfordrende tema (Nordtug & Engelsrud, 2017). Kropp, utseende, kroppsidealer og kroppspress er begreper som blir mye omtalt i sammenheng med dagens generasjon. Fra ungdomsskolen til videregående skole endrer kroppen seg i stor grad, og det vokser frem en større bevissthet og oppmerksomhet rundt egen og andres kropp (Kvalem, 2007). Flaaten (2018) beskriver at alt dreier seg om kropp, og at dette aldri tar slutt. Kropp er på alle sine lepper, og det blir snakket om av alle (Flaaten, 2018).

Bevegelse og aktivitet står i fokus i kroppsøvfingsfaget og på idrettsfag. Dette er arenaer hvor sosiale relasjoner står sentralt, og i et sosialkonstruktivistisk perspektiv som denne oppgaven blir sett i lys av, må menneskers forståelser ses i sammenheng med det samfunnet de er skapt innenfor (Aadland, 2011; Burr, 1995; Thagaard, 2013). Dette fanget min interesse, og er bakgrunnen for dette forskningsprosjektet. Jeg ønsker å undersøke hvordan kroppen blir fremstilt av et utvalg jenter fra studiespesialisering og idrettsfag, samt hvilke faktorer som kan ha innvirkning på jentenes fremstilling av kroppen. I tillegg ønsker jeg å få en innsikt i hvordan dette kan henge sammen med jentenes opplevelse av sitt eget kroppsbilde.

1.1 *Bakgrunn for studien*

1.1.1 **Min forforståelse**

Dalland (2012) påpeker at vi alltid har vår forforståelse eller våre fordommer som vi tar med oss inn i en undersøkelse. Enhver forsker vil allerede ha en mening om fenomenet man skal studere. Forskerens forhistorie, kunnskap og holdninger vil ha en påvirkning på hvordan dataene tolkes og bearbeides (Dalland, 2012). Det er derfor helt avgjørende at forskeren er bevisst over egen forforståelse slik at det er mulig å skille den fra nye forståelser som kommer frem etter hvert.

Etter at sosiale medier kom på banen, er det mange av dagens ungdom som har blitt opptatt av kropp og utseende i deres hverdag (Dietrichson, 2018). Mobiltelefonen er

konstant med oss, noe som gjør at vi til enhver tid er tilgjengelig. Det første og siste man ser på i løpet av en dag er ofte mobiltelefonen. Der blir vi eksponert for «perfekte kropper» på sosiale medier som Instagram. Mange blir sittende i flere timer og se på ulike profiler som fronter kropp og utseende. Vi deler bilder, får kommentarer og gir kommentarer til andre sine bilder på sosiale medier. Jeg har en forståelse av at veldig mange ønsker å få en bekreftelse på sitt eget utseende og sin egen kropp gjennom sosiale medier. Ser man på ulike kjendiser som legger ut et bilde av seg selv i bikini på stranden, vil mange få flere hundre «likes» og kommentarer. Disse tilbakemeldingene blir en bekreftelse på at dette er det «riktige» utseende. Sosiale medier har gjort det enkelt å sammenligne og kommunisere med hverandre om kropp og utseende. Det kan tenkes at det såkalte kroppspresset mange i dag føler på, er større på grunn av eksponeringen i sosiale medier. Det er naturlig å tenke at de som vokser opp i dag blir påminnet daglig om at de ikke er bra nok på grunn av disse bildene som flourerer på internett (Dietrichson, 2018).

Jeg vokste opp uten den samme tilgangen til sosiale medier og mobiltelefon som dagens generasjon. Dette er noe som har blitt en større og større del av min hverdag de siste årene. Det er ikke en dag hvor jeg ikke blir presentert for «perfekte kropper» på mobiltelefonen, på reklameplakater eller på TV. Min oppfatning av dagens idealkropp for jenter er tynn, med litt former og markerte muskler. Dette er også noe mange treningssentre fremstiller som dagens kroppsideal. Denne fremstillingen samt det store presset mange ungdommer føler på, kan tenkes å ha en betydning for hvorfor dagens ungdom trener. Jeg har en forståelse av at mange trener for å forbedre sitt eget utseende, og ikke for treningens egenverdi og glede. Denne oppfatningen kommer fra hva jeg har lest i mediene og fra jobben min som kroppsovingslærer på videregående skole. Flere trener fordi de føler de at må på grunn av dagens såkalte kroppspress og kroppsidealer, og ikke nødvendigvis på grunn av en indre lyst. Mange blir aldri fornøyd med eget utseende for de streber etter å nå samfunnets kroppsideal, som er i stadig utvikling. Jeg blir nysgjerrig på hvordan jenter som har vokst opp med denne tilgjengeligheten til sosiale medier og medier generelt, har blitt påvirket med tanke på sitt eget syn på kropp og kroppsidealer.

Disse temaene vil også være en stor del av min hverdag som lærer i kroppsoving og idrettsfag. I formålet for kroppsoving står det at faget skal ruste elevene til å vurdere

ulike kroppsideal og inspirere til livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2015). Aktivitetslære er et emne på idrettsfag, og det står i formålet at det skal fremme glede og bidra til utvikling av den enkeltes selvbylde (Utdanningsdirektoratet, 2006). Min erfaring som kroppsøving- og idrettslærer på videregående skole, er at mange i dag ikke er komfortabel med egen kropp. Ifølge Andrews & Johansen (2005) velger jenter i 5.-10.trinn å ikke dusje etter kroppsøvingsfaget, fordi de er redd for å vise frem kroppen sin. I en nasjonal kartleggingsundersøkelse kommer det frem at seks av ti elever opplever at de ikke har en voksen til å passe på de i garderoben, og at de blir overlatt til seg selv i en sårbar situasjon (Moen & Svendsby, 2019). Som kroppsøvingslærer på videregående er dette noe jeg selv har fått erfart blant mine elever. Dette viser at det er viktig som kroppsøving- og idrettslærer å ha kunnskap om ungdommers forhold til kropp, utseende, kroppsideal, og trening. Jeg tenker at det er viktig å ha en forståelse av hvordan jenter opplever dagens kroppspress og kroppsideal, slik at man på en best mulig måte kan støtte og videreformidle gode verdier til sine elever. Jeg ønsker å lære mer om hvordan jenter i videregående skole fremstiller kroppen og hvilke faktorer som kan ha betydning for jentenes fremstilling og opplevelse av sitt eget kroppsbylde. Gjennom mitt arbeid har jeg hatt fokus på å være bevisst over forforståelse i valg og tolkninger jeg har gjort (Dalland, 2012).

1.2 Problemstilling

Som lærer i kroppsøving og idrettsfag, vil kropp, kroppsbylde og kroppspress være en stor del av min arbeidsdag. Det vil dermed være svært viktig og relevant å ha kunnskap om disse fenomenene i et lys av jentenes egne erfaringer. Gjennom et sosialkonstruktivistisk perspektiv vil jentenes opplevelser og forståelser bli tolket som sosialt konstruert i kontekster de er en del av i samfunnet. Det har ledet til følgende problemstillinger:

Hvordan fremstilles kroppen blant et utvalg jenter på studiespesialisering og idrettsfag på videregående skole?

Hvilke faktorer kan ha innvirkning på jentenes fremstilling av kroppen?

Hvordan opplever jentene sitt eget kroppsbylde?

1.3 Oppgavens faglige kontekst

I dette kapittelet vil jeg presentere begrepene kroppsbilde, kroppspress, «generasjon prestasjon» som oppgavens faglige kontekst.

1.3.1 Kroppsbilde

Kroppsbilde er et flerdimensjonalt begrep. Den subjektive vurderingen av eget utseende utgjør hoveddelen av kroppsbilde. Den objektive og biologiske kroppen vil samtidig være en del av begrepet (Smolak & Thompson, 2008). Atferdsrelaterte, kognitive og affektive aspekter er noe av det som gjør kroppsbilde til et vidt begrep. Atferd kan være knyttet til både konsekvens av, og årsak til de unges kroppsbilde (Kvalem, 2007). Et positivt kroppsbilde kan gjøre at man vil ta vare på kroppen sin og trene ofte, som vil være en årsak bak atferden. På en annen side kan mislykket slanking føre til et negativt kroppsbilde, som da blir en konsekvens av atferd (Kvalem, 2007). Det kognitive aspektet innebærer oppfatninger og tanker om kroppens utseende og form. Det siste aspektet, det affektive, handler om hvilke følelser man har rundt sin egen kropp, hvordan man liker eller misliker sitt eget utseende. Dette aspektet har det blitt forsket mye på, da det har en stor innflytelse på selvfølelsen til mennesket (Kvalem, 2007). Det er individuelt hva som blir sett på som attraktivt, og hvor mye tid man bruker på sin egen kropp (Kvalem, 2007). En person som er fornøyd med sitt eget kroppsbilde og fremhever dette for seg selv og andre, kan investere like mye energi og tid på kroppen, som den personen som ønsker å skjule kroppen sin (Kvalem, 2007). Et negativt kroppsbilde er ifølge Cash & Pruzinsky (2002) en overdreven opptatthet av egen kropp som avslører seg både atferdsmessig og kognitivt.

Ifølge Tylka (2011) innebærer et positivt kroppsbilde at man setter pris på det spesielle ved sin egen kropp, og har en forståelse for de mange funksjonene den har. I forskningslitteraturen er det to funn som går igjen (Kvalem, 2007). Det første er at misnøye med egen kropp og eget utseende, har sammenheng med vekt og størrelse. Det andre er at menn er mer fornøyd med sitt eget kroppsbilde enn hva kvinner er (Kvalem, 2007). Dette kan også studien til Aanesen, Meland & Torp (2017) støtte oppunder, hvor det kom frem at det var flertall av jenter som ønsket å endre på noe ved sin egen kropp. Cash (2002) tar for seg fire viktige kilder som påvirker utviklingen av et kroppsbilde: *fysiske karakteristika, sosialkulturell påvirkning, interpersonlige erfaringer og personlighet og selvfølelse.*

Fysiske og biologiske endringer kan forandre et kroppsbilde. Mange endringer som skjer i kroppen er utenfor vår egen kontroll. Puberteten fører med seg blant annet psykologiske endringer som gjør at økt selvfokus og identitetskapning kan ha betydning for et stort fokus på, og endring av kropp og utseende (Cash, 2002; Kvalem, 2007). Det andre punktet er sosialkulturell påvirkning. Ulike kulturer bringer med seg forventninger til utseende og hva som betegnes som attraktivt. Til tross for at det er store forskjeller kulturelt sett på kroppsidealet, er det samtidig en universell enighet i den vestlige verden om hva som betegnes som attraktivt (Cash, 2002; Kvalem, 2007). Jenter skal være slanke og høye, men ha former og en tynn midje, mens guttene skal være velproporsjonerte, bredskuldret og muskuløse (Cash, 2002; Kvalem, 2007). Dette er også idealer som blir presentert i media og som viser et skjevt bilde av hva som er normal variasjon i samfunnet. Hvordan man oppfatter og behandler andre mennesker, blir formet av idealer, stereotypier og stigmatisering av kropp og utseende. Tilbakemeldinger og reaksjoner har en stor innvirkning på de unges kroppsbilde (Cash, 2002; Kvalem, 2007). Den tredje kilden som kan påvirke utviklingen av kroppsbilde er interpersonlige erfaringer. Ved å observere foreldre, søsken og venner får man et inntrykk av hva som er viktig, og hva som blir verdsatt. Når de unge er usikre på sitt eget kroppsbilde og utseende, sammenligner de seg ofte med andre. Utfallet vil være bedre dersom man sammenligner seg «nedover» istedenfor «oppover» (Cash, 2002). Dersom man er omgitt av andre som er lik seg selv, vil det ikke oppleves negativt da man ikke er annerledes. Viktigheten av en egenskap for individet eller hvor usikker man er på seg selv, er avgjørende for graden av sammenligning av andre (Cash, 2002). Den fjerde kilden er personlighet og selvfølelse. Individuelle forskjeller i personlighet og selvfølelse, samt personlige erfaringer med kropp og utseende, er avgjørende for hvor viktig utseende er for den enkelte. Hvordan man tar innover seg mediebudskapet og hvordan andre ser og snakker om en person på, har en viktig betydning for utviklingen av kroppsbilde. Selvfølelse henger sammen med utseende og kropp, og denne følelsen kan påvirke om vi ser på vår egen kropp positivt eller negativt. Disse verdiene og idealene man får presentert, samt sammenligning av andre har stor betydning for utviklingen av kroppsbilde (Cash, 2002).

1.3.2 Kroppspress

Rysst & Roos (2014b, s. 25) beskriver følgende i sin rapport: «Kroppspress er et ytre påført press til å ha en kropp i tråd med gjeldende oppfattede idealer». En gjennomgang

gjort av Engelsrud & Nordtug (2016) viser at det har vært en endring av framstillingen av begrepet kroppspress. På 90-tallet var kroppspresset knyttet til det å være brennende opptatt av egen kropp, mens det i dag beskrives som noe utenfor oss selv. Det såkalte kroppspresset kan forårsake ulike helseproblemer (Engelsrud & Nordtug, 2016). Setter man seg bestemte mål for midjen, bysten og antall kilo, vil dette kunne skape et bilde som ikke stemmer med virkeligheten. Kroppspress er et begrep som har glidd inn i dagligspråket til dagens ungdom (Engelsrud & Nordtug, 2016).

Det er mange årsaker til at kroppspresset har blitt en stor del av dagliglivet til de unge. Klesstørrelser kan ha en stor betydning for hvordan man ser på sin egen kropp (Rysst & Roos, 2014b). Enkelte kleskjeder operer med veldig små størrelser, noe som gjør at Large blir for lite for en som vanligvis bruker Small. Ikke standardiserte-størrelser kan få unge mennesker til å føle seg tjukke, og skape et ønske om å gjøre noe med sitt utseende (Rysst & Roos, 2014b).

Kroppspress kan komme fra mange kilder, og mediene er en av disse. I mediene er det ofte avbildet tynne og undervektige kvinner som reklamerer for blant annet trening (Rysst & Roos, 2014b). Dette skaper et virkelighetsbilde som mange unge tar innover seg og lar seg bli påvirket av. I dag hender det at mange kvinner på reklameplakater blir retusjert. Dette er med på å skape og opprettholde kroppspress (Rysst & Roos, 2014b). I rapporten til Rysst & Roos (2014b) oppgir nærmere 50 prosent av jentene som deltok at, det å lese visse blogger også oppleves som kroppspress. Sosiale medier som for eksempel Instagram, er en del av den komplekse medievirksomheten dagens unge lever i (Elvebakk, Engebretsen & Walseth, 2018). Bilder dominerer og forsterker fokuset på utseende og kropp, og den virkeligheten som blir presentert for brukere kan være redigert og retusjert (Elvebakk et al., 2018). Sosiale medier blir en arena hvor man kan vise hvem man er, ved å få «likes» og tilbakemeldinger som synliggjør idealene samfunnet innehar. I studien til Elvebakk et al. (2018) blir det funnet at jenter blir mer påvirket av sine venner, enn av sosiale medier. Ifølge Rysst & Roos (2014b) opplevde en av tre jenter i deres studie, kroppspress fra venner. Nære venner blir verdsatt høyt og det utvikles felles erfaringer og holdninger i de sosiale relasjonene (Vrabel, 2018).

1.3.3 «Generasjon prestasjon»

«Generasjon prestasjon» blir beskrevet på følgende måte av Bakken, Sletten & Eriksen (2019, s. 47): «Begrepet karakteriserer en flink, veltilpasset og aktiv ungdomsgenerasjon, som er opptatt av å prestere og gjøre det godt på mange områder». Dagens ungdom vokser opp i et samfunn hvor man skal prestere både på og utenfor skolen. I et samfunn hvor mange ungdom tidligere gjorde opprør mot selve samfunnet, gjør de nå opprør mot seg selv (Madsen, 2018). Ifølge Madsen (2018) er de uoppnåelige kravene generasjonen stiller til seg selv, å mestre og prestere godt i alt.

Trivselsundersøkelser viser at presset skaper en bekymring om å ikke strekke til, tross for at forutsetningene for å lykkes aldri har vært bedre (Madsen, 2018). Begrepet «generasjon prestasjon» er et relativt nytt begrep, som har kommet sterkt frem og blitt merkelapp på dagens ungdom (Bakken et al., 2019).

«Generasjon prestasjon» opplever press fra flere områder. Skolen er ifølge Bakken (2018) det området flest ungdommer opplever et press. Dagens ungdom har utviklet en forventning om å ha en strålende og lykkelig fremtid, og det er formet av press (McCullough Jr, 2014). Mediene tegner et bilde av generasjonen med ubegrensede valgmuligheter og en forventning i luften om å være best på mange områder samtidig. Dette gjelder kropp, skole, vennskap, og anerkjennelse gjennom sosiale medier (Bakken et al., 2019). «Generasjon prestasjon» vokser opp med en tilgang til sosiale medier som gjør at presentasjon av seg selv er lett tilgjengelig. Dette gjør også generasjonen mer utsatt for press fra mange nye kanaler som fører til at det blir vanskelig å oppnå kravene og forventningene som blir stilt (Bakken et al., 2019). Det finnes lite forskning på hvor mange av Norges ungdom som opplever det sterke prestasjonspresset, og hvor mange som blir syke av dette presset er heller ikke empirisk dokumentert (Bakken et al., 2019). Bakken et al. (2019) har prøvd å fylle noen av disse hullene i sin studie om «generasjon prestasjon?». Det kommer frem at det er en stor variasjon blant de unge om hvor mye press den enkelte opplever og på hvilke områder. De velger å ikke karakterisere en hel generasjon, men mener at det er «riktigere å si at de som opplever svært mye prestasjonspress på flere konkrete områder utgjør et klart mindretall» (Bakken et al., 2019, s. 67). Til tross for dette, påpeker Bakken et al. (2019) at det er viktig å være bekymret for de som faktisk har problemer med å håndtere presset de står ovenfor.

1.4 Oppgavens oppbygning

Denne oppgaven består av sju kapitler. Det første kapitlet har tatt for seg min forforståelse og oppgavens kontekst. I kapittel to vil jeg ta for meg eksisterende kunnskapsstatus på feltet. Det tredje kapitlet vil bestå av oppgavens teoretiske rammeverk med en redegjørelse av sosialkonstruktivismen som teoretisk utgangspunkt, og tre ulike kroppsforståelser. I metodekapitlet vil jeg presentere og begrunne mine valg av metoder, samt beskrive den praktiske gjennomføringen av det kvalitative forskningsintervjuet og den analytiske tilnærmingen. Kapittel fem tar for seg oppgavens resultater og analyser. I kapittel seks vil oppgavens resultater bli diskutert og knyttet til tidligere forskningslitteratur, det teoretiske utgangspunktet, annen relevant litteratur og oppgavens problemstillinger. Kapittel sju består av en oppsummering av studiens sentrale funn, samt det trekkes frem avsluttende tanker og en refleksjon rundt egen forskningsprosess og videre forskning.

2. Kunnskapsstatus på feltet

Dette kapittelet vil ta for seg et utvalg av tidligere forskning som er utført på dette feltet. Jeg har tatt for meg forskning som tar for seg kropp, kjønnsforskjeller, identitetskonstruksjon og kritisk refleksjon rundt kropp. Litteraturen som har blitt valgt ut har også sett disse begrepene i lys av kroppsøvingsfaget og skolen.

Det er flere som har forsket på forskjellene rundt kroppsfenomenet hos jenter og gutter. Aanesen et al. (2017) ønsket i sin studie å undersøke subjektive helseplager blant norsk ungdom i en nasjonal undersøkelse. Videre ønsket de å studere ulike faktorer som kunne være mulige årsaker for denne forskjellen, og faktorene de vurderte var selvtillit, kroppsmisnøye og stress fra skolearbeid. Subjektive helseplager er ifølge Aanesen et al. (2017) fysiske og psykiske symptomer som et menneske opplever med eller uten en diagnose. De subjektive helseplagene kan gjøre at livskvaliteten til dagens ungdom blir påvirket, og det er plager som er veldig vanlig i ungdomsårene. I studien til Aanesen et al. (2017) kom det frem at det var flere jenter enn gutter som opplevde subjektive helseplager. De konkluderte med at faktorene selvtillit, kroppsmisnøye og stress fra skolearbeid, hadde en sammenheng med de subjektive helseplagene jentene forklarte. Aanesen et al. (2017) påpekte at det trengs en bedre forståelse for hvor stor betydning disse faktorene har for de subjektive helseplagene.

Øgård-Repal, Strand & Karlsen (2017) ønsket i sin studie å kartlegge eventuelle kjønns- og aldersmessige forskjeller når det kom til depressive plager blant ungdom. Deres forskning hadde utgangspunkt i landsdekkende kartlegginger som viste at mange elever på ungdomsskolen strevde med depressive følelser og tanker (Øgård-Repal et al., 2017). Gjennom fokusgruppeintervjuer med jenter, kom det frem tre distinkte former for press; karakterpress, kroppspress og gjengpress. Jentene uttrykte at de opplevde at de aldri hadde fri fra skolearbeidet og at det dermed var vanskelig å planlegge egen hverdag. De opplevde også at kommentarer på utseende kom fra jevnaldrende jenter, og at dette hadde en stor påvirkning på selvbilde (Øgård-Repal et al., 2017). Det kom også frem i studien til Øgård-Repal et al. (2017) at baksnakking var en direkte årsak til de depressive tankene hos dagens ungdom. De konkluderte med at jenter rapportere en større depressiv belastning enn guttene og at dette presset var knyttet til karakterjag, kroppsideal og et behov for å høre til et miljø.

Det er mange unge som er opptatt av dagens kroppsideal. To som har forsket på hvordan kroppsidealene blir diskutert blant norsk ungdom er Strandbu & Kvalem (2014). Bakgrunnen for studien var at de ønsket et bredere spekter av kroppsspørsmål blant norsk ungdom. Studien ble gjennomført ved semistrukturerte gruppeintervjuer hvor det var blandet jenter og gutter. Det var totalt 23 norske jenter, og 14 norske gutter i alderen 17 år fra Oslo som deltok (Strandbu & Kvalem, 2014). Deltagerne som ble intervjuet ble spurt om å beskrive kroppsidealet for jenter og gutter. De beskrev at jenter skulle ha velformede bryster, former, og samtidig være tynn og veltrent. Guttene skulle være tynne, men se muskulære ut. En fellesnevner for kroppsidealet til begge kjønn, var at det skulle være trent og sunt. Det kom også frem i studien at utseende og det å overholde disse kroppsidealene, var viktigere for jentene enn for guttene. Jentene var også mer selvkritiske til kropp enn guttene. Strandbu & Kvalem (2014) viste også at det daglige snakket om kropp, ikke spilte en like stor rolle hos guttene som hos jentene. «Body Talk» og «Fat Talk» er to begreper som blir nevnt i studien til Strandbu & Kvalem (2014). Disse begrepene blir omtalt som såkalt jentesnakk. Guttene i studien snakket mer ærlig og konkret rundt idealene og spørsmålene som ble stilt om kroppsbilde, enn det jentene gjorde. Dette tolket Strandbu & Kvalem (2014) som et uttrykk for at kroppspresset fortsatt er langt mer komplisert for jenter enn for gutter.

Medienes store fremgang er også en viktig bidragsyter til hvordan vi mennesker ser på oss selv. Rysst (2011) diskuterer i en undersøkelse om hvordan media presenterer gjeldende kroppsbilder og hvordan forventningen for å se bra ut, blir ledende for kvinners og menns dømmende blikk, opplevelse og syn på egen kropp. Det var totalt 20 norske kvinner og menn som ble intervjuet i denne studien. Dette samt norske ukeblader utgjorde datamaterialet (Rysst, 2011). Rysst (2011) ønsket i denne studien å vise hvilken betydning utseende hadde for motivasjonen for et sunt kosthold, trening og vektkontroll. Det kom frem i undersøkelsen at den dominerende idealkroppen som ble vist i norske blader var samstemt med hvordan deltagerne beskrev sin idealkropp, og at kvinner brukte mer tid og krefter på sitt eget utseende enn hva menn gjorde (Rysst, 2011). Begge kjønnene beskrev kroppsidealet som godt trent, slankt og generelt en stram kropp. Deltagerne uttrykte at det alltid var noe som kunne pirkes på ved deres eget utseende og at de så og si aldri ville bli fornøyd med seg selv. Til slutt hevdet Rysst (2011, s. 16) at vi mennesker dømmer hverandres utseende og blir på den måten med på å disiplinere folks kropper.

Det har også blitt forsket på hvilken rolle jenter har i kroppsøvningsfaget. Azzarito (2010) har drøftet to begreper som jenter assosierer med feminiteter. Disse begrepene kaller hun «Future Girl» («fremtidsjente») og «Alpha Girl» («alfajente»).

«Fremtidsjenter» bruker idretten som en inngang for videre utvikling av sin karriere og til å utvikle sin sosiale og akademiske kapital. «Alfajentene» bruker idretten for å lære seg hvordan de kan bevise sin selvstendighet ved å utfordre seg selv. De tenker også at de har de samme mulighetene som guttene når det kommer til utdanning og idrett. Alfajentene definerer ikke seg selv som feminister av den grunn (Azzarito, 2010). Kropp, kultur og religion kan bli fremmet i en større grad enn likhet og universelle idealer i skolen. Mediene har også en stor betydning for hvordan jenter ser på seg selv og gjennom mediene kan jentene få presentert et kroppsilde som er lite realistisk. Azzarito (2010) påpeker hvor viktig det er å lære jentene å være kritiske til kroppsidealene som blir presentert i mediene, og at disse kritiske blikkene kan hjelpe elevenes syn på egen kropp på en positiv måte.

En annen forsker som også er opptatt av jenters kritiske blikk på kroppen, er Oliver (2010). Hun ønsket i sin studie å undersøke hvordan jenter kunne bruke bilder fra tenåringsmagasiner for å engasjere jenters kritiske anmodning om kroppen. Slike bilder kan brukes til å hjelpe jentene å sette ord på sin egen kropp og erfaringer, som kan hjelpe de til å bli mer kritiske. Ifølge Oliver (2010) var det ikke en dag uten at jentene ble utsatt for kommentarer om sin egen kropp. Dette ble sett på som en begrensning for jenters livsmulighet (Oliver, 2010). Kropp er viktig for mange jenter og vi lærer å være opptatt av kroppen vår gjennom ulike kulturer. Kropp er derfor et tema som tiltrekker seg stor oppmerksomhet. Oliver (2010) konkluderer i sin studie at kroppskritikk er viktig for å hjelpe jenter til å identifisere hva som kan være helseskadelige tankemåter og hvordan deres egen kropp er representativ. Hun hevder videre at det trengs flere eksempler på hvordan kroppsøvningslærerne kan hjelpe jenter med å utvikle kritiske evner når det gjelder aspekter rundt kropp.

Flere forskere har undersøkt hvordan kropp blir håndtert i skolen og kroppsøvningsfaget generelt. En av disse er Azzarito (2009) som ønsket å undersøke jenters og gutters konstruksjon av kropp og dens betydning for deltagelsen i kroppsøvningsfaget. Identitet, medier og deltagelse i fysisk aktivitet er med på å forme kroppen vår. 13 gutter og 15 jenter stilte til intervju og ble vist bilder av kropper fra ulike treningsmagasiner

(Azzarito, 2009). I denne studien viste det seg at det var svært få av bildene som var representative for idealkroppen slik jentene beskrev den som tynn, hvit og seksualisert. Det var et større utvalg av bildene som representerte guttenes idealkropp slik de beskrev den som muskuløs og atletisk. Azzarito (2009) oppdaget også at deltageres idealkropp kunne knyttes til rase og farge. Det var flere av elevene som ikke ønsket å snakke om rase i forhold til deres idealkropp. Samtidig var det hovedsakelig en hvit kropp som var representativt når de snakket om idealkroppen. Det må ifølge Azzarito (2009) dannes pedagogiske områder i skolen som rokker ved rasetilknyttende og sosiale normer for idealkroppen dersom det er ønskelig at kroppsøvningsfaget skal utvikle elevenes potensiale. Azzarito (2009) konkluderte i sin studie at trengs mer forskning og arbeid for å få en tydeligere oppfatning av hva som er stereotypisk når det handler om kjønn og rase.

