

Thea Marie Lauritzen

Presset angår ikke meg

En kvalitativ studie om kropp og «kroppspress» blant elever i videregående skole

Masteroppgave i idrettsvitenskap

Seksjon for kroppsøving og pedagogikk
Norges idrettshøgskole, 2016

Sammendrag

Masteroppgavens tema er kropp og «kroppspress», og dette temaet undersøkes sammen med et utvalg ungdommer i videregående skole. Bakgrunnen for det valgte temaet er den stadig voksende bekymring for, og det mye omtalte «kroppspresset» som det antas at ungdom opplever. Et relevant spørsmål blir dermed å undersøke nærmere hvordan ungdom omtaler det å «leve i» eller med et slikt «press». Problemstillingene for oppgaven er: *Hvordan omtaler og uttrykker et utvalg ungdom seg om kropp?*, *Hva kan det ungdom sier bidra med for å belyse et fenomen som «kroppspress»?* og *Hva kan det ungdom sier bety for kroppsøvingsfagets innhold?*

Læreplanen i kroppsøving er valgt som en faglig kontekst for oppgavens tema, spesielt med tanke at det i *formålet med faget* er foreskrevet at tema om kropp og kroppsidealiser skal inngå som en del av faget (Utdanningsdirektoratet, 2012).

Videre er oppgavens teoretiske forståelse basert på sosialkonstruktivisme, noe som også preger den metodiske tilnærmingen. Det betyr at arbeidet er inspirert av et diskursteoretisk perspektiv som inkluderer et forsøk på å forstå hva som har «makt» over måten informantene uttrykker sin forståelse av kropp på. Det betyr å bygge på at elevenes erfaringer er formet i et samfunn og en samtid, samtidig som ungdom selv former og skaper sin egen forståelse av kropp og «kroppspress». Videre har det vært relevant å fremstille hvilken måte kropp konstitueres på i måten de snakker/ikke snakker om disse fenomenen.

Det anvendes kvalitative metoder med semistrukturert intervju som metode for dataproduksjon. Temabasert analyse har blitt benyttet, noe som innebærer fremstilling av visse typiske og uttrykte fenomener om det ungdommen er mest opptatt av. Temaene har blitt utviklet gjennom grundig arbeid med materialet i kombinasjon med lesing av teori. Analysen er bygget opp ved at informantenes erfaringer først er presentert, videre gjengis dette med «egne ord» og refleksjon, og deretter følger en diskusjon der relevant teori og tidligere forskning er trukket inn.

Funnene er organisert i seks temaer: *kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer*, *kroppssnakk og «fat talk»*, *kropp som visuelt objekt*, *å modifisere kroppen*, *presset*

angår ikke meg og kropp og utseende i kroppsøving. Funnene i analysen viser hvordan ungdom snakker om, erfarer og forhandler om temaet kropp og «kroppspress» i sin hverdag. Det kommer frem at ungdom er opptatt av og engasjerer seg i temaer omkring kropp og utseende, samtidig viser funnene at de ikke tar så tungt på «kroppspress»-problematikken. Kroppsidealet blir omtalt som uoppnåelig, men «presset» er opp til hver enkelt. Resultatene viser at ungdom bruker mye tid på visuelle medier, men at de samtidig er klar over hvilken massiv påvirkning det å bevege seg i denne «verdenen» har for dem. Ungdommenes kunnskap og informasjon om disse tema kan gi god grobunn for refleksjon i skolen. Skolen er en arena der elevene kan ta opp blogger, snakke om temaer de er opptatt av, og selv bidra til å utvikle innsikt både om media og det som kalles «kroppspress», og ikke minst egne erfaringer.

Nøkkelord: kropp, kroppspress, kroppsidealer, utseende, kroppsøving

Abstract

In this qualitative study, it is examined how a selection of Norwegian youth (N = 7) talk about, discuss and experience expectations to body and body image. The background for the topic is the growing concern about, and the heavily featured, pressure on body image that it is assumed that the youth experiences. Understanding how youth experience the widely discussed topics of body, body ideals and body talk might enable society in general, and teachers in for example physical education (PE), to be able to approach and discuss the topic in a more reflective manner.

The curriculum for PE is chosen as the context for the thesis especially because it is described in the subjects' purpose that body and the understanding of the ideal body are central topics (Utdanningsdirektoratet, 2012). The paper is based on social constructivist theory combined with a methodical approach. It means that the work is inspired by a discourse theoretical view, which includes an attempt to understand what has the «power» to influence how the selected group express themselves about the topic «body». The data collected from semi-structured interviews was analysed using a theme-based method. Furthermore, it is presented how body is constituted based on the way that the youth express (and avoid to express) themselves during the interviews.

The findings are organised into six topics: *The body as a «mean» to make new experiences, body talk and «fat talk», body as a visual object, to modify the body, the pressure does not concern me*, and finally *body and looks in PE*. In the analysis it is presented how youth talk about, experience and negotiate about the topics of body and body ideal in their everyday life. The findings show that the youth are not as concerned about the pressure of the ideal body, as first assumed. However, in addition the youth generalise and alienate when asked about the topics, which reveals that they find it difficult to express themselves about the themes. This knowledge and information can give a foundation for critical reflection about these topics for society in general, in the educational system and especially in PE.

Keywords: body, body talk, body ideal, physical education, PE

Innhold

Sammendrag	3
Abstract.....	5
Innhold	6
Forord.....	9
1. Innledning	10
1.1 Bakgrunn	10
1.1.1 Min forståelse	11
1.2 Oppgavens oppbygging.....	12
1.3 Oppgavens faglige kontekst.....	13
1.3.1 Kroppsøvfaget	14
1.3.2 Læreplanverket.....	14
1.4 Problemstilling.....	16
2. Kunnskapsstatus på feltet	17
2.1 Metode for litteratursøk	17
2.2 Forskning på kropp i skolen og kroppsøvfaget	17
2.3 Forskning om kropp, kroppspress og kroppspraksiser i Norge.....	21
2.4 Forskning om kroppens betydning for konstruksjonen av identitet.....	23
2.5 Oppsummering tidligere forskning	24
3. Teori	26
3.1 Sosialkonstruktivisme som vitenskapsteoretisk perspektiv	26
3.2 Michel Foucault (1926-1984).....	28
3.3 Diskursanalyse.....	29
3.4 Kropp i et sosialkonstruktivistisk perspektiv	32
3.4.1 Kroppen som sosialt konstruert.....	32
3.4.2 Kroppsmodifikasjon.....	34
4. Metode.....	35
4.1 Utvalg	35
4.2 Intervju.....	36

4.3	Praktisk gjennomføring av intervju	39
4.4	Transkripsjon	40
4.5	Strategi i analysen	41
4.6	Forskerens rolle.....	43
4.7	Etiske refleksjoner	44
5.	Resultat.....	47
5.1	Kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer	47
5.1.1	Kroppen som et verktøy	48
5.1.2	Det er viktig at man har en kropp, liksom.....	49
5.1.3	Hvis vi trente, så var det for moro	50
5.1.4	Å ha det hyggelig med folk rundt seg	51
5.1.5	Yoga - en pause fra hverdagen.....	53
5.2	Kroppssnakk og «fat talk»	55
5.3	Kropp som visuelt objekt.....	58
5.3.1	Som å ha en presentasjon på skolen.....	59
5.3.2	Det planlagte tilfeldige.....	60
5.3.3	Man blir påminnet det hele tiden, hvordan man skal se ut	63
5.3.4	«Before and after-bilder» - for det er også motiverende.....	65
5.4	Å modifisere kroppen	67
5.4.1	Kroppen, et symbol på hvordan mennesker lever.....	70
5.5	Presset angår ikke meg	72
5.5.1	Presset på kroppspresset – man kan jo snu seg litt vekk også	72
5.5.2	Skal man la seg selv påvirke?	75
5.5.3	Det er veldig viktig at du har god helse - motsigelser når det gjelder trening	78
5.6	Kropp og utseende i kroppsøving	79
5.6.1	Åh, jeg orker ikke gymme!	80
5.6.2	Får ikke trent akkurat slik som man vil.....	80
5.6.3	Å være synlig med kroppen	83
5.7	Oppsummering av resultater	87
6.	Refleksjon om oppgavens relevans og troverdighet.....	91
6.1	Validitet.....	91
6.2	Reliabilitet.....	94
6.3	Overførbarhet.....	94
7.	Avsluttende tanker.....	95
8.	Veien videre	99
	Referanser	100

Vedlegg 1	105
Vedlegg 2	108
Vedlegg 3	110

Forord

Arbeidet med masteroppgaven har vært en lang og lærerik prosess som jeg er utrolig glad og takknemlig for å ha gjennomført.

Først og fremst vil jeg takke min særdeles dyktige og engasjerende veileder, Gunn Engelsrud. Jeg setter stor pris på dine konstruktive tilbakemeldinger, raske svar på e-post og gode råd underveis i arbeidet. Hver gang jeg har vært innom ditt kontor har jeg fått ny inspirasjon og motivasjon til å stå på videre. Tusen takk!

Videre vil jeg rette en takk til de modige elevene som deltok i studien. Uten dere ville jeg ikke hatt noe grunnlag for å skrive denne oppgaven.

Takk til mamma og pappa som har heiet på meg gjennom hele denne prosessen. Deres oppmuntrende ord og støtte underveis har betydd mye for gjennomføringen. Jeg vil også takke mine gode venninner og medstudenter som har gitt meg positiv energi, deltatt i faglige (og mindre faglige) diskusjoner, og fortsatt å invitere til middager og dans, selv om jeg ikke alltid kunne være med.

Og ikke minst vil jeg takke min kjæreste og bestevenn, Steffen. Du har vært stødig som en bauta gjennom alle mine gode og dårlige dager. Nå er denne epoken over og jeg gleder meg til vi skal ut å reise.

Til slutt vil jeg takke NIH for årene som student. Det har vært minnerike år, som jeg vil se tilbake på med et smil om munnen.

Oslo, 30. Mai 2016

Thea Marie Lauritzen

1. Innledning

1.1 Bakgrunn

Temaet for min masteroppgave er kropp og «kroppspress». «Kroppspress» er det spesifikke tema, basert på en grunnleggende forståelse av at kroppen er noe alle har et forhold til. Mitt utgangspunkt er at kroppen, både egen og andres, er formet i samhandling med andre mennesker, med tid, sted og kulturelle idealer og som det finnes ulike oppfatninger om.

Kropp er sosialt og foranderlig kulturelt betinget og noe alle mennesker lever i. Derfor er også kropp noe de fleste mennesker har en mening om. Kropp og debatten om kroppspress får mye oppmerksomhet i dagens samfunn, og blir til stadighet diskutert i media, både av fagfolk og av folk flest (Borgen & Herlofson, 2016; Oppegård, 2015). Dette utgangspunktet håper jeg å forfølge som en rød tråd gjennom oppgaven, og noe jeg ønsker å utforske i språket som skapes mellom meg og mine informanter. Jeg starter med noen referanser der kroppsidealer og perfektjon trekkes inn for å plassere mitt tema.

I Norge har det vært en økt interesse for kropp, utseende og helse, og mange streber etter å se ut som kroppsidealene (Gjelland, Midbøe, Aardal, & Vignæs, 2015b). Det er stor enighet om hvordan kroppsidealene ser ut, og ifølge Rysst (2011) er det strenge normer og regler for kroppsidealer i dagens samfunn. «Kroppspress» er blitt et yndet tema i mediene, og kropp og utseendefokuset blir stadig debattert. Omtrent daglig er det oppslag om temaet, der det veksles mellom råd om hvordan oppnå den «perfekte kroppen», og samtidig oppskrifter på hvordan kroppspresset skal bekjempes (Gjelland, 2015a). Gjennom den nettbaserte debatten *#likmeg* har NRK satt fokuset på utseendepresset som mange unge opplever. Gjennom denne tråden på NRK sine nettsider settes søkelyset på konsekvensene av, og årsakene til utseendepresset. At ungdom og det opplevde «presset» er et tema i tiden vises også da TV2 nylig viste TV-programmet «Sykt perfekt». Fenomenet «kroppspress» har de senere årene glidd inn i dagligspråket og eksperter har uttalt at dette er vår nye helseutfordring (Gjelland, Midbøe, Aardal, & Vignæs, 2015a; Borgen & Herlofson, 2016).

Flere eksperter som ble intervjuet av NRK trekker fram at det å disiplinere seg selv henger sammen med kroppspress (Gjelland, Midbøe, Aardal & Vignæs, 2015c). Ved å, for eksempel, sette seg mål om å veie et visst antall kilo, ha bestemte mål over bryst og midje vil dette kunne utgjøre et «bilde» som etterstrebes med de rette midler. Idrett og aktivitet kan, slik sett, bli et middel for å oppnå idealkroppen. Det dominerende og voksende fokuset på kropp og utseende gjør meg nysgjerrig. Jeg undres over hvor «presset» kommer fra og hvordan ungdom opplever å «leve i det».

1.1.1 Min forforståelse

I løpet av få år, ser det altså ut til at opptatthet av kropp og utseende er blitt en stor del av hverdagen til stadig flere ungdom. Vi lever i et samfunn der bruk av sosiale medier og medier generelt utgjør en stadig større del av hverdagen (Gripsrud, 2011). Internett, sosiale medier og bildedelingstjenester har på kort tid blitt noe vi bærer med oss hvor enn vi ferdes, og smarttelefonen og nettbrettet har gjort det mulig å være pålogget til alle døgnets tider. Med sosiale medier blir vi mer visuelle, vi oppdaterer, kommuniserer og sammenligner, og vi får kontinuerlig tilbakemeldinger og «likes» på det vi deler på internett. «Presset» om en perfekt kropp og utseende har økt med medias store inntreden, og det kan være grunn til å tro at «kroppspresset» derfor har større betydning for ungdom i dag, enn da jeg vokste opp - uten internett eller smarttelefon tilgjengelig.

Som ung kvinne får jeg selv daglig erfare hvordan det er å leve med fokus omkring kropp og kroppsidealer. Som mottaker for kommersielle aktører får jeg presentert «perfekte» kropper på TV, på kollektivtrafikk, og på reklameplakater rundt om i byen. Fordi smarttelefonen er med meg gjennom hele dagen, så er bildedelingstjenester, nettaviser, reklame og sosiale medier det første jeg ser om morgenen og det siste jeg ser før jeg legger meg om kvelden. Selv blir jeg ofte er lei av at mediene fokuserer på kroppens utseende, fremfor å hylle kroppens funksjoner og muligheter. Med et stadig voksende fokus på kropp og utseende er det ikke utenkelig at dagens unge ser på trening og bevegelse som en måte å forbedre utseende, noe som kan utfordre gleden og egenverdien trening kan ha. Disse temaene omkring kroppen engasjerer meg, og samtidig inspirerer meg til å undersøke mer om betydningen av det mulige «kroppspresset» og hvilken rolle det har i samfunnet.

Som kommende lærer i kroppsøving og idrettsfag, er kropp, trening og kosthold en del av min hverdag. Jeg anser det som svært viktig og relevant at kroppsøvingslærere har kunnskap om ungdommers forhold til kropp og trening, spesielt fordi faget er det eneste skolefaget hvor elevene bruker hele kroppen for å oppnå ulike kompetansemål. I faget er elevene i kroppslig utfoldelse, samarbeider om fysiske oppgaver og har kroppslig kontakt med hverandre. Dette gjør elevene mer sårbare i kroppsøving sammenlignet med andre fag. Faget skal ifølge Kunnskapsløftet (2012) ruste elevene til å vurdere ulike kroppsideal og bidra til at elevene får et positivt forhold til egen kropp. Jeg er opptatt av hvordan kroppsøvingslærere kan bidra til at disse målene skal nås i skolen. Utviklingen viser nemlig at ungdom blir mer og mer ubekvemme med egen kropp og ungdom opplever ikke lenger at det er naturlig å vise seg naken foran venner og medelever i garderoben. Dette har resultert i at elever dusjer med undertøy på, eller ikke dusjer i det hele tatt etter kroppsøvingstimene (Bjørnebekk, 2015). Et annet sentralt mål for kroppsøvingfaget er at faget skal inspirere til en fysisk livsstil og livslang bevegelsesglede (Kunnskapsløftet, 2006). Spørsmålet er om disse målene er forenelig med de kroppsidealene som dominerer i samfunnet og «fitness»-trenden som stadig vokser. Min personlige interesse og temaets samfunnsaktualitet er grunnen til at jeg vil undersøke og tilegne meg mer kunnskap om hva ungdom i videregående skole tenker om kropp, og hvordan de opplever det mulige «kroppspresset» i dagens samfunn.

Ved å intervjuere elever i videregående skole vil jeg forsøke å belyse hvilke forståelser om kropp elevene uttrykker, og jeg vil gjennom en analyse av dette, kunne plassere og diskutere tema opp mot annen forskning som omhandler de samme tema.

1.2 Oppgavens oppbygging

Innledningsvis har jeg beskrevet bakgrunnen for masteroppgaven. Jeg introduserte hvorfor jeg har valgt kropp og «kroppspres» som tema. Videre i dette kapittelet presenterer jeg oppgavens faglige kontekst, derav kroppsøvingfaget og læreplanverket. Til slutt i dette kapittelet gjør jeg rede for oppgavens problemstilling.

I det neste kapittelet gjennomgår jeg et utvalg tidligere forskning som jeg har funnet interessant og relevant for min oppgave. I teorikapittelet presenteres oppgavens vitenskapsteoretiske posisjon der jeg gir en beskrivelse av sosialkonstruktivismen og diskursanalyse slik det brukes i oppgaven.

I metodekapittelet presenterer jeg mitt valg av metode. Her utdyper jeg refleksjoner og overveielser omkring utvalg, og jeg gir en beskrivelse av semistrukturert intervju som metode for dataproduksjon. Jeg redegjør for den praktiske gjennomføringen av intervjuene, transkripsjon, samt fremgangsmåten i analyseprosessen og forskerens rolle. Til slutt gjennomgår jeg etiske refleksjoner i prosjektet.

Oppgavens hoveddel er resultatkapittelet. I dette kapittelet presenterer jeg resultatene og analyser av datamaterialet. Kapittelet inneholder seks hovedtemaer om hvordan kropp og kroppspress kommer til uttrykk gjennom det informantene forteller. Først presenteres temaet *kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer*, deretter følger temaet *kroppssnakk og «fat talk»*. Videre presenteres *kropp som visuelt objekt og å modifisere kroppen*. De to siste temaene i oppgaven er *presset angår ikke meg og kropp og utseende i kroppsøving*. Temaene består av ulikt antall underoverskrifter. Temaene er strukturert ved at jeg først presenterer informantenes måte å omtale temaene i intervjuene, videre følger mine «egne ord» og tolkninger og deretter trekkes relevant litteratur og teori inn. Til slutt i dette kapittelet gir jeg en oppsummering om hva som har kommet fram i analysen. Etter resultatkapittelet følger refleksjon om oppgavens relevans og troverdighet, der begrepene validitet og reliabilitet og overførbarhet blir diskutert.

Siste kapittel inneholder mine avsluttende tanker med refleksjon omkring funnene i oppgaven, samt funnenes relevans for kroppsøvingfaget. Jeg runder av oppgaven med kapittelet *veien videre*, der jeg oppsummerer hva jeg har lært, samt kommer med forslag om videre forskning.

1.3 Oppgavens faglige kontekst

I dette kapittel vil jeg presentere kroppsøving i norsk skole og læreplanverket, som en faglig kontekst for oppgaven.

Som fremtidig lærer i kroppsøving og idrettsfag er jeg opptatt av at spørsmålene jeg undersøker også vil ha relevans i en pedagogisk kroppsøvingfaglig kontekst, da mine informanter er elever fra dette faget. Læreplanen i kroppsøving vil være en viktig faglig ramme, som mine funn vil kunne få betydning for, noe jeg kommer tilbake til i slutten

av oppgaven. Jeg vil kort beskrive Kunnskapsløftet 2006, for deretter å trekke inn læreplanverket i kroppsøving.

1.3.1 Kroppsøvingsfaget

Kroppsøvingsfaget har lange tradisjoner i norsk skole. Kroppsøving har historie helt tilbake til 1800-tallet, da meningen med faget baserte seg på fysisk oppdragelse av gutter med et militært formål. Den militære strategien hadde fokus på disiplin, objektiv viten og målbare resultater, som senere samstemte med det generelle folkehigieniske prosjektet etter første verdenskrig (Säfvenbom, 2010). Kroppsøvingsfaget var forankret i et naturvitenskapelig paradigme der produktet var viktigere enn prosessen.

Kroppsøvingsfaget har siden den gang endret og utviklet seg i takt med samfunnet for øvrig. I dag følger kroppsøvingsfaget elevene gjennom hele grunnskolen og faget er obligatorisk på alle videregående studieretninger, bortsett fra idrettsfag som har aktivitetslære. «Kroppsøvingsfaget er blant fagene i norsk skole som samlet sett har flest timer i løpet av den obligatoriske skolegangen» (Säfvenbom, 2010, s. 166).

1.3.2 Læreplanverket

Nasjonale læreplaner er de viktigste styringsstrategiene for skolen, et viktig arbeidsdokument alle lærere må forholde seg til. Siden 1900-tallet har læreplanene hatt ulikt idégrunnlag og utforming og de har blitt til på ulike måter. I nordiske land er det tradisjon at staten utvikler læreplanene, der læreplaner fungerer som direktiver for skolene og lærerne om innholdet og timeantallet i de ulike fagene (Imsen, 2009).

Kunnskapsløftet (LK06) ble vedtatt i Stortinget i 2004 og innført fra skoleåret 2006/2007. Kunnskapsløftet er det nåværende gjeldende læreplanverket i grunnskole og videregående skole. Reformen for læreplanverket innebar en mindre sentral styring av skolene og større lokal handlingsfrihet for kommunene og den enkelte skole.

Kunnskapsløftet består av tre hoveddeler. Del 1 er en generell del som er et overordnet ideologisk dokument. Del 2 består av prinsipper og rammer for opplæring inkludert Læringsplakaten som er vedtatt av Stortinget. Og del 3 som består av fagspesifikke læreplaner som dekker hele opplæringsløpet fra 6 til 19 år (Imsen, 2009).

Utdanningsdirektoratet fikk i oppdrag å gjennomgå læreplanen i kroppsøving i 2011, og det ble oppnevnt en arbeidsgruppe som blant annet skulle ta for seg grunnlaget for vurdering og privatistordningen i faget. Arbeidsgruppen bestod av fire fagpersoner fra

kroppsøvningsfaget; Lyngstad, Flagestad, Leirhaug og Nelvik. I rapporten blir det presentert en faglig diskusjon som omhandler hva faget kan bidra med i en utvidet politisk og samfunnsmessig debatt, der helseperspektivet står sentralt. I rapporten refereres det til Dowling (2010) som skriver at kroppsøvningsfagets orientering mot helse er blitt kritisert der det hevdes at læreplanen fokuserer på et for smalt og avgrenset syn på helse. Dowling (2010) hevder blant annet at den enkeltes helsetilstand ikke bare gjenspeiler dets valg av livsstil, men at sosial klasse, etnisk bakgrunn og kjønn har betydning for den enkeltes helsetilstand og det enkelte menneskets mulighet for å velge en fysisk aktiv livsstil. I rapporten fra 2011 står det at faget og formidlingen av faget gir en relativt begrenset forståelse av elever som subjekter i en mangfoldig bevegelseskultur. I rapporten argumenteres det for viktigheten av å få føringer inn i dagens læreplan som omhandler kritisk refleksjon og problematisering omkring samfunnets kroppsideal (Lyngstad et al., 2011). En revidert læreplan i kroppsøving ble gyldig fra 01.08.2012, der den viktigste endringen var at innsats igjen skal være en del av grunnlaget for karakteren i faget. Sentralt for denne oppgaven er også endringene som ble gjort i *formålet med faget*, der det ble inkludert temaer som omhandler kropp og kroppsideal.