Jenter bruker kropp og utseende til å konstruere sin egen identitet. Medier og andre mennesker påvirker idealkroppen, som igjen kan ha betydning i skolen og spesielt kroppsøvningsfaget. Walseth, Aartun & Engelsrud (2015) ønsket i sin studie å undersøke hvilken betydning ulike diskurser om jenters konstruksjon av identitet og kropp har i kroppsøvningsfaget. Datamaterialet ble samlet inn gjennom intervjuer, observasjon og uformelle samtaler med 10. klasse jenter i Oslo. Årsaken til at denne aldersgruppen ble valgt, var på bakgrunn av at mange forandret sine fritidsaktiviteter og sluttet med organisert idrett i denne alderen (Walseth et al., 2015). Det kom frem av denne studien, at treningsdiskursene hadde en påvirkning på kroppsøvningsfaget og jentenes forståelse av idealkroppen (Walseth et al., 2015). Jentene trente for å oppnå sitt skjønnhetsideal og de ønsket å erstatte det tradisjonelle ballspillet i kroppsøvningsfaget, med aktiviteter som kunne hjelpe de til å få en tynnere og sterkere kropp. Walseth et al. (2015) håpet at funnene i studien kunne bidra til en debatt for fremtidens undervisning i kroppsøvningsfaget, da mange av jentene var opptatt av dagens treningsdiskurs. De viste til at skolen og kroppsøvningsfaget har et ansvar for å utfordre elevenes bevegelseskulturer og det måtte inkluderes en kritisk refleksjon over hva ungdommen møter i dagens samfunn. De påpeker til slutt at kroppsøvningsfaget ikke må bli preget av en «fitness-tankegang» uten en større diskusjon (Walseth, et al., 2015).

Det finnes allerede en del forskning på hvordan jenter opplever sin egen kropp, og Garrett (2004) er en forsker som har undersøkt nettopp dette. I studien blir det presentert

tre forskjellige metoder for hvordan jenter bruker sin egen kropp til identitetskonstruksjon. Det ble benyttet intervju og samtale med 17-18 år gamle jenter for å samle inn datamaterialet. Disse jentene hadde varierende kroppslige erfaringer, og denne erfaringen samt utviklingen av egen identitet fikk størst fokus under studien (Garrett, 2004). Garrett (2004) bruker tre forskjellige termer på hvordan jenter brukte kroppen i identitetskonstruksjon, *den komfortable kroppen*, *den dårlige kroppen* og *den alternative kroppen*. Den komfortable kroppen ble betegnelsen for de jentene som godtok eget utseende og egen kropp, og man kunne se en likhet med det vestlige kroppsidealet (Garrett, 2004). I termen den dårlige kroppen finner vi de jentene som var misfornøyd med hvordan de så ut, og hadde et negativt forhold til eget utseende. De jentene som fortalte at deres kropp og utseende ikke hadde en stor betydning for hvordan de utviklet seg og om de deltok i fysisk aktivitet, gikk under kategorien den alternative kroppen. Jentene som var misfornøyd med egen kropp og eget utseende var redd for hvordan andre skulle dømme når de deltok i fysisk aktivitet, mens jentene som var mindre opptatt av eget utseende så på kroppen som funksjonell (Garrett, 2004). Garrett (2004) mente at kroppsidealet som blir presentert for jenter, påvirker deres forhold til egen kropp. Hun hevder videre at vi dømmer andre sine kropper og sammenligner med vår egen, og at kroppen vår på den måten er sosialt konstruert. Til slutt mener Garrett (2004) at jenter må kjempe mot en kroppsideologi for å ta ansvar for egen kropp og egenverd.

I dette kapittelet har jeg gjort rede for artikler som er relevante for min problemstilling. Jenter som utvalg dominerer den tidligere forskningen som omhandler kropp, kroppspress, kroppsidealer og identitetskonstruksjon (Azzarito, 2010; Oliver, 2010; Walseth et al., 2015; Garrett, 2004). Flere av studiene jeg har valgt å presentere tar for seg konstruksjon av kroppsidentitet i en pedagogisk kontekst, hvor skolen og kroppsøvfaget står sentralt. Walseth et al. (2015) hadde en forståelse av at jenters idealkropp ble påvirket av treningsdiskurser og kroppsøvfaget. Jentene ønsket å erstatte det tradisjonelle ballspillet med aktiviteter som kunne hjelpe de til å få en tynnere og sterkere kropp. Azzarito (2009) ønsket å undersøke jenters og gutters konstruksjon av kropp og dens betydning for deltagelsen i kroppsøvfaget. Denne forskningen viser hvordan ungdommens forhold til egen kropp har betydning for deres valg og deltagelse i fysisk aktivitet og kroppsøving, samt deres konstruksjon av identitet. Disse studiene viser at elever ønsker nye aktiviteter som blant annet «fitness»

inn i kroppsøvingsfaget (Walseth et al., 2015; Azzarito, 2009). Walseth et al. (2015) og Azzarito (2009) viser i sine studier at det er viktig at denne tematikken blir implementert med en kritisk refleksjon av kropp og kroppsidealiser i kroppsøvingsfaget.

Studiene som har blitt presentert viser også at det er viktig å lære elever og ungdom å være kritiske til det de blir introdusert for i mediene, noe som Azzarito (2010) påpeker i sin studie. Tilgangen til sosiale medier har økt de siste årene, og dette gjør at dagens ungdom blir utsatt for press fra mange nye kanaler (Bakken et al., 2019). Rysst (2011) diskuterer hvordan media presenterer kroppsbilder og hvordan forventningen til å se bra ut, blir ledende for kvinner og menns dømmende blikk, opplevelse og syn på egen kropp. Hun påpeker også at medier er en sentral årsak til det eventuelle kroppspresset jenter forteller om. Oliver (2010) undersøkte i sin studie hvordan jenter kunne bruke bilder fra magasiner til å sette ord på egen kropp og erfaringer. Aanensen et al. (2017) har på bakgrunn av nasjonale undersøkelser vurdert subjektive helseplager og kjønnsforskjeller blant norsk ungdom.

Med forskningen som er presentert finner jeg det interessant å undersøke videre hvordan et utvalg jenter fremstiller kroppen, samt se hvilke faktorer som kan ha betydning for denne fremstillingen og hvordan de opplever sitt eget kroppsbilde. Studiene jeg har beskrevet indikerer at det eksisterer et kroppspress og karakterpress, og at kropp har stor betydning for identitetskonstruksjon. I det neste kapittelet følger det en presentasjon av teori. Jeg har valgt et sosialkonstruktivistisk perspektiv. Jeg har også tatt for meg tre ulike kroppsforståelser.

3. Teoretisk forankring

I dette kapitlet vil jeg presentere oppgavens teoretiske forankring. Oppgaven baserer seg på et sosialkonstruktivistisk perspektiv. Kropp, «generasjon prestasjon» og kroppspress er fenomener som oppfattes som sosialt konstruert og står sentralt i oppgaven. Til slutt i dette kapitlet vil jeg gjøre rede for tre ulike kroppsforståelser.

3.1 Sosialkonstruktivistisk perspektiv

Sosialkonstruktivisme utgjør et bredt forskningsfelt innenfor samfunnsvitenskapen. Det sentrale er at kunnskap blir oppfattet som konstruert av dem som deltar i bestemte sosiale sammenhenger (Thagaard, 2013). Ifølge Jørgensen & Philips (1999) forstår mennesker verden gjennom de ulike kategoriene som anvendes og formuleres i et sosialkonstruktivistisk perspektiv. Språket og forståelsen som benyttes, vil kunne være preget av kulturen og tiden vi lever i (Thagaard, 2013). Mennesker utvikler i samtale med andre sin forståelse av omverden, og det er denne forståelsen som representerer et utgangspunkt for de sosiale handlingene (Thagaard, 2013). Sentralt hos Berger & Luckmann (1966) står kunnskapen om hvorfor mennesker oppfatter verden som de gjør. De beskriver også hvordan mennesker skaper verden aktivt gjennom sine handlinger og ved å akseptere den som en virkelighet, gjør den til sin egen. Mange mennesker tar samfunnslivet for gitt, og dette er en forståelse Berger & Luckmann (1966) er opptatt av.

Burr (1995) har tatt for seg med utgangspunkt i Gergen (1985) fire kjennetegn på et sosialkonstruktivistisk perspektiv. Disse fire kjennetegnene binder det sosialkonstruktivistiske feltet sammen (Jørgensen & Philips, 1999). Det første kjennetegnet er at sosialkonstruktivistiske tilnærminger bygger på en kritisk forståelse av en selvfølgelig viten, med andre ord menneskers «tatt for gitt» måte å forstå seg selv og verden på (Burr, 1995). Burr (1995) fremhever at menneskers forståelse av verden ikke kan ses på som en objektiv sannhet. Det andre kjennetegnet handler om menneskers forståelse av verden. Dette innebærer blant annet ord og begreper vi har frembrakt kulturelt og historisk. Vi mennesker har en felles enighet om «virkeligheten» ved at vi konstruerer verden gjennom sosiale interaksjoner (Burr, 1995). Det tredje kjennetegnet Burr (1995) legger frem er at menneskers forståelse av verden blir skapt og opprettholdt av sosiale interaksjoner. Med dette så viser Burr (1995) at det er en

sammenheng mellom sosiale prosesser og viten. Det fjerde kjennetegnet fremstiller hvordan noen bestemte forståelsesformer fører til bestemte handlinger. Det kan oppstå sosiale konsekvenser av den sosiale konstruksjonen av viten og sannheten. Burr (1995) hevder at kunnskap og sosial handling alltid er forent. Disse fire kjennetegnene på det sosialkonstruktivistiske perspektivet, fremstiller at menneskers forståelse av verden er preget av kulturen og tiden vi lever i (Burr, 1995).

Hacking (1999) har delt inn konstruktivistisk samfunnsengasjement inn i flere grader (Aadland, 2011). Den første graden har Hacking valgt å kalle «historisk». Denne graden handler om hvordan et fenomen blir konstruert gjennom historien ved hjelp av sosiale prosesser (Aadland, 2011). Den neste graden blir kalt den «ironiske». Vi kan ikke unngå å behandle et fenomen som åpenbart er et produkt av sosiale prosesser, selv om det er ønskelig (Aadland, 2011). Den tredje graden kaller Hacking «reformistiske og avslørende». I denne graden så ønsker man å vise hvorfor en sosialt konstruert ide kan være ødeleggende. Med denne avsløringen så er det ønskelig at det skjer en endring (Aadland, 2011). Den «opprørske» og «revolusjonære» graden handler om å gjøre et opprør mot etablerte tanker om kjønnsroller og et ønske om å gjøre en endring mot det fenomenet som beskrives (Aadland, 2011). Disse gradene kan settes i sammenheng med fenomenene kroppspress og «generasjon prestasjon» som vi hører om i dagens samfunn. Dette er fenomener som jeg er opptatt av i denne oppgaven (Aadland, 2011).

Berger & Luckmann (1966) hevder at vi mennesker får vår selvbevissthet og selvoppfatning gjennom kommunikasjon med andre. Egen identitet og selvbylde blir utviklet som en blanding av hva man selv tenker og hva andre sier. Dette samspillet med andre, gjør at vi mennesker er med på å skape samfunnet (Aadland, 2011). Vi mennesker bærer det med oss, og vi som individ blir uatskillelig fra selve samfunnet. Berger & Luckmann (1966) hevder at vi mennesker trenger å lære oss livet. Vi blir oppdratt av foreldre, venner og ikke minst av lærere. I denne *primærsosialiseringen* lærer vi som barn å snakke, regler for atferd og vi får en forståelse av vår objektive virkelighet (Aadland, 2011). Etter hvert som man vokser opp, vil man også møte på det institusjonsbaserte samfunnet. Denne sosialiseringen som skjer i det offentlige rommet, kaller Berger & Luckmann (1966) *sekundærsosialiseringen*. I møte med tv, internett, skole og arbeidslivet blir vi stand til å møte den eksisterende verden og takle «den objektive sosiale virkeligheten» (Aadland, 2011, s. 266). Aadland (2011, s. 266)

påpeker med henvisning til Berger & Luckmann sine tanker at «vårt bilde av oss selv og vår virkelighet er resultatet av sosiale konstruksjoner som skapes i vår omgang med omverdenen».

Ved at den enkelte handler i det sosiale rommet, bidrar vi til å skape et «lager» av kunnskap og sosiale forestillinger. Det er vanskelig for oss mennesker å trekke tilbake et utsagn i etterkant. Som Aadland (2011, s. 267) påpeker, blir dette «værende i «meningslageret» selv om vi angrer på enkelte utsagn». Forrådet av meninger blir etablert og konstruert av alt vi sier og gjør, individuelt og i et sosialt fellesskap. På bakgrunn av samfunnets normer, språk og oppmerksomhetsfokus kan mennesker ikke gjøre eller si det vi måtte ønske (Aadland, 2011). Samfunnet setter rammer for hva som er lov og ikke. Dette er en prosess som kalles for *objektivering*. Berger & Luckmann er ifølge Aadland (2011) er opptatt av hvordan en felles virkelighet blir skapt gjennom samhandling i samfunnet. En talehandling blir overført fra en subjektiv sone og inn i en kollektiv bevissthet. Dette blir beskrevet som *eksternalisering* (Aadland, 2011). Eksternaliseringen bidrar til at meningene blir *institusjonalisert*. Institusjoner i en kollektiv bevissthet vil være blant annet familien, religionen og velferdsstaten. Mennesker skaper og blir skapt av en sosial virkelighet som omgir dem. Dette kalles for en *dialektisk prosess* (Aadland, 2011).

Berger & Luckmann (1966) fremstiller en *dialektisk prosess*, men de hevder også at tankegangen til mennesker er *dialektisk*. Med dette så mener de at det er en påvirkning mellom individet og samfunnet som er gjensidig. Menneskets virkelighet blir dannet gjennom en slik fremgangsmåte (Berger & Luckmann, 1966). Individet kan oppleve en virkelighet gjennom drømmer, men det finnes kun en hverdagsvirkelighet. Vi tolker hverdagslivet som en virkelighet som er subjektivt meningsfylt som en helhetlig verden. Menneskets naturlige holdninger rundt hverdagen er noe alle opplever og som er helt normalt (Berger & Luckmann, 1966). Hverdagsvirkeligheten kan oppleves som en tilordnet virkelighet, som på den måten tas for gitt. Uten kommunikasjon og sosial interaksjon med andre vil ikke mennesker kunne eksistere i hverdagslivet. Denne forståelsen gjør at språket er viktig for selve forståelsen av hverdagsvirkeligheten (Berger & Luckmann, 1966).

Språket er ifølge Berger & Luckmann (1966) et fenomen som betraktes som en selvfølgelighet. Vi skaper sosiale opplevelser med forskjellige egenskaper ved å fokusere på et symbolbasert språk mellom to personer som snakker samme språk. Det hadde ikke blitt skapt de samme opplevelsene dersom det var en sosial interaksjon mellom to personer som snakket ulikt språk (Lock, & Strong, 2014). Vi skaper mening og forståelse gjennom sosial interaksjon ved at det er en felles enighet om hvordan fenomener og symbolske former skal forstås (Lock, & Strong, 2014). Ved at vi snakker om ting som vi aldri har eller vil komme til å oppleve, blir språket et objektivt oppbevaringssted for enorme mengder av erfaringer og betydninger som kan føres over til neste generasjon (Berger & Luckmann, 1966). Berger & Luckmann (1966) hevder at språket har sin opprinnelse fra hverdagen og at den virkeligheten man opplever i våken tilstand, blir dominert av betydningsområder som er direkte knyttet til nåværende og fremtidige handlinger. Språket setter regler for hvordan vi snakker sammen og det må passe til de forskjellige anledningene vi befinner oss i. Personlige opplevelser kan bli underlagt en objektiv og subjektiv betydningsorden ved at vi deler språket inn i typer opplevelser. For eksempel når vi kaller fjortenåringene *ffortiser*, blir alle som faller under denne konkrete kategorien lingvistisk typifisert (Berger & Luckmann, 1966).

Lock & Strong (2014, s. 32) hevder at «mennesker er selvdefinerte og sosialt konstruerte deltagere i sine egne sosiale liv». Et sosialkonstruktivistisk perspektiv ser derfor ut som et godt utgangspunkt for å tolke jentenes fremstilling av kroppen og deres opplevelse av eget kroppsbilde. Dette vil i et sosialkonstruktivistisk perspektiv bli sett på som sosialt konstruert gjennom samfunnet. Thagaard (2013) påpeker at måten jentene snakker om de ulike opplevelsene, erfaringene og forståelsene de har, kan knyttes til etablerte mønstre som samfunnet fremstiller.

I neste del av mitt teorikapittel vil jeg ta for meg tre ulike kroppsførståelser som beskrives av Engelsrud (2006, 2010). Disse er *kroppen som objekt*, *kroppen som levd erfaring* og *kroppen som sosialt konstruert*.

3.2 Kroppsførståelser

Hvordan vi forstår menneskers handlinger og bevegelser, er avhengig av kunnskapen samfunnet og kulturen vi er en del av besitter. I dagens populærkultur i den vestlige verden, har kroppen blitt et oppussingsobjekt. I samfunnet blir det skapt et inntrykk av

hvordan kroppen bør og skal se ut, og et vanlig spørsmål er «hvor fornøyd er du med kroppen din?» (Engelsrud, 2006, s. 9).

Tankene om at egen kropp er bra nok, blir sterkt påvirket av kroppsfokusering og mangfoldet i valg av kroppsmodifiserende helsetilbud. Dette bidrar også til sårbarhet og engstelse (Engelsrud, 2006). Det er ikke et nytt fenomen at kropp og utseende har blitt en måte å identifisere status, makt og suksess hos seg selv og andre. At kroppen blir betraktet som noe som kan modifiseres og forandres, har forekommet i mange sosiale sammenhenger og har eksistert like lenge som menneskeheten selv (Engelsrud, 2006).

3.2.1 Kroppen som et objekt

Den vestlige delen av verden har arvet en bestemt forståelse av kroppen fra filosofen René Descartes (1596-1650) (Engelsrud, 2006). I hans filosofi er kroppen *res extensa*. Det vil si at *res extensa* var den delen av virkeligheten hvor kroppen ble plassert, og rommet den opptok ble betegnet av utstrekning og romlighet (Engelsrud, 2006).

Kroppen ble dermed et objekt som opptok rommet. Menneskekroppen ble sett på som en maskin, og den kunne settes i fysikkens koordinatsystem i likhet med andre objekter (Engelsrud, 2006). Dersom kroppen blir plassert som kun et objekt og noe materielt, vil det ifølge Descartes ikke dekke hva et menneske er (Engelsrud, 2006; 2010). *Res cogitans* ble motsetningen til kroppens verden, hvor verden ble definert med kriterier som blant annet psykisk, privat og subjektiv. For at de klare og tydelige tankene skulle oppstå, måtte sann og ren erkjennelse ifølge Descartes bygges på *res cogitans*. Descartes skapte på den måten en teoretisk forståelse av verden som kan deles i to; hvor kropp og sjel tilhører forskjellige deler av virkeligheten (Engelsrud, 2006; 2010).

Det kan diskuteres om konsekvensene av dualistisk teori og en slik kroppsforståelse, kan være problematisk (Engelsrud, 2006). Dualistisk teori skapte skiller som gikk inn i språkbruken. For eksempel i bruken av begrepene *fysisk* og *psykisk* hvor kroppens evner ble nedvurdert, mens tanken, der hvor kunnskap kunne oppnås, ble løftet frem. Det var avgjørende for å holde tenkningen ren, at den ble holdt på avstand til kroppen (Engelsrud, 2006). Det kan argumenteres som risikabelt dersom kroppen reduseres til et objekt, ettersom man kan få et mekanisk forhold til egen og andres kropp. Kroppen kan anses som et instrument som gjennomfører bestemte oppgaver i kroppsøving- og

idrettsfaget. Det at kroppen og bevisstheten forekommer uavhengig av hverandre kan være en problematisk tanke (Engelsrud, 2006).

3.2.2 Kroppen som levd erfaring

Et fenomenologisk syn på kroppen kan ses som en kontrast til den todelte, dualistiske forestillingen om kroppen i verden. «Kroppens filosof», Maurice Merleau-Ponty (1808-1961) fikk gjennomslag for en teori som kjennetegnes med begrepet «den levde kroppen» som den første vestlige filosofen (Engelsrud, 2006). Med dette sentrale begrepet mente han at erfaringen av å eksistere i verden er noe vi først og fremst gjør som kropper. Ifølge Engelsrud (2006, s. 30) mente Merleau-Ponty at «kroppen er subjektiv, intersubjektiv, grunnleggende eksistensiell og personlig erfarende». Ved å bruke begrepet «levd» for å forklare kroppens erfaringer, viser det at livet uttrykkes gjennom kroppen. Kroppen er en tilgang til verden, og «kroppen blir rettet *mot* verden, og den blir rettet *av* verden» (Engelsrud, 2006, s. 31). Det vil si at vi tilpasser oss etter hva og hvem vi møter i hverdagen. Menneskekroppen har et forhold til omverden, og kroppen vår er utgangspunktet for å forstå hvordan omgivelser og egen oppførsel fremtrer. I relasjon til verden blir menneskers persepsjon utviklet, og dette har ifølge Merleau-Ponty betydning for menneskers forhold til omverden. Dette kan beskrives nærmere ved at når man ser på et hus, så vet man også at det har en bakside, uten at man faktisk ser den (Engelsrud, 2006). Ifølge Merleau-Ponty er menneskers bevissthet alltid kroppslig. Et menneske eksisterer i bevegende relasjon til verden og er oppfattende og uttrykkende i forhold til andre relasjoner og andre mennesker. Dette viser at følelser ikke er avgrenset til en indre kategori som noe «inne i» personen (Engelsrud, 2010).

Perspektivet om kroppen som «levd erfaring» ser på bevegelse og kroppen som imøtekommende og intensjonell. En uttrykkende kropp som har forståelse for sitt forhold til omverdenen, vil også forstås som betydningsfull (Zahavi, referert i Engelsrud, 2010, s. 41). Dette gjelder også i det daglige, som for eksempel når man griper nærmest i blinde etter spisebestikket. For å kunne handle på bakgrunn av det som oppfattes, er det en viktig forutsetning at kroppen inkorporerer slike erfaringer (Zahavi, referert i Engelsrud, 2010, s. 41). Ifølge Merleau-Ponty lærer mennesker å kjenne hverandre ved å leve sammen (Engelsrud, 2010). Han mener videre at det er dette som har en stor betydning for hvordan man blir tydelig ovenfor seg selv. Oppsummert vil kroppen forstås som selve subjektet. Subjektet er formet av den verden vi alltid er en del

av, og er samtidig aktivt skapende. Kroppen er et fenomen som uttrykker mange former for betydninger, forhandlinger og lyster (Engelsrud, 2010).

3.2.3 Kroppen som sosialt konstruert

Kroppen som fenomen har fått økt oppmerksomhet innen feministisk teori og samfunnsfagene. På 1800-tallet ble det forsket på fenomener som identitet, erfaring og kunnskap tilknyttet kropp. På bakgrunn av denne forskningen ble et omfattende teorigrunnlag utviklet til det som kalles den kroppslige vending («The Bodily Turn») (Engelsrud, 2010). Sosiologiske begreper som handling, identitet og makt ble innfor dette paradigmet knyttet til kroppen, og kroppen ble ansett som viktig for å forstå menneskets handlinger og væremåte (Engelsrud, 2010). Som tidligere skrevet er ønsket om å oppnå ulike skjønnhetsidealer ifølge Engelsrud (2006), et fenomen som er like gammelt som menneskeheten selv. Hun hevder at «kroppen er, og har alltid vært, et fenomen for samfunnskapt konstruksjon» (Engelsrud, 2006, s. 65). For å bruke kroppen i en identitetsmarkerende hensikt, er mennesket villig til å la seg utforme ut ifra et idealisert bilde av hva kropp skal være og skal uttrykke (Engelsrud, 2006).

Professor i sosiologi Chris Shilling (2003) forklarer at den sosialt konstruerte kroppen er et produkt hvor betydningen bestemmes av eksterne sosiale kvalifikasjoner og at kroppens utseende, størrelse og form har blitt viktigere for mennesket de siste tiårene. Menneskets opptatthet av utseende og form har stimulert sentraliseringen av kroppen i en forbrukskultur; en kultur som helliggjør en velformet og seksualisert kropp. Det antydes også at dette er tilgjengelig for alle mennesker (Shilling, 2003). Engelsrud (2010) beskriver at kroppen blir bearbeidet frem i sosiale relasjoner, og at det ikke finnes en «naturlig kropp» i dagens samfunn. En idealtypisk tenkning representerer en spesifikk måte å tenke på sunnhet og eksempler fra treningsarenaen kan være kroppsidealer som blir avbildet på bestemte måter. Mange vil mene at idealene som blir avbildet er aktive og attraktive. Denne måten å karakterisere kropper på blir diskutert i lys av teori, og om det faktisk trengs teori for å forstå bildene som florerer rundt. Det som kom frem av denne diskusjonen var at det å snakke om kropper får frem flere forskjellige tenkemåter som er kulturelt skapt (Engelsrud, 2010).

I 1935 publiserte filosofen Marcel Mauss en artikkel om *kroppsteknikker* (Engelsrud, 2006). Han hevdet at kroppen ble preget av teknikker og den trening som blir praktisert

og at sosiale forhold ville komme til syne gjennom kroppens uttrykk. Videre mente Mauss at sosial klasse og status ville bli synlig gjennom menneskets væremåte, særpreg og gange (Engelsrud, 2010). Dersom man tar utgangspunkt i de sosialkonstruktivistiske perspektivene, kan man bli fristet til å tenke at kropp er et samfunnskapt fenomen. Det er viktig å diskutere dette perspektivet i forhold til Merleau-Ponty og fenomenologien på bakgrunn av at kroppen ikke bare blir tolket som et utstillingsvindu for sosial status, eller et sted for identitetskonstruksjon (Engelsrud, 2010). Ifølge Merleau-Ponty er kroppen noe som vi hører hjemme i, og i en slik kroppssosiologi kan disse refleksjonene lett forsvinne. Da vil også viktigheten av at vi har hver vår unike erfaring fra vår egen kropp, forsvinne. Engelsrud (2010) påpeker at ettersom kroppen vår har vært utsatt for samfunnskapt konstruksjon, vil også vår menneskers forståelse av kroppen alltid kunne forandres. Det er viktig å tenke over at mennesket beveger seg forskjellig, og erfarer på sin egen måte (Engelsrud, 2010).

4. Metode

Metode kan defineres på ulike måter i forskningslitteraturen. Definisjonen til sosiolog Vilhelm Aubert (sitert av Everett & Furueth, 2012) er at metode er en fremgangsmåte; et middel for å løse problemer og komme frem til ny kunnskap. En forskningsmetode hviler på antagelsene om sannhet og oppfatning av verden. Forskningsmetode kan ses på som forskjellig type verktøy man har med seg i verktøykassen (Everett & Furueth, 2012). Denne studien ønsker å se nærmere på hvordan et utvalg jenter på videregående fremstiller kroppen og opplever sitt eget kroppsbilde. Derfor ble en kvalitativ tilnærming sett på som en egnet metode å benytte fremfor en kvantitativ, da det er ønskelig å komme i direkte kontakt med de personene det forskes på (Thagaard, 2013).

Dette kapittelet tar for seg de vitenskapelige forskningsmetodene jeg har benyttet i min studie. Jeg vil beskrive hvordan jeg har forsøkt å belyse studiens problemstilling med studiens fremgangsmåte, de metodiske overveielser og valgene som har blitt gjort underveis. Deretter vil jeg gjøre rede for selve gjennomføringen av det kvalitative forskningsintervjuet. Videre vil jeg beskrive hvordan jeg har transkribert datamaterialet. Relevant litteratur har blitt benyttet i hele arbeidsprosessen. Jeg vil deretter overveie oppgavens validitet, reliabilitet og overførbarhet. Avslutningsvis vil jeg redegjøre for min analytiske tilnærming, samt hva jeg legger til grunn for analysen og tolkningen av datamaterialet.

4.1 *Kvalitativ forskning*

For mitt forskningsprosjekt har jeg som nevnt, valgt en kvalitativ forskningsmetode. En kvalitativ forskningstilnærming, gir grunnlag for fordyping av de sosiale fenomener vi studerer, på bakgrunn av fyldig data om mennesker og situasjoner (Thagaard, 2013). Kvalitativ metode er fleksibelt, noe gjør at forsker kan arbeide parallelt med de ulike delene i forskningsprosessen. Det er ønskelig at de ulike delene påvirker hverandre i prosessen, og det er vanskelig å skille tolkning og analyse fra hverandre. Innsamlet data foregår i nær kontakt med de som studeres, noe som gjør at data blir utviklet i et samarbeid mellom forsker og informanter. Forståelsen til forskeren er sentral (Thagaard, 2013). Nilssen (2012) hevder at den kvalitative forsker søker innsikt i forskningsdeltakernes forståelse av virkeligheten og at forskningen tar utgangspunkt i enkelte grunnleggende filosofiske antagelser (Creswell, 2007; Nilssen, 2012). «Den

ontologiske forutsetningen er at det eksisterer mange virkeligheter. Virkeligheten blir sett på som kompleks, i stadig forandring og konstruert av de enkelte som er involvert i en forskningssituasjon» (Nilssen, 2012, s. 25). Forskningen kan gi mange svar, men ikke selve svaret da det finnes mange virkeligheter innenfor forskningsfeltet. Det at kunnskapen blir konstruert i relasjon mellom forsker og deltagerne, er den epistemologiske forutsetningen. Dermed må en forsker i kvalitativ metode være bevisst og akseptere egen forforståelse og subjektivitet. For å forstå og skape mening i datamaterialet, vil min bakgrunn, kunnskap og erfaringer sammen med det teoretiske rammeverket være avgjørende (Nilssen, 2012).