Som tidligere nevnt er det fortrinnsvis læreplanen som styrer hvordan kroppsøvningslærere legger til rette for læring. Læreplanen i kroppsøving inneholder *formålet med faget, fagets hovedområder, fagets timetall, grunnleggende ferdigheter, kompetansemål og vurdering i faget* (Utdanningsdirektoratet, 2012). I læreplanen Kunnskapsløftet 2006 blir kroppsøvningsfaget løftet frem som et allmenndannende fag, og intensjonen er å stimulere elevene til en fysisk aktiv livsstil og livslang bevegelsesglede. I *formålet med faget* står det blant annet at bevegelse er grunnleggende hos mennesket og fysisk aktivitet er viktig for å fremme god helse. Bevegelseskultur i form av lek, idrett, dans, svømming og friluftsliv er en del av danningen og faget skal bidra til at mennesket sanser, opplever, lærer og skaper gjennom kroppen.

Videre står det at kroppsøving er en viktig arena for å fremme fair play og respekt for hverandre, samt medvirke til at elevene opplever glede, mestring og inspirasjon ved å delta i ulike aktiviteter. Elevene skal forstå hvilken betydning egen innsats og motivasjon har for å oppnå ulike mål, samt tilegne seg kunnskap om trening, livsstil og helse. Elevene skal også utvikle kompetanse gjennom et bredt utvalg av lek og

aktivitetsformer, utvikle allsidighet og lære om ferdsel og opphold i naturen. Læreplanen i kroppsøving inneholder også formål som omhandler kropp og kroppsidealer. I Læreplanen (LK06) – formål med kroppsøvingfaget, står det:

Kroppsøving skal medvirke til at elevane opplever glede, meistring og inspirasjon ved å vere med i ulike aktivitetar og i aktivitet saman med andre. Faget skal bidra til at barn og unge utviklar sjølvkjensle, positiv oppfatning av kroppen, sjølvforståing og identitetskjenne. Det skal ruste elevane til vurdering av kroppsideal og rørslekulturar som kan påverke sjølvkjensla, helse, ernæring, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2010).

Det som står skrevet om kropp og kroppsidealer i *formålet med faget* blir stadig mer aktuelt. Som ung kvinne og fremtidig lærer er jeg opptatt av at formålene med faget skal tas på alvor og jeg engasjerer meg spesielt i de sistnevnte. Jeg ønsker mer kunnskap om temaet slik at jeg kan være med på å problematisere og diskutere disse temaene som lærer. Dette er bakgrunnen for min problemstilling, som jeg konkretiserer i det neste kapitlet.

1.4 Problemstilling

Som nevnt innledningsvis opplever jeg at vi lever i en samtid der det eksisterer forventninger om å engasjere seg for kroppen og endringer av den. Fokuset om å ha en bestemt type kropp og utseende vil komme til syne i skolen og kroppsøvingfaget, slik det gjør ved andre arenaer i samfunnet. Jeg er interessert i om det eksisterer et «kroppspress», og hvilken betydning det har for ungdommer i videregående skole. Jeg ser også kroppsøvingfaget som en arena hvor det er relevant å undersøke disse temaene.

Hensikten med denne oppgaven er å undersøke hvordan ungdom uttrykker seg om fenomener omkring kropp og «kroppspress» og hvordan de skaper dette seg i mellom. Mine problemstillinger er formulert slik:

Hvordan omtaler og uttrykker et utvalg ungdom seg om kropp?

Hva kan det ungdom sier bidra med for å belyse et fenomen som «kroppspress»?

Hva kan det ungdom sier bety for kroppsøvingfagets innhold?

2. Kunnskapsstatus på feltet

I dette kapittelet vil jeg presentere et utvalg kunnskap og forskning som er relevant for denne oppgaven. I dette kapittelet vil jeg presentere forskning som omhandler kropp i skolen og kroppsøvningsfaget. Videre vil jeg presentere forskning som omhandler kropp, kroppspress og kroppspraksiser i Norge. Deretter vil jeg presentere forskningen som omhandler kroppens betydning for konstruksjonen av identitet. I den siste delen i dette kapittelet gjør jeg en oppsummering av tidligere forskning av det som er relevant for min problemstilling.

Først vil jeg presentere hvordan jeg fant litteraturen jeg har benyttet meg av i oppgaven.

2.1 Metode for litteratursøk

De fleste litteratursøkene jeg har gjort har vært i ulike nettbaserte fagdatabaser som Web Of Science, Google Scholar, Brage og Oria. De fleste søkene har jeg gjort i Oria, som er et søkeverktøy som inneholder alt biblioteket har trykt elektronisk, samt databaser og en mengde annet elektronisk materiale. Med utgangspunkt i min interesse og problemstilling har jeg blant annet brukt søkeordene; *kroppsøving*, *kropp*, *kroppspress* og *kroppsideal*. Jeg avgrenset søkene til norsk og engelsk språk. Søk på to eller flere søkeord ga få treff, men bruk av ett søkeord ga flere tusen treff. Mye av den relevante forskningen og litteraturen jeg har benyttet meg av har jeg blitt tipset om gjennom seminar med en gruppe masterstudenter kalt «jentegruppa» som skriver om lignende tema. Alle de mest relevante artiklene har jeg lest i sin helhet.

2.2 Forskning på kropp i skolen og kroppsøvningsfaget

I dette avsnittet vil jeg presentere forskningsartikler som omhandler kropp i skolen og kroppsøvningsfaget.

Av internasjonal forskning vil jeg trekke frem Laura Azzaritos empiriske forskning på unge menneskers konstruksjon av kropp, idealkropp og identitet. Hennes forskning undersøker ulike problemstillinger knyttet til kropp i et pedagogisk og sosiokulturelt perspektiv (Azzarito, 2009, 2010; Hill, J. & Azzarito L. 2012). Azzarito bruker visuelle metoder i sin forskning for å undersøke skjæringspunktet mellom kjønn, etnisitet og

sosial klasse der hun knytter disse diskursene opp mot unges konstruksjon av kroppen og det som står i læreplanen for kroppsøving.

Azzarito & Solmon (2006) gjennomførte en kvalitativ studie «A Feminist Poststructuralist View on Student Bodies in Physical Education: Sites of Compliance, Resistance and Transformation», der hovedformålet var å undersøke elevenes konstruksjon av kroppen, og hvordan deres mening om egne kropper hadde betydning for deres deltagelse i kroppsøving. Det ble benyttet både kvalitative og kvantitative metoder i studien. Informantene i denne studien er fra fire 9. klasser ved ulike ungdomsskoler sør-øst i USA. Informantene hadde ulike etnisitet, kroppslig størrelse, deltagelse, og ulike ferdigheter i kroppsøving. I denne studien har Azzarito & Solmon (2006) undersøkt hvordan elever identifiserer seg med bilder av andre kropper, som for eksempel fra ulike treningsmagasiner, og hvilken betydning dette har for elevenes deltagelse i kroppsøving og valg av fysisk aktivitet. Elevenes fortellinger ga et bilde av hvilke kropper som ble oppfattet som henholdsvis komfortable og ikke-komfortable. Resultatene viste at flere av elevene engasjerte seg i kroppsøvingen når aktivitetene opprettholdt deres betydning av kroppen og når aktivitetene kunne bidra til å forme eller beholde en tynn, slank eller muskuløs kropp. Det kommer frem i studien at jentene var signifikant mindre komfortable med egen kropp enn guttene. Azzarito & Solmon (2006) konkluderer med at tematikker som omhandler kropp bør implementeres i lærerutdanningen og de hevder at kritisk pedagogikk er essensielt for å skape en trygg arena der ulike kropper skal føle seg anerkjent og verdsatt.

Azzarito (2009) har i studien «The Panopticon of physical education: Pretty, active and ideally white» gjort en kvalitativ undersøkelse ved to offentlige videregående skoler i USA. Bakgrunnen for denne studien er den sosialt konstruerte kroppen som har blitt en stor del av nyere akademiske diskurser i utdanning og kroppsøving. Unge menneskers konstruksjon av kropp er uløselig knyttet til dominerende kulturelle diskurser av massemedia, identitet og deltagelse i og valg av fysisk aktivitet. Funnene i studien er en del av et større etnografisk prosjekt der målet var å undersøke jenters og gutters konstruksjon av kropp og hvordan dette har betydning for deres deltagelse i kroppsøving. Det ble gjennomført formelle intervjuer med 28 elever (13 gutter og 15 jenter) fra videregående skoler. Det ble benyttet bilder av kropper fra ulike populære

«fitness»- og sportsmagasiner i datainnsamlingen. Funnene er betinget av de kulturelle kontekstene ved de videregående skolene i sør-øst USA. To temaer dukket opp i studien. Funnene viser at kun et lite utvalg av bildene ble identifisert som representativt for jentenes idealkropp, der slank, seksualisert, hvit og «trendy» kropp var viktig. For guttene var det et større utvalg av bildene som var representative for kroppsidealet, men muskuløs, sterk og atletisk stod sentralt. De fleste elevene identifiserte bildet av «cheerleader»-kroppen som idealet for jentene der opptreden og popularitet også var viktige egenskaper. Det andre funnet i studien var at elevenes valg av idealkropper var knyttet til farge/rase. Hvis målet i kroppsøving er å utvikle elevens potensial, må det ifølge Azzarito (2009), etableres pedagogiske områder i skolen for å destabilisere og undergrave kjønnede, rasetilknyttede og sosiale normer for idealkroppen.

Azzarito (2010) har videre undersøkt jenters rolle i kroppsøving og idrett. I artikkelen «Future Girls, transcendent femininities and new pedagogies: toward girls' hybrid bodies?» drøfter Azzarito hvordan jenter assosieres med feminiteter hun kaller «alpha girl» («alpha-jente») og «future girl» («fremtidsjente») som bryter med den tradisjonelle feminiteten, som er føylelig og underlegen maskuliniteten. «Alpha-jenter» er jenter som tror på at de har de samme mulighetene som gutter i samfunnet, når det gjelder utdanning og idrett, men uten at de definerer seg selv som feminister. «Alpha-jenter» ser på idrettsdeltagelse som en mulighet til å lære hvordan de kan yte sitt beste og være selvstendige jenter som tar utfordringer. Azzarito presenterer også «fremtidsjenter» som fremstår som allsidige, fleksible og tilpasningsdyktige og de tar hånd om eget liv og karriere. «Fremtidsjenter» bruker idrettslig kapital og suksess til å øke sin sosiale, akademiske og økonomiske kapital, og idrett benyttes derfor som en inngangsport til videre karrierebygging. Azzarito skriver at medias presentasjon av femininitet spiller en stor rolle i hvordan jenter ser på seg selv og konstruksjonen av deres kropper. Hun skriver videre at media og populærkulturen gir et urealistisk bilde av kroppsidealene.

Dietter og «fitness»-praksiser som blir fremmet i magasiner serverer løsninger for hvordan mennesker skal oppnå den perfekte, slanke «idealkroppen». For at det skal ligge til rette for nye feminiteter i kroppsøvfaget etterlyses det kritisk holdning til medias fremstilling av kroppsidealer. Skolen kan ifølge Azzarito (2010) være en arena der mangfoldet av kropper, erfaring, kultur og religion blir fremmet, i større grad enn likhet og universelle idealer. Å arbeide med en kritisk tankegang kan bidra til å

oppmuntre elever til å diskutere, samt være kritiske til det kroppsidealet som blir presentert i media. I tillegg kan det bidra til at elever får et positivt syn på egen kropp i kroppsøving og ellers.

Til tross for gapet mellom det som står skrevet i lærerplanen og det som skjer i praksis i kroppsøvingsfaget (Borgen & Engelsrud, 2015), er det gjort lite forskning på elevers erfaring med faget i Norge. Dette viser en kunnskapsoversikt som inneholder publikasjoner i Norge i perioden 1978 til 2010 (Jonskås, 2011). Kristin Walseth, Iselin Aartun & Gunn Engelsrud (2015) har til hensikt å fylle dette gapet ved å utforske betydningen av ulike diskurser om jenters konstruksjon av kropp og identitet i kroppsøving. Dette er bakgrunnen for artikkelen «Girls' bodily activities in physical education: How current fitness and sport discourses influence girls' identity constructions». I studien ble det benyttet kvalitativt design som metode der det ble gjennomført observasjon og intervju av en 10. klasse i Oslo. Jentene som ble rekruttert deltok på uformelle samtaler og gruppeintervjuer. 15-åringer ble rekruttert til studien på bakgrunn av at det i denne aldersgruppen er mange gutter og jenter som endrer sine fritidsaktiviteter, mange slutter med organisert idrett og blir medlem av treningssenter. Resultatene ble analysert i henhold til Fangens (2010) tre faser av tolkning. Deretter ble resultatene i studien delt inn i fire ulike temaer; *jentene er prestasjonsorienterte og aktivitetene er konkurransepreget*, *jentene er opptatt av effektiv trening, kosthold og føler seg observert av andre*. Resultatene i studien viser at jentene omfavner «fitness»-diskursen og det kommer frem at det gradvis påvirker kroppsøvingsfaget i større grad. Jentene hevder at tradisjonelle ballaktiviteter ikke er «ordentlig kroppsøving» og at de isteden ønsker at «effektiv trening» skal få mer plass i faget. I artikkelen drøfter forfatterne hvordan skolen og kroppsøvingsfaget kan møte ungdommenes nye aktiviteter, slik som «fitness», og om de nye aktivitetene konkurrerer med kroppsøvingsfaget om å ha innflytelse på unge jenters identitet og selvfølelse. Walseth, Aartun & Engelsrud konkluderer med at det er viktig med kritisk refleksjon rundt kroppsideal og kroppspress i kroppsøvingsfaget, og at lærere ikke lar kroppsøvingsfaget bli preget av «fitness»-tankegang uten videre debatt.

Tidligere forskning (Markula & Pringle, 2006; Azzarito, 2010; Scraton, 2013; Scraton 1992) viser at «fitness» kan være med å utvikle en kroppskultur der kroppen blir sett på som et prosjekt, og et objekt for andres blikk. På bakgrunn av målene for faget, foreslås

det aktiviteter der elevene blir kjent med egen kropp, lærer å uttrykke seg gjennom den og å samarbeide med andre. Denne studien er relevant for min forskning fordi den tar opp mange problematiske forhold omkring kropp og «kroppspress».

2.3 Forskning om kropp, kroppspress og kroppspraksiser i Norge

Videre ønsker jeg i dette kapitlet å presentere undersøkelser som er gjort om kropp, kroppsidealer og kroppspress i det norske samfunnet.

Rysst og Roos (2014a) har undersøkt kroppsidealer, kroppspress og praksiser for endring av utseende blant noen kvinner i Oslo. Deres rapport om kroppspress og kroppsidealer er et utdrag og en videreføring av en større rapport om retusjert reklame og kroppspress som er gjennomført for Barne-, Likestillings- og Integreringsdepartementet. Bakgrunnen for rapporten er det store utseendefokuset som unge kvinner utsettes for daglig og som kan føre til kroppspress. Det ble intervjuet 17 kvinner, med ulik alder og etnisk bakgrunn, hvorav ni av disse var jenter fra videregående skoler i Oslo. Temaet for intervjuene var kvinners tanker om egen kropp i forhold til eksisterende skjønnhetsidealer og kroppspress. Rysst & Roos (2014a) skriver at årsaken til eventuelt kroppspress er kompleks og mangesidig, hvor reklame og media ofte blir utpekt til å spille en viktig rolle. De skriver videre at forskning indikerer at reklamens tekst og ikke minst bilder har innflytelse på hvordan folk tenker om attraktive/ikke attraktive kropper. Media har også betydning for hvordan folk tenker om egen kropp i forhold til idealene som dominerer i samfunnet. I rapporten ble det gjennomført kvalitative intervjuer i gruppe med varighet på 60 minutter. Det ble også vist et eksempel på et ukeblad med en kvinne på forsiden, i tillegg til et spørreskjema med detaljerte spørsmål rundt endring av utseende. Rysst & Roos konkluderer med at resultatene i rapporten støtter antagelsen om kvinners opplevelse av kroppspress som en konsekvens av kulturelle forestillinger om hvordan den perfekte kropp skal se ut.

Rysst (2011) har gjort en undersøkelse om kropp, helse og trening ved å intervju 20 norske kvinner og menn. Materialet bestod også av norske ukeblader. Hensikten med denne undersøkelsen var å vise utseendets betydning som motivasjon for trening, sunt kosthold og vektkontrollpraksiser. Rysst diskuterer hvordan media presenterer gjeldende kroppsidealer og hvordan forventingen om å se bra ut blir ledende for kvinner

og menns dømmende blikk, opplevelse og syn på egen kropp, samt ulike kroppspraksiser. Undersøkelsen viste at informantenes beskrivelser av en sexy og pen kropp samsvarte med idealene som dominerte i norske blader og aviser. Det dominerende kroppsideal for begge kjønn er en slank, trent, og stram kropp med akkurat passe store muskler. Intervjuene viser en tendens til at informantene jobber mot en perfektjonering av kroppen der man aldri blir helt fornøyd. Det kommer også frem i undersøkelsen at kvinner bruker mer tid og krefter på å se bra ut enn menn. Rysst konkluderer med at kroppsidealene som er innbakt i det dømmende blikket bidrar til at mange kvinner og menn er misfornøyd med kroppen sin, og derfor er med på å disiplinere andre folks kropper.

Det vil være interessant å undersøke om denne informasjonen også gjelder informantene i min studie. I rapporten til Rysst oppgir nærmere 70 prosent av jentene som deltok at det var reklame som var den største grunnen til kroppspreset. Det er spennende å undersøke om hva informantene i min studie mener om dette.

Kvalem & Strandbu (2013) har undersøkt hvordan ulike grupper ungdommer snakker om og begrepsfester kropp og kroppsideal. I studien «Body Talk- Group Specific Talk? A Focus Group Study of Variations in Body Ideals and Body Talk among Norwegian Youth» har Kvalem & Strandbu intervjuet 48 jenter og 15 gutter i ni fokusgruppeintervjuer med ungdommer som representerte ulike subkulturer ved to ulike videregående skoler i Oslo. Det ble rekruttert grupper med dansere, modeller og sportsinteresserte fordi disse ungdommene, på ulike måter, er involvert i eksponering og perfektjonering av kroppen. Det ble i tillegg rekruttert radikale feministiske jenter fordi jenter med en slik «attitude» generelt har et mer positivt forhold til egen kropp. Informantene i studien ble rekruttert fra områder med ulik sosioøkonomisk og etnisk bakgrunn. Formålet med studien var å undersøke subkulturelle forskjeller når det gjelder kroppsideal og hvordan de blir oppfattet og snakket om i de ulike gruppene. Resultatene viste at det var enighet blant gruppene om at det kvinnelige kroppsidealet innebar å ha former slik som store bryster, men samtidig være slank, stram og sunn. Det mannlige kroppsidealet ble beskrevet som stram, slank og sunn, men de ulike gruppene hadde ulikt syn på viktigheten av å være stor og muskuløs. Selv om funnene viste at kroppsidealene var mer eller mindre det samme for de ulike gruppene, var det klare forskjeller i hvordan ungdommene adresserte, diskuterte og konseptualiserte

kroppsidealene. Alle gruppene hevdet å være «laid back» og avslappet når det gjaldt oppnåelsen av de kulturelle kroppsidealene og de syntes å være mer bevisst på hvordan kroppsidealer påvirker andre ungdomsgrupper. «Body Talk» ble brukt til å redusere og endre betydningen av dominerende standarder for utseende blant egne venner og jevnaldrende.

Funnene i studien viser at tilhørighet til en subkulturell gruppe med egne normer, ideologi og kroppsidealer kan hjelpe gruppemedlemmene til å kritisk vurdere eller avvise skjønnhetsidealer og standarder i det kulturelle storsamfunnet. Kvalem & Strandbu (2013) konkluderer med at mangfoldet av kroppsregimer blir håndtert på subtile måter mer enn kroppsidealer, og at sammenligningsgruppen spiller en betydelig rolle. På bakgrunn av funnene som presenteres i artikkelen foreslår Kvalem & Strandbu (2013) at gruppetilhørighet og måten de tar opp, diskuterer og konseptualiserer problemer knyttet til kropp kan moderere betydningen av utseende for selv-konseptualisering og internalisering.

2.4 *Forskning om kroppens betydning for konstruksjonen av identitet*

Garrett (2004) har gjennomført en studie av jenters opplevelse av egen kropp, og presenterer tre ulike måter jentene i studien brukte kroppen i sin konstruksjon av identitet. Studien fokuserer på forholdet mellom jentenes erfaringer med egen kropp og utviklingen av deres identitet i fysisk aktivitet. Deltagerne i studien var unge (17-18 år), hvite middelklassejenter fra Australia. Datainnsamlingen bestod av intervjuer og samtaler med deltagerne. Jentene som deltok i studien ga uttrykk for flere og skiftende kroppslige erfaringer når det gjaldt betydningen av kropp, identitet og fysisk aktivitet. Jentenes kroppslige erfaringer varierte avhengig av kontekst, personlige erfaringer og tilgjengelige diskurser. I studien «Gendered bodies and physical identities» skiller Garrett (2004) mellom «den komfortable kroppen», «den dårlige kroppen» og «den annerledes/alternative kroppen». Jentene som hadde et komfortabelt forhold til kroppen aksepterte utseende sitt og var i hovedsak fornøyd med egen kropp. Dette ser ut til å ha sammenheng med at deres kropp i stor grad tilfredstilte det som oppfattes som det vestlige samfunnets kroppsideal. Jentene som hadde et negativt forhold til egen kropp og var misfornøyd med eget utseende blir beskrevet i kategorien som omhandler de som ser på kroppen sin som «den dårlige kroppen». Jentenes bekymringer omkring egen

kropp fikk betydning for jentenes identitet, sosial atferd og involvering i fysisk aktivitet. Deres engasjement for fysisk aktivitet ble hemmet av deres oppfatninger av egen kropp og redselen for andres dømmende blikk var større enn redselen for de fysiske kravene som stilles i aktivitetene. Jentene i kategorien «den annerledes/alternative kroppen» uttrykte at utseende var mindre avgjørende for deres konstruksjon av identitet, selvfølelse og deltagelse i fysisk aktivitet. Disse jentene oppfatter seg selv som annerledes og var i større grad opptatt av kroppens funksjon og mestring av aktiviteter enn utseende og det å oppnå en pen kropp. Garrett (2004) hevder at kroppen er sosialt konstruert både av språk og av visuelle bilder som er i samsvar med de kulturelle normer og praksis for femininitet. Han skriver også at de iboende forestillingene om hva som er idealkroppen for kvinner setter i gang prosesser som kontinuerlig påvirker hvordan unge kvinner ser på seg selv, og bedømmer andre rundt seg. Avslutningsvis skriver Garrett (2004) at kvinner ofte blir fanget i en ond sirkel hvor utseende er nært knyttet til egenverd, og ansvaret for kroppen er plassert hos den enkelte, der de må kjempe mot en ideologi som antyder at de har valg og kontroll over egen kropp.

2.5 Oppsummering tidligere forskning

Forskningen jeg har presentert i dette kapittelet er i hovedsak kvalitativ forskning og utgjør en relevant bakgrunn for min problemstilling. Jeg har trukket fram litteratur fra studier om kropp, «kroppspress» og hvilken betydningen kropp har for konstruksjonen identitet. Forskningen jeg har presentert indikerer at det eksisterer kroppspress, og det er stort sett enighet om hva de kulturelle kroppsidealene innebærer. Årsaken til det eventuelle «kroppspresset» er kompleks og mangesidig, men media og kommersielle aktører viser seg å ha en sentral rolle (Rysst, 2011).

Flere av studiene jeg har valgt å presentere (Azzarito, 2009, 2010; Walseth et al., 2015) undersøker betydningen av kropp og konstruksjonen av kropp i en pedagogisk kontekst, der kroppsøvfaget står sentralt. Forskningen viser hvordan unge menneskers forhold til egen kropp får betydning for deres konstruksjon av identitet og deres valg og deltagelse i fysisk aktivitet og kroppsøving. Forskningen som er gjort på kropp i skolen og kroppsøvfaget viser at elever ønsker nye aktiviteter slik som «fitness» inn i kroppsøvfaget og at det er nødvendig å implementere tematikken i kroppsøvfaget med kritisk refleksjon omkring kropp og kroppsideal. Forskningen

jeg har presentert viser at det kvinnelige kroppsidealet kjennetegnes som slank og «fit», mens det mannlige kroppsidealet viser seg å være godt trent og muskuløs.

Kvalem & Strandbu (2013) har undersøkt hvordan ulike grupper unge mennesker snakker om og begrepsfester kropp og kroppsidealene. Funnene viste at unge stort sett bagatelliserte egen påvirkning av de dominerende kroppsidealene, men er bevisst på hvilken betydning kroppsidealene har for andre. Dette er interessant for min oppgave da jeg ønsker å undersøke hvordan ungdommer opplever kropp ved å analysere det de sier i intervjuene. Med bakgrunn i forskning presentert i dette kapitlet finner jeg det interessant å undersøke videre hvordan et utvalg ungdom opplever denne tematikken og hvilken betydning kroppspress kan ha for ungdoms opplevde hverdag.

For å undersøke disse fenomen har jeg valgt et sosialkonstruktivistisk forankring og en diskursanalytisk tilnærming. En presentasjon av teori følger i neste kapittel.

3. Teori

I dette kapitlet vil jeg presentere oppgavens vitenskapelige forankring, som har betydning for hvordan jeg grunnleggende forstår feltet jeg skal undersøke. Som nevnt tidligere ønsker jeg å belyse hvordan elever i videregående skole omtaler kropp og hvilken betydning fenomenet «kroppspress» kan ha for dem. Jeg vil undersøke hvordan elevene uttrykker sin forståelse av kropp og «kroppspress», ved bruk av et sosialkonstruktivistisk perspektiv og en diskursinspirert analyse, der språket *om* kroppen, og forventningene de uttrykker spiller en viktig rolle. Jeg vil i dette kapitlet gjøre nærmere rede for de nevnte perspektiver.

Det er kropp som er oppgavens utgangspunkt og jeg vil derfor til slutt i dette kapitlet gjøre rede for kropp som sosialt konstruert.

3.1 **Sosialkonstruktivisme som vitenskapsteoretisk perspektiv**

Sosialkonstruktivisme utgjør et bredt teoritilfang innenfor samfunnsvitenskapen. Sentralt er at kunnskap blir oppfattet som konstruert av dem som deltar i bestemte sosiale sammenhenger (Thagaard, 2013). Ifølge Jørgensen & Philips (1999) innebærer et sosialkonstruktivistisk perspektiv at mennesker forstår verden gjennom de ulike kategorier som benyttes og uttrykkes. Forståelsen, uttrykkene og språket som skapes og brukes vil være preget av tiden og kulturen. I samtaler med andre utvikler mennesker sin forståelse av omverden, og denne forståelsen representerer et utgangspunkt for sosiale handlinger (Thagaard, 2013). Ved å anvende et slik perspektiv, vil jeg forstå det informantene uttrykker i intervjuene i lys av en felles kulturell forståelse, mer enn kun en individuell mening. Et sosialkonstruktivistisk perspektiv vil dermed kunne være egnet for å belyse temaer omkring ungdom og kropp da mitt valg i oppgaven er å se kroppen som et kulturelt, sosialt skapt og bevegelig fenomen.

Berger & Luckmann (1966) skriver i sin samfunnsvitenskapelige klassiker «Den samfunnsskapte virkelighet» om hvordan mennesker skaper verden aktivt gjennom sine handlinger, og at mennesker samtidig gjør den til sin egen ved å akseptere den som virkelighet. Deler av denne verden blir en ytre virkelighet, kalt strukturer. Sentralt står hverdagskunnskapen om hvorfor mennesker oppfatter verden som de gjør, og hvorfor

mange mennesker tar samfunnslivet for gitt. Grunntankene til Berger & Luckmann kan oppsummeres i tre setninger: «Samfunnet er et menneskelig produkt. Samfunnet er en objektiv virkelighet og mennesket er et sosialt produkt» (Berger & Luckmann, 1966, s. 9).

Berger & Luckmann hevder at mennesket skaper og blir skapt av samfunnet og de fremhever at denne tankegangen er *dialektisk*. Det vil si at det er en gjensidig påvirkning mellom individ og samfunn. I en slik prosess produseres det som blir menneskets virkelighet. Ifølge Berger & Luckmann er grunnlaget for kunnskap i hverdagen, hverdagsvirkeligheten, en overordnet virkelighet som trenger seg inn i menneskets sinn. Det finnes kun en hverdagsvirkelighet, men flere virkeligheter. Hverdagen er umulig å overse, den leves og oppleves i våken tilstand, noe som er normalt og innlysende. Dette utgjør menneskets naturlige holdning (Berger & Luckmann, 1966). Hverdagslivet fremstår som en virkelighet som kan tolkes av mennesker, og som er subjektivt meningsfylt for dem som en helhetlig verden. Hverdagsvirkeligheten tas for gitt, det kreves kun tilstedeværelse, og den oppleves som en ordnet virkelighet. Mennesker kan ikke eksistere i hverdagslivet uten regelmessig interaksjon og kommunikasjon med andre. Hverdagslivet er fremfor alt et liv med og i kraft av det språket mennesker deler med sine medmennesker. En forståelse av språket er derfor viktig for en forståelse av hverdagsvirkeligheten. Språket som benyttes i hverdagen gir mennesker nødvendige objektivering, og objekter som allerede er utpekt som objekter blir språkliggjort. Ifølge Berger & Luckmann er språket et fenomen som blir betraktet som «naturlig», og er en selvfølgelighet.

Et sosialkonstruktivistisk perspektiv bygger på flere sentrale premisser som en forsker må være klar over og vite forståelsen av i sin forskning. Jørgensen & Philips (1999) viser til Vivien Burrs (1995) fire premisser som binder feltet i sosialkonstruktivismen sammen. Det første premisset bygger på en kritisk forståelse av selvfølgelig viten. Med dette mener Burr (1995) at menneskets syn på viten, og viten om verden ikke kan tas for objektiv sannhet. Det andre premisset handler om at menneskets syn på viten om verden alltid er kulturelt eller historisk innlært. Det vil si at hvert enkelt individ har en egen forståelse av verden ut i fra sin kultur og historie. Videre skriver Burr (1995) om det tredje premisset som viser en sammenheng mellom viten og sosiale prosesser. Ifølge Burr (1995) betyr dette at menneskets måter å forstå verden på skapes og opprettholdes

gjennom sosial interaksjon. Det fjerde og siste premisset fremstiller hvordan forskjellige sosiale verdensbilder fører til sosiale handlinger, og hvordan den sosiale konstruksjonen av viten og sannhet får konkrete sosiale konsekvenser. Disse fire prinsippene viser hvordan det sosialkonstruktivistiske perspektivet har sammenheng med det sosiale aspektet, og kunnskapen til hvert enkelt individ (Jørgensen & Philips, 1999). Ifølge premissene til Burr (1995) innebærer sosialkonstruktivistisk tilnærming at mennesker forstår omverdenen gjennom de kategorier som de gir uttrykk for. Den forståelsen mennesker har, er preget av den kulturen og tiden mennesker lever i. Dette betyr at når jeg analyserer det mine informanter uttrykker, så har jeg med meg dette blikket som forteller at det de sier kommer fra kulturelle «enigheter».

Diskursanalyse kan forankres i sosialkonstruktivistiske perspektiver og er derfor en sentral metode og teori i denne oppgaven. Jørgensen & Philips (1999) skriver at idéhistorikeren Michel Foucault var den som for alvor satte i gang diskursanalysen, både ved å utvikle teori og begreper, og gjennom en rekke empiriske undersøkelser. I neste delkapittel vil jeg presentere Michel Foucault og hans begrep om makt.

3.2 Michel Foucault (1926-1984)

Michel Foucault er interessert i å avdekke reglene for hvilke utsagn som blir akseptert som meningsfulle og sanne i en bestemt historisk epoke (Jørgensen & Philips, 1999). Jørgensen & Philips skriver at Foucault følger det generelle sosialkonstruktivistiske premisset om at viten ikke bare er en avspeiling av virkeligheten, men at sannheten er en diskursiv konstruksjon med ulike kunnskapsregimer som peker ut hva som regnes som sant og falskt. Foucault utvikler senere en teori om kunnskap og makt (Jørgensen & Philips, 1999). Han undersøker relasjonene mellom historie, diskurs, kropp og makt, i et forsøk på å forstå sosiale praksiser og de gjenstander av kunnskap som fortsatt eksisterer og har innvirkning på mennesket (Jørgensen & Philips, 1999). Neumann (2001) skriver at «genealogi undersøker et bestemt fenomen som en diskursiv praksis» (s.154) Genealogien vil, ifølge Neumann (2001), være med på å avdekke hva slags kunnskapsproduksjon som er relevant i tiden, og hvordan denne kunnskapen vil kunne få makt til å styre mennesker i retning av et visst handlemønster.

Foucault ser ikke på aktørene og strukturene som primære kategorier. Makt kommer i fokus og den er i like liten grad som diskursen noe som kun hører til bestemte aktører,

for eksempel personer eller grupper med bestemte interesser. Ifølge Foucault er makten er spredt over ulike sosiale praksiser og skal ikke forstås utelukkende eller undertrykkende, men som *produktiv*. I Foucaults teori konstituerer makten diskurser, viten, kropper og subjektiviteter (Jørgensen & Philips, 1999, s. 23). Han sier det slik:

Det, der gør magten holdbar, der får os til at acceptere den, er simpelthen, at den ikke tynger os som en kraft, der siger «nej», men at den gennemkrydser og producerer ting, den forleder til nydelse, vidensformer, den producerer diskurs. Den skal snarere betragtes som et produktivt netværk, der løber gennem hele den sociale krop, end som en negativ instans, der har undertrykkelse som mål. (Foucault 1980b: 119 sitert av Jørgensen & Philips, 1999, s. 23)

Med dette sitatet hevder Foucault at makt blir en positiv mulighetsbetingelse for det sosiale liv, at det er gjennom makt vår sosiale verden blir produsert og at makt gir objekter ulike karakteristikk, betydning og relasjoner til hverandre (Jørgensen & Philips, 1999). I tillegg til å skape vår sosiale verden, bestemmer makt hvordan omverdenen ser ut, og hvordan den kan formuleres på bestemte *måter*, der andre muligheter er utelukket. På grunn av dette blir makt sett på både som produktiv og begrensende (Jørgensen & Philips, 1999). Foucault ønsker å synliggjøre hvordan ulike diskurser innehar makt til å påvirke menneske og menneskets handlingsmønster. Det er når diskursen påvirker menneskets tanker Foucault mener diskursen får innvirkning på livene våre. På denne måten vil mennesker disiplinere seg selv ved å gjøre det som kreves og er forventet av samfunnet (Shilling, 2003).

Meyer & Sirnes (1999) hevder at dersom man lykkes med diskursanalysen, kan den påvise hva som har makt over menneskers tanker og kategorisering, samt over følelser og emosjonene, og som derfor er opphav til både forståelsen og engasjementet. Videre vil jeg ved hjelp av Jørgensen & Philips (1999) og Meyer og Sirnes (1999) presentere deres diskursbegrep og hvordan jeg tenker å støtte meg til dette i analysene av materialet. Sistnevnte vil jeg komme nærmere inn på i metodekapittelet.

3.3 Diskursanalyse

Som nevnt har jeg valgt å benytte meg av diskursinspirert analyse for å belyse materialet i denne oppgaven. Datamaterialet vil i hovedsak dreie seg om kropp, betydningen av kropp for ungdom og hvordan de omtaler kroppen.

Jørgensen & Philips skriver at «diskursanalyse representerer en teoretisk og metodologisk tilnærming til analyser av samtaler» (sitert av Thagaard 2013, s. 123). Diskursanalyse tar utgangspunkt i den indre forbindelsen mellom språk og handling, det ubevisste betydningsrommet, der det er språket som utgjør forskjellen mellom handling og rene hendelser (Meyer & Sirnes, 1999). Jørgensen & Philips (1999) beskriver diskursanalyse som en helhet av teori og metode, som er forankret i sosialkonstruktivistiske perspektiver. Det er derfor viktig at diskursanalyse ikke brukes som kun en analysemetode løsrevet fra det teoretiske og metodologiske grunnlaget. Jørgensen & Philips referer til premissene for sosialkonstruktivismen som er beskrevet av Burr (1995). Denne helheten inneholder for det første filosofiske premisser, ontologiske og epistemologiske, som gjelder språkets rolle i den sosiale konstruksjonen av verden. Ifølge Neumann (2001) er diskursanalytikerens ikke først og fremst opptatt av det værende, men det vordende/kommende. Ontologi beskriver læren om det værende, mens epistemologi handler om hvordan mennesker kan ha kunnskap om verden (kunnskapsproduksjon). Neumann skriver at «det gir ingen mening å si at verden består av dette eller hint uten å spesifisere hvorledes det ble slik, hvorledes denne verden opprettholdes, og hvorledes den utfordres av andre muligheter» (Neumann, 2001, s. 14) For det andre inneholder den teoretiske modeller, og for det tredje metodologiske retningslinjer for hvordan man inntrer forskningsfeltet og til slutt spesifikke teknikker for språkanalysen.

I diskursen hører handling og språk til den samme dimensjonen som knyttes sammen gjennom meningsbegreper (Meyer & Sirnes, 1999). Språket er ingen tvang, det er den mentale og eksistensielle horisonten mennesket blir født inn i, og som det uttrykker individualiteten sin ved hjelp av. Språket tilhører både individet og samfunnet. En diskurs handler ikke bare om språket, men kommunikasjon i utvidet forstand (Meyer & Sirnes, 1999). Det betyr at det talte og skrevne språket er en del av en mer omfattende kommunikasjon, der man også må se på kroppslige gester, holdninger og uttrykk, samt hvordan mennesker kommuniserer ved å ordne og arrangere de materielle omgivelsene sine (Meyer & Sirnes, 1999). På bakgrunn av det som er nevnt over, må den samfunnsvitenskapelige analysen i første omgang kommunisere noe som folk umiddelbart forstår betydningen av. Dette innebærer at det som er blitt uttalt og kommunisert i intervjuene blir lagt frem. I analysen må det komme frem hvordan den blir produsert og hva det er som styrer oppfatningen av kommunikasjonen, for eksempel

hvilke kategorier som blir benyttet (Meyer & Sirnes, 1999). I min analyse blir dette hva informantene uttrykker om kropp og «kroppspress». I neste omgang handler det derfor om at forskeren må tilføre sin egen forståelse. Det er ikke tilstrekkelig at forskeren kun gjengir og beskriver utsagn og uttrykk, i en diskurs er en ute etter det mentale mulighetsrommet for hva som gir mening, og ikke minst hva som kan bli viktig, seriøst, legitimt, godt, truende, akutt også videre (Meyer & Sirnes, 1999). Diskursanalysen beveger seg fra det eksplisitte og det bevisste, til det underliggende og skjulte for å undersøke distinksjoner og forbindelser som ikke gir seg til kjenne direkte. Disse vil allikevel være til stede i det som ligger under kommunikasjonens overflate (Meyer & Sirnes, 1999).

Som tidligere nevnt er mennesker historisk og kulturelt betinget. Ifølge Jørgensen & Philips (1999) er våre måter å forstå og representere verden på i stadig endring. Det betyr at noe vi først så på som en selvfølgelighet kan endres hvis det kommer ny informasjon til forståelsen man først trodde var sann. «Viten skapes i sosial interaksjon, hvor man både bygger opp felles sannheter og kjemper om, hva som er sant og falsk» (Jørgensen & Philips, 1999, s. 14). Informantene jeg intervjuer er innenfor samme historiske og kulturelle kontekst, og vil derfor være preget av de samme enigheter og sannheter. Den diskursinspirerte analysen vil i mitt prosjekt kunne avsløre og identifisere forventinger og språket ungdommene benytter om kropp, og hvilke normer for kropp og utseende som kan virke som de tar for gitt eller som blir oppfattet som «normalt». Ved å bruke diskursinspirert analyse som metode ønsker jeg å oppdage mer enn det informantene sier om kropp, da er både det som blir sagt og skrevet relevant for å undersøke hvilke mønstre som skjuler seg i diskursene, eller sagt på en annen måte – hvordan diskurser om kroppen opererer gjennom ungdommens språkbruk.

Informantens beskrivelser og uttalelser vil kunne bringe opp diskusjoner om interessante tematikker og få frem hvilke enigheter forskningsfeltet er preget av. Eksempelvis vil noen av diskursene innenfor tema å *modifisere kroppen* kunne inneholde temaer angående hvilke kroppspraksiser som blir gjennomført for å oppnå «idealkroppen», eller for eksempel om trening er noe som gjøres for treningens egenverdi, eller som et redskap for å ivareta eller forandre kroppens utseende.

I neste del av teorikapittelet vil jeg kort beskrive hva det innebærer å snakke om kroppen som «sosialt konstruert». Jeg setter «sosialt konstruert» i anførselstegn fordi det ikke betyr konstruert i den forstand at det er noe som er skrudd sammen på en bestemt måte. Jeg bruker dette perspektivet fordi jeg har blitt opptatt av hvordan ungdom omtaler og snakker om kroppen med språket som skapes sammen med andre mennesker.

3.4 Kropp i et sosialkonstruktivistisk perspektiv

Teorier og forståelser om kroppen er sentralt i denne oppgaven da det er temaer omkring kropp jeg skal undersøke. For å forstå hvorfor mennesker handler og beveger seg som de gjør, trenger vi kunnskap om hvordan samfunnet og den kulturen vi er en del av former oss som mennesker. Sentralt i denne oppgaven er kroppen som sosialt konstruert, da det er kropp, kroppspress og kroppsidealiser som er tema i intervjuene. Informantene beskriver også hvordan det er å leve i et samfunn med strenge normer for kropp og utseende som er formet av kulturen, og som informantene former videre og tar stilling til.

I neste avsnitt vil jeg beskrive kroppen som sosial «konstruksjon», eller sosialt formet.

3.4.1 Kroppen som sosialt konstruert

Alle samfunn vi kjenner har mer eller mindre sterke normer for kroppens funksjon og utseende. Menneskets ønske om å oppnå ulike kropp og skjønnhetsidealiser er ifølge Engelsrud (2006) et fenomen som er like gammelt som menneskeheten selv. Hun skriver «Kroppen er, og har alltid vært, et fenomen for samfunnsskapt konstruksjon» (Engelsrud, 2006, s. 65). Ulike teorier der kroppen ble knyttet til fenomener som identitet, kunnskap og erfaring ble utviklet på 1980-tallet og kalles for den kroppslige vending (the bodily turn). Sosiologiske begreper som handling, makt og identitet ble innenfor dette paradigme knyttet til kroppen, og kroppen ble ansett som viktig for å forstå menneskets handlinger og væremåte. Hvordan ulike forestillinger om kroppen skapes og opprettholdes har vært tema for forskning tidligere. Etterhvert begynte sosiologene å undersøke hvordan folk handlet med kroppen, og hvordan kroppene «spilte ut» sosiale forhold via sine kroppslige bevegelser, erfaringer og følelser (Engelsrud, 2006). Engelsrud skriver at identitet ble sett på som noe mer enn et psykologisk fenomen, det ble i større grad sett på som noe som skapes gjennom konsum

og forbruk, og det ble et økende marked for identitetsprosjekter med kroppen som nedslagsfelt. Filosofen Marcel Mauss publiserte allerede i 1935 en artikkel om det han kalte kroppsteknikker. Ut ifra Mauss' forståelse vil kroppen være preget av de teknikkene og treningen den praktiserer og sosiale forhold vil komme til syne gjennom kroppens uttrykk. Sosial klasse og status vil ifølge Mauss' bli synlige gjennom menneskets gester, gange og væremåte. Implisitt vil kroppen ta til seg de ulike vanene og normene som eksisterer i et samfunn (Engelsrud, 2006). Eksempelvis vil en person fra skatemiljøet bevege seg og uttrykke seg annerledes enn en person fra et dansemiljø.

Professor i sosiologi Chris Shilling (2003) skriver i sin bok at mennesker de siste tiårene har i økende grad blitt mer opptatt av kroppens utseende, størrelse, form, struktur og prestasjon. Dette har blitt stimulert av sentraliseringen av kroppen i en forbrukskultur, – en kultur som ser ut til å forgude og helliggjøre en ung, velformet og seksualisert kropp og en antydning om at dette er tilgjengelig for oss alle. Shilling hevder at stadig flere mennesker blir bevisst på kroppen som en «uferdig» enhet, og at økt kunnskap og teknologisk utvikling i den vestlige verden gjør at kroppen kan bli et prosjekt for endring. Vitenskapen har gitt mennesket en form for økt kontroll over livet og kroppen, samtidig som den ikke formidler verdier som skal veilede oss i vår livsførsel. Det har blitt en økt individualisering av mening i vår moderne tid, hvor hver og en av oss blir overlatt til oss selv for å skape og vedlikeholde verdier som gir livet mening og konsistens (Shilling, 2003). Shilling påpeker at kroppen har blitt vårt faste holdepunkt i verden, som vi bruker når vi skaper mening og selvfølelse. Kroppen er et fenomen av muligheter og valg, og media sprer kunnskap om hvordan kroppen vår skal være. I et mangfold av muligheter kan det oppstå usikkerhet som sammen med behovet for kontroll kan gi uheldige konsekvenser (Shilling, 2003). Shilling hevder at økende kunnskap om kroppen og om hvordan den *kan* kontrolleres bidrar til mer usikkerhet om hva kroppen er, og hvordan den *bør* kontrolleres. Shilling påpeker at oppfatningen og kunnskapen om kroppen er i stadig i utvikling og at dette fører til endringer når det gjelder rammer og begrensninger for kroppen (Shilling, 2003). Folk har en økende refleksivitet i forhold til kroppen. Påvirkningen er global, endringspotensialet er stort og mulighetene mange. Mening blir handelsvare som ulike kommersielle aktører «produserer» (Shilling, 2003).

3.4.2 Kroppsmodifikasjon

Kroppsmodifikasjon er blitt en stor og stadig voksende næring, spesielt i Vesten. Kroppsmodifikasjon handler om å endre og bearbeide kroppens form, utseende og prestasjonsevne (Engelsrud, 2006). Det kan handle om modifikasjoner som piercing, tatovering, kosmetisk kirurgi og bruk av implantater, eller mer moderne teknikker som «fillers», «botox», vippe- og hårførlengelse. Som nevnt tidligere ses kroppsmodifikasjon og ønske om å endre kroppen i sammenheng med den vestlige verdens forbrukskultur. At kroppen blir nedslagsfelt for forandring skyldes ifølge Featherstone (1991) at vi lever i en konsum-kultur der reklame og media kan ta mye av ansvaret. Kroppen blir et sosialt symbol og et middel i konstruksjonen av vår identitet (Featherstone, 1991). Som vist tidligere har det vokst frem en egen kroppsosiologi som søker forståelse av kroppen som sosialt konstruert. Featherstone (1991) hevder at vi beveger oss mot en total kroppslig fremmedgjøring og at det visuelle trykket gjør at nærmest uoppnåelige kroppsidealer internaliseres veldig tidlig. «Imageindustrien» og genteknologien lever av at mennesker ønsker å befri seg fra det biologiske og konstruere kroppen etter normer for hva som er sosialt akseptert og attraktivt (Featherstone, 1991).

I det neste kapitlet presenterer jeg mitt valg av metoder. Metodene jeg har valgt henger sammen med oppgavens vitenskapsteoretiske perspektiv som er beskrevet i det foregående kapitlet.

4. Metode

I dette kapittelet vil jeg presentere valget av metodiske fremgangsmåter. Ifølge Kvale & Brinkmann (2009) betyr begrepet metode opprinnelig «veien til målet». Metode vil si å beskrive veien en forsker «har gått» i sin undersøkelse, inklusive redegjørelser for de valgene som er tatt. Jeg har valgt kvalitativ forskningsmetode. Thagaard (2013) skriver at «kvalitative tilnærminger gir grunnlag for fordypning i de sosiale fenomener vi studerer» (s.12).

Jeg vil først redegjøre for utvalget i oppgaven. Deretter presenterer jeg intervju og intervjuenes forløp. Videre vil jeg vise hvordan jeg analyserte datamaterialet og reflektere rundt forskerens rolle. Til slutt tar jeg for meg noen etiske refleksjoner rundt prosjektet.