Det er ikke selve forklaringen til hvorfor forståelsen er som den er man søker i kvalitativ tilnærming, men heller bakgrunnen for denne forståelsen (Malterud, 2013). En fordel med kvalitativ forskning er at den egner seg til å studere sammenhenger i komplekse sosiale og kulturelle helheter (Laake, Olsen & Benestad, 2013). Dette kan også sammenlignes med et sosialkonstruktivistisk perspektiv som er mitt teoretiske utgangspunkt. Det sentrale i denne teorien er kunnskapen som blir oppfattet som konstruert av dem som deltar i bestemte sosiale sammenhenger (Thagaard, 2013). Jeg ønsker som nevnt å undersøke hvordan jenter på videregående skole fremstiller kroppen og, derfor ble en kvalitativ tilnærming ansett som passende for å besvare min problemstilling.

4.2 Datainnsamling

Som forsker må man ta stilling til hvilken form for datainnsamling som gir mest relevant data, og innenfor den kvalitative forskningstradisjonen finnes det mange ulike veier til kunnskap (Malterud 2003). For å gi informasjon om opplevelser, erfaringer og forforståelser til intervjupersonene, er et kvalitativt forskningsintervju ifølge Thagaard (2013) en velegnet metode. Jeg valgte å gjennomføre semistrukturerte intervjuer som metode for datainnsamling i dette prosjektet. Jeg intervjuet jenter fra idrettsfag og studiespesialisering på videregående skole. Det semistrukturerte intervjuet ønsker å innhente beskrivelser og fortolkninger av fenomenene som blir beskrevet. Det foregår som en samtale mellom forsker og intervjupersonene, men har som et vanlig intervju et profesjonelt mål (Kvale & Brinkmann, 2017). Bakgrunnen for at jeg valgte denne formen for intervju, var at jeg ønsket en samtale med intervjupersonene som var

fleksibel og ikke fastsatt. Videre i dette kapittelet vil jeg redegjøre for prosessen av datainnsamlingen.

4.2.1 Det kvalitative forskningsintervjuet

Ifølge Thagaard (2013) er det kvalitative intervjuet en velegnet metode for å gi informasjon om opplevelser, forforståelser og omgivelsene til personene som blir intervjuet. Det er ønskelig at et intervju skal fremskaffe fyldig og omfattende opplysninger om hvilke perspektiver og synspunkter informantene har om temaene som blir tatt opp i intervjusituasjonen (Thagaard, 2013). Det kvalitative intervjuet kan ha flere tilnærminger og jeg valgte som nevnt semistrukturert intervju. Et semistrukturert intervju kjennetegnes ved at det har en rekke temaer og forslag til spørsmål som skal dekkes, men som samtidig er åpen for endringer i formulering og rekkefølge av spørsmålene. Dette gjorde at jeg kunne gå dypere i svarene og historiene intervjupersonene fortalte (Thagaard, 2013). Det semistrukturerte intervjuet er verken en åpen samtale eller et lukket spørreskjemaintervju, men en samtale som føres av forsker (Kvale & Brinkmann, 2017).

Denne måten å intervju på passet min studie godt da jeg ønsket å snakke om noen fastsatte temaer. Disse temaene var satt opp i en intervjuguide med spørsmål som jeg hadde utarbeidet i forkant. Dette gjorde at jeg som forsker kunne følge med på det som kom frem i intervjuet, samtidig som jeg kunne sikre at de temaene jeg hadde fastsatt på forhånd ble drøftet. Som intervjuer i et semistrukturert intervju, er det viktig at man er åpen og ikke styrer samtalen mot en retning som fører til ens eksisterende kunnskap (Malterud, 2003). Det som kan virke som en avsporing av tema, kan vise seg å bringe frem gode erfaringer og opplevelser hos intervjupersonene. Det var derfor avgjørende at jeg var åpen for at intervjupersonene tok opp temaer som ikke var planlagt på forhånd. Denne balansen mellom fleksibilitet og styring av intervjuet var vesentlig for å få frem viktig informasjon i intervjusituasjonen (Malterud, 2003).

4.2.2 Utvalg

Kvalitative undersøkelser baserer seg på et strategisk utvalg (Thagaard, 2013). Et strategisk utvalg vil si at informantene blir valgt ut ifra egenskaper og kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til å være med og belyse mine forskningsspørsmål. Et slikt utvalg kan få frem refleksjoner og erfaringer hos deltagerne som dermed vil være

representativt for mitt forskningsfelt, og dette er bakgrunnen for mitt valg (Thagaard, 2013). Jeg rekrutterte jenter fra samme videregående skole på Østlandet. Valget av å kun fokusere på jenter stammer blant annet fra studien til Aanesen et al. (2017). I denne studien kom det fram at det var flere jenter enn gutter som ønsket å endre noe på sin egen kropp (Aanesen et al., 2017). Andre årsaker til valget, var på bakgrunn av egne erfaringer, samt observasjoner i denne aldersgruppen som gjorde at det var grunn til å tro at kjønnsforskjellene fortsatte å øke med alderen. Det skrives også stadig i mediene om «generasjon prestasjon» og at jenter er under dobbelt press. Flere jenter opplever at de må gjøre det bra på skolen samt leve opp til høye skjønnhetsidealer (Stranden, 2017). Da litteraturen frem til i dag påpeker at dette er et langt større problem for jenter enn gutter i skolen, og på grunn av begrensede ressurser, så jeg meg nødt til å avgrense denne studien til kun jenter (Aanesen et al., 2017; Bakken, 2018).

Jentene som ble rekruttert var 18 og 19 år gamle. Utvalgets størrelse ble satt til åtte jenter på grunn av oppgavens omfang. Det ble valgt fire fra tredje klasse idrettsfag og fire fra tredje klasse studiespesialisering. En undersøkelse gjort av Ungdata (Bakken, 2018, s.65) viser at «tre av ti» elever på videregående skole er svært fornøyd med sin egen helse, mens på ungdomsskolen er «fire av ti» svært fornøyd. Det kommer også tydelig frem at det er flere jenter enn gutter som er misfornøyd med sin egen helse (Bakken, 2018). Samme rapport viser at prosentandelen for jenter som opplever så mye press at det har ført til vanskeligheter, øker med alderen (Bakken, 2018). Dette kan settes i sammenheng med min oppfatning og forståelse av at jenter i alderen 18 og 19 år i større grad opptatt av utseende og kropp, og at denne tematikken inngår i deres daglige liv.

For å rekruttere informantene kontaktet jeg seksjonsleder ved idrettsfag og seksjonsleder ved studiespesialisering på epost. I eposten sendte jeg en beskrivelse av tenkt studie, informasjonsskriv og min kontaktinformasjon. Svaret jeg fikk tilbake var positivt. Seksjonsleder informerte de ulike klassene om prosjektet og det var totalt åtte jenter som meldte sin interesse til å delta. Videre fikk jeg møte de fire jentene fra idrettsfag og de fire jentene fra studiespesialisering. Dette møtet handlet om å informere elevene om prosjektet, samt svare på eventuelle spørsmål før vi startet med intervjuene. De fikk lese gjennom informasjonsskrivet og de skrev under på samtykkeerklæringen.

4.2.3 Intervjuguide

En intervjuguide kan inneholde noen temaer, eller være en detaljert rekkefølge av spørsmål. Det er et manuskript som strukturerer intervjuforløpet mer eller mindre fast (Kvale & Brinkmann, 2017). Jeg utarbeidet en intervjuguide som skulle være et hjelpemiddel under intervjuene, da jeg i denne studien valgte å gjennomføre semistrukturerte intervjuer.

Intervjuguiden ble til ved at jeg startet å skrive ned ulike spørsmål som tok utgangspunkt i oppgavens problemstilling. Dette ble videre utviklet til å knytte det opp mot tidligere forskning og relevant litteratur for min studie. Deretter delte jeg disse spørsmålene inn i passende temaer som ville være sentralt i intervjuene. Etter en nøye vurdering, kom jeg frem til følgende temaer; kropp, kroppsideal, «generasjon prestasjon», kroppspress og kropp i kroppsøving/idrettsfag. Disse forslagene til spørsmål som intervjuguiden inneholdt, hadde som formål å få elevene til å snakke åpent om de ulike temaene som var fastsatt. Jeg startet intervjuet med å spørre hva jentenes tanker om kropp var. Videre kom det spørsmål om deres tanker rundt kroppsidealet i dag, og hvordan de oppfattet begrepet «generasjon prestasjon». Jeg spurte jentene om hvilke tanker de hadde om de ulike begrepene, og om deres opplevelser og erfaringer. Det var viktig at spørsmålene var lett forståelige og frie for akademisk språk, slik at jentene forstod spørsmålene uten en ekstra forklaring (Kvale & Brinkmann, 2017). Jeg ønsket at intervjuene skulle vare mellom 45 til 60 minutter. Dermed ble begrensningen av antall spørsmål satt av tidsrammen på intervjuene. Når jeg utarbeidet intervjuguiden, ønsket jeg at den skulle sikre at jeg kom inn på de ulike temaene og spørsmålene som var viktige i forhold til problemstillingen, samtidig som jentene kunne svare åpent og belyse nye berikende temaer (Thagaard, 2013). Jeg håpte at dette gjorde jentene følte seg mer komfortable i møte med meg som forsker. Intervjuguiden ligger vedlagt (Vedlegg 1).

4.2.4 Prøveintervjuet

Kvale & Brinkmann (2017) påpeker at intervjuferdighetene til en forsker, læres gjennom å gjøre. Jeg gjennomførte et prøveintervju med en medstudent før jeg skulle intervjuer elevene. Dette var for at jeg skulle få trening i en intervjusituasjon og samtidig vurdere spørsmålene som var formulert. Medstudenten ga meg tilbakemeldinger på spørsmålene, og på hvilken måte spørsmålene ble stilt. Dette ga meg nyttig informasjon

til når jeg skulle samle inn datamaterialet. Gjennom prøveintervjuet fant jeg også ut at noen av spørsmålene behøvde mer tenketid enn andre. Det var derfor viktig å tenke på som forsker å gi elevene tid til å svare uten innblanding fra min side.

Jeg fikk kjenne på hvor viktig det var å lytte og stille forståelige spørsmål ved gjennomføringen av prøveintervjuet. Ifølge Kvale & Brinkmann (2017) kan en forsker skape en bedre atmosfære og få bedre selvtrillit ved å gjennomføre et prøveintervju. Det var også veldig nyttig å få teste hvordan man skulle stille oppfølgingsspørsmål som ikke var skrevet ned på forhånd samt hvor viktig det var at disse ble formulert på en god og forståelig måte. Etter pilotintervjuet utarbeidet jeg den endelige intervjuguiden.

4.2.5 Praktisk gjennomføring av intervjuene

Det å skape en tillitsfull og fortrolig atmosfære som bidrar til at den som blir intervjuet åpner seg, er et overordnet mål for intervjusituasjonen (Thagaard, 2013). Hvor intervjuet foregår, kan ha stor betydning for hva som blir fortalt. Mitt tema som tar for seg jenters fremstilling av kroppen og opplevd kroppsbilde, kan flere assosiere med en gymsal eller et offentlig sted. Det kan gi både et negativt og et positivt utfall. Enten blir assosiasjonen for sterk til å fortelle om sine erfaringer og opplevelser, eller den kan fremme tanker som gjør at de vil fortelle mer (Thagaard, 2013). På bakgrunn av dette ble selve gjennomføringen av intervjuet utført på et grupperom på deres skole, da dette ble ansett som et nøytralt sted for jentene. Intervjuene varte mellom 45 og 60 minutter og intervjuene ble med godkjenning av intervjupersonene tatt opp. Intervjuene foregikk i tidsperioden desember 2018 til januar 2019. Intervjuene ble tatt opp med lydopptaker ved hjelp av en båndopptaker og en mobiltelefon. Jeg tok opp intervjuet på to forskjellige enheter for å sikre at datamaterialet ikke ble borte underveis. Etter intervjuene ble lydfilene slettet fra enhetene, og overført til en passordbeskyttet minnepenn. Lydopptaket var et viktig hjelpemiddel under intervjuene. Dette sikret at jeg kunne rette mitt fokus på informantens historier og opplevelser.

Ifølge Kvale & Brinkmann (2017) er det viktig at intervjupersonene ser på intervjuet som en mulighet til å fortelle om sine erfaringer, opplevelser og følelser. Iscenesettingen av intervjuet er dermed avgjørende. Temaer som omhandler kroppen vår kan for mange være sensitivt og vanskelig å snakke om. Det er viktig å lage trygge rammer og skape en atmosfære mellom forsker og informanter som anses som trygg. Starten av intervjuet er

veldig avgjørende, da intervjupersonene ønsker å opparbeide seg en klar oppfatning av meg som forsker og menneske, før de begynner å dele egne tanker til en ukjent (Kvale & Brinkmann, 2017). Jeg startet dermed hvert enkelt intervju med en generell prat og fortalte om meg selv, før jeg gikk gjennom hva jeg ønsket å oppnå med dette intervjuet. Dette var for å sikre en god kontakt med jentene, og samtidig vise interesse for deres tanker og følelser.

Under intervjuene var det viktig å være en aktiv lytter. Ved å stille oppfølgingsspørsmål ville jeg kunne få mer detaljerte opplysninger, og det viste at jeg som intervjuer var interessert i elevenes svar. Kvale & Brinkmann (2017) påpeker at det er en kunst å stille gode oppfølgingsspørsmål. Det kreves en oppfølging der og da som er fleksibel og dette kan ikke opplyses om på forhånd (Kvale & Brinkmann, 2017). Jeg tok utgangspunkt i spørsmålene som var skrevet ned i intervjuguiden, men noen ganger var det naturlig å la informantene få komme med sine beskrivelser i deres egen rekkefølge. Noen av temaene ble derfor dekket uten at jeg som intervjuer måtte blande meg inn. Malterud (2013) påpeker at det er verken nødvendig eller ønskelig å standardisere intervjusituasjonen og at intervjuguiden bør revideres underveis, etter hvert som forsker lærer mer om hvor fokuset bør ligge. Kvale & Brinkmann (2017) beskriver ulike kvalifikasjonskriterier for intervjueren. I tråd med disse forsøkte jeg å hjelpe intervjuobjektet med å uttrykke egne synspunkter og lyttet til deres historier, til tross for at samtalen kunne gå utenfor temaet. Jeg anså dette som viktig for å få en god flyt i samtalen, og at jentene fikk knytte spørsmålene til det de mente var relevant (Kvale & Brinkmann, 2017).

Hvert intervju avsluttet med det som Kvale & Brinkmann (2017) kaller en «debriefing». Dette vil si at intervjuer spør sine deltagere om de har noe mer å legge til på noen av spørsmålene eller temaene som har blitt lagt frem. Det var viktig for meg som forsker å avslutte intervjusituasjonen på en god måte, så jeg var opptatt av å høre hvordan jentene hadde erfart intervjuet. Jeg opplevde en åpenhet rundt jentenes erfaringer og opplevelser av temaet. Det var en avslappet atmosfære i intervjusituasjonen. Mitt ønske var at intervjuet skulle være en samtale med god flyt slik at informantene ikke skulle oppleve intervjuet som et avhør. Å opprettholde tilliten som hadde etablert seg under intervjuene var viktig slik at jentene følte på en trygghet. Dette er vesentlig for en intervjuer som tar opp sårbare temaer. Det er avgjørende som forsker å være observant og lytte til ordene

som blir sagt, på hvilke måten de blir sagt og hvilke reaksjoner informantene viser med kroppsspråket (Thagaard, 2013). Som forsker er det viktig å handle varsomt og etisk dersom informantene skulle vise tegn til engstelse og anger (Neumann & Neumann, 2012). Jeg opplevde at alle jentene som ble intervjuet hadde en rikelig refleksjon rundt egne tanker. Jeg satt igjen med en god følelse etter intervjuene, og jeg følte at intervjuarbeidet var vellykket.

4.2.6 Transkribering

Kvale & Brinkmann (2017, s. 204) beskriver transkribering som en «fortolkningsprosess der forskjellene mellom talespråk og skrevne tekster kan skape en rekke praktiske og prinsipielle problemer». Forskningsintervjuet er en samtale mellom to personer ansikt til ansikt. Ved transkripsjon blir denne samtalen omgjort til skriftlig form (Kvale & Brinkmann, 2017). Intervjutranskripsjonene blir betraktet som det grunnleggende empiriske datamaterialet i denne studien. Det kreves en rekke vurderinger og beslutninger underveis i prosessen når intervjuene blir oversatt fra talespråk til skriftspråk (Kvale & Brinkmann, 2017). Kvale & Brinkmann (2017) påpeker at det ikke eksisterer en fasit på hvordan man skal transkribere fra muntlig til skriftlig form, men at forskeren må stille seg spørsmål om hva som er nyttig for den aktuelle forskningen.

Transkriberingen av intervjuene har foregått samtidig som datainnsamlingen. Samme dag eller dagen etter transkriberte jeg intervjuene til skriftlig form. Intervjuene ble tatt opp med lydopptaker. Lydfilene ble lagt over på en datamaskin med passord. Jeg benyttet meg av et transkriberingsprogram hvor lydfilen ble lagt inn. I dette programmet kunne en bremse ned hastigheten på samtalen og stoppe opptaket ved hjelp av enkle tastetrykk. Dette gjorde arbeidet med transkripsjonen enklere. Under transkriberingen forsøkte jeg å transkribere ord for ord. I enkelte tilfeller var det nødvendig å endre noen setninger for å få frem innholdet i en forståelig skriftlig form med færre ord. Dette kaller Kvale & Brinkmann (2017) *meningsfortetting*.

Transkriberingen var en omfattende prosess som krevde mye tid og arbeid. Det var viktig å bruke god tid for å være nøyaktig. For å øke transkripsjonens pålitelighet, ble den gjennomført i to omganger. Jeg transkriberte fortløpende mens jeg lyttet til opptaket før jeg hørte gjennom opptaket en gang til, og gikk gjennom egen transkripsjon. Når

forsker transkriberer selv vil analysen av innholdet starte under dette arbeidet ved at forskeren også gjør seg opp sosiale og emosjonelle synspunkter (Kvale & Brinkmann, 2017). Det var også etiske vurderinger med tanke på konfidensialitetsprinsippet som måtte tas underveis. Jeg utelot de tilfellene deltagerne delte personopplysninger om seg selv eller andre som ikke var godkjent for oppgavens behandling av personopplysninger (Kvale & Brinkmann, 2017). Lydopptak og de transkriberte anonymiserte tekstene har blitt oppbevart på en passordbeskyttet minnepenn, i et låst skap hos behandlingsansvarlig institusjon.

4.2.7 Forskerrollen i kvalitative intervju

Et kvalitativt intervju stiller krav til intervjueren. Thagaard (2013, s. 99-100) beskriver at «forskeren bruker seg selv som instrument, og benytter seg av en implisitt kroppslig og emosjonell forståelsesmåte som gir en unik tilgang på intervjupersonens livsverden». Kombinasjonen av håndverksmessig dyktighet, faglig ekspertise og trening i å mestre sosiale relasjoner har derfor en viktig betydning for forskerens kompetanse (Thagaard, 2013; Kvale & Brinkmann, 2017). I kvalitativ metode er det et mål at datamaterialet skal reflekterer informantenes historier og opplevelser. Det er ikke ønskelig å lese om samtaler som er fylt med ledende spørsmål (Malterud, 2003). Thagaard (2013) påpeker at betydningen av hvordan forskeren fremstår for informantene, problematiseres av perspektivet på intervjusituasjonen som en sosial interaksjon mellom forsker og informanter.

Under et intervju kan det utvikles en relasjon som i seg selv kan ses på som et metodisk poeng (Thagaard, 2013). Det er avgjørende at intervjupersonene opplever tillit og troverdighet i løpet av intervjuet slik at de kan snakke åpent om sine erfaringer (Thagaard, 2013). En sosial avstand mellom forsker og informantene kan være uheldig da det kan lede til at informanten blir skeptisk til forskeren (Malterud, 2013). Som forsker må man ta reflekterte og grundige vurderinger gjennom hele forskningsprosessen. Det er også svært avgjørende å skape tillit og etablere gode relasjoner som forsker i denne type forskning (Nilssen, 2012).

I møte med mine informanter var det viktig å unngå at egne verdier påvirket intervjusituasjonen. Dette for å unngå at jentenes svar ikke ble påvirket ut ifra det de tenkte jeg som forsker ville høre, eller mine synspunkter (Thagaard, 2013). Det er

vanskelig å si hvilken betydning jeg som forsker har hatt for intervjuet, men som Thagaard (2013) påpeker bør jeg reflektere over hvilke forhold som kan ha preget relasjonen mellom meg og informantene. Kjønn, alder og sosial bakgrunn vil kunne ha en påvirkning på intervjusituasjonen (Thagaard, 2013). Dette var noe jeg tenkte på i forkant av intervjuene. Det kan være nærliggende å tenke at jeg som jente har hatt en positiv effekt på informantenes refleksjoner. Jeg er verken overvektig eller undervektig, og dette kan tenkes å ha satt et preg på hvordan jentene snakket om de ulike kroppsfasongene. Det kan være lettere å snakke med en person som selv har mange tanker og erfaringer med temaet kropp og kroppsbilde, og som daglig kjenner på hvordan det er å leve i et samfunn som er preget av kropp og kroppsidealer.

Mitt forskningsprosjekt tar for seg temaer som for noen kan være ømfintlige, og vanskelig å snakke om. Atmosfæren må formes trygt og fortrolig slik at informantene åpner seg og uttrykker sitt engasjement på en tydelig måte (Thagaard, 2013). Som forsker på dette temaet er det viktig at man ikke legger føringer på deltagerens svar. Jeg ønsket ikke å påvirke deres svar i form av mitt kroppsspråk eller i form av mine ord. Dette var mye vanskeligere enn jeg hadde forventet på forhånd, og det var tydelig at for hvert intervju jeg gjennomførte ble jeg bedre ved at jeg selv ble tryggere på min rolle som intervjuer. Dette samsvarer med det Kvale & Brinkmann (2017, s. 36) påpeker ved at «intervjuferdighetene læres gjennom intervjupraksis». Det kom også veldig tydelig frem underveis hvor viktig det var at spørsmålene ble stilt på en måte som gjorde at informantene ble oppmuntret til å gi fylldige kommentarer samt reflektere over temaene (Thagaard, 2013). Jeg opplevde elevene som veldig åpne om de personlige temaene vi snakket om.

4.3 Etiske refleksjoner

«Forskningsetikk er et område av etikken som har med planlegging, gjennomføring og rapportering av forskning å gjøre. Det handler om å ivareta personvernet og sikre troverdighet av forskningsresultater» (Dalland, 2012, s. 94). Sentrale etiske prinsipper i forskningsprosessen omhandler forskerens rolle, eventuelle konsekvenser av forskningen, formell godkjenning av forskningen, kravet om informert samtykke og kravet om konfidensialitet (Kvale & Brinkmann, 2017; Thagaard, 2013). Dette er prinsipper som alle forskere må ta hensyn til i sitt forskningsarbeid (Thagaard, 2013).

Hele forløpet i en intervjuundersøkelse vil ifølge Kvale & Brinkmann (2017) bære preg av etiske problemstillinger. Integritet i forhold til erfaring, ærlighet, kunnskap og rettferdighet er det som vil være mest avgjørende for forskeren i prosessen med å ta ulike etiske hensyn. Det er derfor svært viktig som forsker å ha tenkt gjennom hvilke etiske dilemmaer som kan oppstå underveis (Kvale & Brinkmann, 2017). I datainnsamlingen har jeg som forsker fått et innblikk i informantenes tanker og følelser. Mitt tema kan for enkelte i denne aldersgruppen oppleves nært og sårt. For at deltagerne ikke skal oppleve noe negativt på bakgrunn av egne ytringer, er det viktig å anonymisere deltagerne. Som også Thagaard (2013) påpeker har jeg som forsker et etisk ansvar ovenfor mine informanter. Deres integritet skal bli beskyttet og tilrettelagt slik at det å delta i forskningen ikke medfører noen negative konsekvenser (Thagaard, 2013). Det er ønskelig at det er en gjensidighet mellom det deltagerne forteller, og det de får igjen av å være med på forskningen. Det å delta i dette forskningsprosjektet kan gjøre at deltagerne får en større innsikt i tematikken ved å snakke og reflektere med en interessert lytter, noe som flere av mine informanter også uttrykte (Thagaard, 2013). Som forsker er det viktig å reflektere over hva det innebærer å delta i det valgte forskningsprosjektet, og det å dele personlige følelser og opplevelser (Kvale & Brinkmann, 2017).

I min studie har jeg innhentet og behandlet personlige erfaringer og opplysninger. Disse opplysningene kunne direkte eller indirekte knyttes til enkeltpersoner (Thagaard, 2013). Det var derfor nødvendig å melde inn prosjektet til Norsk senter for forskningsdata (NSD). Godkjenning fra NSD ligger vedlagt (Vedlegg 4). Forskning på mennesker som har potensiale for å skade og belaste deltagere utover det som anses som normal risiko og som ikke er fremleggelsespliktig for Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK), skal meldes inn til Norges Idrettshøgskole sin etiske komite (Norges Idrettshøgskole, 2019). Etersom mitt prosjekt ikke søker å få ny innsikt i en sykdom, men en opplevelse av fenomenet kroppspress og kroppsbilde, faller det ikke under helseforskningsloven. I samråd med veileder rådførte vi oss med REK i denne prosessen, og fikk veiledning til helseforskningsloven paragraf 4. I helseforskningsloven står det følgende: «Dette følger av at loven gjelder for forskning som har som siktemål å skaffe til veie ny kunnskap om helse og syk dom, jf. definisjonen av medisinsk og helsefaglig forskning i § 4» (Helse- og

omsorgsdepartementet, 2010, s. 149). Mitt prosjekt har derfor blitt meldt inn og fått godkjenning av Norges Idrettshøgskole sin etiske komite (Vedlegg 5).

4.3.1 Informert samtykke

Alle forskningsprosjekt må ha deltakernes *informerte samtykke*. Informert samtykke er definert av Den nasjonale forskningsetiske komite (NESH) (2006, sitert av Thagaard, 2013) på følgende måte: «Som hovedregel skal forskningsprosjekter som inkluderer personer, settes i gang bare etter deltakernes informerte og frie samtykke». Det vil si at deltagerne i forskningen skal orienteres om hva deltagelsen innebærer, hovedtrekkene i designet og skal forsikres at de gjør det på frivillig grunnlag (Dalland, 2012). I et forskningsprosjekt skal de som velger å delta bli informert om studiens formål og hvilke implikasjoner som kan oppstå ved å delta (Kvale & Brinkmann, 2017).

Det kan stilles spørsmål til hvor mye informasjon forskeren skal gi og det krever en nøye avveining om hvilken informasjon som skal gis og når (Kvale & Brinkmann, 2017; Thagaard, 2013). Oppgavens informasjonsbrev ble utformet etter mal og retningslinjene til NSD. Det ble utformet et informasjonsskriv til skolen og ledelse, og et informasjonsskriv med samtykkeskjema til deltagerne (Vedlegg 2 og 3). Skrivet bestod av informasjon om prosjektet, personvern og om hva deltagelsen ville innebære. Deltagerne fikk informasjonsbrevet utdelt av seksjonsleder på skolen. Ved første møte ble informasjonsbrevet gjennomgått på nytt for å sikre at de hadde forstått. På den måten fikk deltagerne både skriftlig og muntlig informasjon om forskningsprosjektet.

4.3.2 Konfidensialitet

Et annet viktig etisk prinsipp er kravet om konfidensialitet. Dette prinsippet handler om at forskeren må være aktsom med å behandle informasjon fra forskningsprosjektet på en måte som ivaretar deltakerens anonymitet (Thagaard, 2013). Ved å bruke intervju som forskningsmetode, får man som forsker et innblikk i deltagerens identitet. Det er derfor veldig viktig at jeg som forsker tar hensyn til de etiske prinsippene for å sikre at personvernet til deltagerne blir opprettholdt (Thagaard, 2013). Dette har jeg gjort ved å anonymisere deltagerne ved å gi dem fiktive navn. Mitt prosjekt tar for seg temaer som kan være ømfintlige, så det vil være helt avgjørende at det blir skapt ett tillitsforhold mellom forsker og deltager om at informasjonen ikke kan spores tilbake. Det er viktig at deres privatliv blir respektert og at de selv kan være med å bestemme hvorvidt sensitiv

informasjon skal presenteres (Thagaard, 2013). Det kan oppstå dilemmaer mellom hensynet til å fremstille resultatene på en måte som fyller kravene til etterprøvbarehet og pålitelighet, og hensynet til anonymitet. Etisk sett vil det være viktig å skjule identiteten, mens metodisk sett vil det være riktig å presentere deltakeren slik vedkommende fremstår (Thagaard, 2013). Dette har blitt løst ved å prioritere kravet om konfidensiell behandling fremfor kravet for etterprøvbarehet.