4.1 Utvalg

Som nevnt, er jeg i denne oppgaven interessert i å få svar på hvilken betydning kropp og «kroppspress» har for dagens ungdom. For å få svar på dette er jeg nysgjerrig på ungdommers egne omtaler av og meninger omkring temaet. Kvalitative undersøkelser baserer seg på strategiske utvalg (Thagaard, 2013). Ved et slikt utvalg rekrutterte jeg informanter som hadde de egenskapene og kvalifikasjonene som kunne være med å belyse forskningsspørsmålet i min oppgave. Jeg rekrutterte elever fra samme videregående skole i Oslo. Elevene er 17 år gamle og går andre året på studiespesialiserende linje. Jeg valgte elever i denne aldersgruppen fordi jeg ønsket informanter med høyt refleksjonsnivå omkring temaene jeg undersøker. Jeg opplever at ungdom i denne alderen i større grad er opptatt av kropp, og at temaet er en større del av deres hverdagslige samtaler, enn for eksempel elever på barne- og ungdomsskolen. Dette er noe jeg kan anta på bakgrunn av innleggene i Aftenpostens ungdomsspalte Si;Det, og ungdoms ytringer på aftenpostens nettsider «Meninger». På disse arenaene er det omtrent daglig innlegg fra ungdom som skriver omkring temaet kropp og «kroppspress». Jeg ønsket å rekruttere både jenter og gutter til studien. På grunn av oppgavens omfang ble størrelsen på utvalget satt til åtte. Seks jenter og to gutter ønsket å delta i studien. Til slutt endte det opp med syv informanter da en av guttene trakk seg før intervjuet. Skolen elevene ble rekruttert fra er en privat videregående skole der elevene kommer fra mange ulike steder i Oslo, Akershus og Buskerud. Til tross for at

rekrutteringen er gjort fra samme klassetrinn har elevene gått på ulike ungdomsskoler og de vil derfor ha noe ulik erfaringsbakgrunn.

På grunn av at rekrutteringen foregikk ved en privat skole i Oslo er det grunn til å tro at elevene kommer fra velstående familier med høy sosioøkonomisk bakgrunn. Sosioøkonomisk status er en klassifisering der man skiller mellom ulike nivå av utdanning, inntekt og yrke, og kan ofte sees i sammenheng med felles kulturelle normer, verdier og atferd (Det store norske leksikon, 2015). Forskning viser at ungdom som kommer fra familier med høy sosioøkonomisk status har bedre helse (Helsedirektoratet, 2015), og det kan videre ha betydning for elevenes holdninger til kropp og utseende. Det kan derfor tenkes at elevene som er rekruttert til denne studien i større grad er opptatt av kropp og utseende enn elever fra mindre velstående familier, der fokuset er rettet mot mer grunnleggende menneskelige behov. Elevene fra ressurssterke familier har både tid og penger til å bruke på å fikse utseende sitt.

I neste avsnitt vil jeg vise hvordan jeg har brukt intervju som metode for å undersøke temaer omkring kropp og «kroppspress».

4.2 Intervju

Ut i fra oppgavens teoretiske ramme betraktes intervjudata som resultat av sosial interaksjon mellom forsker og den som intervjues, der både forsker og intervjuperson bidrar til kunnskapen som kommer frem av intervjusituasjonen (Järvinen & Mik-Meyer, 2005).

Järvinen & Mik-Meyer (2005) skriver at innenfor et interaktionistisk perspektiv vil forskeren ha stor innflytelse på arbeidet med det empiriske materialet. Forskeren vil aktivt påvirke det som fortelles i intervjuet, og hensikten er ikke å avdekke en mer eller mindre stabil livsverden, men undersøke den meningsproduksjon som blir skapt gjennom den sosiale verden. I henhold til Järvinen & Mik-Meyer (2005) er et generelt kjennetegn ved analyser av intervju at forskeren fokuserer på *hvordan* personene (intervjuer og informant) uttaler seg, vel så mye som *hva* de sier. Dette kan sies ved at forskeren innen for et interaktionistisk perspektiv er like opptatt av meningsproduksjon, som meningsinnhold. Utgangspunktet i analysene er at språket både *reflekterer og skaper* den sosiale virkelighet. I intervjuet vil jeg for eksempel ikke være opptatt av å

«avdekke» informantenes livsverden, eller å ta stilling til det de forteller, men jeg vil heller undersøke meningsproduksjonen. Jeg har lagt vekt på å undersøke *hva* informantene sier kan fortelle om kropp og «kroppspress». Intervju gir et godt grunnlag for å få forståelse for personers erfaringer, tanker og følelser. Med tanke på at jeg er interessert i hvordan informantene snakker om kropp, og hva det de sier kan fortelle meg om temaet, har jeg valgt å benytte meg av kvalitativt intervju.

Det kvalitative intervjuet kan ha flere tilnærminger. Jeg valgte semistrukturert intervju for min oppgave. Semistrukturert forskningsintervju benyttes når hensikten er å undersøke og forstå verden fra informantenes perspektiv (Kvale & Brinkmann, 2009). Det semistrukturerte intervjuet er verken en åpen samtale eller et lukket spørreskjemaintervju, men heller en samtale som føres av intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2009). Denne fremgangsmåten passet min oppgave godt da temaene jeg ønsket å snakke om var fastlagt på forhånd, men rekkefølgen av temaene ble bestemt underveis. På denne måten kunne jeg følge med på hva intervjupersonene fortalte, samtidig som jeg sørget for at temaer som var relevante i forhold til problemstillingen ble diskutert. Jeg var samtidig åpen for at intervjupersonene tok opp temaer som ikke var planlagt på forhånd. Intervjuet ble gjennomført etter en intervjuguide med spørsmål som jeg hadde utarbeidet i forkant.

Thagaard (2013) skriver at både forsker og intervjuperson bidrar til den kunnskap og de perspektiver som kommer frem i intervjusituasjonen. Forarbeidet med å utvikle gode forståelige spørsmål, samt trene på å stille disse var derfor viktig. Ferdighetene som skal til for å kunne gjøre et godt intervju har jeg øvd på i metodefaget på masterstudiet. Thagaard (2013) påpeker at den beste treningen eller opplæringen i å intervjuer, er å intervjuer kolleger og få tilbakemeldinger på gjennomføringen. Før jeg skulle intervjuer elevene gjennomførte jeg et pilotintervju med en medstudent. Jeg fikk konstruktive tilbakemeldinger, og deretter lyttet jeg til opptaket, vurderte spørsmålene og hvordan jeg stilte dem. Dette var lærerikt og interessant, og det ga meg nyttig informasjon om hva jeg skulle forandre og tenke over i møte med elevene. Jeg fant blant annet ut at noen av spørsmålene var svært vanskelig å svare på. Jeg måtte derfor være ekstra tålmodig og la intervjuperson få tenke seg om uten at jeg avbrøt eller la ord i munnen deres. Pilotintervjuet hjalp meg også med å utarbeide den endelige intervjuguiden. Intervjuguiden beskriver i grove trekk hvordan intervjuet skal gjennomføres, med

hovedvekt på de temaene jeg ønsket å ta opp. Til tross for at jeg hadde satt meg godt inn i temaet på forhånd, og gjennomført pilotintervju, var jeg klar over at det å føle seg «hundre prosent forberedt», ikke var realistisk, selv om jeg hadde en forestilling om dette. Her støttet jeg meg imidlertid til Neumann & Neumann (2012) som skriver at forskeren kan ikke vite hva som kommer til å skje under intervjuet. At jeg og andre ikke kan vite hva som kommer til å skje under intervjuet er, slik jeg ser det, også noe av grunnen til å bruke nettopp intervju – jeg ønsker å finne ut hva mine informanter har å si om det jeg har valgt som tema og problemstilling.

Jeg hadde utarbeidet spørsmål som hadde til hensikt å få elevene til å snakke om temaet kropp og særlige deres forventninger til kroppens utseende. Jeg hadde også utarbeidet spørsmål om kroppsideal, og hva de tenker om dagens kroppsideal. Jeg stilte også spørsmål rundt media og hvordan sosiale medier kan ha betydning for ungdommers syn på kropp. Jeg var også inne på hvordan elevene opplever kroppen i kroppsøvingsfaget. Som student og forsker er jeg opptatt av å være åpen for det som dukker opp underveis i intervjuet, vise interesse og være konsentrert om mine informanters uttrykk og erfaringer. Det innebærer at jeg lytter til ordene som blir sagt, hvordan de blir sagt og følger med på egne reaksjoner og informantens kroppsspråk. Det er spesielt i intervjuer hvor det snakkes om sårbare temaer at forsker bør være oppmerksom på dette. Viser informanten tegn til uro er det viktig at forsker handler varsomt og etisk (Neumann & Neumann, 2012). Mitt ønske var at intervjuet skulle forløpe som en samtale med god flyt, slik at informant ikke skulle oppleve intervjuet som et forhør. Samtidig måtte jeg som forsker underveis i intervjuet foreta valg om hva som skulle utdypes mer eller mindre, avhengig av hva som er relevant for problemstillingen. Dette kunne være temaer informantene tok opp som jeg ikke var forberedt på, for eksempel da det ble snakket om «før og etter»-bilder på sosiale medier. Dette vekket min interesse, og jeg valgte å følge opp med utdypende spørsmål. For å få vite mer om disse temaene kunne spørsmålene lyde slik: *Kan du fortelle litt mer om det?* eller *hvordan opplever du det?* Hvis informant snakket om temaer som jeg ikke anså som relevant, for eksempel da det ble snakket om russetiden eller juleballet valgte jeg å ikke utdype dette videre, men å gå videre til neste spørsmål i intervjuguiden.

Kvalitative undersøkelser omhandler ofte personlige og nærgående temaer, og erfaringer omkring kroppen vår kan være vanskelig å omtale (noe det også viste seg å

være). For å opparbeide en trygghet startet vi å snakke om «løst og fast» i forkant av intervjuene. Dette gjorde at intervjuet fikk en «myk» start og hele intervjusituasjonen ble mindre iscenesatt. Dette bidro også til å skape en god dialog mellom meg som forsker og informant. Jeg la vekt på å unngå ledende spørsmål for at elevene selv kunne ta valg om det ville fortelle. Dette er en utfordring, og noe jeg måtte ha i «bakhode» da jeg stilte spørsmål. Jeg hadde fokus på åpne spørsmål og poengterte i forkant av hvert intervju at jeg er spesielt interessert i *informantens egne* tanker om temaet kropp. Underveis i intervjuet innledet jeg flere av spørsmålene med noen få setninger om temaet, før formuleringene kunne høres slik ut: *har du noen tanker om det?, jeg lurer på hva det er som ligger i dette? og hva tror du dette kommer av?*. Flere av spørsmålene lignet veldig på hverandre, for eksempel når jeg spurte om hva de tenker på når jeg sier ordet *kropp*, og hva kropp betyr for dem. På grunn av de åpne spørsmålene jeg stilte fikk jeg lange svar, hvor informanten var inne på flere av spørsmålene jeg hadde tenkt til å stille senere i intervjuet. Spørsmålene jeg hadde formulert på forhånd endret seg derfor underveis i intervjuet avhengig av hva informanten svarte, og jeg måtte improvisere en del underveis. Ifølge Thaaagard (2013) er det viktig for forskeren å ha god kunnskap om temaene på forhånd, slik at forskeren kan stille gode oppfølgingsspørsmål og tørre å bevege seg vekk fra intervjuguiden. Intervjuguiden ligger som vedlegg.

4.3 Praktisk gjennomføring av intervju

Valget av skole falt på en videregående skole der jeg jobber som lærervikar. Dette valget ble tatt av praktiske grunner, fordi jeg da kunne få rask adgang til miljøet. Etter at jeg fikk godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste – personvernforbundet for forskning (NSD) tok jeg kontakt med rektor ved skolen via telefon. Jeg presenterte prosjektet og fikk godkjenning til å gjennomføre undersøkelsen ved skolen. Deretter kontaktet jeg faglærer i kroppsøving for 2. klasse og avtalte tidspunkt for møte med klassen. Jeg møtte selv opp i forkant av en undervisningstime og informerte den aktuelle klassen grundig om prosjektet. Elevene som ønsket å delta tok selv kontakt med meg via telefon. De skrev under på samtykkeerklæringen og vi avtalte tid og sted for intervju. Intervjuene ble gjennomført i skolens lokaler etter endt undervisning, der vi fikk et klasserom til disposisjon. Elevene møtte opp til avtalt tid og intervjuene gikk som planlagt. Hvert enkelt intervju varte mellom 45 og 60 minutter. I intervjuet brukte jeg båndopptaker.

I og med at temaer i kvalitative undersøkelser ofte er nærgående og personlige kan det være vanskelig å finne personer som er villige til å delta (Thagaard, 2013). Fordi jeg er lærervikar ved samme skole kjente elevene til hvem jeg var i forkant. Dette tror jeg hadde en positiv betydning, i første omgang for rekruttering og deretter intervjusamtalene. Jeg trengte ikke bruke mye tid på å opparbeide tillitsforhold, og samtalene fløt godt når vi kom i gang. Ved at jeg kjente til skolens administrasjon, lærere og lokaler gjorde at det var enkelt å få gjennomført intervjuene i praksis.

Videre vil jeg forklare hvordan jeg transkriberte intervjuene.

4.4 Transkripsjon

«Å transkribere intervjuene er en del av fortolkningsprosessen der forskjellene mellom talespråk og tekst kan skape praktiske og teoretiske problemer» (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 186).

Samme dag eller dagen etter at intervjuene var gjennomført transkriberte jeg intervjusamtalene til tekst. Dette må til for å kunne bruke datamaterialet videre i analyseprosessen. Intervjuene var samtaler mellom meg og informantene, ansikt til ansikt. Under intervjuet ble samtalen tatt opp på lydopptak ved hjelp av en båndopptaker. Dette fordi jeg ønsket en god flyt i samtalen uten uønskede pauser, og jeg kunne rette min fulle konsentrasjon mot informanten. Lydfilen ble lagt over på PC-en, slik at det ble enklere å arbeide med under transkriberingen. Filen ble spilt av i VLC Media Player. Transkriberingen var en tidkrevende prosess som avhenger av kvaliteten på opptakene og skrivehastigheten til den som transkriberer. Jeg valgte å bruke god tid og å være så nøyaktig som mulig. Jeg hørte gjennom opptakene og setningene flere ganger, slik at jeg var helt sikker på at jeg fikk en gyldig transkripsjon. Det tok rundt seks timer å transkribere et intervju på 45 minutter.

Transkripsjonen er en fortolkning av språket, og det vil være aktuelt å stille spørsmålet hva som er en god transkripsjon. Jeg tok stilling til hvordan jeg ville gjennomføre transkriberingen på bakgrunn av hva som er relevant for problemstillingen i dette prosjektet (Jørgensen & Philips, 2009). Jeg ønsket at teksten skulle være så lik det opprinnelige utsagnet som mulig. Ifølge Jørgensen & Philips (1999) skal man være forsiktig med å redigere for mye av det som ble sagt fordi taushet, fleip, gjentakelser og

unnlatelser kan ha stor betydning for å avdekke ulike diskurser. Ved transkripsjon er det åpenbart at noen av de mange dimensjonene ved en muntlig intervjusamtale vil forsvinne, slik som kroppsspråk og tonefall og de ikke-verbale uttrykksformene som også er med på å gi informasjon. Fraværet av dette vil være med på å svekke gjengivelsen av intervjuet (Kvale & Brinkmann, 2009). For å få transkripsjonen så nær det virkelig intervjuet som mulig har jeg har valgt å ta med følelsesmessige uttrykk som latter, nøling og sukk. Jeg gjorde i tillegg notater i etterkant av intervjuene for å huske så mye som mulig av intervjusituasjonen. Disse notatene og inntrykkene jeg dannet meg ble en del av selve materialet – som igjen har dannet grunnlaget for analysen.

Jeg har underveis gjort etiske vurderinger med tanke på konfidensialitet av datamaterialet. Både lydopptak og transkripsjoner har blitt oppbevart på datamaskin der det kreves passord for få logget inn. Transkripsjonene har senere blitt oppbevart i låst skap på et rom der kun masterstudenter har tilgang. I oppgaven har jeg valgt å erstatte informantens navn med fiktive navn. Etter transkriberingen hadde jeg veldig mange sider tekst av de syv opptakene. Den transkriberte teksten, mine egne opplevelser av selve intervjusituasjonen før, underveis og etter, utgjorde materialet som er oppgavens datagrunnlag. I neste avsnitt presenteres hvordan jeg gikk frem for å analysere datamaterialet.

4.5 Strategi i analysen

Analyse og tolkning starter allerede under intervjuet med informanten da jeg utviklet en forståelse for de temaene jeg tok opp. Et eksempel på dette var de beslutningene jeg tok underveis i intervjuet om hvilke temaer som skulle utdypes/ikke utdypes. Etter at jeg hadde intervjuet ble innholdet transkribert. Etter transkriberingen leste jeg grundig gjennom alle intervjuene flere ganger. Dette gjorde jeg for å bli godt kjent med datamaterialet.

Analysene ble gjennomført i lys av teori og tidligere forskning. Siden mitt teoretiske perspektiv i denne oppgaven er sosialkonstruktivistisk perspektiv var det relevant å studere hvordan informantene skaper mening gjennom det de sier. Hensikten i denne analysen er å undersøke hvordan ungdommene uttrykker forventningene til kropp og utseende og hva de selv forteller om fenomenet. Analyse av samtaler gir, ifølge Thagaard (2013), grunnlag for å studere hvordan mennesker skaper mening gjennom

måten de ordlegger seg på innenfor en kultur. Med utgangspunkt i mitt valgte teoretiske perspektiv ønsket jeg å studere det som skjer mellom mennesker, og mellom mennesker og samfunn (Thagaard, 2013). Derfor var analyse av språket sentralt i analysen. Jeg har benyttet meg av temabasert analyse, som samtidig er diskursivt inspirert. Jørgensen & Philips (1999) skriver at sosialkonstruktivismen er en fellesbetegnelse og diskursanalyse er én type sosialkonstruktivistisk måte å utføre analyse på. Det varierer hvordan ulike forskere anvender diskursanalyse og det finnes mange diskursanalytiske tilnærminger. Jeg har undersøkt hvordan elevene setter ord på deres forståelse av kropp, og hva de uttrykker kan fortelle om fenomenet «kroppspress». Ifølge Thagaard vil «måter personer snakker om bestemte temaer på, og hvordan de representerer seg selv i forhold til disse temaene, knyttes til etablerte mønstre som kulturen representerer» (Thagaard, 2013 s. 124). Mitt arbeid er diskursivt i den forstand at jeg har forsøkt å finne ut hva som har «makt» over måten informantene uttrykker sin forståelse av kropp på. Jeg er altså opptatt av at elevene er formet i et samfunn og en samtid, samtidig som jeg ikke ønsker å undervurdere at de også skaper sin egen forståelse. Som nevnt, har det vært relevant å fremstille hvilken måte kropp konstitueres i måten de snakker/ikke snakker om disse fenomenen.

Ifølge Jørgensen & Philips (1999) er den overordnede tankegangen at sosiale fenomener aldri kan forstås som ferdig og fastlagte. Språket om kroppen er i stadig endring, noe jeg senere viser i analysene. Det sosiale skapes og endres av diskurser, og alle sosiale fenomener kan derfor undersøkes med diskursanalytiske redskaper. Jeg bruker ikke begrepet «diskurs» hele tiden, men det jeg forsøker å få frem er hvilke temaer/diskurser som noen ganger «tas for gitt» og hvordan noen utsagn har blitt «naturlig» akseptert som sanne (Jørgensen & Philips, 1999).

I min oppgave har det vært relevant å analysere/diskutere hvordan makt fungerer styrende for individ og samfunn. Samtidig ble jeg underveis opptatt av subjektens egen erfaring og jeg ønsket å få frem i analysene at informantene tok stilling/valg i sin hverdag. Etter å ha lest grundig gjennom datamaterialet dukket det opp interessante temaer som jeg ville belyse nærmere. Etter å ha plassert relevante utdrag fra transkriberingen under mine interesseområder, forklarte jeg utdragene fra datamaterialet og det informantene fortalte med egne ord. Deretter reflekterte jeg rundt det informanten hadde sagt. Ved å fortolke går man utover det som blir sagt, og finner frem

til meningsstrukturer og betydningsrelasjoner som ikke fremtrer umiddelbart i teksten (Kvale & Brinkmann, 2009). Under arbeidet med datamaterialet dukket det stadig opp nye interessante temaer som jeg ville få frem. Underveis i dette arbeidet kom jeg frem til de ulike undertemaene/interesseområdene innenfor hovedtemaene. Etter å ha beskrevet det informantene uttrykte med egne ord og tolket materialet, trakk jeg inn relevant forskning og litteratur. Til slutt fikk jeg seks hovedtemaer som belyser ulike sider av hvordan ungdom opplever og uttrykker seg om kropp og «kroppspress».

4.6 Forskerens rolle

«Å situere betyr å plassere» (Neumann & Neumann, 2012, s. 17). Ifølge Neumann & Neumann er det viktig at forskeren har tenkt over sin egen forforståelse før datamaterialet blir samlet inn.

Når jeg som forsker intervjuer informantene vil det være relevant hvordan jeg fremtrer og hvordan informantene oppfatter meg. Forskerens væremåte kan være med på å avgjøre hva informantene sier, hvor mye informanten ønsker å fortelle og hvordan informantene snakker om temaet (Neumann & Neumann, 2012). Som Neumann & Neumann poengterer er det viktig å reflektere over informantens opplevelse av meg som forsker, og hvilken innflytelse det har for dataproduksjonen. Jeg er klar over at forsker og informant har forventinger til hverandre, som ikke er uttalt. Jeg har tilegnet meg forståelse for at jeg som forsker er en del av feltet jeg studerer, har innflytelse på informant og at det er unngåelig at jeg deltar i denne prosessen. Dette er en læringsprosess, men noe som jeg har blitt oppmerksom på underveis.

For å skape en god relasjon til informant forsøkte jeg å sette meg inn i elevenes situasjon i forkant av intervjuene. Jørgensen & Philips (1999) påpeker at det kan være vanskelig å undersøke diskurser/temaer som man har egne meninger om, det er derfor viktig å være oppmerksom på dette.

Personlig har jeg selv mange tanker og erfaringer om kropp og «kroppspress», både som ung kvinne, student og lærervikar. Jeg (som mange andre) får daglig «kjenne på» hvordan det er å leve i et samfunn preget av opptatthet av kropp og kroppsideal. Som kommende kroppsøvlingslærer stiller meg kritisk og undrende til det økende fokus på kropp og det mulige «kroppspresset». Samtidig som jeg har en kritisk holdning, er jeg

svært nysgjerrig på hvordan dette oppleves for elevene. Jeg stiller meg spørrende til hvordan ungdommen «ser» det «kroppspresset» som andre er så bekymret for. Under intervjuene og analysen har jeg forsøkt å legge disse tankene til «siden», og være åpen for det elevene fortalte.

Kvale & Brinkmann (2009) omtaler forskningsintervjuet som et håndverk der det ikke bare er intervjuerens personlighet som er avgjørende, men forskerens kunnskap vil også ha betydning for kvaliteten på intervjuet. Likhet med det min medstudent opplevde under pilotintervjuet, synes informantene det var vanskelig å svare på så åpne spørsmål om kropp. Det er jeg ikke så forundret over, for jeg synes selv det kan være vanskelig å svare på spørsmål som angår kroppen. Hvis en av informantene virket å stå litt fast forsøkte jeg å stille spørsmålene på ulike måter, og å være tålmodig slik at de kunne tenke seg om og ha pauser før de svarte. Jeg ble bedre til å lytte og å tåle pauser etter hvert enkelt intervju. Som nevnt var jeg opptatt av å få til en god dialog med informantene, uten å legge ord i munnen på dem. Dette var mye vanskeligere enn jeg hadde forventet, men for hvert intervju jeg gjorde ble jeg bedre. Dette er tråd med slik Kvale & Brinkmann (2009) fremlegger det: «Intervjuferdighetene læres gjennom intervju praksis» (s. 36). Jeg opplevde ikke elevene som reservert, til tross for at vi snakket om personlige temaer. At elevene av og til lo og brukte humor er en indikator på at de opplevde intervjuet som en trygg situasjon å være i.