4.4 Kvalitetskontroll- Validitet, reliabilitet og overførbarhet

4.4.1 Validitet

Validitet handler om gyldigheten til forskerens tolkninger (Thagaard, 2013). Seale (1999, sitert av Thagaard, 2013, s. 205) skiller mellom *intern* og *ekstern* validitet. Den interne validiteten knyttes til vurderingen av fortolkninger som omfatter en enkelt studie, mens den *eksterne* validiteten knyttes til om forståelsene i en enkelt studie også kan ha betydning i andre sammenhenger (Thagaard, 2013).

Det er avgjørende at grunnlaget for egne tolkninger blir kritisk gjennomgått av forskeren. Forskerens tolkninger kan bli påvirket av egne erfaringer og relasjoner i feltet (Thagaard, 2013). Relasjonen i feltet handler om hvordan forskeren posisjonerer seg i forhold til deltagerne i forskningen. Thagaard (2013, s. 194) påpeker at «om forskeren i utgangspunktet er knyttet til det miljøet som studeres, eller er en utenforstående, har betydning for den forståelsen forskeren utvikler i løpet av prosjektet». Å validere handler om å stille spørsmål til resultatet av tolkningene, og om dette er et gyldig resultat i forhold til den virkeligheten vi har studert (Thagaard, 2013). Malterud (2013, s.188) fremhever at «når vi skal stille spørsmål om validitet i en kvalitativ studie, er utfordringen å lese de mange konkurrerende alternative svar i materialet, og å gi en begrunnet overveielse om hvorfor noen resultater har sterkere gyldighet enn andre i forhold til problemstillingen som skulle belyses». For å styrke forskningens validitet må forskeren gjøre rede for fremgangsmåtene som har blitt brukt i prosjektet og reflektere over sin posisjon i feltarbeidet (Kvale & Brinkmann, 2017; Thagaard, 2013).

Ifølge Kvale & Brinkmann (2017) hører ikke valideringen til en spesiell undersøkelsesfase, men er gjennomgående i hele forskningsprosessen. I planleggingen av studien handler validiteten om gyldigheten av informasjonen som produseres er avhengig av undersøkelsens kvalitet og metode. Under intervjuene er forskerens

troverdighet avgjørende for studiens kvalitet. Transkriberingens og analysens validitet handler om språket har en gyldig overføring fra muntlig til skriftlig form og om forskerens tolkninger er logiske (Thagaard, 2013).

Thagaard (2013) påpeker som sagt at forskerens posisjon i forhold til deltagerne er viktig, og Kvale & Brinkmann (2017) fremhever forskerens kritiske syn på egen prosess og fortolkninger. I samhandling med forskningsdeltagerne har jeg kommet frem til ulike fremstillinger av kroppen og av fenomenene kroppspress og «generasjon prestasjon». Denne prosessen har blitt tydeliggjort i metodekapittelet. Jeg har belyst egen forforståelse og reflektert over forskerens rolle i et kvalitativt forskningsintervju. Min posisjon som forsker er en ung kvinnelig kroppsøvingslærer. Jeg har mine egne erfaringer og tanker om fenomenene kroppspress og «generasjon prestasjon». Jeg har forsøkt å gi en prestasjon av jentenes forståelse og opplevelse om de ulike temaene så eksakt som mulig. Til tross for dette, vil det være vanskelig å si med sikkerhet at min forståelse, erfaringer og tanker ikke har påvirket mine tolkninger som forsker. Som Thagaard (2013) påpeker er det viktig at tolkningene som blir presentert gir deltagerne en opplevelse av at forsker har vist forståelse, da dette skaper en tillitt som setter sitt preg på datainnsamlingen.

4.4.2 Reliabilitet

Reliabilitet kan i kvalitativ forskning gi en kritisk vurdering om forskningen har blitt gjennomført på en tillitsvekkende og pålitelig måte (Thagaard, 2013). Reliabilitet har sammenheng med begrepet repliserbarhet. Dette vil si at en annen forsker kan komme frem til samme resultat med de samme metodene. Thagaard (2013) påpeker at i kvalitativ forskning og et sosialkonstruktivistisk perspektiv er ikke dette like relevant, og at prosessen mellom forsker og personen i feltet har større betydning for hvordan dataene utvikles. Data som er utviklet i en sosial relasjon vil aldri kunne reproduseres identisk av noen andre (Thagaard, 2013).

Informasjon om hvordan dataene har blitt utviklet, innhentet og analysert er med på å styrke forskningens reliabilitet. Thagaard (2013, s. 203) påpeker at «argumentasjonen for reliabilitet innebærer altså at forskeren reflekterer over konteksten for innsamlingen av data, og hvordan relasjonen til deltakere kan influere på den informasjonen forskeren får». Dette er bakgrunnen for at jeg i dette metodekapittelet har forsøkt å gi en grundig

beskrivelse av forskningens fremgangsmåte for å styrke studiens reliabilitet. Ifølge Dalland (2012) er den største utfordringen i kvalitative studier å beskrive fremgangsmåten så grundig slik at leseren har muligheten til å vurdere reliabiliteten til resultatene som blir lagt frem. Oppgavens reliabilitet må også ses i lys av min forskerrolle under intervjuet, og i arbeidet med transkribering og analysen (Kvale & Brinkmann, 2017).

4.4.3 Overførbarhet

Ifølge Kvale & Brinkmann (2017) kan overførbarheten til en studie først avgjøres etter at undersøkelsens reliabilitet og validitet er sikret. *Ekstern validitet* er ifølge Thagaard (2013) det samme som å stille spørsmål om studiens overførbarhet. I et forskningsprosjekt er det vanskelig å oppfylle alle kriteriene for overførbarhet. En forsker vil på en eller annen måte ha en påvirkning på studiens resultater og dataene vil bare kunne representere en avgrenset del av virkeligheten (Malterud, (2013). Som tidligere skrevet vil repliserbarhet sjeldent være relevant for kvalitativ forskning, og det er vanskelig å reprodusere et intervju (Thagaard, 2013). Når det gjennomføres kvalitativt forskningsintervju som metode, vil utvalget som oftest være for lite til å kunne generaliseres (Kvale & Brinkmann, 2017).

Utvalget i denne studien består av åtte jenter fra samme skole på Østlandet. Dette utvalget kan diskuteres for å være for homogent da det er fra samme skole, og gi for lite variasjon til å kunne være overførbart. Thagaard (2013) påpeker at det er forskeren sin oppgave å argumentere for at tolkningen i studien kan også være relevant i en større betydning. Det kan derfor tenkes å være sannsynlig at andre jenter fra andre skoler rundt om i Norge kan kjenne seg igjen i resultatene som fremkommer uten at det kan sies å være representativt for alle jenter i Norge.

4.5 Analyse

4.5.1 Oppgavens analysestrategi

Kvalitativ datainnsamling representerer store mengder informasjon som må filtreres. Dette handler om å filtrere det som bidrar til utvikling av ny kunnskap og delene som er mindre relevante for min studie. Analyse handler om å stille spørsmål til materialet, og i analysefasen bestemmes det hvilket fokus disse spørsmålene skal ha (Malterud, 2013). Hver tekst tolkes og beskrives, og det er en kontinuerlig kommunikasjon mellom

forsker og tekst (Graneheim & Lundman, 2004). Ifølge Thagaard (2013) gir analyse av samtaler grunnlag for å undersøke hvordan mennesker skaper mening gjennom måten de ordlegger seg på innenfor en bestemt kultur. Jeg har benyttet meg av en temasentrert analyse. Thagaard (2013) beskriver at temasentrert analyse kan knyttes til presentasjoner av materialet hvor man retter oppmerksomhet mot temaer som er representert i studien. Temasentrert analyse kritiseres for å ikke ivareta et helhetlig perspektiv. Det er derfor ifølge Thagaard (2013) viktig at informasjonen fra hvert intervju settes i den sammenhengen som utsnittet av teksten er en del av. På bakgrunn av dette var det viktig å finne frem til de aktuelle temaene etter å ha lest det som kom frem i intervjuene av jentene. Braun & Clarke (2006) påpeker at temasentrert analyse er egnet til et bredt spekter av forskningsspørsmål. Videre kan det brukes til å analysere menneskers erfaringer og forståelser av et tema, og analysere konstruksjon av spesielle fenomener i spesielle sammenhenger (Braun & Clarke, 2006). Jeg anser derfor temasentrert analyse som egnet for min oppgave, da jeg ønsker å undersøke hvordan kroppen blir fremstilt, og hvilke faktorer som kan henge sammen med deres fremstilling og opplevelse av eget kroppsbilde. Jeg har valgt å bruke Braun & Clarke (2006) sine 6 steg for tematisk analyse.

Fase 1: Bli kjent med datamaterialet. Det første steget i tematisk analyse er å bli kjent med datamaterialet. Under gjennomføringen av intervjuene har intervjueren allerede gjort seg opp noen tanker og erfaringer om datamaterialet (Braun & Clarke, 2006). Intervjuene ble transkribert, og datamaterialet ble lest gjennom flere ganger. Dette ble gjort for å få en god oversikt over dataene og i tillegg starte prosessen med å identifisere mulige mønstre (Braun & Clarke, 2006).

Fase 2: Koding av datamaterialet. Etter å ha lest og blitt kjent med datamaterialet som forsker, starter denne fasen (Braun & Clarke, 2006). Ifølge Kvale & Brinkmann (2017, s. 355) er koding «nedbryting av tekst i håndterlige stykker og tilføyelse av et eller flere nøkkelord til et teststykke så det senere kan gjenfinnes». Koding er en analytisk prosess, og ikke bare en metode for å redusere datamaterialet (Clarke & Braun, 2013). Etter at de åtte intervjuene hadde blitt transkribert, brukte jeg MAXQDA2018 for å manuelt kode datamaterialet. MAXQDA2018 er en profesjonell programvare for blant annet kvalitativ forskning, og ifølge Thagaard (2013) gjør dette prosessen med å søke i, og sortere det kodede datamaterialet enklere.

Hvert intervju ble analysert gjennom åpen koding og alle utsagnene fra deltagerne ble kodet, noe som Clarke & Braun (2013) beskriver som en fullstendig koding. Ifølge Nilssen (2012) betyr åpen koding å identifisere og sette navn på de viktigste mønstrene i datamaterialet. Hun hevder videre at kodene ofte kan overlape hverandre, og at det alltid vil finne dobbeltkodinger (Nilssen, 2012). Dette er noe jeg erfarte, da jeg etter å ha kodet alle intervjuene satt igjen med rundt 200 koder. Som også Clarke & Braun (2013) påpeker, produseres det ofte mange vage koder i det første forsøket. Min veileder som fungerte som en kritisk venn i analysearbeidet, og hun stilte spørsmål til de enkelte kodene (Kember et al., 1997). Kember et al. (1997) påpeker at en kritisk venn skal være med på å utvikle forskerens reflekterende og læringsevne på en støttende måte. Diskusjonen med min kritiske venn gjorde meg bevisst på at det var flere dobbeltkoder, og etter en ny gjennomgang av kodene, ble noen slått sammen eller slettet.

Fase 3: Søking etter temaer. Etter at datamaterialet hadde blitt kodet i MAXQDA2018, hadde jeg fått en forståelse av hvilke temaer som gikk igjen. Denne fasen handler om å sortere de ulike dataene i potensielle temaer og samle de relevante kodene innenfor de identifiserte temaene (Graneheim & Lundman, 2004). Ifølge Clarke & Braun (2013) er ikke temaene skjult i datamaterialet, men blir konstruert av forskeren i en aktiv prosess. Som forsker er det viktig å vise engasjement for datamaterialet slik at det utvikles temaer som er relevante (Clarke & Braun, 2013). Kodene ble plassert i en tabell med ulike temaer som gikk igjen i datamaterialet og dette gjorde at jeg fikk en god oversikt (Braun & Clarke, 2006).

Fase 4: Gjennomgang av temaer. Etter at kodene hadde blitt plassert i tabell med ulike temaer, ble disse i denne fasen vurdert som gyldige eller ikke for forskningen. I denne fasen leste jeg over kodene fra hvert tema og vurderte om de dannet et sammenhengende mønster (Braun & Clarke, 2006). Der jeg ikke fant et mønster var det viktig å vurdere om kodene ikke passet inn, eller om jeg skulle omformulere temaene. Jeg benyttet meg av tre nivåer; koder, undertemaer og overordnet temaer. Navnene på temaene er sitater som har kommet frem i datainnsamlingen fra informantene, mens undertemaene har kommet frem i arbeidet med kodene. Min veileder fungerte også som en kritisk venn i denne fasen. Etter at vi hadde diskutert selve kodene, gikk vi gjennom disse temaene som var utviklet. På slutten av denne fasen bør man som forsker ha en

god ide om hva de ulike temaene er, og hvordan de passer sammen (Braun & Clarke, 2006).

Fase 5 og 6: Definerer av temaer og utføre rapport. Denne fasen startet da det eksisterte en tilfredsstillende tematisk oversikt over datamaterialet (Braun & Clarke, 2006). Etter å ha gått over temaene i tidligere faser, kan det komme frem at det fremdeles må ordnes på nytt (Braun & Clarke, 2006). Etter samtaler med veileder som var min kritiske venn i analysearbeidet, kom vi frem til at enkelte av temaene og undertemaene overlappet hverandre. Ved at jeg leste gjennom kodene og datamaterialet enda en gang, ble noen av temaene slått sammen og de endelige temaene samt undertemaene blir presentert i neste kapittel som tabell 1. Neste steget i analyseprosessen var å skrive om hvert tema og legge frem mine resultater. I skriveprosessen ble det enda tydeligere at temaene og undertemaene jeg til slutt hadde kommet frem til, representerte datamaterialet på en god og forståelig måte. Det var viktig at utsagnene ga et rikt bilde av temaene og som fikk frem deltagernes erfaringer og forståelser.

I analyseprosessen har jeg arbeidet både induktivt og deduktivt. Thagaard (2013, s. 187) forklarer at «den induktive prosessen innebærer at vi jobber fra data til begreper eller utvikling av teori». I mitt analysearbeid har jeg jobbet induktivt i fase 1 til 4. I de to siste fasene var arbeidet deduktivt, da begreper fra forskningslitteraturen ble anvendt for å støtte temaene og beskrive resultatene som ble lagt frem. Dette er også noe Braun & Clarke (2006) anbefaler i sine seks steg for en temasentrert analyse. De hevder at en analyseprosess skal bevege seg fra en beskrivelse av temaer til tolkning av disse funnene opp mot teori (Braun & Clarke, 2006).

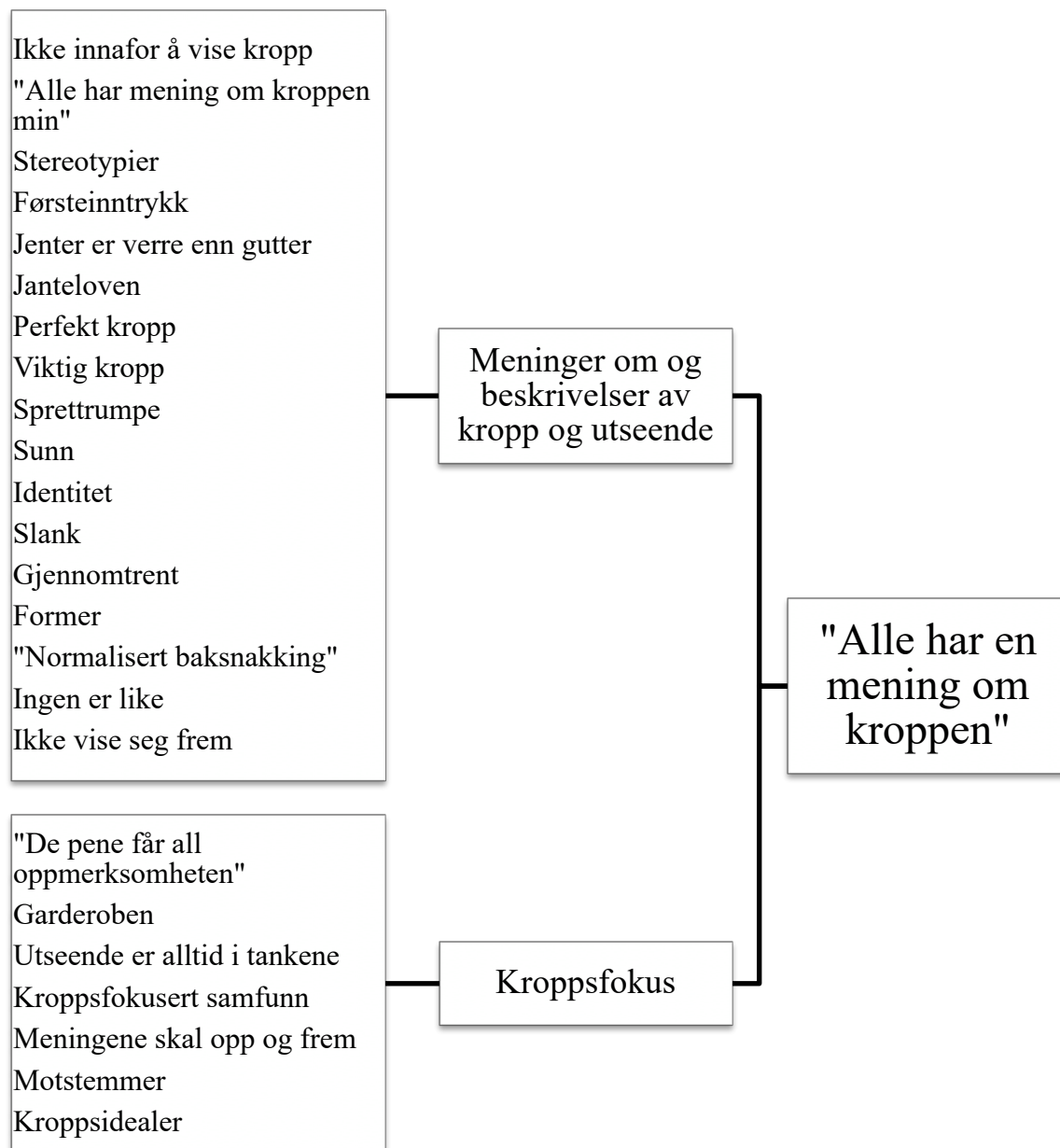
5. Resultater og analyse

I dette kapitlet vil jeg presentere resultatene, og analysere funnene i lys av mitt teoretiske utgangspunkt og tidligere forskning. Det neste kapitlet vil deretter følge opp med en overordnet diskusjon av resultater og analysen, sett i lys av tidligere forskning, mitt teoretiske utgangspunkt og annen litteratur.

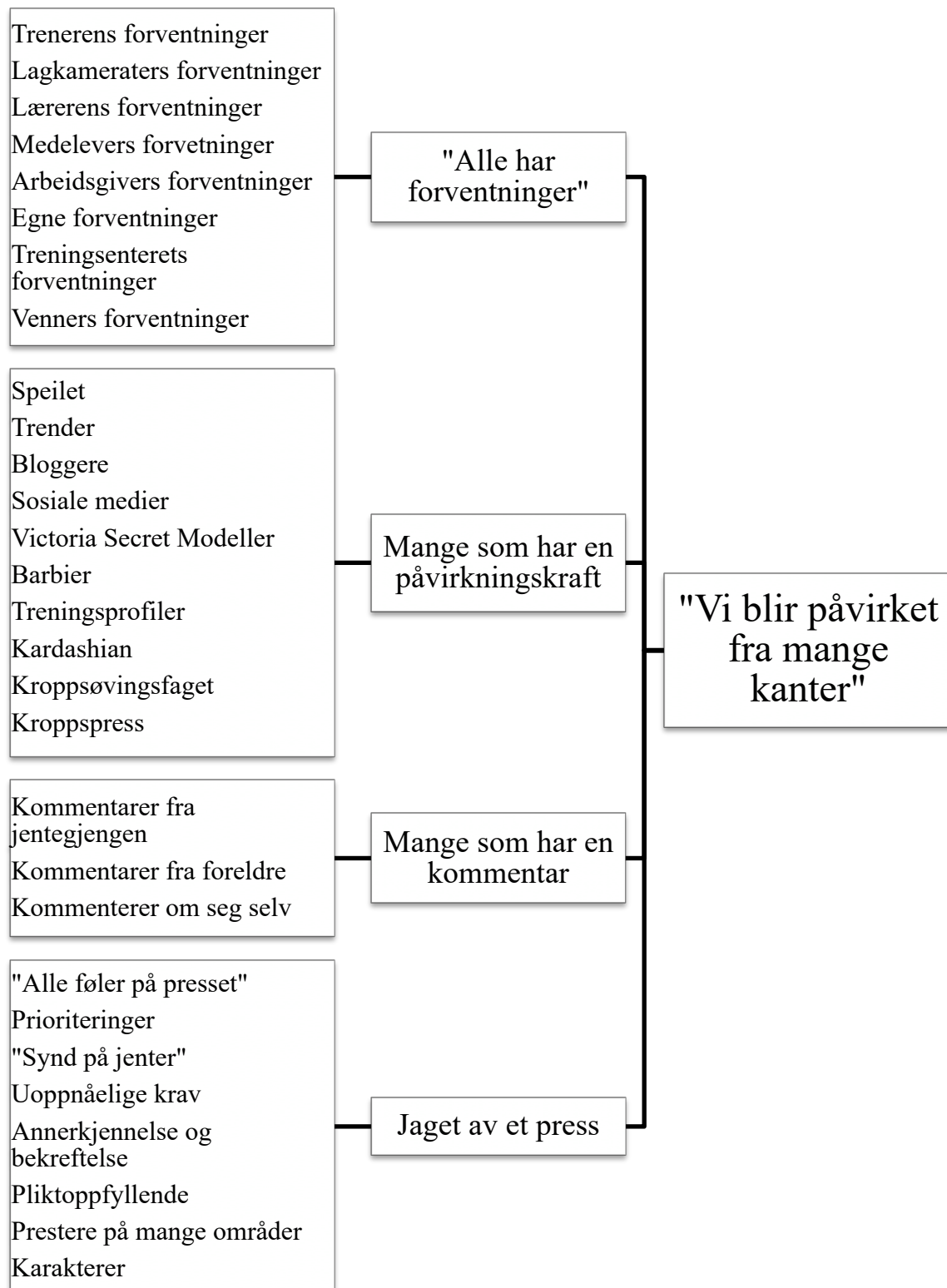
Med utgangspunkt i Braun & Clarke (2006) sine seks steg for temasentrert analyse, har jeg kommet frem til følgende overordnede temaer, og undertemaer som er presentert i tabell 1. Det er disse som danner grunnlaget for fremstillingen av resultatene og analysen av funnene. Ritchie & Allan (2015) legger frem tre ulike nivåer i sin studie, og dette har blitt brukt som inspirasjon i mitt analysearbeid. Kodene, undertemaene og de overordnede temaene blir vist i figur 1, 2, 3 og 4.

Tabell 1: Overordnede temaer og undertemaer i analysen

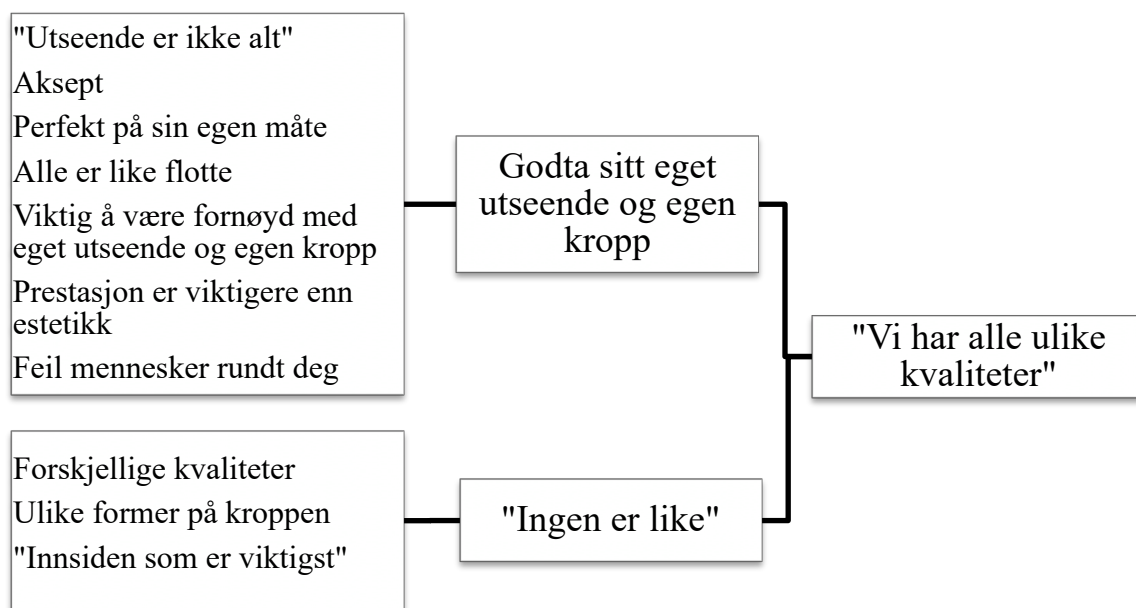
Tema 1	«Alle har en mening om kroppen»	Meninger om kroppen og utseende «Et kroppsfokusert samfunn»
Tema 2	«Vi blir påvirket fra mange kanter»	«Alle har forventninger» Mange som har en kommentar Mange som har en påvirkningskraft «Alle er misfornøyd med noe»
Tema 3	«Vi har alle ulike kvaliteter»	«Viktig å godta eget utseende og egen kropp, for ingen er jo like»



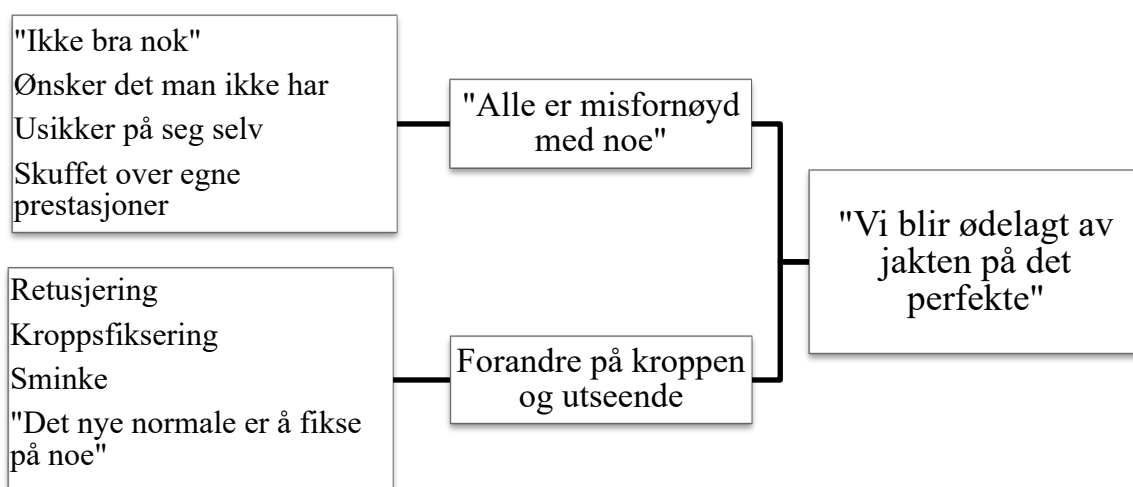
Figur 1: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «alle har en mening om kroppen».



Figur 2: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi blir påvirket fra mange kanter».



Figur 3: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi har alle ulike kvaliteter».



Figur 4: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi blir ødelagt av jakten på det perfekte».

For å ivareta konfidensialiteten, har deltagerne i studien har fått fiktive navn og vil bli presentert som Line, Natalie, Milena, Adriana, Tone, Ingvild, Elisabeth og Karoline.

5.1 «Alle har en mening om kroppen»

I dette avsnittet vil jeg presentere det overordnede temaet «alle har en mening om kroppen». Undertemaene i dette kapitlet er *meninger om kroppen og utseende* og et «*kroppsfokusert samfunn*».

5.1.1 Meninger om kroppen og utseende

I dette undertemaet er det kodene *identitet, ingen like, viktig kropp, førsteinntrykk, ikke innfor å vise kropp, janteloven, ikke vise seg frem, jenter er verre enn gutter, «normalisert baksnakking», gjennomtrengt, slank, sprettrumpe, former, stereotypier og perfekt kropp* som blir benyttet for å presentere resultatene, og analysere funnene i lys av mitt teoretiske utgangspunkt og tidligere forskning.

Jentene i studien skulle fortelle det første de tenkte på, når de hørte ordet *kropp*. Svarene til jentene kom raskt uten betenkningstid, og det var spesielt to oppfatninger som gikk igjen. I likhet med hva Engelsrud (2010) hevder, knytet ungdom i dag ordet *kropp* til sin egen identitet.