4.7 Ethiske refleksjoner

«All vitenskapelig virksomhet krever at forskeren forholder seg til etiske prinsipper som gjelder internt i forskningsmiljøet så vel som i forhold til omgivelsene» (Thagaard, 2009, s. 23) Ethiske retningslinjer i en forskningsprosess er blant annet konfidensialitet under hele prosjektet, informert samtykke, forskerens rolle og konsekvensene ved å delta i undersøkelsen (Kvale & Brinkmann, 2009). I dette avsnittet følger en presentasjon av etiske refleksjoner.

Denne oppgaven innebar innhenting og behandling av personlige opplysninger og meninger. På grunn av dette var det nødvendig å melde inn prosjektet til NSD. NSD vurderte at prosjektet kunne igangsettes fordi det ikke innebar direkte identifiserbare opplysninger. Informantenes navn har blitt erstattet med fiktive navn i oppgaven. Ved prosjektets slutt vil alt datamaterialet bli slettet. Alle informantene signerte skriftlig

Samtykkeskjemaet. Det empiriske datamaterialet ble behandlet konfidensielt og anonymitetene til informantene ivaretatt gjennom bruk av fiktive navn. Godkjenning fra NSD ligger vedlagt.

Konfidensialitet i forskningen handler om at datamaterialet som kan identifisere informantene, ikke avsløres (Kvale & Brinkmann, 2009). Under innsamlingen av datamaterialet var jeg bevisst på at jeg ikke ønsket tilgang til direkte personidentifiserende opplysninger om informantene. Datamaterialet mitt inneholder store mengder indirekte personidentifiserende opplysninger, som kun vil være identifiserende for personer som har kjennskap til informantene eller klassen. Informantenes navn er erstattet med fiktive navn i oppgaven. Datamaterialet slettes ved prosjektets slutt.

Informert samtykke innebærer at informantene informeres om studiens formål og om hovedtrekkene i designet. Det betyr også at informantene får vite fordeler og ulemper med å delta, ulike *konsekvenser*, samt at de kan trekke seg fra studien når som helst. Ved informert samtykke kan jeg være sikker på at informantene deltar frivillig, og jeg får en skriftlig signatur på at de har forstått og godtatt informasjonen (Kvale & Brinkmann, 2009). Dette har jeg forholdt meg til ved å dele ut et informasjonsskriv med samtykkeerklæringsskjema til elevene som ønsket å delta. Jeg ga i tillegg informantene informasjon om hvem som har adgang til datamaterialet, og at det blir anonymisert. Denne informasjonen bidro til en åpenhet mellom meg som forsker og informant, og ga en trygghet til informant som bidro positivt på intervjusamtalen. Informasjonsskriv og samtykkeerklæringsskjema ligger som vedlegg.

Forskerens rolle som person er avgjørende for kvaliteten på den vitenskapelige kunnskap og de etiske beslutninger som tas i kvalitativ forskning. Etiske retningslinjer kan bistå forskeren, men når det kommer til stykke er det forskerens integritet – kunnskap, erfaring, ærlighet og rettferdighet som er avgjørende (Kvale & Brinkmann, 2009). I arbeidet med å frembringe datamaterialet har jeg fått innblikk i informantens liv, deres tanker og følelser. Jeg var forberedt på at temaer omkring kropp kan oppleves sårbar, spesielt for denne aldersgruppen. Allikevel opplevde jeg ikke at vi kom inn på temaer som informantene synes det var ubehagelig å snakke om.

Konsekvenser omhandler de eventuelle konsekvensene det innebærer å delta i undersøkelsen. Dette gjelder både fordeler og ulemper som kan påføres deltageren, der fordelene som blant annet innebærer den kunnskapen deltageren sitter igjen med burde veie tyngst. Jeg som forsker må reflektere over hva det innebærer for informantene å dele personlige og intime tanker og erfaringer. Kvalitativ forskning kan være forførende, og det er viktig å være klar over at forskeren kan få informantene om å gi opplysninger som de angrer på i senere tid. Forskeren burde være klar over mulige konsekvenser ikke bare for deltagerne, men også for den gruppen de representerer (Kvale & Brinkmann, 2009).

I dette kapitlet har jeg gjennomgått valg av metoder og begrunnelser for disse, samt etiske refleksjoner om prosjektet. Jeg har også redegjort for fremgangsmåten i analysene. I det neste kapitlet følger analyse av datamaterialet.

5. Resultat

I dette kapitlet presenterer jeg resultatene og analyser av datamaterialet. Jeg har, som nevnt, vært inspirert av et diskursanalytisk perspektiv i arbeidet med å identifisere temaer/diskurser som vil kunne avsløre forventninger til kropp og utseende, og hvilke normer for kropp og utseende som noen ganger «tas for gitt», eller som blir oppfattet som «normalt». Ifølge Jørgensen & Philips vil «viten skapes i sosial interaksjon, hvor man både bygger opp felles sannheter og kjemper om, hva som er sant og falsk» (Jørgensen & Philips, 1999, s. 14). Informantene jeg intervjuer er innenfor samme historiske og kulturelle kontekst, og vil derfor være preget av de samme enigheter og sannheter.

Jeg har arbeidet frem seks hovedtemaer om hvordan kropp og «kroppspress» kommer til uttrykk hos informantene. Hvert tema har sin overordnede tematikk og mange av temaene har underoverskrifter. Analysene er strukturert ved at jeg presenterer noe av det informantene selv sier i intervjuene, etterfulgt av mine egne ord og tolkninger av datamaterialet. Videre trekker jeg inn forskning og litteratur som jeg tidligere har presentert. De seks hovedfunnene som følger i dette kapitlet er *kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer*, etterfulgt av *kroppssnakk og «fat talk»* og *kropp som visuelt objekt*. Videre presenteres *å modifisere kroppen*, og til slutt *presset angår ikke meg og kropp og utseende i kroppsøving*. I analysen har mine informanter (seks jenter og én gutt fra en videregående skole i Oslo) fått nye navn for å ivareta konfidensialiteten og vil i analysene bli presentert som Anna, Sofie, Ida, Marie, Julie, Kristine og Christian.

5.1 Kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer

Jeg vil i dette avsnittet presentere et tema der kroppen beskrives som «oppdagende og erfarende». Jeg får frem hvordan en av informantene beskriver kroppen som et middel for å gjøre nye erfaringer, lære og skape mening i hverdagen. I kontrast til de andre informantene snakker Sofie mer om kroppen som noe som kan gi henne opplevelser og glede, hva hun kan «gjøre med» og «få til med kroppen». I intervjuet kommer det frem at Sofie er opptatt av å leve et godt liv, være snill mot andre og bevege seg fordi det er gøy og ikke for å endre på utseende. Hun er mer opptatt av «hva man er inni», som hun selv sier. Temaene jeg presenterer i dette kapitlet er først *kroppen som et verktøy og det er viktig at man har en kropp, liksom*. Deretter følger temaet *hvis vi trente, så var*

det for moro. Videre presenteres å ha det hyggelig med folk rundt seg, og det siste temaet i dette kapittelet er yoga – en pause fra hverdagen.

5.1.1 Kroppen som et verktøy

Når jeg spør Sofie om hva kropp betyr for henne er det første hun sier:

Kropp er et verktøy jeg kan bruke, jeg kan gå med det, jeg kan stå på snowboard for eksempel, som jeg gjør veldig gjerne.

Her blir kroppen omtalt som «et verktøy» og Sofie uttrykker hva hun kan «få til med kroppen». Som et verktøy kan kroppen gi henne meningsfulle opplevelser, for eksempel når hun kan bruke kroppen til å stå på snowboard. Ved å bruke «verktøy» om kroppen, er det nærliggende å hevde at Sofie snakker om kroppen som noe annet enn henne selv, noe hun kan bruke. Ved å omtale kroppen som et verktøy blir det verktøyet et nyttig redskap hun *har* og som hun kan ta i bruk for å oppnå et mål. Å omtale kroppen på denne måten gir, hvis jeg trekker inn dualistisk teori, kroppen status som et fysisk objekt. I Sofies måte å snakke om kroppen på, gjenkjennes et dualistisk kroppssyn, der kroppen blir forstått som noe som er adskilt fra og annet enn henne selv. En slik kroppsførståelse knyttes til filosofen René Descartes (1596-1650). Engelsrud (2006) skriver i sin bok «Hva er kropp» at dualistisk teori skiller mellom «det fysiske» som innebærer alle ting i verden og «det psykiske» som er den indre verden med tanker, følelser og opplevelser. Dualismen skiller disse kategoriene, og antar at disse står i et utvendig forhold til hverandre. Ved en dualistisk kroppsførståelse blir både verktøy, maskin eller objekt metaforer til kroppen. Et dualistisk kroppssyn blir her en diskurs som Sofie tar i bruk i sin omtale av kroppen. Å skille mellom kropp og sjel er en etablert måte å snakke på i det daglige språket. Kroppen, slik Sofie snakker om den, er da adskilt fra tanker og refleksjon og kroppen blir i en slik kroppsførståelse et objekt på lik linje med andre objekter i verden. Vi kan ta oss selv i å si at «kroppen er så sliten i dag» eller «kroppen føles så tung». Sofie trenger ikke å ta stilling til at språket hennes er preget av et dualistisk kroppssyn fordi det ligger i språket hennes. Engelsrud (2006) skriver at dette være problematisk å forholde seg til, da kroppen og sinnet ikke kan eksistere uten hverandre. At Sofie snakker om dette med stor entusiasme og et bredt smil om munnen gir et inntrykk av at det å stå på Snowboard gir Sofie stor glede og mening. Sofie snakker om kroppen som noe ytre og objektivt (verktøy), samtidig som hun forteller at kroppen gir henne gledelige opplevelser. Til tross for at den dualistiske

kroppsforståelsen er godt etablert i språket, fremstår Sofie som et tenkende, intensjonelt og handlende menneske. Dette tyder på at det blir kommunisert en tvetydighet, den subjektive kroppen og den objektive kroppen. Kroppen er på samme tid både subjekt og objekt, for oss selv og i vårt forhold til andre. Slik som Sofie gjør i dette tilfellet, der hun både snakker *om* kroppen og erfarer *med* den.

5.1.2 Det er viktig at man har en kropp, liksom

Sofies tanker om kropp skiller seg fra de andre informantene, da hun ikke snakker om utseende, men om hvordan kroppen «fungerer», Sofie forteller at kroppen er en «viktig del av hverdagen» og noe hun tar vare på. Hun sier:

Kropp betyr mye for å kunne lese, skrive og jeg synes kropp er en viktig del av hverdagen. Ødelegger man et ben, så blir hele hverdagen annerledes, kanskje må man sitte i rullestol eller noe. Så jeg synes det er viktig å ta vare på kroppen. Det er viktig at man har en kropp, liksom.

Her blir kroppen betydningsfull for de hverdagslige gjøremålene. Hun sier at hvis hun ødelegger et ben, så vil hverdagen bli annerledes og hun må kanskje sitte i rullestol. Sofie snakker ikke lenger om kroppen som et verktøy og hun omtaler kroppen mer nyansert når hun sier at kropp er viktig for å kunne lese og skrive (noe ikke et verktøy har mulighet til). Hun snakker om kroppen som en grunnleggende forutsetning for livet, hva den kan gjøre og ikke kan gjøre. I studien til Garrett (2004) ble jentene som uttrykte at utseende var mindre avgjørende for deres konstruksjon av identitet, selvfølelse og deltagelse i fysisk aktivitet plassert i kategorien «den alternative kroppen». Disse jentene var, i likhet med Sofie, mer opptatt av mestring av aktiviteter enn det å oppnå en pen kropp.

En svensk studie fra Gøteborgs universitet har fulgt tusen svenske ungdommer i elleve år (Frisén & Holmquist, 2010). Hvert tredje år har de blitt spurt om sitt eget forhold til kropp og utseende. Studien undersøkte hva som kjennetegner ungdommer som er fornøyd med egen kropp og utseende, der det var særlig tre faktorer som utpekte seg. Studien viser at disse ungdommene er mer opptatt av kroppens funksjon og hva den kan gjøre fremfor hvordan den ser ut. Studien fant også at ungdommene som var fornøyd med hvordan de så ut var fysisk aktive og at motivasjonen for å være aktive kom innenfra. Det vil si at ungdommene var i aktivitet fordi de synes det var gøy og helsebringende, ikke fordi det skulle forbedre deres utseende ved å, for eksempel, bli

tynnere eller mer muskuløs. Denne studien støtter opp under det Sofie forteller om at kroppen er noe hun kan bruke til å lese, skrive og stå på snowboard med, og at hun legger vekt på hva hun kan få til med kroppen. Den svenske studien (Frisén & Holmquist, 2010) fant også ut at det var lite snakk om kropp og utseende i hjemmet til de tilfredse ungdommene. Foreldrene til disse ungdommene var lite opptatt av utseende, men fokuserte mer på hvordan ungdommene er som mennesker. Det siste interessante de tilfredse ungdommene hadde til felles var deres kritiske forhold til medias kroppsideal. Flere av informantene i min studie er opptatt av å trene for å forme kroppen etter de kroppsidealene de beskriver. Dette gjør de blant annet ved trene på bestemte måter på treningssenter. Sofie derimot blir motivert av at trening og bevegelse er gøy og at kroppen kan bidra til både kunnskap og erfaring.

5.1.3 Hvis vi trente, så var det for moro

Bevegelsene og forventningene til bevegelsene formes og skapes av det kulturelle samfunnet mennesker er en del av. Da Sofie bodde i Sveits var det få av hennes venner som trente på treningssenter, det var mer vanlig å «ta seg en tur i skogen» mer enn å gå på treningssenter. Hun sier:

I Sveits så var det sånn at hvis vi trente, så var det for moro. Vi sto på slalåm, var skikkelig mye ute. Tok oss en joggetur fordi vi skulle se på froskene i skogen. Men, her er det sånn at folk drar og trener for å bli pene, liksom. Ikke for at de skal holde seg i form eller ha det gøy, da. Det er mer for kroppen skyld, liksom.

Sofie forteller om hvordan hun og vennene hennes i Sveits pleide å trene. Hun forteller at de var «skikkelig mye ute». Det de likte å gjøre var i fokus, og det å jogge for å se på froskene i skogen var en meningsfull aktivitet. Ingen trente for å få et bedre utseende, for å «bli pene», slik som i Norge. Sofie setter kropp og prestasjon i bakgrunnen når hun forteller om hva kropp betyr for henne. Å utforske bevegelse fremheves gjennom det å være ute i skogen og det livet som er der. Å kjenne, merke, og sanse gjennom berøring og fornemmelser i kroppen har betydning for å kunne orientere oss og være de vi er (Engelsrud, 2006). Ved å være opptatt av å lære, utforske, og oppdage vil kroppen automatisk få mindre oppmerksomhet, noe flere forskere hevder kan være helsebringende.

I leken, slik som Sofie forteller om, forsvinner skillet mellom kroppen og sinnet, hun vektlegger det å være i helhetlige opplevelser. Her kommer det frem hvordan mening

skapes i interaksjon med omverdenen på en utforskende måte, som står i kontrast til det å nå et allerede definert mål som er bestemt av andre, eller å bevege seg for å oppfylle kravene til dagens kulturelle ideal. Sofie kaller dette «å trene for å bli pene». Schibbye (2009) skriver at mennesket er det eneste levende vesen som er i stand til å løfte blikket og reflektere over seg selv. Mennesket kan altså ha synspunkter på seg selv, her hører også refleksjon omkring kroppens utseende med. Slike refleksjoner står ikke alene, men formens av den sosiokulturelle konteksten vi er en del av. Dette er i tråd med det Berger & Luckmann (1966) skriver i sin bok «Den samfunnskapte virkelighet», at mennesket skaper og blir skapt av samfunnet og at det dermed er et gjensidig forhold mellom individ og samfunn. I et samfunn preget av objektivisering, slik som kaloriforbruk, BMI og vekt, er det viktig å legge vekt på meningsopplevelser ved fysisk aktivitet, slik som glede og mestring.

5.1.4 Å ha det hyggelig med folk rundt seg

Sofie sier at trening burde handle om noe annet enn utseende. Hun sier at istedenfor å holde seg i form og ha et godt liv fokuseres det på hvordan man ser ut. Hun sier:

Det er jo så synd at trening har blitt så mye fokus på hvordan man ser ut, istedenfor at man skal holde seg i form og ha et godt liv.

Det å ha det hyggelig med folk rundt seg er viktigere enn hvordan folk ser ut. Dette kommer frem i flere av sitatene hennes underveis i intervjuet. Hun sier:

Det har alltid vært sånn at jeg tenker at hvis noen ser utrolig bra ut, men er helt idiot, så blir jeg liksom litt sånn... Jeg setter mer pris på at man er hyggelige mot hverandre og jeg bryr meg ikke så mye om hvordan jeg ser ut, så lenge jeg kan være meg selv når jeg er med venner.

Her omtales det å ha et godt liv som å kunne *være seg selv*, ha det bra med de som er rundt en og å gjøre aktiviteter som «er gøy». Ifølge Sofie er det å fokusere mye på utseende ikke overensstemmende med å ha et godt liv. Ved å være opptatt av utseende tas fokuset vekk fra de gode tingene i livet og ting som «betyr noe».

Pedagog Reidar Säfvenbom (2010) skriver i sin artikkel «Om å lede de unge ut i fristelse – og det gode liv» at en målsetting om å gjøre de unge i stand til selv å finne veier til det gode liv er like gammel som skolen selv. Med daglige oppslag om

«kroppspresset» og forventningene til dagens unge er dette mer aktuelt enn noensinne. Säfvenbom (2010) skriver at ideen om det gode liv står sentralt i alle menneskeliv og handler om «å definere, utforske, erfare, forvalte og bevare» (s.155). Det kan dras paralleller mellom det Sofie forteller og det Säfvenbom skriver om i sin artikkel. Säfvenbom skriver at en større frigjøring fra de kulturelle bevegelsesidealene kan bidra til at elever får større mulighet til å utforske sin kroppslige intellekt. Sofie forteller om aktiv og fri utfoldelse i naturen der det ikke er et begrensende bevegelsesideal som styrer aktiviteten utenfra. Aktivitet er utforskende, lærende og gøy og retter seg ut mot verden. På den måten kan Sofie virkeliggjøre det gode liv i bevegelse, ut i fra sin kroppslige forstand. Säfvenbom referer til Aristoteles når han skriver at det vesentlige med menneskelig lykke er *ikke* rikdom og nytelse, men aktiv og fri utfoldelse av de evner naturen har utstyrt oss med. Säfvenbom skriver at Aristoteles betraktet opplevelsen av å ha fri tid til å erfare og reflektere over forholdet mellom intellekt og idealer som en forutsetning for menneskets selvutvikling og autonomi og at lykke for mennesket er når det er i stand til å utvikle seg selv – uten å egentlig være nødt til det (Säfvenbom, 2010). Hva som er et godt liv varierer fra menneske til menneske.

Statistisk sentralbyrå har gjort undersøkelser som beskriver verdioppfatninger blant den norske befolkningen og som støtter oppunder det Sofie forteller. Ifølge Statistisk sentralbyrå (1999) mener befolkningen at det gode liv innebærer blant annet sosialt samvær med familie og venner. Å skape gode relasjoner kan være et godt grunnlag for å gjøre mennesker trygge på andre og seg selv. Å være trygg på seg selv og å verdsette kroppen kan være med å bidra til at kroppen ikke blir sett på som et objekt, men et verdifullt erfarende subjekt. Det vil dermed ikke være interessant å ha fokus på kroppens utseende, fordi man er trygg på den kroppen man har. Kvalem & Wichstrøm (2007) skriver at nære vennerelasjoner kan være beskyttende og gi god selvfølelse. Gode relasjoner kan dermed mer eller mindre bidra til å skape avstand fra «kroppspresset». Sofie forteller selv at hun ikke har «en perfekt kropp», men hun sier at hun aldri har brydd seg så mye om kroppen utfra et utseendefokus. Hun sier:

Jeg synes ikke jeg har en perfekt kropp, liksom. Sånn hvis jeg ser på blader med masse forskjellige klær, skulle ønske jeg kunne vært sånn, litt mer trent og... ja. Jeg har liksom bare tenkt at man lever jo bare en gang, og så får man heller bare nyte det og ikke fokusere så mye på utseende, men heller på hva man er inni.

Sofie snakker innenfor det tema Säfvenbom er opptatt av når hun legger vekt på å ha det hyggelig med de som er rundt henne. Ved å rette seg mot hvordan hun *har det*, for eksempel når hun er med venner. Hun sier videre: «Det nytter ikke å ha den fine kroppen, hvis du ikke har et fint smil». Trekker vi inn splittelsen mellom kropp og sjel, går det også igjen i skillet mellom kroppen og smilet. Smilet viser til det som er innvendig, men kroppen er kun det andre ser. En fin kropp nytter ikke, altså er det ikke bruk for, men smilet - det er noe helt annet. Smilet kommer innenfra, det er ekte, og det er ifølge Sofie det som betyr noe. Med dette blir «en fin kropp» noe som ikke har verdi, den vil ikke hjelpe deg videre i livet. Skillet mellom den innvendige kroppen og den utvendige kroppen (kroppens overflate) aktualiseres her, noe som jeg skal vise senere at også omtales av de andre ungdommene, men da ut ifra at det å være «pen» har en selvstendig verdi.

5.1.5 Yoga - en pause fra hverdagen

Sofie «merker» ikke så mye til «kroppspresset». Hun er sunn, frisk og fornøyd. Hun bruker ikke mye sminke og hun har på seg klær som ikke har matchende farger og er heller ikke motepreget. Flere ganger nevner hun viktigheten av å kunne være seg selv fremfor å se bra ut. Istedenfor å trene på treningssenter trener Sofie yoga. Hun forteller at hun er på time en gang i uken. Hun sier:

Det er 75 minutter. Og det er en pause fra hverdagen. Og når jeg har prøver og leser veldig mye og er litt stresset, da har jeg de 75 minuttene hvor jeg kan slappe helt av. Men samtidig føler jeg at jeg har trent etterpå, for det er ganske slitsomt. Også har jeg blitt mye mykere. Og etter at jeg er ferdig med det har jeg mye mer energi og føler meg mye mer opplagt. Også lærer vi mye om hvordan vi kan beholde roen. Under tentamen bruker jeg noen av de pusteteknikkene jeg har lært for å roe ned kroppen. Hvis vi har vært på flytur og er veldig slitne er det godt å sette bein opp ned slik at man får igjen blodsirkulasjonen. Og såne ting. I yoga er det ikke om å gjøre å være best, men å føle sin egen kropp. Og det synes jeg er et veldig bra konsept. At man ikke skal se på andre, men kun fokusere på sin egen pust og kropp og... alle kropper er forskjellige. Noen kommer lenger ned i spagaten, mens andre er mykere i overkroppen. Så det synes jeg er veldig bra.

Sofie beskriver det som «en pause fra hverdagen». Hun blir mykere, får stress ned, hun får mer energi og er mer opplagt etterpå. Sofie snakker nå om kroppen som noe mer enn et verktøy, eller kun en overflate. Sofie omtaler kroppen som en betydningsfull organisme, kroppen har fått en større betydning og hun nevner pust og blodsirkulasjon.

Yogapraksis er forbundet med pust, opplevelse av seg selv og egen bevegelse. Sofie forteller at hun bruker pusteteknikker for å roe ned kroppen, og at yoga gir henne et pusterom i hverdagen. Yoga kan også passe inn i «verktøy» som jeg tidligere trakk inn som en diskurs basert på intervjuet med Sofie. Mange hevder at det å kontrollere pusten og fokusere på en dyp pust kan være smertelindrende. «Ordet *inspirare* på latin, *inspiration* på engelsk er et ord som knytter det å puste til det å bli inspirert i betydningen «å få nye ideer og tanker» (Engelsrud, 2006 s. 57). Innpust kan bidra til å innta nye tanker og inntrykk og dyp utpust er forbundet med frigjøre spenninger og tanker. Sofie sier at det hun liker godt med yoga er at det ikke er viktig å være best, men at fokuset er kun på en selv og sin egen kropp. «Å føle sin egen kropp» er også en diskurs Sofie trekker inn - tilstedeværelse i egen kropp. Det å komme i kontakt med kroppen kan være hjelpelig med å takle følelser og samtidig utvikle seg som menneske (Engelsrud, 2006). Bevegelse slik Sofie beskriver er en måte å bli kjent med selv selv og egen kropp. På den måten gir en slik diskurs kroppen gyldighet i en sammenheng som gjør at kroppens utseende mindre viktig.