«Det er jo meg, kroppen min er jo min på en måte. Også er det alt som man ikke ser som også er en del av meg, men måten jeg ser ut på er jo det jeg viser til alle andre» (Adriana)

«Jeg vil si at kroppen er en stor del av meg og det er med på å identifisere hvem jeg er. For ingen er jo like» (Natalie)

I tillegg til egen identitet, var det flere av jentene som fortalte i likhet med Natalie at ingen er like. Garrett (2004) hevder at dagens ungdom må kjempe mot en kroppsideologi for å ta ansvar for egen kropp og at vi må ha en forståelse for at det ikke er normalt at alle skal se like ut.

«Jeg tenker at det finnes mange forskjellige kropper, både farge og form. Det er noen som er veldig opererte og noen som er veldig trente. Noen som er skikkelig store og noen som sliter med spiseforstyrrelser. Det er veldig mye forskjellig syn på kropp» (Elisabeth)

Shilling (2003) påpeker at kroppens utseende, størrelse og form har blitt viktigere for mennesket de siste tiårene og at dette kan ses i sammenheng med det sosiale samfunnet vi er en del av. Det at kropp og utseende har blitt et legitimt tema å snakke om, har også

en stor betydning for hvordan vi ser på egen og andres kropp. Når jentene ble spurt om viktigheten av kroppen, var de veldig opptatt av kroppens funksjonalitet. De fremhevet at kroppen var viktig for at de skulle kunne gjøre det de selv ønsket.

«Jeg vil jo si kroppen er veldig viktig, for hvis man vil gjøre noe så må man gjøre det via kroppen. Men til tider er den kanskje litt for viktig med tanke på at når man møter noen nye så dømmer man de først etter utseende» (Karoline)

Resultatene viste at kroppen utgjorde en betydelig del av førsteinntrykket mennesker skapte i møte med andre, og at vi vurderte de ut ifra utseende. Ifølge Rysst (2011) er vi opptatt av hvordan andre mennesker ser ut, og vi dømmer hverandres utseende og kropp i dagens samfunn. Noen av jentene ga antydninger til at man ikke skulle vise seg for mye frem eller tro at man var noe.

«Men nå virker jo også den typiske janteloven, du skal ikke tro at du er bedre enn noen andre og man ser jo det selv i jentegjengen. Hvis man legger ut noe, så blir det jo snakket om. Og det burde jo ikke være sånn» (Line)

Flere av jentene beskrev det å bli snakket om med negative ord. Man skulle helst ikke legge ut bilder hvor man viste store deler av kroppen, og i hvert fall ikke et bilde som ble lagt ut for å skryte av seg selv. Resultatene fra analysen viste at kroppssnakk i større grad omhandlet jenter enn gutter, selv om dette også gjaldt for begge kjønn. Strandbu & Kvalem (2014) beskrev i sin studie at begrepene «Body Talk» og «Fat Talk» var to begreper som ble omtalt som såkalt jentesnakk. Jentene i min studie, nevnte at jenter har lettere for å dømme hverandre, isteden for å skryte av hverandre. Ingvild valgte å kalle dette «normalisert baksnakking» siden hun syntes dette har blitt en vanlig måte å snakke om hverandre på i vennegjengen. Det ble naturlig å spørre hva de la i ordet kroppsideal. Hva anså de egentlig som et kroppsideal?

«Med kroppsideal vil jeg tenke former med fin midje, ikke for store hofter men bra rumpe. Så trent kropp. Det skal også være veldig fine pupper og rumpe» (Elisabeth)

«Du skal være slank, men fortsatt ha former» (Milena)

Da jentene skulle snakke om kroppsideal, var det igjen kroppens utseende som var av betydning. Kulturelt sett er det store forskjeller på kroppsidealet, men det er samtidig en

universell enighet i den vestlige verden om hva som betegnes som attraktivt. Jenter skal være tynne, men ha former (Kvalem, 2007). Dette gikk også igjen i jentenes beskrivelse av kroppsidealet. Modeller ble trukket frem som et eksempel på hvordan kroppsidealet har vært, og har blitt forandret med tiden.

«Det er modeller som blir fremstilt og hele verden viser at sånn skal man se ut, og når jeg ser kampanjer hvor de har tatt med litt større damer og jenter, så føles det som at det har gått opp et lys. At vi faktisk er noen tynne, noen som er tjukke, og at sånn er man født» (Line)

Denne refleksjonen av kroppsidealet har en sentral rolle også i skolen. I formålet for kroppsøving står det at faget skal ruste elevene til å vurdere ulike kroppsidealer og inspirere til livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2006). I aktivitetslære skal elevene fremmes for glede og utvikling av eget selvbilde (Utdanningsdirektoratet, 2015). Ved spørsmålet om det ble stilt krav til kroppens utseende i kroppsøving og idrettsfag, hevdet Line som selv gikk idrettsfag, at det var stereotypiske holdninger blant elevene.

«Typisk slank. Ikke at man må være kjempebra trent, men at man er slank. Det er ikke veldig mange som er større enn meg på idrettslinjen, og det er jo selvfølgelig for at man skal kunne orke å trene og ha en sånn type hverdag. Men jeg tror også det er litt sånn stereotypiske holdninger at disse går idrett, disse går studiespesialisering, disse går service. At det er litt stereotypier hvor man skal gå. Jeg tror at på idrett er mer den slanke, tynne jenta kontra enn en med former» (Line)

Når Tone på studiespesialisering fikk det samme spørsmålet om det ble stilt krav til kroppens utseende i kroppsøving, fortalte hun at dersom man ikke følte seg komfortabel så ordnet man seg en legeerklæring for å ikke delta. Det spilte ingen rolle om det var emner man var gode i, dersom man følte på presset om at kroppens utseende skulle være perfekt. Det at meningene om kroppen både beskriver viktigheten av kroppens funksjonalitet og fokuset på utseende, indikerer det som Engelsrud (2006) hevder med at mennesker er villig til å la seg utforme ut ifra et idealisert bilde om hva kropp skal være og skal uttrykke. Flere av jentene beskrev kroppen som et objekt vi alltid har med oss, og noe vi aldri vil bli kvitt. Dette er en av mange måter de valgte å uttrykke seg om kroppen på. Jentene fikk spørsmål om hvilke andre ord de assosierte med kropp.

«Det kan være ganske mange negative ord da. Man tenker mye negativt om kroppen sin» (Milena)

Flere av jentene svarte som Milena, at assosiasjonene til kropp ofte var negative ord. De mente at det store kroppsfokuset som er herskende blant de unge, gjorde at man valgte å fokusere på det negative ved seg selv og andre. Den perfekte kroppen ble nevnt i flere tilfeller, og som et uoppnåelig mål. Det var ikke nok at den perfekte kroppen var velfungerende for flere av jentene, men helhet som bestod av både kroppens funksjonalitet og estetikk.

«Det å bare ha en fungerende kropp ikke er nok. Men på grunn av det fokuset på kropp er så er det spesielle tanker om hvordan den skal se ut, og at mange strekker seg etter det» (Adriana)

I et kroppsfokusert samfunn er det mange som har meninger om egen og andre sin kropp. Jentene hadde en samlet forståelse av at kroppens utseende hadde mye å si for hvordan man blir sett på i dagens samfunn. Dette vil bli analysert nærmere i neste kapittel.

5.1.2 «Et kroppsfokusert samfunn»

I dette undertemaet er det kodene *«meningene skal opp og frem»*, *garderoben*, *«de pene får all oppmerksomheten»*, *kroppsfokusert samfunn*, *motstemmer* og *kroppsidealer* som danner grunnlaget for presentasjonen av resultater og analyse.

I dagens samfunn har kroppsfokus fått en stor plass. Som tidligere nevnt har kropp og utseende blitt et legitimt tema å snakke om, og det bidrar også til at vi blir mer opptatt og bevisst på vår egen og andres kropp. Tankene om at egen kropp ikke er bra nok, henger sammen med kroppsfokus og at andre har meninger om kroppen din (Engelsrud, 2006). Tone forteller:

«Jeg blir så irritert over at folk skal henge seg opp i hva du gjør. Hvis jeg gjør noe, så skal du også gjøre det. Man skal hele tiden ha kontroll over alt andre gjør, og ha meninger om det. Og de lar ikke meningene bare ligge, men de skal opp og frem (Tone)»

I forlengelse av dette funnet, kan det være naturlig å tenke at mennesker blir påvirket av hverandre. Ifølge Engelsrud (2006) kan dette bidra til sårbarhet og engstelse. Det store fokuset på kropp i dagens samfunn har også en betydelig relevans for hvordan jenter oppfatter kropp i kroppsoving og idrettsfag, særlig i garderoben. Garderoben er en arena hvor man blir veldig synlig for hverandre, og det er vanskelig å skjule sin egen kropp.

Jentene ga uttrykk av at garderoben var et sted som kunne oppfattes som ubehagelig for mange elever, og særlig de med lav selvtillit.

«Det er veldig stor forskjell på de som dusjer og ikke dusjer. De som dusjer har gjerne håndkle rundt hodet og ikke rundt kroppen, for de er ikke redde for å gå nakne i garderoben. Men så har du de som ikke dusjer som har på bh og truse, og som skal ha håndkle over, også skal genseren på før håndkle forsvinner. Det er så veldig tydelig hvor skille er» (Adriana)

Selvtillit har en stor betydning for hvordan mennesker oppfører seg rundt andre og hvilke holdninger som skapes. Ifølge Andrews & Johansen (2005) velger jenter å ikke dusje etter kroppsøvingsfaget, fordi de er redd for å vise frem kroppen sin. Ingvild fortalte at hun følte seg presset til å kle av seg og dusje sammen med alle andre i klassen.

«Jeg har ikke dusjet med andre etter kroppsøvingstimen siden barneskolen. Jeg synes ikke det er noe behagelig. Jeg tenker på at andre ser på meg når jeg dusjer og tenker på kroppen min» (Ingvild)

Moen & Svendsby (2019) beskriver at garderoben er en arena hvor elever med ulike erfaringer og kropper møtes. Et kroppslig mangfold kommer veldig til syne på ulike vis i kroppsøvingsfaget (Moen & Svendsby, 2019). Ingvild fortalte at det er andre sine blikk som hadde den største betydningen for at hun ikke valgte å dusje. Dette kan settes i kontekst med hva Moen & Svendsby (2019) påpeker med at flere elever opplever å bli ertet i garderoben.

Jentene ga uttrykk for at det var vanskelig å ha god selvtillit i det de beskrev som et kroppsfokusert samfunn hvor fokuset på kropp kom fra mange kanter. De beskrev hvordan skolen og de ulike fagene hadde en rolle i utviklingen av hvordan de så på seg selv. Det var også et kroppsfokus i sosiale relasjoner med andre mennesker og i sosiale medier. Sosiale medier var en av kildene jentene nevnte som hadde den største påvirkningen på selvtilliten.

«Vi tenker ofte i dag at «jeg ser ikke bra ut, er ikke bra nok», «kan ikke se sånn her ut». Og mye av dette kommer med reklamer, når man ser andre så begynner man å sammenligne seg med de». De pene får all oppmerksomheten» (Natalie)

Det er ikke et nytt fenomen at kropp og utseende blir identifisert i mediene, men selve kroppsfokuset har fått større og større plass (Engelsrud, 2006). Kommentaren «de pene får all oppmerksomheten» er en interessant måte å forstå hvordan jentene opplever å leve i et kroppsfokusert samfunn.

Kroppsfokuset har også forandret seg i mediene. Det var ikke lenger bare den tynne supermodellen som frontes, men også treningsprofiler ble nevnt av jentene. Line påpekte at det var flere som ønsket å være en motstemme til den tynna jenta som tidligere ble frontet i samfunnet. Når Karoline ble spurt om hun hadde et kroppsideal, fortalte hun:

«Ja, treningsprofiler. Det er de som er topptrente, og markerte. Før skulle alt være helt syltynt, men nå er det mer på den trente fronten» (Karoline)

Jentene ga uttrykk for at kroppsidealet i sosiale medier hadde forandret seg de siste årene. De forklarte at på grunn av disse treningsprofilene som dukket opp i «utforsk» på Instagram, fikk de en følelse av at formålet med treningen var å forandre på det ytre. Trening ble sett på som mulighet for å forandre og forbedre kroppen, og ikke i et helseperspektiv. Helsedirektoratets anbefaling for barn og unge er å være i fysisk aktivitet i 60 minutter per dag, for å få en helsegevinst (Helsedirektoratet, 2012). Line medelte at de hadde snakket om dette på skolen, og flere i klassen mente at denne anbefalingen la et press på at vi måtte trene mer.

«Det har vært veldig mange som synes at de fremmer at man MÅ trene. Men jeg mener at hvis man vil trene for å føle seg bra, så vær så god, og hvis man vil spise, så vær så god. Man skal få lov til å bestemme selv» (Line)

Det å få bestemme selv over hvordan man skal se ut, kan med et analytisk blikk vise en positiv holdning til det kroppsfokuserte samfunnet jentene beskrev de var en del av. Jentene fortalte at det er mange som hadde en kommentar til hverandre sitt utseende og kropp. Dette var kommentarer som ble gitt av nære venner og familie. Disse kommentarene er blant noe av det som vil bli presentert og analysert i neste kapittel.

5.2 «Vi blir påvirket fra mange kanter»

I dette kapitlet vil det overordnede temaet «vi blir påvirket fra mange kanter» bli presentert gjennom undertemaene «alle har forventninger», mange som har en

kommentar, mange som har en påvirkningskraft og til slutt «alle er misfornøyd med noe».

5.2.1 «Alle har forventninger»

Kodene som har blitt benyttet i dette avsnittet for å presentere funn og analyse i lys av mitt teoretiske utgangspunkt og tidligere forskning er, *prestere på mange områder, karakterer, pliktoppfyllende, uoppnåelige krav, egne forventninger, medelevers forventninger, lærerens forventninger, venners forventninger, anerkjennelse, trenerens forventninger, lagkameraters forventninger og treningssenterets forventninger.*

Da deltagerne i studien snakket om kropp, ble ofte press nevnt som en assosiasjon. De følte at presset kom fra mange, og at det måtte presteres på mange områder for å kunne tilfredsstille alle krav. Adriana fortalte at det var lærere som forventet på skolen, en sjef som hadde forventninger på arbeidsplassen og venner som forventet at du skulle stille opp og være i godt humør.

«Jeg føler at man må prestere på utsiden, blant venner, man må være den koselige venninnen som alltid har det bra, og du skal være hyggelig mot familien din og alltid ha det bra der og. Pluss man skal prestere på skolen og skal helst ha gode karakterer. Så jeg vil si at man føler veldig presset fra alle kanter. At man skal være den gode og snille jenta som alltid er pliktoppfyllende og som alltid skal ha gode karakter og være strukturert» (Natalie)

Funnene fra analysen viste at pliktoppfyllende var et ord som ble brukt for å beskrive hvordan det var forventet at man skulle være som person i dagens samfunn. Det var også ordet flere koblet opp til fenomenet «generasjon prestasjon». Ifølge Madsen (2018) blir de uoppnåelige kravene generasjonen stiller til seg selv, å mestre og prestere godt i alt. På spørsmålet om jentene kunne kjenne seg igjen i påstanden om at ungdom i dag følte de måtte gjøre det bra på alle områder, fortalte Line:

«ABSOLUTT kjenner jeg meg igjen. Jeg er veldig opptatt av å gjøre det bra, overalt egentlig. Fordi jeg vet at jeg kan. Hvis jeg får en fire, så vet jeg at jeg kunne fått en fem, for jeg er god nok til det (Line)

Line fortalte at det var hennes egne forventninger som gjorde henne til en del av «generasjon prestasjon». Hun stilte krav til seg selv når det gjaldt skole, trening og det sosiale blant venner og kjæreste. Hun ga uttrykk for at det var vanskelig å gjøre det bra

overalt, og at det til slutt kunne gå utover hennes psykiske helse. I forhold til det Line fortalte om egne forventninger som plasserte henne i «generasjon prestasjon», følte Ingvild at det var andre sine forventninger som hadde større påvirkning på presset til å være best i alt.

Sånn jeg føler det er at jeg får ikke presset hjemmefra, at jeg må for eksempel gjøre det bra på skolen. Det er mer når jeg kommer på skolen og er med medelever så blir det veldig stort press fra dem og fra lærerne. Lærerne forventer veldig mye» (Ingvild)

Lærernes og medelevenes forventninger ble sett på som en selvfølgelighet til at presset om å prestere bra ble opprettholdt. Resultatene av analysen presenterte at det var et stort press på å ha gode karakterer på skolen. En god karakter ble vist frem klart og tydelig i klassen, mens en dårlig karakter ble dysset ned. En ønsket ikke å være dårligere enn de andre, og man ville ikke vise for noen at man ikke oppnådde målene som ble satt.

«Ja, jeg tror at flere i klassen føler de må prestere. For hvis man ser at noen får gode karakterer så blir det litt sånn "åh, hvorfor klarte ikke jeg det?" Man blir litt skuffet over at man selv ikke får det til, og til slutt blir man jo gæren. For man skal prestere over alt, og når man føler man ikke får det til så blir man helt sjukt utmattet» (Natalie)

Flere av jentene hevdet at ved å vise frem den gode karakteren fremfor den dårlige, søkte man etter en anerkjennelse og bekreftelse blant sine medelever. Hvor dette kravet om anerkjennelse fra sitt eget miljø kom fra, var det ingen av jentene som hadde et tydelig svar på bortsett fra Karoline. Hun hadde en forståelse av at det kom fra av oss selv, men at man selvfølgelig ikke kunne se bort ifra samfunnets forventninger til å være en perfekt elev, venn, søster eller kjæreste. Hun hevdet også at all snakket om fenomenet «generasjon prestasjon» gjorde at det ble satt i søkelyset og man fikk en klarere bevissthet over hvor en ikke lyktes. Dette var også noe Tone uttalte.

«Jeg føler at før var det ikke så viktig med høyt snitt, men nå skal man være flink på skolen, man skal også ha et sosialt liv, man skal være ute å feste med mange venner. Man skal også være flink til å trene og være sunn. Man skal være flink i alt sammen» (Tone)

Tone sin oppfatning av fenomenet «generasjon prestasjon» sin fremtreden i samfunnet, er som Bakken et al. (2019) indikerer at det er et relativt nytt begrep som har kommet sterkt frem og blitt merkelapp på dagens ungdom. Hun nevnte at i tillegg til å være god

på skolen, skulle man være flink til å trene og være sunn. Dette viste at kropp og utseende også hadde en plass i dette fenomenet.

Det ble funnet i analysen at flere av jentene hadde følt på viktigheten av prestasjoner og kroppens utseende på utsiden av skolen. Flere av jentene var eller hadde vært innom håndball, og følt på forventninger knyttet til dette. På dette området kom forventningene fra medspillerne og trenerne.

«Fra de andre på laget fikk man også inntrykket av at man måtte bli større, og at man ikke kunne spille med dem hvis man var så tynn og liten. Laget generelt hadde en tolkning av hvordan man skulle se ut og forventningene av kroppen. Trenerne var også veldig med på det. I både spillestil og hvordan forventninger de hadde til sine spillere» (Natalie)

Disse forventningene fra medspillere og trenere som ble stilt, hadde ifølge flere av jentene fokus på kroppen og dens form. I diskusjonen om hvordan kroppens form skulle være når det gjaldt håndballspillere, kom det frem at det også ble stilt krav til kroppens utseende på treningssenteret.

«Du er jo på treningssenteret for å komme i bedre form, så det er jo veldig dumt hvis det ligger en forventning der at du skal være «Fit» når du kommer for å trene. Man skal ha en trent kropp før man kan dra dit» (Karoline)

«Generasjon prestasjon» var et fenomen som mange av jentene kjente seg igjen i, og som tok en stor del av deres hverdag. Med jentenes uttalelser om alle forventningene som ble stilt, kom sosiale medier frem som en felles assosiasjon. Mediene lager et bilde av denne generasjonen med ubegrensede valgmuligheter og en forventning i luften om å være best på mange felt (Bakken et al., 2019).

5.2.2 Mange som har en kommentar

I dette undertemaet er det kodene *kommentarer fra jentegjengen, kommentarer fra foreldre og kommentarer om seg selv* som danner grunnlaget for presentasjonen av funn og analyse.

Med det store fremskrittet sosiale medier har gjort i dagens samfunn, vokser ungdommen opp med en tilgang som gjør det enkelt å presentere seg for andre (Bakken et al., 2019). Det er mange som har en kommentar på hvordan man *bør* se ut. Jentene

fortalte at kommentarene kom fra de nærmeste i jentegjengen, fra foreldre og fra en selv. De antydte også at det har blitt normalt å snakke like mye negativt om hverandre, som å snakke positivt. Jeg ønsket å undersøke om kommentarene kom fra begge kjønn.

*«Ut ifra egne erfaringer så føler jeg at det er jenter som kommenterer det mest»
(Adriana)*

«Det er som oftest jenter som er verst mot jenter, de som er hardest» (Tone)

Adriana og Tone hadde en felles forståelse av at jenter kommenterte hverandre sitt utseende mer enn gutter gjorde. De ga også uttrykk for at guttene kunne komme med kommentarer, men at disse ikke hadde en like stor innvirkning på egen selvfølelse. Oliver (2010) antydte i sin studie at det ikke gikk en dag uten at jentene ble utsatt for kommentarer om sin egen kropp.

«Også vet man jo selv at i venninnegjengen så kan man sitte og snakke om hvordan noen ser ut. Uten å direkte være frekk, men man kan sitte og si at hun er litt stor eller har lagt på seg. Du vet selv at du kan sitte og snakke om det med jentene dine. Så da er det fort å begynne å tenke at de kan sitte og snakke sånn om meg også. Nå ser jeg tjukk ut så nå kan de sitte og snakke om det etterpå. Det blir dessverre fort sånn» (Milena)

Det kom frem i analysen at det hadde blitt helt vanlig i jentegjengen å snakke om andre sitt utseende og andre sin kropp. Elisabeth påpekte at det var veldig mye baksnakking blant jenter. Selv om de visste at det ikke var en riktig måte å snakke om andre på, forklarte de at det var lett å bli revet med. Dette indikerer det Burr (1995) beskriver som første kjennetegn på et sosialkonstruktivistisk perspektiv, at det finnes en «tatt for gitt» måte å forstå seg selv på og verden. På spørsmålet om det var noen i jentegjengen som turte å være en motstemme, forklarte Ingvild at hvis man sa noe positivt om en person så ble det alltid mottatt med et negativt «men».

Flere av jentene meddelte at det ikke bare var venner som kommenterte kropp og utseende, men også foreldre. Dersom man la ut et bikinibilde på sin egen konto, var det flere som opplevde at foreldrene ga uttrykk for at dette ikke var greit. Line som selv syntes det ville vært rart å legge ut et bilde i undertøy, visste at dette også var en holdning foreldrene delte, og at de ville sagt i fra klart og tydelig. Det var ikke alltid at foreldrenes kommentarer var positive og støttende.

«Jeg har en venninne som var veldig usikker på seg selv, og som aldri gikk uten sminke. Med tiden begynte hun å bli mer sikker på seg selv, og etter hvert brydde hun seg ikke så mye om sitt eget utseende. Det var en gang hun gikk uten sminke på skolen og moren kom for å hente henne, og hun ble møtt med kommentaren; har du gått slikt på skolen i dag?» (Elisabeth)

Som nevnt i kapittelet «meninger om kroppen» beskrev jentene det å bli snakket om, med en stor frykt. Kommentarene som kom fra de andre i jentegjengen og fra foreldrene, gikk ofte på utseende og kropp. Det handlet veldig ofte om det ytre, og ikke hvordan man var som person. Elisabeth fortalte at kroppen var svært synlig og ble lagt merke til av andre. Det ble skapt en indre tanke om seg selv og om sine feil som man var redd for at andre skulle snakke om. Dette kunne gi en forståelse av hvorfor man også kommenterte eget utseende og egen kropp til andre.

«Jeg tror veldig mange sier ting til venninner for å få bekreftelse på at man egentlig er bra nok. Mens hvis man går hjem og har så mange andre feil du hater ved deg selv, blir det du får bekreftelse på bare borte i tankene» (Elisabeth)

Det å få en bekreftelse på eget utseende og egen kropp, kunne ifølge flere av jentene være avgjørende for hvordan deres kroppsbilde ble utviklet. De nevnte at sosiale medier gjorde det lett for andre å kommentere på kropp og utseende, og at dette kunne ha betydning for hvordan man så på seg selv. Eget kroppsbilde ble ikke bare utviklet av en selv, men også i stor grad av ytre faktorer og av andre mennesker.

5.2.3 Mange har en påvirkningskraft

Sosiale medier, bloggere, treningsprofiler, Victoria Secret modeller, trender, Kardashian, Barbie, speilet, kroppspress, «alle føler på presset», «synd på jenter», kroppsøvningsfaget og prioriteringer er kodene i dette undertemaet som vil bli presentert.

Jentene trakk frem sosiale medier som en av årsakene til at de opplevde et stort press i dagens samfunn. Dette hang sammen med hvordan de kommuniserte om kropp og utseende. Etter at sosiale medier kom på banen og ble en stor del av hverdagen til de unge, var det svært mange som ble opptatt av kropp og utseende (Dietrichson, 2018). Videre fortalte noen av jentene at det hadde blitt enkelt å sammenligne seg med det som ble fremvist i sosiale medier.

«Hvis man ser et bilde der så tenker man jo fort at sånn burde jeg ha sett ut. Og det er jo bilder overalt, reklamer for eksempel. De tar jo de peneste, de tar ikke noen "stygge" på reklame på tv for eksempel. Man føler at man må se bedre ut enn det man gjør. Man føler seg fort litt stygg når man ser slike bilder» (Natalie)

Sosiale medier hadde ifølge funnene en stor påvirkning på hvordan en så på egen kropp. Når jeg spurte litt mer om de kunne nevne hva spesifikt de så på sosiale medier som gjorde at de ble påvirket, var det enkelte idealer og forbilder som ble nevnt. Blant annet var det bloggere, treningsprofiler og Victoria Secret-modeller som ble trukket frem. Elisabeth og Karoline uttrykte at disse idealene og forbildene kunne påvirke måten bloggere reklamerte for sminke og plastisk kirurgi. De forklarte videre om hvordan treningsprofilene la ut videoer som fortalte deg hvordan det skulle gjøres for å få en bedre kropp. Kroppene og utseende til Victoria Secret-modellene ble sett på som en standard, og det var slik flere av jentene oppfattet at man skulle se ut for å få oppmerksomhet. Natalie uttrykte som tidligere fremstilt, at det var de pene som fikk all oppmerksomheten. Dette var en forståelse flere av jentene hadde.

"Du kan lese bloggere som skriver at «det her har endret livet mitt» og «Slik får du et finere smil» (Elisabeth)

«Nå er det jo så populært med treningsvideoer også sitter man og ser på, og tenker; hva er veien dit?» (Karoline)

Dietrichson (2018) hevder at det er naturlig å tenke at de som vokser opp får en daglig påminnelse fra disse bildene som florerer på internett om at de ikke er bra nok. Ifølge Tone kunne man med en gang se en ny trend i samfunnet, da bildene som gikk rundt var like. Hun forklarte også at dette gjorde det veldig vanskelig å ikke bli påvirket og komme seg unna. Elisabeth trakk frem barbie-dukker som et eksempel på hvordan vi hadde vokst opp med et ideal om hvordan kroppen skulle være, uten at sosiale medier hadde en like stor plass i samfunnet.

«Vi vokser opp med Barbie dukker som er tynne, de har lange bein og et langt blondt hår. Det fantes jo ikke tjukke eller rødhårete Barbie- dukker når vi var små» (Elisabeth)

Kardashian-trenden ble funnet som svært fremtredende og påvirkende på samfunnets deltakere. Resultatene viste at det i dag var mange som ønsket seg en stor rumpe, brede hofter og en smal midje. Adriana tok også opp denne trenden, men ifølge henne var det

en trend som var veldig unaturlig å oppnå uten og måtte fikse på kroppen ved hjelp av operasjoner. Dette kan knyttes til det som Azzarito (2010) påpeker med viktigheten av at ungdom lærer å være kritiske til kroppsidealer som presenteres i mediene.

Speilet ble oppgitt som en av de største materielle tingene som hadde en stor påvirkningskraft på jentene. Alle jentene ga uttrykk for at de så seg selv i speilet og vurderte eget utseende. Elisabeth fortalte at det som ble vist i speilet kunne være en forestilling. Jentene påpekte at det ikke var en dag de ikke så seg selv i speilet, og at det var så og si umulig å gå forbi et speil uten å ta en titt på seg selv.