Ved å føle kroppen i bevegelse kan kulturelle kroppsideal og diskurser om kropp og utseende utfordres. Det vil kunne skape en forståelse av kroppen som meningsfull organisme og en forståelse som i større grad tar utgangspunkt i kroppen som subjekt enn et objekt for utstilling.

Det å være opptatt av den funksjonelle kroppen, og å trene for å ha det moro og å være fornøyd med seg selv kan sees som en trygg posisjon å plassere seg i. Ved å se det Sofie forteller i lys av diskurser/forventningene til dagens ungdom om å være sunne, er Sofies måte å snakke om kropp på et uttrykk for et «sunt» ideal. I og med at alle samfunn er basert på normer og regler, som varierer i omfang og styrke (Eriksen & Breivik, 2006), er det særlig interessant hvordan jeg får frem det Sofie forteller om å *ikke* være opptatt av utseende. Det skriver seg inn i en «normalitet» og vil ifølge en kulturell norm være den «riktige» måten å tenke om kropp på, noe som vil være lett å anerkjenne av, for eksempel, kroppsøvlingslærere. I neste avsnitt vil jeg vise en annen måte å omtale kroppen på, der «kroppssnakket» hentes fra en annen tematikk og annen diskurs.

5.2 Kroppssnakk og «fat talk»

Det kommer frem i materialet at informantene snakker mye om kropp og utseende i hverdagen, både egen og andres. De forteller at de ofte snakker nedlatende om egne kropper, og positivt om andre sine. Det kan være å kommentere andres kropper på gaten, i sosiale medier eller blant venner og bekjente. Det er også vanlig å uttrykke misnøye om egen kropp, kosthold og trening foran venner, samt sammenligne seg med andre. Resultatet av klagingen er en dominoeffekt, der de som er i nærheten automatisk begynner med det samme. Ida forteller at de kan snakke om kropp daglig, uten at de «tenker så mye over det». Hun sier:

Vi gjør jo det. Ganske ofte, egentlig. Vi snakker om det uten å tenke over det, på en måte. Det kan være hva som helst. At man ikke er fornøyd med kroppen sin, eller at man er fornøyd med kroppen sin. At man skulle ønske man hadde en annen kropp. Jeg tror ikke jeg tenker over at jeg snakker om kropp, det bare blir sånn, på en måte. Fordi man snakker jo veldig mye om hvordan man ser ut, og hvordan andre ser ut, og sånt.

Ida forteller at de snakker om kropp ganske ofte, også uten å tenke over det. Det at de ikke tenker over at de snakker om kropp kan indikere at «kroppssnakk» er blitt en vane. Samtalene kan handle om hvorvidt de er/ikke er fornøyd med egen kropp, eller at man kunne ønske at man hadde en annen kropp. Hun sier at de snakker veldig mye om utseende. Hun forteller videre:

Det kan være hva som helst. For eksempel at man ser bilde av en fin kropp og sier: «Oj, hun var pen», eller at man snakker om sin egen kropp. At man skulle ønske man var høyere eller et eller annet sånne greier.

En samtale om kropp kan foregå når som helst og om hva som helst. Det kan for eksempel kan være at de ser bilde av en fin kropp og kommenterer det. Det kan også være at de snakker om egne kropper, der de for eksempel snakker om hvordan kropp de ønsket at de hadde.

Åse Strandbu & Ingela Lundin Kvalem (2012) har undersøkt hvordan 17 år gamle norske gutter og jenter snakker om kropp og kroppsidealer i hverdagen. Jentene i studien forteller at de er opptatt av å være tett opptil kroppsidealet og at de ofte deltar i kroppssnakk. Jentene er opptatt av å snakke om andre jenters kropper, snakke egen kropp ned, og å sammenligne seg med andre. Disse resultatene er i tråd med det

informantene mine forteller. Julie forteller at de snakker en del om at de har «lagt på seg», og at *alle* klager over ting med sin egen kropp. Hun sier:

Det er ganske mange i det siste som sier sånn, åh, jeg føler meg skikkelig feit, og sånn. Det har blitt mer av det. Og selvfølgelig har det blitt mer av det jo eldre man blir, siden man begynner å legge på seg mer. Alle klager på en måte over ting med sin egen kropp. Men, det gjør jo alle. Og da, må man bare si sånn, at det ikke er sant. At man er helt fin.

Ifølge Julie er det mange som sier at de «føler seg veldig feite», og at det blir mer av denne typen snakk jo eldre man blir, siden man da begynner å legge på seg. Når denne typen kroppssnakk forekommer vil ungdommene svare som om det de sier er «bare snakk» i betydningen «ikke sant» i det livet de lever. Kristine kan også fortelle om denne typen kroppssnakk. Hun sier:

Vi sier jo kanskje sånn: «Ja, nå har jeg fått skikkelig mye fett på magen», eller «nå har jeg blitt litt tjukk». Men samtidig føler jeg ikke det er noe press blant oss. Blant vennene. Mer for guttene, kanskje.

Både jentene og guttene i studien til Strandbu & Kvalem er enige om at jenter ofte bedriver det som kalles for «fat talk». De var også enige om at denne typen snakk sjelden forekommer blant gutter, og at kroppsproblematikk generelt er mer sensitivt og problematisk for jenter enn for gutter. Basert på feltarbeid og intervjuer innførte Nichter (2000) (siteret av Strandbu & Kvalem, 2012) begrepet «fat talk», som innebærer at mange tenåringsjenter med normal vekt nedvurderer eller kritiserer sin egen kropp ved å påstå at de er «så feite». Denne typen selvnedsettende kroppssnakk forekommer hos veldig mange jenter, og har ifølge Nichters' studie flere funksjoner. Det er et ønske om støtte, det styrker egen selvpoppfatning, skaper intimitet og man presenterer seg selv som en ansvarlig person. Denne typen snakk gjøres også fordi en ikke ønsker å fremstå bedre enn andre. På den måten brukes kroppssnakk og «fat talk» til å styrke båndene og tilhørigheten i en gruppe. Noen av de samme mekanismene fungerer også når jentene snakker om andre jenters klær, kropp og utseende. Hovedfunnene i studier om «fat talk» viser at denne typen kroppssnakk blir sett på som forventet oppførsel i visse situasjoner og at kvinner ofte responderer helt automatisk når de utsettes for «fat talk» (Strandbu & Kvalem, 2012).

Kristine forteller at de snakker om hvorvidt de har fått fett på magen eller har lagt på seg. Hun sier samtidig at det ikke er noe «press» blant dem. Kristine opplever ikke et press i og med at det er vanlig, og i tråd med forventningene om at jenter «slenger ut» denne type kommentarer om egen kropp. Det er klare rutiner for «fat talk» - hva som sies og hva som svares. Flere av informantene forteller at de snakker om kropp uten at de «tenker over det». En slik type kroppssnakk, og spesielt responsen den får, tas for gitt i en del situasjoner og virker å være helt uproblematisk for de som deltar. At noe tas for gitt viser til det diskursive ved at måten å snakke om kropp på er blitt sosialt formet (konstruert) og er en del av ungdommenes hverdagsvirkelighet. Ifølge Berger & Luckmann (1966) gjør vi verden til vår egen ved å godta den som den er. Det er en iboende enighet om hva denne typen kroppssnakk innebærer, og ungdommene godtar derfor slik kroppssnakk uten å tenke noe mer over det.

I motsetning til Kristine, mener Anna at denne måten å kommunisere med hverandre om kropp er med på å skape et kroppspress. Venner som «rakker» ned på seg selv og samtaler om hvor ofte man trener og hvor mye man spiser, gjør at hun føler seg ukomfortabel. Hun uttrykker det slik:

Venner og folk i klassen, alle sier jo sånn: «Jaa, jeg har ikke trent på sånn to uker, og jeg føler jeg begynner å bli feit!» Også ser man at personen er kjempe vel trent og er stram og... Man får jo helt sjokk. Det er sånn, okay, hvis det er det du tror det er å være feit, eller man ser på som det... Det er der kroppspresset starter. Hvis man kommenterer noe på seg selv, så sier andre bare sånn: «Nei, nei. Det er du ikke, du ser jo bra ut». Men, så kommenterer de på seg selv igjen, hvor de da er enda mindre, og sier de selv ser store ut.

Flere av informantene forteller at det er vanlig å snakke om hvor mye og ofte de trener/ikke trener og kosthold i forbindelse med «fat talk». Det kan begynne med at en forteller om at de ikke har fått trent på lenge, eller har spist noe veldig usunt, og derfor føler seg feit. Ofte kommer det frem at personen faktisk ikke har spist så usunt allikevel. Anna sier at det er når de begynner å snakke nedlatende om sin egen kropp foran andre, og sier noe som ikke stemmer om kroppen sin, at kroppspresset er i gang. Dette kan for eksempel være at en person som hun anser som vel trent uttrykker at hun føler seg feit.

Resultatene i studien til Strandbu & Kvaalem (2012) indikerer at denne typen snakk blir ansett som negativt av både jenter og gutter. Jentene i studien både innrømmer at de engasjerer seg i «fat talk», samtidig som de har en kritisk holdning til slik oppførsel. En

forståelse av dette kan være at jentene forestiller seg at hvis de ikke tar del i «fat talk» blir det oppfattet som selvskryt, eller som en implikasjon på at de anser seg selv for å være perfekt. Uansett om det handler om å snakke nedlatende om seg selv eller andre jenter, blir de på denne måten minnet på hvilke idealer som gjelder (Strandbu & Kvalem, 2012). Studien til Strandbu & Kvalem viser at det er lett å delta i/falle inn i selvnedlatende samtaler om kropp og slanking, og at «fat talk» er mer eller mindre (selv)pålagt i noen situasjoner. En slik selvnedsettende måte å snakke om kroppen sin på er vanlig hos jenter, men ikke fullt så vanlig hos gutter. Denne kontrasten kommer også fram i mitt materiale, blant annet da Christian sier: «Det er jo ikke sånn at gutter kommenterer andre sine kropper, liksom. Hvis en gutt hadde gjort det så er det jo han som vil være tulling».

5.3 Kropp som visuelt objekt

Et annet gjentakende tema/diskurs som ble synlig i intervjuene var hvordan de unge selv fremstår for andre i sosiale medier, der bildene får stor oppmerksomhet. De la spesielt vekt på bildedelingstjenesten Instagram, som er en «app» som lastes ned til smarttelefonen. Dette er en svært populær tjeneste blant ungdom, og også for informantene i denne studien. En bruker eller profil på Instagram gjør det mulig å legge ut bilder selv, men også å «følge» andre brukere slik at man får opp bildene andre deler i en «news feed». Det er også mulig å se hva andre liker og hva andre velger å kommentere. Instagram har gjort det mulig å skape illusjoner og bilder som tilsynelatende skal gi innblikk i andres (visuelle) hverdag, og det er spesielt populært å følge kjente mennesker, men også kommersielle aktører/bedrifter. Anna forteller at de brukerne som har flest «følgere» er de som legger ut bilder av kropp og skjønnhet. Hun sier: «Det er veldig mange skjønnhetsbrukere. Og, veldig mange av de som har mest følgere, er også de som legger ut bilde av kroppen sin». Å legge ut bilder med en eller flere «tags» kan gjøre det mulig å søke opp bilder etter spesifikke temaer. Temaer som noen av informantene i denne studien benytter seg av er for eksempel «thinspiration» eller «fitspiration». Ida sier blant annet: «Man pleier ofte søke på sånne «fitspo» og sånn «inspo». Da kommer det ofte opp sånn veldig trente jenter og sånne ting». Etter at Instagram ble populært har det å legge ut bilder av seg selv blitt mer legitimt, derav har også «selfies» blitt et begrep. Temaene som blir presentert i dette kapitlet er først *som å ha en presentasjon på skolen*, deretter kommer *det planlagte tilfeldige*, videre

presenteres man blir påminnet det hele tiden, hvordan man skal se ut og til slutt «before and after»-bilder - for det er jo også motiverende.

5.3.1 Som å ha en presentasjon på skolen

Det finnes helt klare regler og normer (altså diskurser) for hva som kan legges ut og ikke. Anna sier:

Jeg har hatt Instagram siden det ble laget. Og da var det sånn, da brydde jeg meg ikke. Det er et par år siden. Da brydde jeg meg ikke om hva jeg la ut, det var ikke så mange som hadde det, og det var bare spennende å få sånn ti til femten «likes». Men nå er det såpass mange som har det. Nesten alle jeg møter, og alle jeg har møtt de siste to årene, har det. Og når man vet at alle kommer til å se det du legger ut, så må man passe på å lissom se best mulig ut på det bildet som du legger ut. Man vil få mest mulig likes og kommentarer. Det bare gjør noe med... man føler seg grei, eller bra nok. At folk gidder faktisk å kommentere på det og «like» det. Folk driver og ser på hvor mange «followers» altså andre folk som følger deg, man følger jo med på hvor mange andre «followers» folk rundt deg har, og hvor mange man selv har. Man starter og sammenligne. Ei jente jeg kjenner, hun er 98er, altså et år yngre enn meg. Og hun har femti tusen «følgere». Og man ser jo på bildene hun legger ut at hun er veldig sånn, man ser at hun har brukt veldig lang tid på å ta det bilde. Det er ikke et bilde man tar på to sekunder. Man ser at hun har brukt skikkelig lang tid på det. Sminken sin, og vinkelen og redigeringen, og filteret og... det er som å ha en presentasjon på skolen. Det er så mye som skal til for å legge det ut.

Anna forteller at hun har hatt Instagram lenge og at hun i starten ikke brydde seg så mye om hvilke bilder hun delte. Da var det ikke så mange som hadde Instagram, og heller ikke så mange som så hva hun la ut. Nå som alle har Instagram og Anna vet at alle kommer til å se bildene, er det viktig å «passe på» at hun ser best mulig ut på bildene som legges ut. Hun sier at hun vil få flest mulig «likes» og kommentarer og at det gjør noe med hvordan hun føler seg. Hun forteller at det er vanlig å sammenligne antall «følgere» med andre. Hun kommer med eksempel på ei jente som er et år yngre som har femti tusen «følgere», men som også bruker veldig lang tid på bildene, både når det gjelder sminke, vinkelen bilde er tatt i, redigering og filter. Det tar lang tid å ta et bra bilde og Anna sammenligner det å legge ut bilder med å ha en presentasjon på skolen. Hun sier: «Det er mye som skal til for å legge det ut».

Det og sammenligne å legge ut et bilde med å ha en «presentasjon på skolen» får frem at kropp og utseende har blitt en arena for presentasjon. Det er et stort prosjekt å legge ut bilder og mye arbeid som ligger bak hvert enkelt bilde. «Likes», kommentarer og antall følgere bekrefter presentasjonen (av seg selv), utseende og bildet. Journalist i VG

Guro Hoftun Gjestad (2015) beskriver i sin artikkel *Det store, syke albumet* hvordan bilder som florerer på nett og bildedelingstjenester gir inntrykk av en perfekt iscenesatt verden, der kviser blir slettet og rynker blir jevnet ut. Hun skriver at bloggere som normaliserer det sykelige tjener flere titusener på falske bilder fulle av retusjering og filter. Ifølge psykolog Guro Øiestad oppstår selvfølelse og selvtillit i relasjon til andre, samtidig som det har forankring i eget selv. Øiestad skriver at ungdommers selvfølelse kan bli forstyrret dersom det blir for mye fokus på å bli sett utenfra. Hun begrunner dette med at det kan bli vanskeligere å gjøre erfaringer innenfra, og få tak på eget blikk på verden. Øiestad hevder at spesielt ungdom, som er i en overgangsfase, blir sårbare. Selvfølelsen trenger et indre nærvær for å vokse seg trygg og selvstendig, og det er vanskelig hvis man hele tiden er i visningsmodus. Selvfølelsen trenger bekreftelse og det har skjedd en utvikling og en utvidelse av hvordan denne bekreftelsen skjer. I tillegg til at mennesker mottar bekreftelse i direkte kontakt med andre, kan mennesker nå aktivt vise seg frem og søke bekreftelse på seg selv (Øiestad, 2009). Det kan virke som det å få positive tilbakemeldinger gjør noe med selvfølelsen og det har ikke så stor betydning at bildene ikke er «ekte», men redigerte. På bakgrunn av avsnittet om «fat talk» er det flere muligheter til tolkning enn Øiestads, som virker å bekrefte en bekymringsdiskurs som er kjent. Ungdom har utviklet strategier for hvordan de skal få likes og positive kommentarer og de vet akkurat hva som skal til for å få flest tilbakemeldinger. De vil bli sett, og det er en gitt enighet blant unge om å bekrefte hverandre på denne måten. Christian sier blant annet: «Man vil jo gjerne ha «likes». Fordi det er jo på en måte en form for sosial aksept».

5.3.2 Det planlagte tilfeldige

Videre forteller Anna om *hva* som må til for at bildene kan legges ut:

Det er så mye man kan kritisere på bilder. Så, man må hele tiden passe på at vinkelen man tar det fra er bra og at kvaliteten er bra. Man må passe på at man ikke har et for falsk smil, slik at det ikke ser planlagt ut, men at man smiler ekte. Og det er veldig mange som tenker på hvordan sminken ser ut. Og hva man har på seg. Og i tillegg hva som er bak. Og hvordan man tar bilde. For de fleste liker ikke at man tar, jeg personlig skjønner ikke hvorfor folk tar bilde av seg selv i speilet. Hvorfor kan de ikke bare ta bilde av seg selv. Det kan man også bli kritisert på. Det er veldig mange regler på hvordan bildene skal se ut.

Her blir det at «det er så mye som kan kritiseres på bildene» tydelig en mer problematisk side ved den visuelle kulturen. Det er mange regler for hvordan bildene

skal se ut. Bildet må ikke se «planlagt ut», man må passe på at man ikke har et for falskt smil og hvordan sminken ser ut. Hva man har på seg og hva som er i bakgrunnen må også tas hensyn til. Det er også viktig å passe på hvordan man *tar* bilde, der hun poengterer at bilder helst ikke skal tas i speilet. Det å ta bilde av seg selv i speilet gjør at du kan få med hele deg i «selfien», ikke bare det som kommer med på en armlengdes avstand. Å ta bilde på denne måten gjør også at kamera/telefonen og mye av rommet blir med på bildet. Bildene som legges ut er nøye planlagt, stilet og redigert ned på detaljnivå. Samtidig skal det ikke *se* planlagt ut. Til og med smilet skal være ekte – selv om det ikke er det.

Det kommer frem at det foreligger forventinger og normer for hva som er «godkjent» utseende på sosiale medier. Ifølge Meyer & Sirnes (1999) internaliseres normene og det «normale» gjennom sosialisering og kultur. Hva som konstituerer norm og unormalt/avvik i et samfunn er sosial konstruert, og betraktes ikke som naturlig. Når normer har blitt universaliserte og vanlige eller internaliserte vil de ikke lenger oppfattes som uttrykk for normative valg og verdier (Meyer & Sirnes, 1999). Det er skapt en enighet blant medlemmene/brukerne om hva som er normalt og unormalt/avvik og hvilket utseende som verdsettes, noe som kommer til syne gjennom oppmerksomheten bildene får. Det er en gitt «fasit» på hvilke bilder som får mest respons, og det blir synlig for andre gjennom likes og kommentarer. Bildene kommuniserer det «riktige» visuelle utseende og kroppen som helhet med tanker og følelser blir ikke inkludert eller kommunisert. Gjennom bildene er det kun det visuelle utseende som kommer frem, og kroppen blir dermed uttrykt som et visuelt objekt. Det Anna beskriver er visuelle normer som blir internalisert gjennom en skapt enighet og gjennom bekreftelse på bildene som legges ut. Gjennom Instagram har en person mulighet til å sende sitt visuelle budskap ut til mange tusen mottakere eller «følgere» på en gang.

Bø (2005) hevder at det er alminnelig enighet om at dagens medier har en veldig stor påvirkningskraft på hva mennesker er opptatt av, samt deres meninger, holdninger. Visuelle medier, slik som blogg og Instagram er en referansegruppe for mange ungdommer, det vil si en gruppe som ungdommer kan identifisere seg med eller har som forbilder (Bø, 2005). Gripsrud (2011) skriver i sin bok «Mediekultur, mediesamfunn» at «vi kan knapt leve i et moderne samfunn uten å bruke massemedier store deler av vår våkne tid» (s. 16). Gripsrud poengterer at når det gjelder sosialisering

er medier med på å definere virkeligheten, og dermed med på å definere oss. Ifølge Grisprud (2011) er Mediene med på å «bestemme» hva som er ansett som viktig og uviktig, dette gjelder også kropp og utseende. Hvis ungdom streber etter å oppnå et «riktig» utseende etter en visuell norm er det grunn til å tro at det kan bidra til å opprettholde kroppspresset i samfunnet. Når kroppen blir sett på og fremstilt som et visuelt objekt for bildemedier, blir den samtidig et objekt som kan formes, endres og «pyntes på», slik at det visuelle uttrykket blir slik det er ønsket. Flere forskere har undersøkt i hvilken grad medier har betydning for menneskers selvbilde. Grabe, Ward & Hyde (2008) har undersøkt koblingene mellom medieeksponering og kvinners misnøye med egen kropp, internalisering av det tynne idealet og spiseatferd. Den amerikanske studien konkluderer med at det tynne idealet som dominerer i media er knyttet til kvinners negative kroppsbilde. Studien viser at media retter seg særlig mot jenter, ungdom og unge kvinner og viser stort sett et ideal som er uoppnåelig for folk flest (Grabe et al., 2008). Rysst & Roos (2014a) har gjort undersøkelser som viser at media, sammen med flere andre faktorer, kan være en med på å vedlikeholde kroppspress.

Kristine forteller at kroppspresset har kommet de senere årene fordi de ønsker å se bra ut på bilder i sosiale medier. Flere av informantene forteller at sosiale medier blir brukt for å vise seg frem, og at det er viktig at bildene som blir lagt ut av en selv er fine. Kristine sier blant annet: «Man vil jo fremme seg selv på best mulig måte. Jeg vil jo vise folk at jeg er pen. Det er faktisk sånn det er». Kristine forteller at hun gjerne vil fremstå best mulig, og vise andre at hun er pen. Hun sier også at hvis bildet ikke er noe fint ønsker hun ikke å legge det ut. Det kan virke som det er viktig å *vise* at hun er pen, men om hun *er* pen eller snill blir det ikke lagt så mye vekt på. Ida forteller også at det er viktig å se bra ut på bildene:

Man vil jo ikke at folk skal legge ut et bilde der man selv ikke ser bra ut. Man vil ikke at folk skal se at man for eksempel har dobbelthake på et bilde. Med mindre man har lagt det ut med vilje, da er det helt greit. Men, hvis det for eksempel ikke er meningen da. Da tror jeg de fleste vil synes at det er krise. Og da kan man på en måte ikke tulle med det.

At bildene må være *fine* er noe som stadig blir nevnt av informantene uten at de konkretiserer hva de legger i ordet *fint*. Det kan virke som om ordet *fint* sier noe om bildet som blir tatt for gitt i denne sammenhengen. Kristine og Ida forteller at de ikke vil

legge ut bildet hvis det ikke er fint, altså det må være noe spesielt med bildet. Som nevnt over er det en enighet blant informantens om hva som er «riktig» og *fint* utseende på sosiale medier. Hva som er *fint* styres av sosialt konstruerte normer som tas for gitt og som derfor ikke problematiseres videre. *Fint* er en slik norm. Ida sier at hun ikke vil legge ut bilde der hun har dobbelthake. Det som kommer frem er at dobbelthake ikke blir sett på som *fint*. Skal dobbelthake vises i sosiale medier må det være i forbindelse med en spøk. Det varierer blant informantene hvor mye betydning de legger i utseende. For noen er det viktig å vise andre at du er *pen*, mens andre handler det mer om hvem de er som menneske. Sofie fortalte at hun ikke bryr seg så mye om hva andre synes om hennes utseende og hun legger mer vekt på gode relasjoner.