«Jeg ser på meg selv i speilet hver dag. Og jeg ser hele tiden hva jeg ville endret på, hatt annerledes. Jeg tror jeg aldri kommer til å være fornøyd med hvordan jeg ser ut» (Line)

«Man står foran speilet og tenker at: "Jeg kunne ønske jeg hadde det og det". Hvis jeg tenker på meg selv, og når jeg kler på meg på morgenen så kan jeg ta på meg en genser og si til meg selv at den kan jeg ikke ha på meg for den så jeg tjuv ut i. Så da må jeg skifte. Så jeg står foran speilet og lur på om jeg ser bra nok ut. Sånn er det hver eneste dag. (Ingvild)

Det var et stort fokus blant jentene at gjennom speilet så man på det man vil fikse og endre på ved seg selv. Det ble illustrert at det var lett å sammenligne seg med kjendiser og andre jenter som ble ansett som veldig pene. Jentene ga antydning til at det var det store kroppsfokuserte samfunnet som gjorde at de fikk en større bevissthet over eget utseende og egen kropp, og at dette skapte et kroppspress.

Ifølge Rysst & Roos (2014b, s. 25) er kroppspress «et ytre påført press om å ha en kropp som er i tråd med gjeldende samfunnsidealer». Det var flere av jentene som knyttet kroppspress til egen kropp. Da jentene skulle beskrive sine tanker om det såkalte kroppspresset, syntes samtlige at det var trist og feil. Det kom frem av resultatene at det var mange som tenkte negative tanker om seg selv, og at kroppspresset hadde blitt et normalt begrep i ungdommens vokabular.

«Det er mye kroppspress. Man har også blitt så vane med det så man tenker ikke over det. Er ikke sånn at jeg tenker "oi, nå føler jeg på kroppspress". Det er bare sånn jeg generelt tenker» (Adriana)

Det at kroppspresset hadde blitt en naturlig del av hverdagen til dagens ungdom, var noe Ingvild kjente seg igjen i. Hun fortalte at det alltid var der, og at det ikke plutselig en dag ville være borte. Hun hadde en forståelse av at det ikke ble snakket nok om kroppspresset fra skolen og fra fagekspertene. Ingvild mente at ungdommen i dag trengte flere verktøy for å ikke la seg påvirke av presset. Milena ga antydninger til at jenter i dag la opp til at det skulle være synd på de som måtte ordne seg og måtte se perfekt ut på bakgrunn av idealene som ble fremmet.

«Jeg tenker at mye av kroppspresset er selvforskyldt, at man skylder på andre hele tiden. Men det må jo starte et sted hos hver enkelt person» (Adriana)

Samtlige av jentene sa de hadde følt på et kroppspress i løpet av livet.

«Ja. Det tror jeg gjør hele tiden. Og man blir veldig opptatt av det, å trene og være sunn» (Karoline)

«Ja, jeg føler på det så og si hver dag. Det er jo sånn at jeg vil se best mulig ut med tanke på klær og at kroppen skal bli akseptert i miljøet jeg er i» (Elisabeth)

Funnene viste at jentene uttrykte en forståelse av at alle følte på kroppspress uansett hvor komfortabel eller ukomfortabel man var med sin egen kropp. Kroppspresset var der til alle tider, og man ble utsatt for det hele tiden. Som kroppsoving- og idrettsfaglærere var det også veldig tiltalende å undersøke om jentene hadde følt på kroppspress i kroppsoving og på idrettsfag. Kroppsoving og idrettsfag er som nevnt to arenaer hvor kroppens funksjonalitet har et stort fokus. Ingvild fortalte at hun hadde en forståelse av at jentene på idrettsfag følte seg mer komfortabel i sin egen kropp, enn det hun og sine venner på studiespesialisering gjorde.

Adriana og Tone hadde begge en oppfatning av at kroppsovingsfaget bidro til å opprettholde og utvikle et kroppspress, og at det var mange elever, spesielt jenter, som gruet seg til kroppsovingstimene. Walseth et al. (2015) antydte i sin studie at jenter ønsket et kroppsovingsfag som bidro til å utvikle deres skjønnhetsideal, og erstattet de tradisjonelle ballspillene med *fitness-trening*. Flere av jentene nevnte trening som veldig viktig for å kunne leve opp til kroppspresset.

«Jeg trener så ofte jeg kan. Jeg trener hver eneste dag, og hvis jeg hadde hatt tid så hadde jeg trent to ganger om dagen» (Elisabeth)

Dagens treningsdiskurs har blitt større og mer utbredt blant de unge. Jentene beskrev trening som et krav i hverdagen, og hvis noe måtte prioriteres bort, var det heller skolen fremfor treningen. Når vi snakket om kroppspress og om dette kunne henge sammen med jentene sitt opplevde kroppsbilde svarte Karoline og Natalie:

«Ja, det gjør det nok. Hvis jeg ikke føler at jeg følger opp presset og forventningene jeg stiller til meg selv, så føler jeg jo heller ikke at jeg er bra nok selv heller. At jeg hele tiden må hige etter å endre meg. For det er ikke bra nok» (Karoline)

«Ja, jeg vil jo si det gjør. Før så ville jeg jo at kroppsbilde mitt skulle være en sterk person. At jeg hadde muskler som syntes. Men kroppspresset gjør jo at man får et annet bilde på seg selv, og hvordan man burde se ut» (Natalie)

De forklarte at kroppspresset gjorde noe med hvordan de så på seg selv, og at man gjerne ville forandre på ting ved sitt eget utseende. Som Engelsrud (2010) påpeker vil vår menneskelige forståelse av kroppen alltid kunne forandres, når man ser på kroppen som sosialt konstruert.

5.2.4 «Alle er misfornøyd med noe»

I dette undertemaet er det kodene «ikke bra nok», usikker på seg selv, skuffet over egne prestasjoner, kroppsfixering, retusjering, sminke og «det nye normale er å fikse på noe» som blir presentert.

Resultatene viste at kroppspresset kunne endre på opplevelsen av eget kroppsbilde, og at det man tidligere så på som idealkroppen hadde blitt forandret. Bakken et al. (2019) hevder at mediene tegner et bilde av dagens generasjon med en forventning i luften om å være best på mange områder som skole, vennskap, kropp og sosiale medier. Dette presset kunne ifølge jentene gå utover psyken og gjøre at man ble helt utmattet. Elisabeth fortalte at det store presset som eksisterer i dagens samfunn, gjorde at hun pekte på sine feil og ikke klarte å være fornøyd. Flere av jentene forklarte at det var vanskelig å være fornøyd med seg selv hver eneste dag, og at man alltid fant noe å være misfornøyd med.

«Jeg synes man føler seg litt tjukkere noen dager enn andre. Jeg vet ikke om det har med hodet mitt å gjøre, men noen dager føler jeg meg ikke bra. Og da har jeg ikke lyst til å vise kroppen min til noen» (Ingvild)

Moen & Svendsby (2019) påpeker at et kroppslig mangfold blir synlig i kroppsøvingsfaget. Ingvild uttrykte videre at kroppsøvingsfaget og enkelte aktiviteter hadde betydning for hvordan hun kunne føle seg. Det var flere av jentene som nevnte svømming som en aktivitet hvor mange følte seg ukomfortabel.

«Jeg føler at når man står i en svømmehall så skal kanskje læreren snakke litt så blir det til at man ser på hverandre. Også i tillegg til dette som man kanskje står og føler på, så skal man jo prestere i svømmingen. Og da er man allerede usikker på seg selv» (Ingvild)

Trening blir beskrevet som en arena det var lett å bli usikker på seg selv. Natalie fortalte at hun ofte fikk kommentarer på kroppen sin når hun spilte håndball, og at disse gikk hardt inn på henne. Kommentarene gjorde at hun startet å tenke at hun ikke så bra nok ut, og at hun ikke var god nok til å spille håndball. Dette var også noe Elisabeth kjente seg igjen i, når det gjaldt trening på et treningssenter. Når andre bare la på vekt etter vekt, synes hun det var så forferdelig å stå ved siden av, at hun heller valgte å gå bort.

Da vi snakket om at det var lett å bli usikker på seg selv på trening og andre områder, var det flere av jentene som nevnte plastisk kirurgi og kroppsfixering. Resultatene viste at det var mange som tenkte på dette som løsningen, og at det hadde blitt mer og mer vanlig blant de unge.

«Hvis det hadde vært gratis å operere seg så hadde det vært mange som hadde endret på seg selv. Alle er jo misfornøyd med noe. Men så blir man jo også blind på det. Hvis man først har begynt å endre på noe, så er det fort at man ikke klarer å stoppe» (Elisabeth)

Restylane i leppene, silikonpupper og vippe extensions var det som ble nevnt av jentene da vi snakket om kroppsfixering. Samtlige av jentene fortalte at de hadde venner som var veldig opptatt av dette, men at de ikke har prøvd noe selv. Det ble funnet i resultatene at til tross for at enkelte av jentene ga uttrykk for at de ikke var fornøyd med eget utseende, ville de aldri benyttet seg av plastisk kirurgi eller andre hjelpemidler. Det naturlige var viktigere fremfor det å måtte strebe etter samfunnets perfekte utseende.

«Jeg har hatt en del problemer med kviser og lignende, og jeg har jo brukt tabletter osv. for å hjelpe til på det, men det har aldri vært utenfor legemidler. Men jeg har fått høre at jeg kan prøve botox for kvisene. Jeg har ikke lyst til det og da gjør jeg det heller på min måte, eller så har jeg de kvisene bare. Jeg har ikke lyst til å endre på utseende mitt på grunn av kvisene» (Line)

I mediene kan vi lese at mange unge i dag er misfornøyd med sitt eget utseende og at dagens kroppsideal er uoppnåelig (Midbøe, Gjellan, Vignæs & Aardal, 2015c). Dette var også noe Milena insinuerte med at dagens kroppsideal ble uoppnåelig med tanke på hvor mange som benyttet seg av plastisk kirurgi. Adriana ga uttrykk for det samme, men og at de som var opptatt av plastisk kirurgi ikke skjønnte hvor usunt og unormalt det kunne være. Tone fortalte at det var vanskelig å være fornøyd med det man hadde, og at det var et krav i samfunnet om å endres til noe bedre.

Influensere og andre trendsettere ble trukket frem av jentene som en årsak til at flere ønsket å endre på sitt eget utseende. Line fortalte at i denne alderen var det lett å være usikker på seg selv, og at man gjerne så på andre og sammenlignet seg selv med disse. Ofte kan bilder på sosiale medier være retusjerte, og Ingvild uttrykte at disse bildene ble på grunn av dette et uoppnåelig mål. Videre hadde Line en forståelse av at noen bloggere promoterte og frontet ulike hjelpemidler som skulle gjøre deg lykkeligere og penere. Elisabeth og Natalie trakk også frem sosiale medier som en kilde til at man ville endre på sitt eget utseende.

«Fra sosiale medier egentlig. Jeg følger en treningsprofil fra Sverige. Hun ser ekstremt bra ut, har kjempestor rumpe og har store lår som følger med den rumpa som gjør at det blir pent. Og hele kroppen er egentlig bare kjempefin. Så man vil jo gjerne bli som henne» (Elisabeth)

«Nå er vi jo veldig mye på sosiale medier, så jeg tror veldig mye kommer derifra. Hvis man ser et bilde der så tenker man jo fort at sånn burde jeg ha sett ut» (Natalie)

Jeg ønsket å undersøke om jentene hadde en oppfatning om at det alltid hadde vært slik, eller om sosiale mediers eventuelle fremgang hadde en betydning for denne utviklingen. Line uttrykte at hun tenkte det var annerledes i dag, for man så tydeligere hvordan man ønsket å se ut, i forhold til det hun gjorde selv som yngre. Flere av jentene var veldig kritiske til hvordan mange på sosiale medier bevisst frontet utseende og kropp, og at man ikke kunne være fornøyd med seg selv.

«Jeg synes det er litt dumt at man skal fremme sånne ting, man kan helt fint fremme sminke og klær, men man trenger ikke å fremme operasjoner som man skal gjøre med kroppen som ikke er veldig bra» (Line)

*«Man skal ikke være fornøyd med det man har, man skal endres til noe bedre»
(Karoline)*

Alle jentene hadde en felles forståelse for at det i dag var veldig vanlig blant jenter å være misfornøyd med noe ved sin egen kropp og eget utseende. Flere av jentene snakket om kroppsfiksering og at dette var for mange «det nye normale». De uttrykte at samfunnet la opp til at man alltid kunne forandres til noe bedre med noen små tiltak, og at det var et stort press på utseende og kropp. Når det er sagt, så følte ingen av jentene på det behovet for å fikse på seg selv med disse hjelpemidlene.

5.3 «Vi har alle ulike kvaliteter»

I dette siste avsnittet som har det overordnede temaet «*vi har alle ulike kvaliteter*» presenteres funnene gjennom undertemaet «*viktig å godta eget utseende og egen kropp, for ingen er jo like*».

5.3.1 «Viktig å godta eget utseende og egen kropp, for ingen er jo like»

«Utseende er ikke alt», aksept, perfekt på sin egen måte, alle er like flotte, forskjellige kvaliteter, ulike former på kroppen, feil mennesker rundt deg, prestasjon er viktigere enn estetikk og «innsiden er viktigst» er kodene i dette siste undertemaet som blir presentert.

Til tross for at jentene beskrev hvordan andre mennesker hadde kommentarer om kroppen og hvordan de følte på et kroppspress, reflekterte flere over at utseende ikke var alt. Adriana meddelte at ettersom man ble eldre, ble man også mer bevisst på hvordan samfunnet er konstruert, og at det var mer enn utseende som hadde betydning. Hun merket en veldig stor forskjell fra ungdomsskolen til videregående. På videregående skole opplevde hun, spesielt i sitt eget miljø, at det var aksept for å ikke være akkurat som det idealet samfunnet hadde satt. Elisabeth uttrykte:

«Man må lære seg å leve med den kroppen og det utseende man har» (Elisabeth)

Adriana uttrykte at kroppen var til for å fungere optimalt i hverdagen. Det var et altfor stort fokus i samfunnet på at kroppen hele tiden skulle endres, isteden for at den ble satt pris på. Jentene fortalte videre at det kunne ta tid å elske sin egen kropp, og at det var viktig med motstemmer i samfunnet som satte kroppsfokuset og kroppsmeninger, i et

nytt perspektiv. Mads Hansen og Ulrikke Falch ble trukket frem som to personer som prøvde å rette et nytt fokus på kroppen, og at det ikke var naturlig at alle skulle være like i et samfunn.

«Alle er perfekte på sin egen måte, og det er feil at noen skal si at "sånn skal du se ut, sånn bør du se ut"» (Natalie)

Flere av jentene beskrev kroppsidealet med å være tynn, samt ha former og markerte muskler. Adriana fortalte at hun syntes det ikke burde finnes et kroppsideal, for du ville aldri finne kropper som var helt like. De kan sammenlignes og man kan finne likheter og forskjeller, men det vil aldri være en kropp som har en fast form for alle mennesker i verden. I forlengelse av dette ble jentene spurt om det samfunnskapte kroppsidealet bidro til en felles forståelse av at alle i samfunnet skal være like, svarte Line følgende:

«Jeg syntes det er litt trist hvis det er tilfelle blant noen. Jeg har ikke den idealkroppen som samfunnet beskriver man skal ha, og jeg skulle ønske at man ble akseptert uansett hvordan man ser ut. At alle kan mene det er like flott å være en beinrangel og være en person med litt mer former» (Line)

Da jentene ble spurt om hva det første de tenkte på rundt ordet kropp, svarte Milena at det finnes mange forskjellige kroppsstørrelser og kroppsfasonger. Hver enkel kropp og menneske har ulike kvaliteter, og Elisabeth påstod at dersom de rundt deg ikke klarte å sette pris på dine kvaliteter, så hadde man feil mennesker rundt seg. Flere av jentene kom fra en idrettslig bakgrunn, og uttalte at dette kunne ha en stor betydning for at noen mennesker ble mer akseptert for sine kvaliteter enn andre.

«I lagidretten er man vane med at alle har ulike kvaliteter, og det tror jeg blir mer akseptert i en idrettsklasse fordi man er vane med det fra tidligere. Det er ikke noe nytt at man er forskjellig» (Karoline)

Idretten blir trukket frem som en arena hvor det finnes mange ulike kroppsfasonger og et sted med større aksept. Videre viste resultatene i analysen at dersom man var komfortabel i et miljø, ville ikke forskjellene bli fokusert på i like stor grad.

«Kropp er fortsatt viktig hos enkelte, men her på idrettsfag så ser man heller på prestasjonene, og at vi aksepterer at alle har forskjellig kroppsform og fasong. Det indre har jo i utgangspunktet en større betydning» (Line)

Azzarito (2010) og Oliver (2001) påpeker at det er viktig at dagens ungdom lærer å være kritiske til kroppsidealene. Resultatene viser en bevissthet over at selve kroppen og dens utseende ikke er det eneste som har betydning for jentenes opplevelse av sitt eget kroppsbilde.

6. Diskusjon

Hensikten med denne studien har vært å undersøke hvordan kroppen fremstilles av et utvalg jenter, og hvilke faktorer som kan ha innvirkning på jentenes fremstilling, og opplevelse av eget kroppsbylde. Resultatene og analysen har blitt presentert gjennom tre hovedtemaer, og disse vil nå bli drøftet i lys av oppgavens problemstilling, teoretiske utgangspunkt, tidligere forskning samt annen relevant litteratur. I dette kapitlet ønsker jeg å besvare oppgavens problemstillinger, og det var naturlig at de tre hovedtemaene ble til to diskusjonstemaer. Jeg velger å diskutere faktorene som kan ha innvirkning på jentenes fremstilling på kroppen, og hvordan jentene opplever sitt eget kroppsbylde i samme kapittel, da oppgavens funn har vist at dette har en betydelig sammenheng.

6.1 *Hvordan fremstilles kroppen av et utvalg jenter på studiespesialisering og idrettsfag?*

Grogan (2008) definerer kroppsbylde som individets oppfattelse, følelser og tanker om egen kropp. Gjennom min temasentrerte analyse så jeg etter bestemte måter jentene valgte å snakke generelt om kropp, og om sin egen kropp på. Ifølge Jørgensen og Philips (1999) forstår mennesker verden gjennom ulike kategorier som anvendes og formuleres i et sosialkonstruktivistisk perspektiv, og språket som benyttes, er preget av kulturen og tiden. Gjennom samtaler med andre skaper jentene et bylde av kroppen, og en forståelse av omverdenen (Thagaard, 2013). Resultatene viste at kroppens utseende og kroppens funksjonalitet var sentralt når det gjaldt hvor viktig kroppen var. Dette samsvarer med Duesund (1995) sin forståelse av kropps fokuset; hvor den ene siden fokuserer på kroppens estetikk og den andre siden på kroppens nytte og funksjonsevne.

Jentene hadde en forståelse av at kroppens utseende var det man viste til andre mennesker og at kroppen var deres identitet. Dette bekrefter det som Engelsrud (2010) insinuerer med at dagens ungdom knytter ordet kropp til sin egen identitet. Denne forståelsen ble knyttet til førsteinntrykket av en person, og at det på den måten var naturlig å dømme hverandres utseende. Shilling (2003) påpeker at kroppens utseende, størrelse og form har blitt viktigere for mennesket de siste tiårene, og ifølge Rysst (2011) og Garrett (2004) er dagens samfunn opptatt av hvordan mennesker ser ut, og vi dømmer hverandres utseende og kropp. Det at kroppen blir fremstilt som egen identitet, kan representere hvordan dagens samfunn ser på viktigheten av kroppen vår.

Med et enkelt søk på Google finner man overskrifter som «Derfor er vi misfornøyd med utseendet» (Gjellan Midbøe, Aardal & Vignæs, 2015a) og «Én av ti unge vil endre på sitt utseende» (Gjellan, Midbøe, Aardal & Vignæs, 2015b). På bakgrunn av dette, var det derfor interessant at noen av jentene i utvalget betegnet kroppens funksjonalitet som det viktigste ved kroppen. De hadde en forståelse av at kroppen var der for at de skal kunne gjøre det de selv ville, og at kroppen var deres viktigste hjelpemiddel i hverdagen. Kroppen blir betraktet av Duesund (1995) som en gjenstand som kan repareres i likhet med andre gjenstander. René Descartes (1596-1650) hevder at dersom kroppen blir sett på som en gjenstand, eller en maskin, vil det ikke dekke hva et menneske egentlig er (Engelsrud, 2006, 2010). Det er nærliggende å tenke at det vil problematisk å tenke på kroppen bare som et objekt, og at dette vil skape et mekanisk forhold til sin egen og andre sin kropp (Engelsrud, 2006). Jentene i utvalget uttrykker at kroppen blir *for* viktig med tanke på at i møte med andre så blir kroppens utseende betegnet som førsteinntrykket. Det kan på den måten forstås som at jentene har en motstridende forståelse av kroppens viktighet. Ifølge Engelsrud (2006) blir det skapt et inntrykk i dagens kultur om at det handler mest om hvordan kroppen ser ut og bør se ut. Dette ser ut til fortsatt vå ære den regjerende oppfatningen av kroppen.

Engelsrud (2010) påpeker at kroppen blir bearbeidet frem i sosiale relasjoner, og at det ikke finnes ikke en «naturlig kropp» i dagens samfunn. Ettersom jentene i utvalget også ytret kroppens utseende som en viktig del av deres egen identitet, kan dette settes i lys av det Engelsrud (2010) påpeker. Ulike kulturer har forskjellige forventninger til utseende og hva som betegnes som attraktivt (Cash, 2002; Kvalem, 2007). Samtlige av jentene i utvalget betegner samfunnets kroppsideal som slank, veltrent og med litt former. Dette samsvarer med hvordan tidligere forskning beskriver jenters kroppsideal. I studiene til Strandbu & Kvalem (2014) og Azzarito (2010) blir jenters kroppsideal beskrevet som tynn og veltrent. Det kvinnelige kroppsidealet har forandret seg i løpet av ti-årene. På 60-tallet ble det ekstreme smalhetsidealet frontet, og supermodellen Twiggy var med på å skape denne blesten som den dag i dag er fortsatt gjeldende (Hasselqvist, 2017). Jentene i utvalget ga uttrykk for en forståelse av at modeller var de som ble fremstilt for verden som dagens ideal. Det er derfor grunn til å tro at flere av jentene i min studie opplever kroppen som sosialt konstruert, og at de som også Engelsrud (2006) påpeker, er villig til å la seg utforme ut ifra et idealisert bilde av hvordan kroppen skal være. På en annen side kan det diskuteres om det finnes en «naturlig kropp», som

Engelsrud (2010) hevder at det ikke gjør. Mine funn, samt tidligere forskning, viser at det er en enighet i samfunnet om dagens kroppsideal, og dette idealet kan kalles å være det «naturlige». Dette er også idealer som blir presentert i media, og som viser et skjevt bilde av hva som er normal variasjon i samfunnet (Kvalem, 2007). Det er derfor interessant å trekke frem at jentene i utvalget også hadde en oppfatning av at ingen er like og at det finnes utallige former og fasonger på kroppen.

Garrett (2004) bruker tre forskjellige termer på identitetskonstruksjon hos jenter, «den komfortable kroppen», «den dårlige kroppen» og «den alternative kroppen». Mine funn om at kroppens utseende og funksjonalitet har stor betydning for jentenes opplevelse av eget kroppsilde, kan settes i sammenheng med Garretts (2004) termer på identitetskonstruksjon, og særlig «den dårlige kroppen» og «den alternative kroppen». «Den dårlige kroppen» handler om at man ikke er fornøyd med sitt eget utseende. Ifølge Cash (2002) fører puberteten med seg blant annet psykologiske endringer som gjør at økt selvfokus, identitetskapning og sammenligning med andre er faktorer som kan ha betydning for et stort fokus på endring av kropp og utseende. Dette kan settes i sammenheng med hva Rysst (2011) forteller om at dagens ungdom alltid finner noe de kan forandres på seg selv og andre, og at de så og si aldri vil bli helt fornøyde. Engelsrud (2006, s. 65) hevder at «kroppen er, og alltid har vært, et fenomen for samfunnskapt konstruksjon». Samfunnets kroppsideal som blir beskrevet av jentene, blir fremmet i sosiale relasjoner og miljøer man befinner seg i. Kropp og utseende er et tema i skolen, i vennegjengen, i familien og i treningsmiljøet. Mediene bidrar også stort til hvordan vi mennesker ser på oss selv. Rysst (2011) diskuterer hvordan media presenterer kropps bilder, og Kvalem (2007) antyder at tidligere forskning viser at mediene fremmer et atypisk bilde av kvinnekroppen. Jentene uttrykker i tråd med det Cash (2002) presenterer, at tilbakemeldinger og reaksjoner fra andre har stor innvirkning på de unges kroppsilde. Flere av jentene i utvalget beskrev det å bli snakket om med negative ord og at den velkjente janteloven hadde en vesentlig rolle for hvordan kropp ble fremstilt i samfunnet. De hevdet videre at kropp har blitt et legitimt tema å snakke om, og av den grunn har oppstått en «normalisert baksnakking». «Normalisert baksnakking» beskrives som en måte å snakke om andre sin kropp som noe helt naturlig og hverdagslig, og Øgård-Repal et al. (2017) hevder at baksnakking er en direkte årsak til depressive tanker for dagens ungdom.

Jeg har som kjent i denne studien kun tatt for meg jenter. Aansen et al. (2015) fremstiller en forståelse av at det er flest jenter som opplever subjektive helseplager, og Øgård- Repal et al. (2017) presenterer at det er flere jenter enn gutter som opplever en større depressiv belastning i deres hverdag. Dette blir preget av blant annet kroppsidealene, og hvordan kroppsidealene blir fremmet i ulike miljøer. Mitt utvalg kommer fra studiespesialisering og idrettsfag. Det finnes allerede mye faglig forskning som har tatt for jenter sin rolle i kroppsøvningsfaget, og hvilken betydning faget har for identitetskonstruksjonen. Azzarito (2009) fremstiller en forståelse av at jenter ønsker et kroppsøvningsfag som er preget av en «fitness-tankegang», og Walseth et al. (2015) hevder at jenters idealkropp blir påvirket av treningsdiskurser i kroppsøvningsfaget. Kroppsøvningsfaget skal hjelpe elevene til å vurdere ulike kroppsidealene, og aktivitetlære på idrettsfag skal hjelpe elevene til å utvikle eget selvbylde (Utdanningsdirektoratet, 2006, 2015). Jentene som gikk studiespesialisering fortalte dersom man følte seg ukomfortabel i kroppsøvningsfaget, så ordnet de seg en legerklæring istedenfor å delta, mens jentene på idrettsfag fortalte at kroppens funksjonalitet hadde en større betydning i deres miljø. Kroppens funksjonalitet ble sett som viktig for å kunne prestere i de ulike aktivitetene av idrettsjentene. Samtidig la de frem stereotypiske holdninger om kroppens utseende blant elevene. Det var en forestilling om at jentene på idrettsfag skulle være typisk slanke for å kunne delta i alle aktivitetene. Det ble dermed i dette tilfellet en kontrast mellom viktigheten av kroppens utseende og kroppens funksjonalitet for jentene på idrettsfag for å kunne prestere i aktivitetene. Disse funnene viser også at fokuset på kroppens viktighet er ulikt på studiespesialisering og på idrettsfag. Annerstedt (2008) og Moen (2011) viser begge til at de har en forståelse av at kroppsøvningsfaget mangler en praksis som handler om å videreutvikle en kroppslig refleksjon blant elevene. Dette kan settes i sammenheng med mine funn om at jentene på studiespesialisering fokuserte mer på kroppens utseende enn kroppens funksjonalitet, som jentene på idrettsfag gjorde.

Kroppsøvningsfaget kan på en side være riktig arena for å utvikle elevens kroppsførståelse. På den andre siden kan det også bidra til engstelse og sårbarhet (Engelsrud, 2006). Ifølge Ommundsen (2013) er kroppsøvningsfaget et populært fag, men også et fag som mange kvier seg for å delta i. På bakgrunn av mine funn, er det naturlig å tenke at selve kroppen har en stor betydning for denne oppfatningen Ommundsen (2013) ytrer. Kropp er spesielt synlig i kroppsøvningsfag og idrettsfag, noe

som kan gjøre at både jenter og gutter blir mer oppmerksomme på hvordan de ser ut (Paechter, 2003). Felles for kroppsøvningsfaget, og de praktiske fagene på idrettsfag, er garderoben. I mine funn blir garderoben beskrevet som et sted hvor mobbing og trakassering kan oppstå, noe som også Moen & Svendsby påpeker (2019). Selvtillit blant jentene har også en vesentlig rolle. Avstanden mellom det faktiske selvet og idealet øker ofte i ungdomstiden, og i følge Kvaalem & Wichstrøm (2007) kan dette føre til perioder med lavere selvfølelse. Dette samsvarer med det noen av jentene uttrykte, nemlig at det var verre å dusje på videregående skole enn barneskolen. Ifølge Moen & Svendsby (2019) er garderoben en arena hvor elever med ulike kropper møtes og det kroppslige mangfoldet kommer til syne i kroppsøvningsfaget. Som jentene uttrykker i tråd med Rysst (2011), dømmer menneskers hverandres utseende og blir på den måten med på å disiplinere andre sine kropper.