5.3.3 Man blir påminnet det hele tiden, hvordan man skal se ut

Informantene forteller om hvordan de bruker Instagram til å hente inspirasjon om kropp og trening, og hvordan de sammenligner seg med bilder av andre jenter. Anna forteller at hun ofte sammenligner seg med andre via Instagram. Hun sier:

Hvis en av oss liker en eller annen gutt, så pleier vi ofte å lissom se på hva slags bilder guttene liker, også pleier vi alltid å gå inn på de jentene og sammenlikne oss med dem. Også pleier vi si sånn: «Ja, jeg har jo ikke... Hun har jo mye større rumpe enn meg, hun har mye flatere mage og mye lengre bein, og slankere bein og...» Også pleier vi og sitte å sammenligne oss med de personene. Det er jo da de fleste starter å få sånn selvtillitsproblemer. Og dette gjør vi nesten hver dag. Så vi driver og snakker om det lissom, om hvordan andre mennesker ser ut. Og hvordan vi ikke ser ut som dem.

Det å sammenligne seg med bilder av andre jenter på Instagram, spesielt de jentene som guttene har likt bilder av, er etter hvert blitt noe som det er enighet om at foregår. Her snakkes det også om bestemte områder på kroppen og sammenligning mellom disse og seg selv. Anna sier at dette gjør de omtrent hver dag, og at det er på grunn av dette flere får problemer med selvtilliten.

Kvalem & Wichstrøm (2007) skriver at ungdom som er usikre på seg selv og hvordan de skal bedømme sitt eget utseende, begynner å sammenligne seg med andre som er lik dem. Sosial sammenligningsteori hevder at hvis man sammenligner seg «oppover» (for eksempel kjendiser eller modeller) vil det ofte føre til mer misnøye med utseende enn hvis man sammenligner seg «nedover» (med dem man mener er mindre attraktive enn seg selv). Å være omgitt av folk som ligner en selv vil oppleves positivt fordi man ikke

føler seg annerledes. Kvinner som legger stor vekt på utseende sammenligner seg i større grad med modeller i magasiner og på TV, enn hos kvinner der utseende ikke er så sentralt for deres selvopfatning.

Instagram og Facebook er tjenester som ungdom bruker mange ganger daglig, og disse tjenestene er en stor del av deres daglige samtaleemne. Sofie forteller blant annet at hun gjennom bruk av sosiale medier hele tiden blir minnet på hvordan man skal se ut. Hun sier:

Man blir påminnet det hele tiden, hvordan man skal se ut. Hver gang man går på Facebook eller hver gang man går på Instagram, spesielt Instagram, får man en masse bilder av perfekte kropper da, og hva du skal spise og sånt.

Sofie forteller at hvis hun går inn på Facebook eller Instagram er det mange bilder av perfekte kropper, og man blir hele tiden minnet på hvordan man skal se ut og hva man skal spise. Det kan virke som at sosiale medier er en verden av massive påminnelser som man kan velge å gå inn i, eller la vær. Det Sofie forteller er noe jeg selv også har erfart som ung kvinne og daglig bruker av sosiale medier. Jo mer jeg er i den «verdenen», desto større plass får den i min hverdag. Jeg tror mennesker kan velge i hvilken grad de vil gå inn i den verdenen eller ikke, og dermed er det opp til en selv hvor massiv denne påminnelsen blir. Om man velger å stå utenfor de visuelle kontoene, slik som Instagram, kan det være en måte å distansere seg fra noe av denne påminnelsen. Dette strider imot Foucaults syn på den enkeltes subjektivitet. Foucaults forståelse av subjektet bryter med oppfatningen av subjektet som autonom og suveren enhet. Personen, bevissthet, sinnet og selvet sees på som gjennomført sosialt (Jørgensen & Philips, 1999). En person er ifølge Foucault så innsatt i diskursen at de *tror* de har egne meninger, ens identitet forstås som produkter av ulike diskurser. Ifølge Foucault vil ikke mennesket ha muligheten til å kunne gjøre egne valg og å ha egne meninger.

Som jeg tok opp i teorikapittelet har Michel Foucault sine perspektiver bidratt til at forskere og andre kan få et begrepsapparat som hjelp til å synliggjøre hvordan ulike diskurser innehar makt til å påvirke mennesker. Makt er en del av en diskurs i den forstand at den kan fungere som retningslinjer, det kalles da for *produktiv makt*. Ifølge Foucault vil diskursen «skrive seg inn» i menneskets kropper og ens egne valg styres dermed av diskursen man lever i. En diskurs har fått produktiv makt når en diskurs har

fått tilstrekkelig makt over kroppen. For når kroppen har blitt en del av diskursens disiplinære system, er det menneskets tanker som tar over jobben for å oppfylle diskursens krav. I mitt materiale er dette særlig relevant for den visuelle fremstillingen av kropp som foregår på Instagram og Facebook, noe jeg skal vise ytterligere i neste underkapittel.

5.3.4 «Before and after-bilder» - for det er også motiverende

Det er tydelig at bilder i sosiale medier og medier generelt har stor betydning for ungdom. Flere av informantene snakker om hvordan de bruker bildene på Instagram som inspirasjon for trening og kosthold. Et fenomen som har dukket opp på Instagram er «før og etter bilder». Marie forteller at hun bruker Instagram som motivasjon. Hun sier:

Jeg pleier også søke på «before and after»-bilder, for det er også motiverende. Og se at denne personen har klart å komme seg fremover da. Og da kan jeg også oppnå det. De ser jo ofte ut som helt normale mennesker.

Å søke på «før og etter»-bilder blir noe som motiverer. Det å se at andre har klart å komme seg «fremover», gjør at hun også kan klare det samme. Marie sier at hun kan oppnå det samme fordi disse personene ser ofte ut som helt *normale* mennesker. Hva Marie mener med *normale* blir ikke videre tematisert, men den måten hun omtaler det på viser det seg at hun identifiserer seg med de *normale* jentene på disse bildene og derfor appellerer bildene til henne. Grunnen til at dette er et så populært fenomen kan være at mange kjenner seg igjen i bildene og identifiserer seg med kvinnene på før-bildene.

«Før og etter»-bilder er bilder av folk som har vært gjennom en stor kroppslig endring og bildene viser hvordan de så ut både før og etter denne forandringen. Dette kan for eksempel være noen som har gått kraftig ned i vekt, og/eller fått økt muskelmasse på svært kort tid. Det kan også være gravide før og etter fødsel. Ofte representerer før-bildene «ikke-ønskelige» kroppsfasonger. Disse bildene er ofte tatt i et dårlig eller feil lys, menneskene ser ofte sure ut og har i tillegg dårlig holdning. Etter-bildene derimot representerer «idealet» og er tatt i et mer flatterende lys, holdningen er rettet opp og menneskene ser blide og fornøyde ut. Kroppene på etter-bildene knyttes til følelser som glede og lykke. Det blir ikke kommunisert hvordan prosessen fra før til etter-bildene har

vært, og hvilke følelser som er involvert. Oppmerksomheten er kun på kroppen og utseende av den. Dette er et fenomen som benyttes for å inspirere og motivere andre til å forandre kroppen på samme måte og det appellerer til svært mange mennesker. Det finnes flere brukere/profiler på Instagram som *kun* legger ut «før og etter»-bilder. «Før og etter»-bilder er derimot ikke et nytt fenomen. «Bli ny» med bladet Kvinner og Klær har vært i flere tiår og innebærer at kvinner får råd og tips om valg av klær, hår og sminke. Ofte ligger det også en historie bak bildet hvor den «nye» kvinnen er lykkeligere og mer fornøyd med seg selv. Marie forteller videre:

For et år siden, da trente jeg veldig mye. Jeg merker jo selv at det føles bedre når man begynner å trene og sånn. Med en gang man ser fremskritt blir man jo mer fornøyd med seg selv også. Man begynner å tenke sånn, dette her er jo gøy, nå kan jeg faktisk bli slik som de jeg ser bilde av.

Marie forteller at når man *ser* fremskritt, det er da treningen føles bra. Hun legger mest vekt på at de synlige fremskrittene og det er disse som *gjør* at hun blir mer fornøyd med seg selv. Det hun forteller indikerer at målet hennes med å trene er så se ut som de hun ser bilder av, som for eksempel på billedelingstjenesten Instagram. Det å *se fremskritt* slik Marie forteller viser at hun er opptatt av det synlige når det gjelder trening. Samtidig legger hun vekt på at hun føler seg bedre når hun begynner å trene. Det som vekker min interesse er det at det å føle seg bedre og å være fornøyd med seg selv henger tett sammen med å kunne *se* en forandring. Marie og flere av de andre informantene forteller at de blir inspirert av bildene de ser i media. Forskning indikerer at reklamens tekst og ikke minst bilder har innflytelse på folks tanker omkring attraktive og ikke så attraktive kropper, og egen kropp i forhold til dominerende idealer. Azzarito (2010) skriver at medias presentasjon av feminitet spiller en stor rolle for hvordan jenter ser på seg selv og konstruksjonen av deres kropper, og at media gir et urealistisk bilde av kroppsidealene. Å bli utsatt for kroppsidealer som er umulige å oppnå kan, ifølge Rysst & Roos (2014a), skape et ønske om å kontinuerlig forbedre kroppen, da det er alltid noe som kan forandres på.

«Før og etter»-bilder, samt andre bilder av «idealkropper» er en daglig gjenganger i dagens medier. Rysst & Roos (2014b) hevder at høyt mediefokus på kropp og slanking kan være noe av grunnen til at det eksisterer et kroppspress i samfunnet, siden det i mediene ofte er avbildet tynne og undervektige kvinner i annonser og artikler. Bilder og

oppslag om kroppen selger godt. Slike bilder og oppslag i mediene kommuniserer kroppen som et objekt som mennesker kan bestemme over. Mediene spiller på at mennesker kan og bør pleie, trene eller endre kroppen i tråd med idealene samfunnet presenterer. Det er spennende tematikk hvorfor slike bilder og oppslag appellerer så godt til folk. Bildene spiller på at hvis du kan få kontroll over kroppen, og endre den i takt med idealene, vil du også bli lykkelig.

5.4 Å modifisere kroppen

Et tema som stadig kommer igjen i intervjuene er hvilke endringer av kropp og utseende som praktiseres for å se ut som dagens kroppsideal. Ifølge en undersøkelse Norstat gjennomførte for NRK kom det fram at én av ti mellom 15 og 30 år ønsker å endre på utseende sitt ved hjelp av skjønnhetsinngrep, slik som kosmetisk kirurgi og injeksjoner (Gjelland et al., 2015b). Dette ønske kommer også til syne blant informantene i denne oppgaven. Flertallet av informantene forteller at de trener, farger håret, sminker seg eller gjør andre «enkle» grep for å se bedre ut. Noen av informantene kan fortelle om venner som ønsker å benytte seg av større kosmetiske inngrep, eller som allerede har gjort det. Flere av informantene har kjennskap til hvilke endringer som er vanlig å gjennomføre, og flere har gjort seg opp meninger om hva de synes om ulike former for kroppsmodifikasjoner. Under dette temaet vil jeg presentere hva informantene forteller om hva de gjør, eller ønsker å gjøre, for å oppnå ønsket utseende. Jeg presenterer temaet *kroppen, et symbol på hvordan mennesker lever*, og forklarer hvordan ønske om å endre utseende er styrt av samfunnsmessige forhold.

Ida forteller at trening er noe som gjøres for å se bedre ut. Hun sier:

Det er definitivt for å få fin kropp. Assa, hvis de ikke hadde fått fin kropp av å trene tror jeg ikke de hadde trent, egentlig. Om det bare hadde vært for sånn helsen sin skyld. Jeg tror ikke det er derfor de gjør det. Og det har de sagt selv også. Så det vet jeg, de trener for å holde seg i form, sånn i kroppen.

Ida snakker om vennene sine som trener for å få *fin* kropp. Hun sier at om de ikke hadde fått *fin* kropp av å trene er det ikke sikkert de hadde trent. Videre forteller Ida hvordan de snakker om ulike former for kroppsmodifikasjon. Hun sier:

Det er mange som sier sånn, jeg tror ikke det er seriøst, men de sier sånn: «Jeg har lyst på silikon», eller «jeg har lyst til å operere nesen», eller noe sånt. Men jeg tror ingen av oss egentlig mener det, da.

Ida forteller at det er mange som sier at de har lyst til å ta silikon eller operere nesen, men Ida er usikker på om de *egentlig* mener det de sier. Anna forteller at misnøye med utseende ofte skyldes bekymringen for hva andre synes. Hun sier:

Flere av venninnene mine er misfornøyd med at de har små pupper. Så de fleste har allerede startet å spare opp, for å ta silikon. Og, de fleste av de jentene sier jo at grunnen er fordi at alle de føler at guttene kommer til å kommentere på at de har for små pupper. Så da er det igjen slik at det går ut på hva andre synes. Ikke man selv. Og noen er såpass lite fornøyd med seg selv at hun ene jeg kjenner også vil ta fettsuging. Også sier hun at når hun blir fornøyd med det, at hun kommer til å starte å trene da. Andre vil ta botox, og flere vil ta restylane, sånn som meg. Også føler noen at de kan bruke tatoveringer og sånn for å se bedre ut. Og piercinger. For det pynter på kroppen, så...

Anna forteller her at flere av hennes venninner er misfornøyd med utseende sitt og av den grunn ønsker å benytte seg av ulike typer tiltak. Tiltakene hun nevner er silikon, fettsuging, trening, botox og restylane. Hun sier at mye av grunnen til at venninnene og hun selv ønsker å gjennomføre mye av dette er fordi de er misfornøyd med hvordan de ser ut og at dette skyldes bekymringen for hva andre synes. Anna forteller videre om det å forstørre leppene med restylane. Hun sier:

De fleste tar restylane for å få større lepper. Og, da fører man stoff inn i leppene som gjør at leppene ser større ut. Men, det er jo selvfølgelig sånn, det kan jo bli kjempestyggt. Og det gjør jo kjempe kjempevondt. Men det er bare noe jeg er villig til å gjøre for å kanskje få meg selv til å føle meg bedre. Hun (søsteren) synes at det var verdt det. Men, av og til blir hun sånn i tvil, for man må jo fylle på det. Og hun sa lissom sånn, hun har nesten fått traumer siden det gjorde så vondt. Men synes det er fint nok til at hun vil gjøre det igjen. Fylle på det. Men, hun vet at det kommer til å gjøre like vondt, hver eneste gang.

Anna forteller at hun ønsker å ta restylane i leppene for at de skal bli større. Flere av informantene nevner store lepper som en del av skjønnhetsidealet. Anna sier at de hun ser på som pene har store lepper, og hun vil gjøre det hun kan for å etterligne. Hun forteller videre at restylane er et stoff som man fører inn i leppene som får de til å se større ut. Hun sier også at det er vondt og det kan bli stygt, men det er en sjanse hun er villig til å ta. Anna mener at hvis hun etterstreber skjønnhetsidealet, for eksempel forstørre leppene, vil hun ha det bedre med seg selv. At Anna forteller at det kan bli kjempestyggt viser at hun er villig til å ta en stor risiko. Til tross for at informantene

snakker om ulike former for kroppsmodifikasjon er det ingen av dem som har gjennomført noen inngrep slik som «fillers» i leppene eller silikon. At de er opptatt av kropp og endring av kroppen er tydelig, men det er ingen av informantene som forteller at de har gjennomført lignende inngrep. Her ser det ut til å være forskjell mellom «snakk» og praksis, noe jeg ser som viktig å fremheve.

Rysst (2011) har undersøkt hvordan samfunnsforhold kan fungere styrende for enkeltindividets opplevelse, og et dømmende blikk disiplinerer for eksempel kropp og sjel i forhold til forventninger om å se bra ut og være sunn. Dette får betydning for de kroppspraksiser som gjøres. Ifølge Rysst (2011) bidrar det dømmende blikket på kropp til at mange er misfornøyd med egen kropp. Schibbye (2009) skriver i sin bok «Relasjoner» at det å være selvrefleksiv dreier seg om en spesifikk menneskelig egenskap, å kunne forholde seg til seg selv, å kunne være sitt eget objekt, å kunne «observere» og betrakte seg selv. Vi kan gjøre oss selv til gjenstand for vurdering. Innebygget i selvrefleksivitet ligger evnen til å se hvordan en *selv* oppfattes av den andre, man blir i stand til å se seg selv med andres blikk. Hvis den andres blikk fokuserer på hvordan en ser ut, og idealiserer fastsatte former for utseende, så kan det muligens være lett å ta dette til seg og tro at det gjelder en selv. Under den forutsetningen at man tar til seg det blikket vil kroppen bli et objekt for perfektjonering og man vil derfor begynne med trening eller andre tiltak for å stramme opp kroppen. Det informantene forteller viser at det foreligger klare standarder for kropp og utseende, og kroppen blir innskrevet i en diskurs som om den var et objekt som vurderes ut i fra disse idealene/kravene. Når beundrende blikk rettes mot dem som har oppnådd «idealkroppen» kan det bidra til å vedlikeholde et «kroppspress». I lys av dette vil også kroppspress være noe som mennesker bidrar til å skape og opprettholde mellom mennesker. Engelsrud (2010) skriver at det finnes ingen «naturlig» kropp, men kroppen blir «produsert» og forhandlet frem i sosiale relasjoner.

Massemediene og skjønnhetsindustrien lever godt av at de både skaper et økende kropp- og utseendefokus, samtidig som de tilbyr hjelp for å oppnå - eller slappe av overfor kroppsidealene. Mange av de kommersielle aktørene, slik som skjønnhetsklinikker og treningssentre spiller på menneskets selvfølelse når de skal markedsføre ulike tiltak for å forbedre kropp og utseende. I håp om å bli lykkeligere, blir mennesker «offer» for den kommersielle skjønnhetsindustrien. Det å endre på utseende i tråd med det kulturelle

skjønnhetsidealet, og det å *se bra ut*, blir for mange synonymt med å *føle seg bra*, slik Anna forteller.

5.4.1 Kroppen, et symbol på hvordan mennesker lever

Julie forteller at det viktig å se bra ut i dagens samfunn, hun sier:

Det er ikke viktig å være penest. Eller å se best ut. Det er viktig å ikke være stygg. I dagens samfunn. Eller ikke stygg, men det som blir sett på som mindre pent. Det kan dessverre gjøre at du har mindre muligheter. Med jobb og alt mulig. Det er verre å ikke være heldig med utseende i dag, enn før. Det har mye mer konsekvenser. Og det burde jo ikke ha det.

Julie forteller at det ikke er viktig å være penest, men at det er viktig å ikke være stygg i dagens samfunn. Hun sier at det å være mindre pen dessverre kan gjøre at du har færre muligheter for eksempel i jobbsammenheng. Hun sier også at det å ikke være heldig med utseende har større konsekvenser i dagens samfunn sammenlignet med tidligere. Når jeg spør om hvorfor hun mener dette, svarer Julie:

Fordi man skal vise seg frem mye mer, og man er mye mer avhengig av å selge seg selv hele tiden. Litt som i USA, for der har det jo vært sånn lenger.

Julie sier at utseende er viktig fordi man i dag er avhengig av å «selge seg selv, slik som i USA». Marie forteller at hun blir usikker på personligheten hvis en person er *feit*, hun sier:

Hvis man har valget mellom en som er veldig feit, eller en som ser helt ok ut. Så går man vel kanskje til den som ser helt ok ut. Ehh, for man blir jo litt sånn... den personen som er veldig feit, tar den vare på seg selv, spiser den bare usunt? Da blir man også litt usikker på personligheten da.

Kroppen er på mange måter blitt et symbol på hvordan mennesker lever. En slank kropp blir forbundet med viljestyrke, kontroll og suksess (Grogan, 2008). Professor ved Norges idrettshøgskole, Gunnar Breivik, sier i et intervju med NRK at utseende er viktig for oss fordi «kroppen markerer hvem du er». Breivik sier at det for mange er viktig å ha et utseende som signaliserer at du har selvdisciplin til å trene og spise sunt (Gjelland et al., 2015c). Hvordan vi lever livene våre kommer til syne gjennom kroppen, og kroppen blir omgjort til et objekt som vurderes ut fra de kulturelle standardene. Når kroppens størrelse, form, atferd og utseende blir knyttet til «hvem man

er» som menneske, vil kroppens ytre få større betydning i menneskers liv. Kroppens form blir en sosial markør for lykke, status og makt (Shilling, 2003). Engelsrud (2006) skriver at det å endre og bearbeide kroppens form, utseende og prestasjonsevne kalles for kroppsmodifikasjon. Det er flere faktorer som spiller inn når det gjelder ønske om å endre kroppen for å «se bedre ut». Hvordan kroppen skal se ut blir sosialt konstruert i en kulturell kontekst. Shilling (2003) hevder at det å se på kroppen som sosialt konstruert er en av flere måter å se kroppen på i samfunnet. I et sosialkonstruktivistisk perspektiv vil den samfunnsskapte virkeligheten hele tiden forandres, nettopp på grunn av at det er samfunnet som skaper virkeligheten (Berger & Luckmann, 1966). Ifølge Berger & Luckmann skaper mennesker verden aktivt gjennom sine handlinger og samfunnet er et menneskelig produkt. Restylane, silikon og andre inngrep kan ses som en sosial kontraksjon av hvordan kroppen formes, begrenses og konstrueres på stadige nye måter.

Shilling (2003) hevder at mennesker i økende grad er usikre på egen kropp og utseende. Ønsker om å endre kroppen for å oppnå dominerende skjønnhetsidealer sies å være et fenomen som har eksistert like lenge som menneskeheten selv (Engelsrud, 2006). Kroppsmodifikasjoner er et vidt begrep som omfatter praksiser som plastisk eller kosmetisk kirurgi, piercing, tatovering, fasting, skjøring, kutting, kroppsbygging og rensespraksis. Slike praksiser har vært benyttet i lang tid, og interessen øker stadig. Informantene forteller at det er flere på deres alder som vurderer slike tiltak for å se bedre ut. De forteller også om jenter som er litt eldre enn dem, gamle nok til å gjennomføre slike inngrep som allerede har gjort det. Engelsrud (2006) skriver at grunnen til den stadig økende interessen for å endre kroppen kan være den økte markedsføringen for slike praksiser og inngrep. Kroppen får mye oppmerksomhet både blant folk og i mediene. Det å skulle se ut på bestemte måter har blitt et fokusområde og noe mange kan gjøre noe med. Engelsrud hevder at kroppsmodifikasjon, eller det å fortelle noen at de bør endre på utseende sitt har blitt et lett omsettelig budskap i dag. Det ble gjennomført om lag 8,8 millioner operasjoner i USA i 2003, mot 2,1 millioner i 1997 (Engelsrud, 2006).

Mange kjendiser, forbilder og bloggere forteller åpenlyst om hvordan de endrer sitt utseende og mange av inngrepene har blitt mer og mer tilgjengelig for de fleste. Stadig flere TV-programmer i mange ulike land omhandler kroppsmodifikasjoner og ekstrem forvandling. Engelsrud (2006) skriver videre at en av de mest fremtredende beskjedene

fra mediene er at ingen skal måtte leve med en kropp de ikke liker. Kroppen som et objekt for forandring hører ikke lenger til sjeldenheten, og spesielt kosmetisk kirurgi har blitt svært populært de siste årene. Ramm & Soest (2011) skriver i sin artikkel at kosmetisk kirurgi har på noen få tiår gått fra å være en ekstremforvandling for noen få mennesker, til å være en handling langt flere vurderer. De vanligste inngrepene som gjøres er brystkirurgi, fettsuging, øyelokkplastikk. Kosmetiske inngrep som ikke medfører kirurgi har eksplodert de siste årene. Dette er blant annet botox (nervegift) og restylane (fyllstoff) (Ramm & Soest, 2011).

I neste tema/diskurs vil jeg presentere hvordan elevene uttrykker at de forholder seg til «press» og «kroppspres».