I lys av oppgavens sosialkonstruktivistiske tilnærming, kan jentenes fremstilling av kroppen forstås som konstruert gjennom de ulike sosiale prosessene de deltar i. Vi blir sosialisert inn i et system av interesser og verdier, samtidig som vi er medskapere av egen virkelighet gjennom språk og handlinger (Aadland, 2011). Hvordan jentene snakker om kroppen, viser til en universell enighet, som også samfunnet innehar. Thagaard (2013) påpeker at måten jentene snakker om, og forstår kroppen, kan knyttes til etablerte mønstre som samfunnet fremstiller. Som poengtert tidligere er jentenes beskrivelse av samfunnets kroppsideal i samsvar med det tidligere forskning beskriver. Dette kan med andre ord tolkes som et etablert mønster som samfunnet fremstiller når det gjelder kropp. Uten kommunikasjon og sosial interaksjon med andre, vil ikke mennesker kunne eksistere i hverdagslivet. Dette er en forståelse som gjør at språket er viktig for selve forståelsen av hverdagsvirkeligheten (Berger & Luckmann, 1966).

Aadland (2011) påpeker at egen identitet og selvilde blir utviklet som en blanding hva man selv tenker og hva andre sier. Jentene i utvalget fremstilte kroppen som deres identitet, og samtidig ga uttrykk for at andre menneskers måte å snakke om kropp hadde en stor påvirkning. Berger & Luckmann (1966) hevder at vi mennesker får vår selvbevissthet og selvoppfatning gjennom kommunikasjon med andre. Det kan derfor være nærliggende å forstå dette i sammenheng med Engelsruds (2006) betegnelse på kroppen som sosialt konstruert. Språket setter regler for hvordan vi snakker sammen, og det må passe til de ulike anledningene vi befinner oss i (Berger & Luckmann, 1966).

Kroppsøving og idrettsfag er to arenaer hvor kroppen blir et midtpunkt, og det er viktig som lærer, og som elev å være bevisst på hvordan kroppen blir fremstilt. Ifølge Lock & Strong (2014, s. 32) er mennesket «sosialt konstruerte deltagere i sine egne sosiale liv».

Med utgangspunkt i mine resultater, kan det se ut til at jenter bør bli introdusert for en enda tydeligere kritisk tenkning om kroppsidealer og kroppsfremstillinger. Azzarito (2010) påpeker at det er viktig å lære jenter å være kritiske til kroppsidealer som blir visst i medier, og Oliver (2010) setter det i kontekst til kroppsøvingsfaget. Et mer kritisk blikk kan hjelpe jentenes eget syn og oppfatning av kroppen på en positiv måte, og få frem kroppens funksjonalitet som et tydeligere moment ved kroppen. I tråd med hva Walseth et al. (2015) viser i sin studie, er det viktig at denne tematikken blir implementert med en kritisk refleksjon av kropp og kroppsidealer i kroppsøvingsfag og idrettsfag. Som Loland (2000) fastslår må hver enkelt skape seg selv og sitt eget liv, og kroppens funksjonalitet og utseende vil ha en stor betydning i denne utviklingen.

6.2 Hvilke faktorer kan ha innvirkning på jentenes fremstilling av kroppen og deres opplevelse av eget kroppsbilde?

Burrs (1995) fire kjennetegn på sosialkonstruktivistisk perspektiv fremstiller at menneskers forståelse av verden er preget av kultur og tiden vi lever i. Menneskers forståelse av omverdenen blir utviklet i relasjoner med andre og dette er ifølge Thagaard (2013) utgangspunktet for sosiale handlinger. Jentenes fremstilling av kroppen kan kobles til å være preget av kultur og miljø. De ga uttrykk for at de opplevde et press fra mange, og det måtte presteres på mange områder, for å kunne tilfredsstille alle kravene. I lys av dette så jeg det derfor som interessant og aktuelt, å undersøke nærmere hvilke faktorer og områder jentene erfarte som betydningsfulle for deres fremstilling av kroppen gjennom oppgavens sosialkonstruktivistiske perspektiv.

Madsen (2018) hevder at det er en kontinuerlig strøm av forskningsrapporter som tar for seg bekymringen rundt dagens ungdom og Bakken et al. (2019) konstaterer at mediene tegner et bilde av dagens generasjon med ubegrenset valgmuligheter, og en forventning om å være best på mange områder. To jenter fra Aust- Agder uttrykte følgende om hvordan deres jevnaldrende egentlig hadde det: «For unge i dag er det et press fra alle kanter om å lykkes. Det er et krav om å være flink i skolen, det er et krav til klær og utseende, og det er om å gjøre å være populær både på sosiale medier og i det virkelige

livet» (Sitert av Madsen, 2018, s. 184). Denne uttalelsen samsvarer med hvordan jentene i mitt utvalg kommuniserte rundt dagens generasjon. Gjennom min temasentrerte analyse viste det seg ingen forskjell på de ulike utdanningsprogrammene, når det gjaldt oppfatningen av «generasjon prestasjon». De uoppnåelige kravene som ungdommene stiller til seg, blir av Madsen (2018) betegnelsen på «generasjon prestasjon». Hegna, Ødegård & Strandbu (2013) beskriver dagens ungdomsgenerasjon som mer hardtarbeidende og pliktoppfyllende enn tidligere. Jentene i utvalget vektla nettopp ordet pliktoppfyllende som det regjerende begrepet på de forventningene som ble opplevd som samfunnskap. Jentene omtaler presset som kommer fra skolen, trening, foreldre og venner som uutholdelig. Overskrifter som «karakterpresset gjør oss syke!» (Pedersen, 2015) og «unge jenter trener seg syke» (Sandli, Kvaale, Jonassen & Badi, 2009) representerer to av mange artikler som uttaler seg om «generasjon prestasjon» og hvor forventningene kommer.

Aagre (2014) trekker frem tre arenaer som er særlig viktig for de unge, skolen, hjemmet og fritiden. Han påpeker at skolen på den ene siden er en arena som skaper liv, trivsel, identitet og en tilhørighet, og som på den andre siden kan skille ungdommer fra hverandre (Aagre, 2014). Videre fremstiller han hjemmet som en sentral faktor i å kunne lykkes og utvikles på skolen, og på andre områder (Aagre, 2014). Med fritiden som arena viser Aagre (2014) til at det er et område med store muligheter til å utfolde seg. På fritiden erfarer og skaper de unge inntrykk og de får en følsomhet ovenfor trender og ulike uttrykksformer. De tre arenaene Aagre (2014) trekker frem, kan ses i relasjon til mine funn.

I skolen er prestasjonspresset ifølge Skaalvik & Federici (2015) et resultat av forventninger som elevene opplever i skolen. Dette kan ses i lys av hvordan jentene i mitt utvalg karakteriserer presset som svært omfattende i skolen. De opplever et press på gode karakterer fra medelever, lærere, foreldre, men også fra en selv. I Aftenposten (2016) kan en lese overskriften «Foreldrene mine forventer at jeg får 5 og 6 i alle fag». Sørensen, Katznelson & Nielsen (2017) beskriver at et prestasjonsorientert miljø kan ha forskjellig innvirkning på de unge. For noen kan det være lystbetont mens for andre kan det bare bli et jag om å aldri komme i mål og oppnå skolens krav, og dette kan likedan oppfattes som et språk i mine funn. Enkelte av jentene opplevde det å være en deltager i et prestasjonsorientert miljø som motiverende, mens andre som uutholdelig. Skaalvik &

Federici (2015) henviser til en undersøkelse som hevder at prestasjonspresset kan resultere i nedstemthet, utmattelse, lavere selvverd, og Madsen (2018) støtter opp under med at presset kan utvikle stress og depresjon. Pedersen & Eriksen (2019) hevder i forlengelse av Madsens (2018) uttalelse om stress, at skolen er den viktigste kilden til stress blant ungdom og som tidligere forklart knytter Aanesen et al. (2017) ungdommens selvtilit til subjektive helseplager. Mine funn viser at prestasjonsjaget til slutt går utover den psykiske helsen, og det vil være nærliggende på bakgrunn av dette å tenke at et prestasjonsorientert miljø kan ha en negativ innvirkning på ungdommens kroppsbilde.

Fenomenet «generasjon prestasjon» kan bli sett i lys av Hacking (Aadland, 2011) sin måte å dele inn konstruksjonistenes samfunnsengasjement på i flere grader. Hacking har valgt å kalle de ulike gradene, «historisk», «ironiske», «reformistiske og avslørende», «opprørske» og «revolusjonære» (Aadland, 2011). «Generasjon prestasjon» kan omtales som et fenomen som er konstruert gjennom historien ved hjelp av sosiale prosesser. Ifølge Bakken et al. (2019) er «generasjon prestasjon» et relativt nytt begrep som har blitt merkelappen på dagens ungdom og som Hegna et al (2013) fastslår, ante ingen for 20 år siden hvilken stor betydning mobiltelefonen, sosiale medier eller internett skulle ha for ungdommens samværsmonster. Storvoll, Strandbu & Wichstrøm (2005) uttrykket at det tidligere ikke fantes samme problematikk rundt ungdommers opplevelse av blant annet egen kropp, da de ytre kravene heller ikke var like utbredt. Dette skildrer også jentene i mitt utvalg ved at de fremmer en forståelse av at denne endringen har vært omfattende og det er krevende å ikke la seg bli påvirket.

Slik som Hacking presenterer graden «ironisk», kan ikke dette fenomenet lenger unngås å bli behandlet som et produkt av sosiale prosesser, selv om det er ønskelig (Aadland, 2011). Jentene i utvalget uttrykker i tråd med Madsen (2018, s. 200) at det å snakke om fenomenet «later til å være den antatte samfunnsmedisinen som står høyest i kurs». Det kan diskuteres om en større åpenhet bevisstgjør dagens ungdom i en større grad. Nordtug & Engelsrud (2016) i likhet med Schille-Rognmo (2017), stiller spørsmål om en større åpenhet bidrar til å sykeliggjøre helt alminnelig ungdom. Mine funn forteller også at ved mer oppmerksomhet blir det tydeligere hvor man ikke lykkes. Jentene i mitt utvalg ga uttrykk for at de ønsket flere stemmer i samfunnet som gjorde opprør mot de etablerte mønstrene, og dette sammenfaller med Hackings beskrivelse av graden

«opprørske» og «revolusjonære» (Aadland, 2011). Hacking antyder gjennom sitt gradsystem at fenomenet «generasjon prestasjon» er sosialt konstruert. Dette er i likhet med hva Jansen & Stenvaagnes (2011) antyder med at jenter tøyser egne grenser og strekker seg langt for å nå sine mål i sosiale relasjoner.

Jentene fortalte at de opplevde et press på mange områder, noe Skaalvik & Federici (2015) konstaterer med at det ikke bare i skolen barn og unge opplever press. De knytter presset til et utseendepress, eller som det i denne oppgaven har blitt kalt, et kroppspress (Skaalvik & Federici, 2015). I resultatene kom det frem at flere av jentene anså kropp og utseende som en stor del av fenomenet «generasjon prestasjon». Rysst & Roos (2014b, s. 25) forklarer kroppspresset som «et ytre påført press til å ha en kropp i tråd med gjeldende oppfattende idealer». Vrabel (2018) har samme oppfatning, og legger til at presset kommer fra mange kilder, som reklame, media og sosiale medier. Engelsrud & Nordtug (2016) illustrerer at det har vært en endring av fremstillingen av begrepet kroppspress, og at det er et ord som har blitt vanlig i ungdommens dagligspråk. Som diskutert tidligere erfarte jentene at kropp har blitt et legitimt tema å snakke om, og dette gjelder også kroppspress. Jeg opplevde som intervjuer at informantene snakket veldig rett frem og åpent om temaet kroppspress, noe som styrker illustrasjonen til Engelsrud og Nordtug (2016). Ungdata (Bakken, 2018) tar opp diskusjonen om hvordan det er det er å være ung i dag på bakgrunn av at det ligger tydelige forventninger i luften. Denne forventningen handler blant annet om å se bra ut.

Undersøkelser gjennomført av Ungdata (Bakken, 2018) viser stor variasjon når det gjelder hvor mye press dagens ungdom opplever. Samtlige av mine informanter erklærte at de hadde følt på et kroppspress i løpet av livet, og med Ungdata (Bakken, 2018) sine funn om at det er mange som ikke opplever noe press, er dette interessant. Jentene hadde erfart at de opplevde kroppspresset i en større grad ved overgangen fra ungdomsskolen til videregående, enn de nå gjorde på sitt siste år. Dette er en erfaring som kan finne støtte i undersøkelsen til Ungdata (Bakken, 2018) som viser at det er en liten nedgang om opplevd kroppspress fra første klasse til tredje klasse på videregående. Rysst & Roos (2014a) derimot valgte i sin studie informanter fra videregående skole på bakgrunn av at de trodde denne aldersgruppen var mest utsatt for kroppspress og dets implikasjoner. Dette kan være en indikasjon på at opplevd kroppspress varierer stort, og som Rysst (2011) påpeker, er det eventuelle kroppspresset

komplekst og mangesidig. Det kan diskuteres om dette er på bakgrunn av at man blir tryggere på hverandre med årene, noe mine funn forklarer som årsaken. Det kom også frem at dette kunne føre til at opplevelsen av eget kroppsilde ble positivt.

Jentene i utvalget gir samtidig uttrykk for at kroppspresset har blitt en stor del av hverdagen til de unge i dag, og det har kommet for å bli. Det er interessant å undersøke hvor dette kroppspresset kommer fra. En overskrift i Aftenposten (2015) forklarer det som at «kroppspresset skapes ikke av bloggere og modeller. Det skapes av deg selv og din misunnelse». Mine funn antyder at det er det kroppsfokuserte samfunnet som gjør at man får en større bevissthet på eget utseende og egen kropp, og at dette skaper et kroppspress. Rysst (2011), Gripsrud (2011) og Rysst og Ross (2014a) hevder alle at media har en viktig rolle når det kommer til å utvikle og opprettholde kroppspress. I et kroppsfokusert samfunn, vil det være naturlig å tenke at kropp blir frontet i mediene og dette kan knyttes til mine funn. Rysst (2011) diskuterer hvordan media presenterer gjeldende kropps bilder og Azzarito (2009) brukte bilder fra treningsmagasiner for å undersøke hvordan jenter konstruerte kroppen sin. Funnene i min studie tyder på at sosiale medier har en stor rolle i utviklingen av eget kroppsilde, og er et sted kroppspress får sitt utspring.

Gripsrud (2011) hevder at mediene har en vesentlig faktor i bestemmelsen av hva som er viktig og uviktig, rett og galt når det kommer til kropp og utseende. Bloggere, treningsprofiler, Victoria Secret modeller og andre influensere blir trukket frem av mine informanter som idealer og forbilder for mange jenter. Larsen (2015) hevder at det ikke er bloggerne som skaper kroppspresset, men en selv. Brekke (2015) er til dels enig med Larsen, men hevder at problemet er alle de retusjerte kroppene som blir vist på sosiale medier, og dette kan relateres til mine funn. Informantene i mitt utvalg antydet at veldig mange bilder man så på sosiale medier var retusjerte, og at det viste et falskt bilde. Til tross for denne bevisstheten, var det flere som ytret at slike bilder fortsatt hadde stor innvirkning på opplevelsen av eget kroppsilde. Dette retter også oppmerksomheten til at kroppen vår er sosialt konstruert, og at andre sine meninger og kommentarer har større påvirkningskraft enn det som blir fremstilt av enkelte.

Bilder som er retusjerte eller ikke, har stor påvirkningskraft og det er vanlig i dagens samfunn å sammenligne seg med andre ifølge mine resultater. Bjørnebekk (2015)

hevder at det er stor forskjell på hvordan jenter og gutter sammenligner seg med andre, og at jenter har større fokus på utseende enn gutter. Deltagerne fortalte at det alltid var noe som kunne pirkes på ved deres eget utseende, og at de så og si aldri ville bli fornøyd med seg selv. Rysst (2011) legger frem en forståelse av at mennesker dømmer hverandres utseende og blir på den måten med på å definere andre sine kropper (Rysst, 2011). Det kommer frem i mine funn at jentene fremstiller speilet som en årsak til at vi ønsker å endre på ting ved kroppen vår og de forteller om kroppsfiksering. I et sosialkonstruktivistisk perspektiv vil den samfunnskapte virkeligheten kunne forandres på bakgrunn av at det er samfunnet som skaper virkeligheten (Berger & Luckmann, 1966). Restylan, silikon og vippe extensions kan bli sett på som en sosial konstruksjon av hvordan kroppen skal endres til noe nytt. I mediene kan man lese om at mange unge i dag er misfornøyd med sitt eget utseende og at samfunnets kroppsideal er uopnåelig (Midbøe et al., 2015c). Jentene i mitt utvalg beskriver kroppsidealet som uopnåelig nettopp på grunn av hvor populært det har blitt å fikse på kroppen sin med ulike hjelpemidler. «Det nye normale» ble betegnelsen jentene ga på dagens kroppsfiksering. Ved at influensere og andre trendsettere fronter ulike hjelpemidler som forbedrer kroppen, kan terskelen for å gjøre noe på sitt eget utseende bli lavere for de som allerede er usikre på seg selv. Det er derfor viktig at man finner metoder for å godta sitt eget utseende og sin egen kropp, og dette samsvarer som Garrett (2004) hevder, at dagens ungdom må kjempe mot en kroppsideologi om å ta ansvar for egen kropp.

Det har blitt diskutert om kroppsovingsfaget kan være den rette arenaen for å hjelpe jenter til å få en større kritisk forståelse av dagens kroppspress og kroppsidealer. Skolen er ifølge Bakken (2018) det området flest ungdommer opplever et press samtidig som Azzarito (2009) hevder at deltagelse i fysisk aktivitet i like stor grad som identitet og medier, er med å forme kroppen. I mine funn var det delte meninger om hvilken betydning kroppsovingsfaget hadde. Enkelte mente at det var med på å utvikle kroppspresset, mens andre mente det skapte en trygghet. Garderoben blir nevnt som en årsak til at presset blir opprettholdt og ifølge Moen & Svendsby (2019) er garderoben en arena hvor elever med ulike kropper møtes og det kroppslige mangfoldet kommer til syne i kroppsovingsfaget. Garderoben var også et område jentene hadde delte meninger om. I likhet med kroppsovingsfaget anser de det som enten eller om man er komfortabel eller ikke. Andrews & Johansen (2005) forteller om jenter som ikke vil dusje etter kroppsovingsfaget, for de er redde for å vise frem kroppen sin. Dette er et tema som det

er viktig å implementere i den kritiske tekningen og refleksjonen som vi ønsker å videreformidle til jentene.

Ludvigsen utvalget (NOU, 2015:8) sammen med Dowling (2010) fremhever kritisk tekning som en viktig kompetanse. Kroppsidealer og kroppsbilde kan bli oppfattet som bestemt av samfunnet, og det er dette Dowling (2010) påpeker med at det er viktig å lære de unge å se hvordan fysisk aktivitet og kropp ofte kan bygge på en «tatt-for-gitt-het». I mine resultater kommer det frem at mange unge uttrykker fysisk aktivitet og trening som et middel for å forbedre kroppens utseende, fremfor kroppens helse. Samtidig så uttrykker de at de er kritiske til samfunnets kroppsideal, og presset som blir frontet og opprettholdt i medier. Dette kan tyde på at til tross for kroppens store oppmerksomhet i mediene og i relasjon med andre, har jentene reflektert mye over dagens idealer og sin opplevelse av sitt eget kroppsbilde.

7. Avsluttende tanker

Jeg ønsket i denne studien å undersøke hvordan et utvalg jenter fra studiespesialisering og idrettsfag fremstilte kroppen. Videre var jeg interessert i å studere hvilke faktorer som kunne ha en innvirkning på jentenes fremstilling og deres opplevelse av eget kroppsilde. Gjennom de overordnede temaene «*alle har en mening om kroppen*», «*vi blir påvirket fra mange kanter*» og «*vi har alle ulike kvaliteter*» har jeg forsøkt å besvare oppgavens problemstillinger i lys av et sosialkonstruktivistisk perspektiv, tidligere forskning og annen relevant litteratur.

Den tidligere forskningen viser at det allerede finnes mye forskning på feltet som omhandler jenter, kropp, kroppsidealer og identitetskonstruksjon (Azzarito, 2010; Garrett, 2004; Walseth et al., 2015). Denne studiens resultater viste at kroppen ble fremstilt som egen identitet. Kroppens utseende og funksjonalitet var sentrale i beskrivelsen av kroppens viktighet. Kroppens utseende ble beskrevet som førsteinntrykket av en person. Kroppens funksjonalitet ble ansett som måten man kunne bevege seg på, samt prestere i ulike aktiviteter i kroppsøvfaget og i de praktiske fagene på idrettsfag. Ifølge Engelsrud (2006) er det skapt et inntrykk i dagens samfunn om at kroppens utseende er det viktigste, og mitt forskningsprosjekt kan være et eksempel på at det er nødvendig med et nytt og forandret kroppsfokus.

Opgavens resultat og diskusjon sett i lys av et sosialkonstruktivistisk perspektiv, viser videre at kroppen blir fremstilt som sosialt konstruert, og at er det flere faktorer som henger sammen med denne fremstillingen. Informantenes fremstilling av kroppen er preget av miljøet, kulturen og tiden vi lever i (Burr, 1995). Sosiale medier, media, skolen, relasjoner og det såkalte kroppspresset er blant noe av det informantene uttrykker som den største påvirkningskraften. Bekreftelse og anerkjennelse fra andre på sitt eget utseende, ble fremhevet som en stor betydning på opplevelsen av eget kroppsilde.

Det er nærliggende å tenke at fremstillingen av kroppen og de ulike faktorene har en sammenheng med informantenes opplevelse av eget kroppsilde. Samfunnet og tidligere forskning fremstiller et ideal som samsvarer med informantenes beskrivelse (Strandbu & Kvalem, 2014; Rysst, 2011; Azzarito, 2009). Resultatene viser at det er et

stort press i forhold til å prestere på mange områder og informantene uttrykker at et prestasjonsmiljø kan ha en negativ innvirkning på deres eget kroppsbilde. Med et stort fokus på kropp, karakterer, trening og sosial status forklarer informantene videre at de blir bevisst på egen posisjon i forhold til disse faktorene.

Kroppsøving og idrettsfag er to arenaer kroppen får stort spillerom. Det vil med andre ord være et område det vil være viktig og hensiktsmessig å inkludere en kritisk tenkning og refleksjon over samfunnets kroppsidealer, fremstillinger av kroppen, samt det store prestasjonsjaget informantene opplever (Azzarito, 2010; Oliver, 2010). Som Løvstad (2016) påpeker i sin masteroppgave vil ikke kroppsøvingfaget alene i seg selv være nok i arbeidet med å endre jentenes fremstilling av kroppen og opplevelsen av eget kroppsbilde, men det kan være en motkraft til det som blir ytret i samfunnet. Dette er en forståelse jeg deler, og som jeg anser som relevant for hvordan jenter på videregående oppfatter og fremstiller kroppen.

7.1 Refleksjoner rundt forskningsprosessen og tanker om videre forskning

Thagaard (2013, s. 194) beskriver tolkning som «den forståelsen forskeren utvikler av hvordan personer forstår seg selv og sin livssituasjon». Som forsker må man ikke alltid være enig i informantenes forståelser og tanker, og det kan komme frem nye tolkninger ved at man tolker dataen ut ifra sitt eget ståsted (Thagaard, 2013). Det vil være vanskelig å si med sikkerhet at min forforståelse og mine tanker ikke har satt et preg på tolkningen og analysen av resultatene. Det har derimot vært viktig som forsker og intervjuer å være bevisst på egen forståelse, og samtidig legge frem resultatene på en måte som sikrer oppgavens validitet og reliabilitet. Dette forklarer Graneheim og Lundman (2004) med at det er viktig å finne balansegangen i tolkningen. På den ene siden er det vanskelig å ikke legge til spesifikke perspektiver til fenomenene som er diskutert i studien, samt på den andre siden er viktig at forskeren lar teksten snakke for seg selv (Graneheim og Lundman, 2004).

Denne studien har som kjent benyttet seg av en kvalitativ forskningsmetode, og semistrukturerte intervjuer. Kvalitativ forskning kjennetegnes ved at det er en fleksibel forskningsprosess, hvor datainnsamlingen foregår tidlig (Thagaard, 2013). Gjennom et intervju blir datamaterialet samlet inn i direkte kontakt med informantene, og etter

analysearbeidet blir denne kontakten endret til et forhold mellom forsker og teksten (Thagaard, 2013). Sett i lys av studiens resultater vil jeg hevde at mitt valg av informanter i alderen 18-19 år har gitt gode indikasjoner på hvordan jenter i dagens samfunn opplever denne tematikken. Jeg opplevde også at de semistrukturerte intervjuene var hensiktsmessig for å få frem jentenes erfaringer og at det var en åpen og ærlig samtale mellom to personer. Det kan oppstå konflikter i transkripsjonsarbeidet som kan gå utover informantenes integritet og frihet (Thagaard, 2013). Det var derfor avgjørende i dette arbeidet at informantenes utsagn ble beskrevet på en god måte, slik at mine tolkninger og analyser senere ble forenlig med informantenes tanker og erfaringer.

I arbeidet med denne oppgaven har jeg vært igjennom en lang læringsprosess som har ført til at jeg har fått en bredere forståelse av hvor stor betydning kropp, kroppsideal, kroppspress og andre viktige faktorer har for jenter i dagens samfunn. Jeg håper at denne studien kan bidra til å øke forståelsen av hvordan jenter fremstiller kroppen, og hvilke faktorer som har stor påvirkningskraft. Samtidig anser jeg det som viktig for kroppsøving- og idrettslærere å være bevisst på denne fremstillingen, og at det viser viktigheten av å inkludere en kritisk tenkning og refleksjon rundt temaet kropp inn i skolen. Dette er noe av det jeg håper dette forskningsprosjektet kan være med på å belyse.

I denne studien har jeg forsøkt å belyse noen av faktorene som kan ha en innvirkning på hvordan jentene i utvalget fremstiller kroppen og hvordan de opplever sitt eget kroppsilde. Mine tanker om videre forskning på dette feltet, er at det hadde vært interessant å se enda nærmere på hvorfor det er ulike faktorer som kan ha stor innvirkning.

Som det har blitt forklart og beskrevet tidligere, bestod mitt utvalg av jenter fra en og samme skole på Østlandet. Det hadde vært spennende om videre forskning belyste dette temaet og sett hvilke resultater en ville fått med et større utvalg av både jenter og gutter, fra ulike landsdeler og byer. På den måten kunne man også sett nærmere på undervisningen i skolen rundt dette temaet, og om det finnes noen forskjeller på hva som blir ansett som det mest sentralt i kroppsøvingsfaget og på idrettsfag.

Referanser

Aadland, E. (2011). *Og eg ser på deg – vitenskapsteori i helse og sosialfag*. (3utg). Oslo: Universitetsforlaget.

Aagre, W. (2014). *Ungdomskunnskap – Hverdagslivets kulturelle former*. (2utg). Bergen: Fagbokforlaget.

Aanesen, F., Meland, E., & Torp, S. (2017). Gender differences in subjective health complaints in adolescence: The roles of self-esteem, stress from schoolwork and body dissatisfaction. *Scandinavian Journal of Public Health*, 45(4), 389–396.
Hentet 13. November 2018 fra DOI: 10.1177/1403494817690940

Aftenposten. (2016, 15. januar). Foreldrene mine forventer at jeg får 5 og 6 i alle fag.
Hentet 20. mai 2019 fra
<https://www.aftenposten.no/meninger/sid/i/1OMG/Foreldrene-mine-forventer-at-jeg-far-5-og-6-i-alle-fag>

Andrews, T. & Johansen, V. (2005). Gym er det faget jeg hater mest. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 87(4), 302-314. Hentet 20. mai 2019 fra
https://www.idunn.no/npt/2005/04/gym_er_det_faget_jeghatermest

Annerstedt, C. (2008). Physical education in Scandinavia with a focus on Sweden: a comparative perspective. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 13:4, 303-318.
DOI: 10.1080/17408980802353347

Azzarito, L. (2009). The panopticon of physical education: pretty, active and ideally white. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14:1, 19-39. DOI:
10.1080/17408980701712106

- Azzarito, L. (2010). Future girls, transcendent femininities and new pedagogies: Toward girls' hybrid bodies? *Sport, Education and Society*, 15 (3), 261-275. DOI: 10.1080/13573322.2010.493307
- Bakken, A. (2018). *Ungdata. Nasjonale resultater 2018* (NOVA Rapport 8/18). Hentet 28. mars 2019 fra <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2018/Ungdata-2018.Nasjonale-resultater>
- Bakken, A., Sletten, M., & Eriksen, I. (2019). Generasjon prestasjon? *Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 18(2), 45-75. Hentet 10. mai 2019 fra <https://journals.hioa.no/index.php/ungdomsforskning/article/view/3151>
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1966). *Den samfunnsskapte virkelighet*. (6. Opplag 2015). Bergen: Fagbokforlaget.
- Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledd i dusjen. Om ungdom og kroppspress*. Spartacus Forlag.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Hentet 20. februar 2019 fra <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brekke, A. A. T. (2015). Kroppspresset skapes ikke av deg. *Aftenposten*. Hentet 23. mai 2019 fra <https://www.aftenposten.no/meninger/sid/i/7QA3/Kroppspresset-skapes-ikke-av-deg>
- Burr, V. (1995). *An Introduction to Social Constructionism*. London: Routledge.
- Cash, T. F. (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. I T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (s. 38-46). New York: Guilford Press.

- Cash, T. F. & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Clarke, V. & Braun, V. (2013). Teaching thematic analysis: Overcoming challenges and developing strategies for effective learning. *The Psychologist*, 26 (2). s. 120-123. ISSN 0952-8229. Hentet 20. mai 2019 fra <http://eprints.uwe.ac.uk/21155>
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry research design. Choosing Among Five Approaches*. (2.utg.). SAGE Publications: London.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving* (5.utg). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Dietrichson, S. (2018). Kroppspress, skole og bekymringer gjør flere jenter psykisk syke. *Forskning.no*. Hentet 20. april 2019 fra <https://forskning.no/skole-og-utdanning/kjonn-og-samfunn-media/kroppspress-skole-og-bekymringer-gjor-flere-jenter-psykisk-syke/286391>
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Universitetsforlaget: Oslo.
- Dowling, F. (2010). Fysisk aktivitet og god helse i kroppsøvingfaget: Problematisk, ikke automatisk. I: K. Steinsholt & K.P Gurholt. (red.). *Aktive live. Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 205-218). Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.
- Elvebakk, L., Engebretsen, B. & Walseth, K. (2018). Kroppen på Instagram: Ungdoms refleksjoner rundt kroppsideal og kroppspress. I M. Øksnes, E. Sundsdal & C. R. Haugen (Red.), *Ungdom, danning og fellesskap: Samfunns- og kulturpedagogisk perspektiv* (s. 81-107). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. (2.opplag). Oslo: Universitetsforlaget.

- Engelsrud, G (2010). Betydninger av teori(er) om kroppen. I:K:P. Gurholt & K. Steinsholt (Red.), *Aktive liv: Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s.35- 50). Trondheim: Tapir forlag.
- Engelsrud, G. & Nordtug, B. (2016). Vi må slutte å prate om kroppspresset. *Forskning.no nettavis med nyheter fra norsk og internasjonal forskning*. Hentet 20. mai 2018 fra <https://forskning.no/meninger/kronikk/2016/03/presset-pa-kroppspresset>
- Everett, F., & Furseth, I. (2012). *Masteroppgaven: Hvordan begynne - og fullføre*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Flaaten, J. A. (2018). Alt dreier seg om kropp, kropp, kropp. Når skal dette ta slutt? *Aftenposten*. Hentet 30. mai 2019 fra https://www.aftenposten.no/meninger/sid/i/yvnJbA/Alt-dreier-seg-om-kropp_kropp-og-kropp-Nar-skal-dette-ta-slutt--Julian-A-Flaaten
- Garrett, R. (2004). Gendered bodies and physical identities. I: J. Evans, B. Davies & J. Wright (Red.), *Body Knowledge and Control. Studies in the Sociology of Physical Education and Health*. (s. 140-157). London: Routledge.
- Gjellan, M., Midbøe O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015a). Derfor er vi misfornøyde med utseende. *NRK*. Hentet 20. mai 2019 fra <http://www.nrk.no/norge/derfor-er-vi-misfornoyd-med-utseendet-1.12399811>
- Gjellan, M., Midbøe O. M., Aardal, E & Vignæs, M. K. (2015b). Én av ti unge vil endre på utseende. *NRK*. Hentet 20. mai 2019 fra <http://www.nrk.no/norge/en-av-ti-unge-vil-endre-pa-utseendet-1.12399764>
- Graneheim, U. H. & Lundman, B. (2004). Qualitative Content Analysis in Nursing Research: Concepts, Procedures and Measures to Achieve Trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24:2 (s.105-12). Hentet 30.april 2019 fra <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0260691703001515>

- Gripsrud, J. (2011). *Mediekultur, mediesamfunn*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children (2nd edition)*. New York: Routledge.
- Hasselqvist, T. (2017). *Våra perfekta kroppar!: En undersökning om "kroppsideal och normer"* (Dissertation). Hentet 22. mai 2019 fra <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:konstfack:diva-5902>
- Hegna, K., Ødegård, G., & Strandbu, S. (2013). En "sykt seriøs" ungdomsgenerasjon? *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 50, 374-377. Hentet 19. mai 2019 fra <https://psykologtidsskriftet.no/oppsummert/2013/04/en-sykt-serios-ungdomsgenerasjon>
- Helsedirektoratet. (2012). *Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet*. (IS-2170). Hentet 10. mai 2019 fra <https://www.helsedirektoratet.no/tema/fysisk-aktivitet>
- Helse- og omsorgsdepartementet (2010). *Veileder til lov 20. juni 2008 nr. 44 om medisinsk og helsefaglig forskning (Helseforskningsloven)*. Hentet 14. april 2019 fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/Veileder-til-lov-20-juni-2008-nr-44-om-medisinsk-og-helsefaglig-forskning-helseforskningsloven/id599512/>
- Jansen, K., & Stenvaagnes, R. (2011). Unge jenter sliter med livskvaliteten. *Bergens tidende*. Hentet 19. mai 2019 fra <https://www.bt.no/nyheter/innenriks/i/qJJ1/Unge-jenter-sliter-med-livskvaliteten>
- Jørgensen, M. W. & Philips, L. (1999). *Diskursanalyse som teori og metode*. (10. Opplag). Roskilde Universitetsforlag.
- Kember, D., Ha, T-S., Lam, B-H., Lee, A. NG, S., Yan, L. & Yum, J. C. K. (1997) The diverse role of the critical friend in supporting educational action research

projects, *Educational Action Research*, 5:3, 463-481, DOI:
[10.1080/09650799700200036](https://doi.org/10.1080/09650799700200036)

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2017). *Det kvalitative forskningsintervjuet*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Kvalem, I. L. (2007). Ungdom og kroppsbilde. I I. L. Kvalem & L. Wichstrøm (Eds.), *Ung i Norge. Psykososiale utfordringer* (s. 33-50). Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

Kvalem, I., & Wichstrøm, L. (2007). *Ung i Norge: Psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

Laake, P., Olsen, B., & Benestad, B. (2013). *Forskning i medisin og biofag* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Larsen, R. S. (2015). Du kan fjerne kroppspresset. *Aftenposten*. Hentet 23. mai 2019 fra <https://www.aftenposten.no/mening/sid/i/eyVK/Du-kan-fjerne-kroppspresset>

Loland, S. (2000). Kroppsyn, idrett og mosjon. *Tidsskriftet den Norske Legeforening*, 2000:120, s. 2919-21. Hentet 19. mai 2019 fra <https://tidsskriftet.no/2000/10/tema/kroppssyn-idrett-og-mosjon>

Lock, A & Strong, T. (2014). *Sosial konstruksjonisme: Teorier og tradisjoner* (Oversatt av P. Røen). Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.

Løvstad, P. (2016). *Ungdommers forståelse av helse*. Masteroppgave ved Norges Idrettshøgskole, Oslo.

Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon. Hva er det som feiler oss?* Universitetsforlaget: Oslo.

- Malterud, K. (2003). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring*. (2.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Malterud, K. (2013). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring*. (3.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- McCullough Jr., D. (2014). *Du er ikke unik*. Trondheim: Flux Forlag.
- Midbøe O. M., Gjellan, M., Aardal, E & Vigsnæs, M. K. (2015). Ungdommer er lei: Utseendepresset er umulig. *Nrk*. Hentet 20. mai 2019 fra https://www.nrk.no/norge/ungdommer-er-lei_-_utseendepresset-er-umulig-1.12399890
- Moen, K.M. (2011). «*Shaking or Stirring*»? *A Case-study of Physical Education Teacher Education in Norway*. Doktorgradsavhandling ved Norges Idrettshøgskole, Oslo.
- Moen, M. K. & Svendsby, E. B. (2019). «Hvorfor overlates elevene til seg selv i garderoben?» *Utdanningsnytt.no*. Hentet 13. mai 2019 fra <https://www.utdanningsnytt.no/debatt/2019/april/knefall-for-kroppshysteriet--eller-lare-toleranse-for-mangfold/>
- Neumann, C. E. B. & Neumann, I. B. (2012). *Forskeren i forskningsprosessen: En metodebok om situering*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Nordtug, B. & Engelsrud, G. (2017). Fysisk aktivitet for bedre psykisk helse – noen betraktninger. *Bedre Skole*; Volum 29.(4) s. 28-33. Hentet 13. september 2018 fra <https://www.utdanningsnytt.no/bedre-skole/debatt/2017/fysisk-aktivitet-for-bedre-psykisk-helse---vet-ikke-om-det-virker/>

- Norges Idrettshøgskole. (2019, 31. januar). NIHs etiske komite. Hentet 30. april 2019 fra <https://www.nih.no/forskning/forskning-pa-nih/etikk/nih-etisk-komite/>
- NOU 2015:8 (2015). *Fremtidens skole. Fornyelse av fag og kompetanser*. Oslo: Statens forvaltningstjeneste.
- Oliver, K. L. (2010). Images of the Body from Popular Culture: Engaging Adolescent Girls in Critical Inquiry. *Sport, Education and Society* 6:2 143- 164. DOI: 10.1080/13573320120084245
- Ommundsen, Y. (2013). Fysisk-motorisk ferdighet gjennom kroppsøving – et viktig bidrag til elevenes allmenndanning og læring i skolen. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 97(2), 155–166. Hentet 2. mai 2019 fra https://www.idunn.no/npt/2013/02/fysisk-motorisk_ferdighet_gjennom_kroppsving_et_viktig_b
- Paechter, C. (2003). Power, Bodies and Identity: How different forms of physical education construct varying masculinities and femininities in secondary school. *Sex Education: Sexuality, Society and Learning*, 3(1), 47–59. DOI: 10.1080/1468181032000052153
- Pedersen, K. (2015). Karakterpresset gjør oss syke! *Verdens Gang*. Hentet 20. mai 2019 fra <https://www.vg.no/nyheter/meninger/i/12LaW/karakterpresset-gjoer-oss-syke>
- Pedersen, W. & Eriksen, I. M. (2019). Hva snakker de om når de snakker om stress? *Norsk sosiologiske tidsskrift* 02:3, s. 101-118. DOI: 10.18261/issn.2535-2512-2019-02-01
- Ritchie, D. & Allan, J. (2015). Let Them Get on with It’: Coaches’ Perceptions of Their Roles and Coaching Practices during Olympic and Paralympic Games. *International Sport Coaching Journal*, 2.2: 108-124. Hentet 12. mai 2019 fra <https://journals.humankinetics.com/doi/pdf/10.1123/iscj.2014-0092>

- Rysst, M. (2011). "Å se bra ut": kroppsidealer og kroppspraksiser i Norge. I *Skjønnhet og helse: det ytre og indre, oppdragsrapport nr. 1-2014* (ss. 11-16). Hentet 12.oktober 2019 fra http://www.hioa.no/extension/hioa/design/hioa/images/sifo/files/file77363_aa-se-bra-ut_mari.pdf
- Rysst, M. & Roos, G. (2014a). Kroppsidealer og kroppspress blant noen kvinner i Oslo. *Statens institutt for forbrukerforskning. Prosjektnotat nr. 5-2014*. Hentet 20. mai 2019 fra http://www.sifo.no/files/file79605_prosjektnotat_5-2014_web.pdf
- Rysst, M. & Roos, G. (2014b). Retusjert reklame og kroppspress. *Statens institutt for forbrukerforskning. Oppdragsrapport nr. 1-2014*. Hentet 19. oktober 2018 fra http://www.sifo.no/files/file79625_oppdagsrapport_1-2014_web.pdf
- Sandli, E., Kvaale, V. K., Jonassen, T. H. & Badi, D. (2015). Unge jenter trener seg syke. *Dagbladet*. Hentet 19. mai 2019 fra <https://www.dagbladet.no/nyheter/unge-jenter-trener-seg-syke/65169071>
- Schille-Rognmo, M. (2017). *Ungdata, mental health and gender differences. A study of gendered mental health re-enactments in Ungdata's dLTC youth surveys*. Mastergradsoppgave ved UiT Norges arktiske universitet, Tromsø. Hentet 21. mai 2019 fra <https://munin.uit.no/handle/10037/11215>
- Shilling, C. (2003). *The Body and Social Theory (2.utg.)*. London: SAGE Publications.
- Skaalvik, E. M. & Federici, R. A. (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Utdanningsforskning*. Hentet 15. mai 2019 fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/prestasjonspresset-i-skolen/>
- Smolak, L., & Thompson, J. K. (2008). Introduction to the second edition. I L. Smolak & J. K. Thompson (Eds.), *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment (2nd edition)* (s. 3- 14). Washington: American Psychological Association.

- Storvoll, E. E., Strandbu, Å., & Wichstrøm, L. (2005). Body image (1992-2002): a cross sectional study of changes in Norwegian adolescents' body image Vol 2/2005. *NOVA- rapport*. Hentet 15. mai 2019 fra <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144505000021>
- Strandbu, Å., & Kvalem, I. L. (2014). Body Talk and Body Ideals Among Adolescent Boys and Girls: A Mixed-Gender Focus Group Study. *Youth & Society*, 46(5), 623–641. Hentet 3. september 2018 fra DOI: 10.1177/0044118X12445177
- Stranden, A. L. (2017). Derfor har unge jenter mer helseplager enn gutter. *Forskning.no*. Hentet 23. oktober 2018 fra <https://forskning.no/barn-og-ungdom-forebyggende-helse-skole-og-utdanning/derfor-har-unge-jenter-mer-helseplager-enn-gutter/342926>
- Sørensen, N. U., Pless, M., Katznelson, N., & Nielsen, M. (2017). Picture Perfect. Præstasjonsorienteringer blandt unge i forskjellige ungdomslivskontekster. *Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 17(2). Hentet 20. mai 2019 fra <https://journals.hioa.no/index.php/ungdomsforskning/article/view/2568>
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. Utgave). Bergen: Fagbokforlaget.
- Tylka, T. L. (2011). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., s. 56-64). New York: The Guilford Press.
- Vrabel, E. (2018). Hva er kroppspress? *Norsk psykolog forening*. Hentet 20. mai 2019 fra <https://www.psykologforeningen.no/publikum/videoer/videoer-om-livsutfordringer/hva-er-kroppspress>
- Utdanningsdirektoratet. (2006). Læreplan i aktivitetlære - felles programfag i utdanningsprogram for idrettsfag (IDR1-01). Hentet 19. september 2019 fra https://www.udir.no/kl06/IDR1-01/Hele/Komplett_visning

Utdanningsdirektoratet. (2015). Læreplan i kroppsøving (KRO1-04). Hentet 19. september 2019 fra <http://www.udir.no/kl06/KRO1-04/Hele>

Walseth, K., Aartun, I., & Engelsrud, G. (2015). Girls' bodily activities in physical education How current fitness and sport discourses influence girls' identity construction. *Sport, Education and Society*. DOI: 10.1080/13573322.2015.1050370

Øgård- Repal, A., Strand, S. A. & Karlsen T-I. (2017). Karakterpress, kroppspress og gjengpress - fokusgruppeintervju av jenter I 9. klassetrinn etter funn fra Ungdata-undersøkelsen." *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid* 02:14, s. 109-20. DOI: 10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03

Tabelloversikt

Tabell 1: <i>Overordnede temaer og undertemaer i analysen</i>	47
--	----

Figuroversikt

Figur 1: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «alle har en mening om kroppen».	48
Figur 2: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi blir påvirket fra mange kanter».	49
Figur 3: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi har alle ulike kvaliteter».	50
Figur 4: Illustrasjon av koder og undertemaer i det overordnede temaet «vi blir ødelagt av jakten på det perfekte».	50

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til skole og ledelse

Vedlegg 3: Informasjonsskriv og samtykkeskjema til deltagere

Vedlegg 4: Godkjenning for behandling av personvernopplysninger fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste A/S

Vedlegg 5: Godkjenning for behandling av personvernopplysninger fra Norges Idrettshøgskoles etiske komite

Intervjuguide

Studie om kroppsbilde og kroppspress blant ungdom i videregående skole

Introduksjon

Ønske velkommen og introdusere meg selv.

Informere om formålet med intervjuet og hvordan det vil foregå.

Opplyse informanten om at det er lov å trekke seg dersom det er ønskelig.

Opplyse om at intervjuet blir tatt opp på lydbånd, taushetsplikt, anonymisering, konfidensiell behandling av data og at prosjektet er meldt inn til NSD og Norges Idrettshøgskoles etiske komite

Intervjuspørsmål/samtale

Introdusere tema og poengtere at jeg er interessert i hva deltageren tenker om temaet kropp, kroppsbilde og kroppspress.

Hva tenker du på når jeg sier ordet kropp?

Kroppen, hva betyr den egentlig for deg?

Er det noen andre ord du tenker på som kan assosieres med ordet kropp?

Hva er dine tanker om kroppen vår, er den viktig/ ikke viktig?

I mediene hører vi om «generasjon prestasjon» og at dagens ungdom skal prestere på mange ulike arenaer. Min personlige forståelse er at mange ungdom i dag føler på dette «presset». På bakgrunn av dette så lurer jeg på om du kan kjenne deg i igjen i disse påstandene, og om det er utbredt i ditt eget miljø?

Vil du si at det finnes «regler» for hvordan man skal se ut i ditt eget miljø?

Kroppsidealet forandrer seg med tidene.

Hva tenker du når jeg sier ordet kroppsideal?

Har du et kroppsideal?

Sammenligner du ditt egen utseende med et ideal?

Hvilke tanker har du om dagens kroppsideal, hvis du tenker at det er et?

Det er også mange som snakker om at dagens ungdom opplever et kroppspress.

Hva er dine tanker rundt det såkalte «kroppspresset»?

Har du noen gang følt på det?

På hvilken måte i så fall?

Tror du dette såkalte «kroppspresset» kan gjøre noe med ditt eget kroppsbylde?

På hvilken måte tenker du at dette presset vi snakker om blir opprettholdt?

Som kroppsøving og idrettslærer er jeg også opptatt av disse temaene i forhold til kroppsøving og idrettsfag.

Hva tenker du om kropp i kroppsøving/idrettsfagene?

Hvor viktig er selve aktivitetene for utviklingen av et positivt/negativt kroppsbylde?

Flere i dag er opptatt av å trene, og kanskje spesielt å fronte det for andre.

Tenker du at det er noen forventninger til kroppen vår når det kommer til trening?

Er det våre egne forventninger eller får vi de fra noen andre?

Utfyllende / utdypende spørsmål: Når du sier XX, kan du beskrive dette nærmere?

Oppklarende spørsmål: Jeg er ikke helt sikker på hva du mener med XX. Kan du prøve å forklare meg det igjen / beskrive det med andre ord.

Informasjonsskriv om forskningsprosjektet
«en kvalitativ studie om kroppsbilde og kroppspress blant elever på studiespesialisering og idrettsfag i videregående skole»?

Jeg er masterstudent ved Norges Idrettshøgskole. Du mottar dette skrivet fordi prosjektet skal undersøke hvordan elever på studiespesialisering og idrettsfag opplever sitt eget kroppsbilde. Jeg ønsker å avtale tidspunkt hvor jeg kan besøke skolen og fortelle kort om prosjektet og rekruttere informanter blant dine elever.

Formål

Jeg er masterstudent ved Norges Idrettshøgskole og i løpet av studieåret 2018/2019 skal jeg skrive en masteroppgave om tema kroppsbilde og kroppspress blant jenter i videregående skole. Formålet med denne studien er å undersøke et tema som har stor relevans i dagens samfunn og dermed noe jeg antar vil være av interesse for mange, spesielt for kroppspøving og idrettsfaglærere. Den foreløpige problemstillingen for studien er: *Hvordan opplever elever på studiespesialisering og idrettsfag sitt eget kroppsbilde?* Med påfølgende underspørsmål: Hvilken betydning kan klasse miljøet ha for elevens kroppsbilde? Hvilken betydning har elevens opplevde kroppspress for kroppsbildet? Dette er et viktig tema i skolen.

Det er ønskelig å rekruttere åtte elever, hvor fire tilhører utdanningsprogrammet studiespesialisering og fire tilhører idrettsfag. Informantene må være elever i en tredjeklasse på en videregående skole på Østlandet. Jeg ønsker at informantene skal være jenter.

Hva innebærer det for elevene å delta?

Elevenes deltagelse i studien vil innebære å bli intervjuet om sine opplevelser og erfaringer med sitt eget kroppsbilde, og hvordan det kan påvirkes av andre faktorer.

Dette intervjuet vil bli gjennomført av meg, masterstudent Marianne Elise Larsen. Intervjuet vil ha en varighet på ca. 45 minutter og vil foregå på skolen. Intervjuet vil bli tatt opp med lydopptaker. Intervjuene vil bli gjennomført på to dager, altså fire intervjuer per dag i skoletiden.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig for elevene å delta i studien. Hvis eleven velger å delta, kan den trekke samtykket når som helst uten å oppgi noen grunn. Alle opplysningene om deltageren vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for eleven hvis den ikke vil delta eller senere velger å trekke seg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om elevene til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil være kun masterstudent og veileder som har tilgang til innsamlet data. All data vil bli anonymisert. Deltagere eller skole vil **ikke** kunne gjenkjennes ved publisering av studien. Deltagerens virkelige navn og eventuelle sensitive opplysninger fra intervjuet vil bli ut med tilfeldige navn for å ivareta anonymitet. Lydopptak vil bli lagret på en ekstern harddisk i et låst skap. De fiktive navnene kan kun identifiseres ved hjelp av en koblingsnøkkel som bare undertegnede har tilgang til. Den vil bli oppbevart som en separert fil med passordbeskyttelse. Prosjektet skal etter planen avsluttes våren 2019. Dataene med personopplysninger oppbevares frem til høsten 2024 ved behandlingsansvarlig institusjon.

Elevens rettigheter

Så lenge eleven kan identifiseres i datamaterialet, har de rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om de,
- å få rettet personopplysninger om dem,
- få slettet personopplysninger om dem,
- få utlevert en kopi av sine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av sine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om eleven?

Vi behandler opplysninger om eleven basert på deres samtykke.

På oppdrag fra Norges Idrettshøgskole har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis elevene, eller skolen, har spørsmål til studien, eller at eleven ønsker å benytte seg av sine rettigheter, ta kontakt med:

- Prosjektansvarlig førsteamanuensis ved Norges Idrettshøgskole Marte Bentzen, telefonnummer: 23 26 22 36, eller via epost: marte.bentzen@nih.no
- Vårt personvernombud: Karine Justad, telefonnummer: 23 26 20 89/ 97 53 67 04 eller via epost: karine.justad@nih.no
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personvernombudet@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Veileder

Marte Bentzen

Student

Marianne Elise Larsen

Vil du delta i forskningsprosjektet
«en kvalitativ studie om kroppsbilde og kroppspress blant
elever på studiespesialisering og idrettsfag i videregående
skole»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke hvordan elever på studiespesialisering og idrettsfag opplever sitt eget kroppsbilde. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Jeg er masterstudent ved Norges Idrettshøgskole og i løpet av studieåret 2018/2019 skal jeg skrive en masteroppgave om tema kroppsbilde og kroppspress blant jenter i videregående skole. Formålet med denne studien er å undersøke et tema som har stor relevans i dagens samfunn og dermed noe jeg antar vil være av interesse for mange, spesielt for kroppsoving og idrettsfaglærere. Den foreløpige problemstillingen for studien er: *Hvordan opplever elever på studiespesialisering og idrettsfag sitt eget kroppsbilde?* Med påfølgende underspørsmål: Hvilken betydning kan klassemiljøet ha for elevens kroppsbilde? Hvilken betydning har elevens opplevde kroppspress for kroppsbildet? Dette er et viktig tema i skolen.

Hva innebærer det for deg å delta?

Din deltagelse i studien vil innebære å bli intervjuet om dine opplevelser og erfaringer med ditt eget kroppsbilde, og hvordan det kan påvirkes av andre faktorer. Dette intervjuet vil bli gjennomført av meg, masterstudent Marianne Elise Larsen. Intervjuet vil ha en varighet på ca. 45 minutter og vil foregå på skolen. Intervjuet vil bli tatt opp med lydopptaker. Intervjuet vil bli gjennomført i løpet av høsten 2018.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil være kun masterstudent og veileder som har tilgang til innsamlet data. All data vil bli anonymisert. Deltager vil **ikke** kunne gjenkjennes ved publisering av studien. Deltagerens virkelige navn og eventuelle sensitive opplysninger fra intervjuet vil bli ut med tilfeldige navn for å ivareta anonymitet. Lyddopptak vil bli lagret på en ekstern harddisk i et låst skap. De fiktive navnene kan kun identifiseres ved hjelp av en koblingsnøkkel som bare undertegnede har tilgang til. Den vil bli oppbevart som en separat fil med passordbeskyttelse. Prosjektet skal etter planen avsluttes våren 2019. Dataene med personopplysninger oppbevares frem til høsten 2024 ved behandlingsansvarlig institusjon.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Norges Idrettshøgskole har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Prosjektansvarlig førsteamanuensis ved Norges Idrettshøgskole Marte Bentzen, telefonnummer: 23 26 22 36, eller via epost: marte.bentzen@nih.no
- Vårt personvernombud: Karine Justad, telefonnummer: 23 26 20 89/ 97 53 67 04 eller via epost: karine.justad@nih.no
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personvernombudet@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Veileder
Marte Bentzen

Student
Marianne Larsen

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om studien og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju.
- at mine opplysninger behandles frem prosjektet er avsluttet.
- at personlig data oppbevares ved behandlingsansvarlig institusjon frem til høsten 2024.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

En kvalitativ studie om kroppsbilde og kroppspress blant elever på studiespesialiserende og idrettsfag i videregående skole.

Referansenummer

418569

Registrert

17.09.2018 av Marianne Larsen - mariannlar@student.nih.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Norges idrettshøgskole / Seksjon for kroppsoving og pedagogikk

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Marte Bentzen, marte.bentzen@nih.no, tlf: 23262236

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Marianne Larsen, marianne_e_larsen95@hotmail.com, tlf: 90709904

Prosjektperiode

01.08.2018 - 01.08.2019

Status

21.11.2018 - Vurdert

Vurdering (1)

21.11.2018 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 21.11.2018 med vedlegg. Behandlingen

kan starte.

MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger frem til 1.8.2019. Etter dette vil datamaterialet oppbevares ved institusjonen i fem år.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD finner at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen

- om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet, vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1 f) og sikkerhet (art. 32)

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Lasse Raa
Tlf. personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

**Søknad 80 -111018 – EN KVALITATIV STUDIE OM KROPPSBILDE OG
KROPPSPRESS BLANT ELEVER PÅ STUDIESPESIALISERING OG
IDRETTSFAG I VIDEREGÅENDE SKOLE**

Vi viser til søknad, prosjektbeskrivelse, informasjonsskriv, samtykkeskjema og innsendt melding til NSD.

I henhold til retningslinjer for behandling av søknad til etisk komitee for idrettsvitenskapelig forskning på mennesker, ble det i komiteens møte av 11. oktober 2018 konkludert med følgende:

Vedtak

Av forelagte dokumentasjon fremgår det ikke eksplisitt om utvalget er fordelt på begge kjønn. Dersom utvalget bare er fra ett kjønn, er det et krav at dette begrunnes.

Komiteen finner at prosjektet er forsvarlig under forutsetning av:

- *At vilkår fra NSD følges*
- *At kjønn ikke skal være et eksklusjonskriterium. Hvis kjønn er et eksklusjonskriterium, forutsetter komiteen at dette begrunnes.*

Komiteen gjør oppmerksom på at vedtaket er avgrenset i tråd med fremlagte dokumentasjon. Komiteen gjør for øvrig oppmerksom på at reell anonymisering forutsetter at det ikke er mulig å tilbakeføre informasjon til personer, hverken direkte (fordi koblingsnøkkel er slettet), eller indirekte. Dersom det gjøres vesentlige endringer

i prosjektet som kan ha betydning for deltakernes helse og sikkerhet, skal dette legges fram for komiteen før eventuelle endringer kan iverksettes.

Med vennlig hilsen

Professor Sigmund Loland

Leder, Etisk komite, Norges idrettshøgskole



Besøksadresse: Sognsveien 220, Oslo
Postadresse: Pb 4014 Ullevål Stadion, 0806
Oslo
Telefon: +47 23 26 20 00, postmottak@nih.no
www.nih.no