5.5 Presset angår ikke meg

Et tema som går igjen i intervjuene er informantenes tanker og forventinger til kroppens utseende og hvordan et særlig «press» på kroppens utseende oppstår og blir gyldig. Blant informantene er det stor enighet om hva dagens kroppsideal innebærer og hvordan det forventes at de skal se ut. Kroppsidealet for jenter er blant annet lange slanke bein, langt hår, fyldige lepper, markert mage, trent, men samtidig ha former. For gutter er det å ha muskler og sixpack idealet. For mange er det også viktig å ha det de kaller «de riktige klærne». En felles oppfatning blant informantene er at «kroppspres» og det å la seg «påvirke» er noe de selv kan velge å bry seg mer eller mindre om. Kroppsidealet blir omtalt som uoppnåelig, mens «presset» blir omtalt som om det er «opp til hver enkelt». I dette kapitlet vil jeg presentere temaene; *presset på kroppspresset - man kan jo snu seg litt vekk også, skal man la seg selv påvirke og det er veldig viktig at du har god helse - motsigelser når det gjelder trening.*

5.5.1 Presset på kroppspresset – man kan jo snu seg litt vekk også

Ida sier at hun tror at man «kan velge litt selv» om man vil bry seg eller ikke når det gjelder fokuset på kropp og utseende. Hun forteller om det å la seg bli påvirket av kroppspresset slik:

Kanskje man kan velge litt om man vil bry seg om det eller ikke. Ehh, man kan jo på en måte snu seg litt vekk også, ikke la det gå så inn på deg, da.

Ida sier om presset at man kan snu seg litt vekk, og ikke la det gå innover seg. Gjentatte ganger bruker Ida «man» istedenfor å si «jeg», for eksempel når hun sier: «*Man* kan jo på en måte snu seg litt vekk også». Om Ida tenker at det er noe *hun* kan snu seg litt vekk fra, eller om alle kan gjøre det er litt usikkert når hun bruker «man» på denne måten. Jeg tror Ida bruker «man» istedenfor «jeg» for å gjøre temaet mer allment, «man» kan være alle, ingen eller hvem som helst. Ved å bruke «man» blir temaet hun snakker om mindre personlig. Det kan virke som at dette er en uttryksmåte som blir brukt når det er temaer som er vanskelig å snakke om, og hvor Ida i dette tilfellet ikke ønsker å snakke om seg selv og sine erfaringer. Ida forteller at hun leser mange blogger hver eneste dag og at hun også er ivrig på å lese kommentarfeltene. På bakgrunn av hva som skrives i kommentarfeltet kan hun se at det er mange som blir påvirket av/eller tar til seg innholdet i bloggene. Samtidig som hun hevder at man blir påvirket, forteller hun at det ikke gjelder henne. Ida forteller at det er mange som skriver i kommentarfeltene at de ønsker å etterligne bloggernes utseende. Hun tror grunnen til at hun ikke blir påvirket er at det hun ikke ser opp til eller beundrer bloggerne. Hun sier:

Det handler kanskje litt om hvem man ser opp til. Ser man opp til den bloggeren, vil man kanskje gjøre som den gjør, da. Men, jeg har ikke noen bloggere som er forbilde mitt, da. Sikkert derfor jeg ikke blir påvirket heller.

Ida sier at om man blir påvirket eller ikke handler om hvem man ser opp til, og fordi hun ikke har noen bloggere som forbilder, blir hun heller ikke påvirket. Hun forteller at hun leser bloggen til for eksempel Fotballfrue (en av Norges største blogger). Hun sier:

Sånn Fotballfrue for eksempel da. Som jeg leser noen ganger. Jeg leser ikke fordi jeg vil bli som henne, fordi hun trener jo masse og spiser masse sunt. Og det er jo ikke sånn jeg er i det hele tatt, så da blir jeg ikke påvirket av det.

Her forteller Ida at hun *ikke* vil bli som bloggeren Fotballfrue, selv om hun leser bloggen. Dette begrunner hun med at Fotballfrue trener mye og spiser sunt, og det gjør ikke Ida selv. Forskjellen er for stor mellom henne selv og Fotballfrue, og dette legger hun vekt på som en grunn til ikke å bli påvirket. Til tross for at Ida ikke ser på bloggerne som forbilder, er hun en ivrig leser. Det vil altså si at det er *noe* ved bloggene som er så interessant at hun vender tilbake til de daglig. Ida forteller videre:

Ikke det at jeg ikke har komplekser for kroppen min da, for det har jeg jo. Hvis jeg tenker over det kan jeg jo komme på flere ting. Men, jeg bare velger å se litt

forbi det, da. Hvis for eksempel venner av meg sier at de skulle ønske de var pene, hender det at jeg tenker: «Oj, det der er ikke helt bra å si!». Så har det på en eller annen måte truffet dem, da. Jeg vet ikke helt hvorfor det er sånn. Jeg prøver å ikke la meg påvirke så veldig mye.

Ida forteller at det ikke er slik at hun ikke har komplekser for kroppen sin, men velger å ikke bry seg om det. Hun sier ikke direkte at hun har komplekser, men at det ikke er det at hun *ikke* har komplekser. Ved å si direkte at hun har komplekser for kroppen kan hun virke selvpoptatt, samtidig som er lite troverdig når hun er en normalt pen jente. Dette er hun muligens klar over, og hun vil derfor omtale det på en mer indirekte og tvetydig måte. Denne talemåten kan være en indikasjon på at dette er et tema som det ikke snakkes direkte om, men det snakkes mer *om* det.

Her «vet» hun at hun ikke *skal* være misfornøyd eller uttrykke misnøye med kroppen (selv om hun gjør det), og derfor sier at hun «ser litt forbi det». Hvis venninner uttrykker at de kunne ønske de var pene, er det et uttrykk for en diskurs som virker slik at det ikke er «bra» å uttrykke misnøye med egen kropp. Underforstått vet ungdom at de lever i en verden med langt større utfordringer for mennesker, og at det å være opptatt av utseende på blogger og reklamenes premisser ikke er noe de vil assosieres med. Ida sier at da har de på en måte blitt påvirket, mens hun prøver å ikke la seg påvirke så veldig mye. På bakgrunn av det Ida forteller kan det virke som hun er veldig bevisst på hva hun kan si/ikke si, og at det de sier forteller om de har blitt «påvirket» eller ikke. Julie forteller at hun tror kroppspresset er noe du lager selv. Hun sier:

Det er på en måte slik at hvis man ikke har det man «skal» ha, så er det ingen som bryr seg om det. Man blir ikke utstøtt, liksom. Det er mest deg selv som tenker over det. Det samme med kroppspresset også, jeg tror det er veldig sånn lagd av deg selv. Det er jo ikke sånn at alle andre forventer at du skal være sånn eller sånn.

Julie sier at det er ingen som «bryr seg», i betydning – kritiserer hverandre, om de ikke lever opp til de de antatte idealer. Hun sier at det er mest en selv som tenker over at en eventuelt skulle være selvkritisk. Hun sier at det samme gjelder for kroppspresset, og hun tror hver enkelt er med på å skape kroppspress. Hun sier til slutt at det er ingen som forventer at man skal «være» på en bestemt måte. Christian snakker også om at «presset» er opp til hver enkelt. Han sier:

Jeg tror det er veldig individuelt om du godkjenner det presset. Eller om du... Ja det er forskjell. Du kan enten ta det til deg. Og faktisk skjøne at det er deg selv som legger press på deg. Eller så kan du si at det er press overalt.

Christian hevder at det er individuelt om du «godkjenner» presset eller ikke. Han sier at du kan «ta det til deg» og forstå at det er du selv som lar deg presse, eller du kan si at det er «press» overalt. Lignende utsagn blir kommunisert av ungdom gjennom Aftenpostens Si;D. Ei jente skriver: «Vi har nådd et punkt hvor du er forpliktet til å føle kroppspress». Innlegget handler om at det er forventet at ungdom ikke skal være fornøyd med seg selv, være deprimert og oppleve press. Hun gir aviser og reklame mye av skylden (Sannerholt, 2016). Selv om eksperter, journalister og politikere hevder at det er ungdom som er mest utsatt for «kroppspresset», er ikke alle ungdom enig. Julie forteller at hver enkelt er med på å skape et kroppspress. Engelsrud & Nordtug skriver i blogginnlegget «Presset på kroppspresset» (2016) at kroppspress er noe som skapes mellom mennesker. De hevder at mennesker forteller hverandre hva som gjelder gjennom egne blikk, bevegelsesmåte og henvendelser. De skriver også at kroppspresset opprettholdes og forsterkes ved at det snakkes og skrives om det. Engelsrud & Nordtugs oppfordring er å slutte og presse kroppen inn i en kroppspress-debatt, men heller fokusere på oss selv som erfarende og fortolkende mennesker i møte med medienes fremstillinger av kroppspress (Engelsrud & Nordtug, 2016).

5.5.2 Skal man la seg selv påvirke?

Marie forteller om det å bli påvirket av «kroppspresset»:

Men, så har det litt med viljestyrke å gjøre og da. Skal man la seg selv påvirke, for det er jo noen som blir så lett påvirket. Man må på en måte bare bestemme seg for at jeg gjør det jeg vil, også kan jeg heller få tips og motivasjon av å se bilder og lese artikler. Men, man må på en måte prøve å ikke la seg påvirke så mye, og ikke få det til å se ned på ditt eget liv, da. Å tenke at jeg gjør jo noe riktig. For man er jo frisk og sunn og alt det der. Så, jeg kan ikke gjøre alt feil. Selv om det virker sånn når man leser om det.

Her kommer det frem at det å la seg påvirke eller ikke har med «viljestyrke» å gjøre. Det gjelder å ikke la seg påvirke så mye, og heller tenke at hun gjør noe riktig. Her kommer «viljestyrke» inn som et fenomen Marie kan bruke for å bestemme seg for at hun gjør det hun vil. Hun kan få råd og inspirasjon i aviser og magasiner. Hun sier videre at det kan virke som hun gjør «noe feil» når hun leser om alt som står i media.

Det å ta avstand fra «kroppspresset» er en måte informantene legitimerer seg selv på når de snakker med meg i intervjuene. Julie sier blant annet at kroppspresset er skapt av en selv og at ingen forventer av du skal se ut på en bestemt måte. I samme intervju forteller hun at det er viktig å se bra ut i dagens samfunn. Marie forteller at det kommer an på viljestyrken om man blir påvirket eller ikke, og Ida sier at hun prøver å ikke la seg påvirke så veldig mye. Jeg tror Ida og de andre informantene ikke vil at jeg skal tro at de har blitt påvirket, og derfor omtaler de «påvirkningen» på denne måten.

Informantene er bevisst på hva de skal si og mene om «kroppspresst»- problematikken. De forteller at hvorvidt de lar seg «presse» er individuelt og opp til hver enkelt. Ingen av informantene uttaler at de *er* påvirket eller *lar* seg påvirke av «presset», mens de enkelt kan fortelle om venner som lett blir påvirket og at andre kan føle på «presset». De fremstiller det å *la seg påvirke*, eller det å føle «presset» som et valg de kan ta. De vet hvordan det er å leve med sosiale medier og daglige oppslag om kropp og utseende. Fenomener som «kroppspresst» er en del av informantenes hverdag. Informantene viser (gjennom det de sier) at de vet hvordan de skal forholde seg til, og angripe «presset». Samtidig legger jeg merke til det de forteller om det de *gjør* med utseende i hverdagen, slik som sminke, hår, klær og trening. Her har jeg identifisert et dilemma mellom ungdommens/informantenes språkbruk og den praksisen de bedriver.

Informantene bruker språket til å fremstå som selvstendige subjekter som ikke *lar seg* påvirke av et utvendig «press», samtidig som de bedriver praksiser som viser noe annet. Det å fremstå som selvstendige mennesker har stor verdi i dagens samfunn. Det vestlige samfunnet vi er en del av stiller krav om autonomi der det forventes at mennesker tar ansvar for seg selv og sitt eget liv (Øiestad, 2009). Ved å si at de *lar seg* påvirke fremstår informantene som mindre selvstendige subjekter, som ikke selv kan ta stilling til påvirkningen. For å unngå og sette seg selv i en passiv mottakerposisjon vil derfor informantene omtale det å *la seg påvirke* som noe de bestemmer selv og som er opp til hver enkelt.

Ifølge Jørgensen & Philips (1999) er teoretikeren Michel Foucault mye brukt for å forstå makt og kunnskap. Ved å trekke inn maktperspektivet til Foucault blir informantenes praksiser synlige som diskurser og ikke kun individuelle valg. Makt er noe som konstituerer diskurser og forstås derfor som produktiv. Produktiv i den forstand at den produserer det sosiale på bestemte måter. «Makten konstituerer diskurser,

kunnskap, kropp og subjektiviteter» (Jørgensen & Philips, 2010, s. 23). Massemedia og sosiale medier er et eksempel på maktposisjoner i samfunnet, som er med på å konstituere «sannheter». Diskursen informantene lever i har fått det Foucault kaller produktiv makt fordi diskursen gir retningslinjer for de handlinger og de praksisene informantene bedriver. Måten informantene snakker om kropp (se kroppssnakk og «fat talk») viser at de er med på å reproducere et syn på at kropp og utseende bør etterleve det gjeldende kroppsidealet. Ifølge Foucault sitt maktperspektiv er informantene så innsatt i diskursen de lever i at de dermed ikke kan velge om de vil *la seg påvirke* eller ikke.

Foucault hevder at subjektet skapes gjennom diskurser. Ved å låne blikket til Foucault får jeg frem at det informantene gjør er å benytte seg av diskurser som finnes tilgjengelig om kropp og kroppspress. Det de sier blir, slik sett, ikke tillagt dem som autonome og suverene personer, men det fører til at de blir et «medium» for kulturen og dens språk (Jørgensen & Philips, 1999). Samfunnet og det samfunnsskapte kroppsidealet omringer ungdom og informantene daglig, og ifølge Foucault «skriver seg inn» i ungdommenes kropp. Det er interessant hvordan «kunnskap/sannhetene» som etableres i samfunnet sammenfaller med mine informantenes «egne» meninger, for eksempel når det gjelder utseende, mote og trening. Dette ser jeg som en ambivalens mellom samfunnet og diskursen om kroppen og mine informanter. Som nevnt tidligere ønsker informantene å presentere seg selv som mennesker med egne valg. Ifølge Foucault vil det være utfordrende om mennesker kan velge bort «kroppspress» og det å bli påvirket, fordi vi allerede er innvevd i den kulturen. Han vil stille seg tvilende til i hvilken grad den enkelte selv kan overskride det den allerede lever i.

Marie forteller at det kan virke som hun gjør noe «feil» når hun leser om alt som står i media. Marie er omringet av råd og «inspirasjon» om hvordan hun *bør* leve livet sitt. Hun får derfor en idé om at hun gjør noe *feil* fordi hennes hverdag ikke samsvarer med det hun leser om i mediene. Media har mye makt og innflytelse i samfunnet, og har en dominerende plass i mange ungdommers hverdag. Journalister, kjendiser og andre som uttaler seg blir ofte fremstilt som eksperter. Mediene fronter et kropp og skjønnhetsideal som nærmest er uoppnåelig for mange. *Passe tynn, passe trent og passe muskuløs* (Rysst & Roos, 2014a). Når ekspertene i samfunnet kommer med råd og kunnskap/sannheter som ikke samsvarer med Marie sitt liv blir det en påminner for henne om at hun gjør

noe feil. Marie virker å være fornøyd med ting slik de er, men blir usikker når hun leser om hvordan ting *burde* være (sannheter).

Det Marie opplever kan forklares med maktperspektivet til Foucault. Makt skapes i den sosiale verden, og det gjør at omverdenen ser ut og kan uttrykkes på bestemte måter, mens andre muligheter utelukkes. Makt forstås ikke som noe, eller som noen er i besittelse av, og som kan utøves over andre, men ifølge Foucault er makt spredt over forskjellige sosiale praksiser. Det er makt som skaper vår sosiale omverden og gjør den meningsfull for oss. Makt er alltid knyttet til kunnskap, makt skaper kunnskap, de er gjensidige til hverandre. Makt vil derfor være forbundet med diskurs, siden diskurser er med på å produsere de subjektene vi er, og de objektene vi vet noe om (Jørgensen & Philips, 1999). Ifølge Foucault vil makt fungere som en undertrykkende styringsstrategi, ved at den begrenser menneskets muligheter. Dette blir tydelig når Marie forteller om at det kan virke som hun gjør noe feil, fordi mediens ytringer (både tekst og bilder) blir oppfattet som «riktig»/sannhet. Media og den kommersielle industrien lever av mennesker som opplever en slik usikkerhet som Marie beskriver. Rysst & Roos (2014a) hevder at makt er knyttet til de som definerer hva som er den ideelle kropp og utseende, og høyt mediefokus på kropp og slanking kan være noe av grunnen til at det eksisterer kroppspress i samfunnet. Det samme kommer frem når informantene snakker om kroppsidealet, der flere omtaler dagens kroppsideal som «feil».

5.5.3 Det er veldig viktig at du har god helse - motsigelser når det gjelder trening

Når informantene snakker om trening blir tatt-for-gitt-heter og dermed diskurser synlig. På et tidspunkt forteller informantene om trening i forbindelse med å «passe på utseende» og flere av informantene kan fortelle om venner og bekjente som gjør spesielle øvelser for å få strammere kropp, med spesielt fokus på stram mage og sprettrumpe. På et annet tidspunkt kan de fortelle at trening er noe som gjøres for å få bedre helse, og to av informantene forteller at trening er viktig for å holde seg i god fysisk form når de blir eldre. Flere uttrykker også at kroppsidealet burde være sunn og frisk. Vi snakker om trening, og Marie forteller blant annet:

Det er veldig viktig at du har god helse, og det er ikke bare det at man skal se bra ut. Ja men tenk når du blir eldre og sånne ting. Jeg tror spesielt på skolen vår er det veldig sånn, alle trener. Og utenom gymmen også. Folk tar en

joggetur hjemme eller har et sånn treningskort eller sånn ting. Man må nesten ha det.

Marie sier at det er viktig å ha god helse, og at det ikke bare er det å se bra ut som gjelder, men hun tenker også på at trening er viktig når man bli eldre. Hun har en formening om at alle på skolen trener, også utenom kroppsøvingstimene. Hun sier at de tar seg en joggetur, eller så trener de på treningssenter. Hun avslutter med å si at man *må* nesten ha medlemskap på treningssenter. Det kommer derimot frem i flere av intervjuene at hovedhensikten med å trene er for å forbedre kroppens utseende. Her kommer tydelig motsigelser til syne. Det kan virke som om noen av informantene skaper en forståelse av at trening dreier seg om god helse og å forbedre kroppens fysiske form. Det er muligens enklere for informantene å snakke om trening som ivaretar god helse, enn at trening gjøres for å dyrke egen forfengelighet og utseende. Å snakke om trening som helsebringende kan være lettere å argumentere for, og derfor noe de fremhever. Å trene for å få god helse er vel ansett (Helsedirektoratet) og godt innarbeidet hos informantene (og mennesker generelt). Det er ikke like legitimt i dagens samfunn å si at man trener for å forbedre kropp og utseende. Dette kan være iboende og ubevisst, men det kan også være at informantene ikke synes det å trene for egen forfengelighet holder mål. Å være opptatt av utseende er mindre akseptert, og det er kjent at menneskets indre og hvem man er som person har størst betydning. Å si at de trener for å forbedre utseende kan derfor føre til at informantene fremstår som mindre reflekterte mennesker. Dette er eksempler på hvordan språket kan være med på å fremheve og formidle hvilke verdier som er gyldige. Denne måten å uttrykke seg på er noe informantene ikke tenker over, men som mest sannsynlig skjer mange ganger i løpet av en dag.

Som fremtidig kroppsøvingslærer er jeg opptatt av hvordan elevene opplever kroppsøvingsfaget. I neste kapittel vil jeg presentere hva informantene forteller om kropp og «kroppspres» i kroppsøvingsfaget.

5.6 Kropp og utseende i kroppsøving

Kropp er en sentral del av faget og mange opplever det som konfliktfylt at det nettopp er kroppen som blir brukt for å oppnå ulike kompetansemål. Det har derfor vært interessant å spørre informantene hvordan de opplever kropp i kroppsøvingsfaget.

Temaer jeg har identifisert i dette kapittelet er; *åh, jeg orker ikke gymme!, får ikke trent akkurat slik man vil og å være synlig med kroppen.*

5.6.1 Åh, jeg orker ikke gymme!

Informantene kan fortelle at de kjenner flere i klassen og andre venner som ikke liker kroppsøving. Informantene i min studie forteller at de tror mye av grunnen til at mange ikke liker kroppsøving er fordi de ikke *orker*, Christian sier: «Jeg tror mange tenker sånn at jeg orker ikke gym». Kristine tror også at det er mange som ikke orker. Hun sier: «Det er veldig mange som ikke liker kroppsøving. De sier sånn; åh, jeg orker ikke gymme!». Det kan være ulike grunner til at informantene sier at de *orker ikke gymme* i denne sammenhengen. Jeg tror ikke informantene mener at de ikke orker, i den betydning at de er slitne, men at dette er en mer kulturell allmenn språkbruk blant elevene. Det er muligens mer akseptert å si *jeg orker ikke*, enn å si at de ikke har lyst. Ved å si at de ikke har lyst til å ha gym vil kanskje andre stille spørsmål ved hvorfor.

Anna forteller at hun og mange av de hun kjenner ikke liker kroppsøving. Hun sier: «Nesten alle jeg kjenner, i vennegjengen min i alle fall, liker ikke gym i det hele tatt». Anna forteller videre at hun føler seg svært ukomfortabel i kroppsøvingstimene, og at det skyldes blant annet de trange klærne flere medelever bruker. Christian tror at de som ikke liker kroppsøving er de som skiller seg ut, enten på grunn av deres størrelse, eller på grunn av deres fysiske form.

Dette er i tråd med en undersøkelse som ble presentert av Kjersti Mordal Moen på kroppsøvingskonferansen i juni 2013. Der tok hun opp at 30 % av elevene hater eller misliker kroppsøvingsfaget slik de møter det i skolen (Borgen & Leirhaug, 2012; NTB, 2013). Mordal Moen sier i et intervju med NRK at hun tror problemet ligger i at det fokuseres for mye på de tradisjonelle idrettene, teknikker og prestasjoner i kroppsøvingsfaget (NTB, 2013).

5.6.2 Får ikke trent akkurat slik som man vil

Julie forteller om hvordan hun opplever kroppsøving. Hun sier:

(Nøling) Det kan være gøy. Samtidig så får man ikke trent akkurat slik som man vil. Og da kan man bli mindre motivert. Men, så er det jo også gøy å gjøre andre ting enn det man pleier å gjøre.

Julie forteller at kroppsøving kan være gøy, men hun blir mindre motivert av at hun ikke får trent akkurat det hun vil *trene*. Julie vet hva det å trene er for henne og i kroppsøving får hun ikke trene slik hun «vil». På den ene siden synes hun det er dumt, men samtidig sier hun at det er gøy å gjøre noe annet enn det hun pleier å gjøre. Her uttrykker Julie seg som om kroppsøvingstimene er en arena for trening. Hun *får* «trent akkurat som hun vil», noe jeg knytter til at hun tidligere i intervjuet fortalt at hun trener flere ganger i uken på treningssenter. Det Julie forteller kan sees i sammenheng med funnene i studien til (Walseth et al., 2015) der jentene ønsket mer «effektiv trening» i kroppsøvingsfaget. Det kommer frem i datamaterialet at flere av informantene opplever at de *må* trene for å «*holde seg i form*» eller «*passe på formen*». Det å holde seg i form blir nevnt av informantene i flere sammenhenger, der de snakker både om fysisk form og formene til kroppen. Måten informantene snakker om dette viser at de er mest interessert i kroppens former – og ikke den fysiske formen. Flere av informantene forteller om et kvinnelig kroppsideal som både tynn og med former og det fokuseres mest på kroppens utseende. Det som går igjen er at «*kroppen er noe som må passes på*». Jeg vil anta at ved en slik oppfatning av kropp og trening blir nytteverdien større enn den opplevde egenverdien treningen kan ha. Det å engasjere seg for, og å «ta vare på» kroppen har blitt et allment kjent begrep, og massemedienes budskap er at dette er noe alle kan og bør gjøre noe med.

En sentral verdi, og hovedformålet med kroppsøvingsfaget er at faget «skal inspirere til en fysisk aktiv livstil og livslang bevegelsesglede» (Utdanningsdirektoratet, 2012). Spørsmålet er om dette er forenelig med den økende interessen for å «*passe på kroppen*», passe på at kroppen *får* bevegelse og at kroppsidealet ivaretas. I rapporten «Kroppsøving i skolen» vurderes læreplanen i kroppsøving av en arbeidsgruppe på fire personer. Under kapittelet om *Kunnskapsgrunnlag* presenteres en debatt som omhandler hva faget skal bidra med i en utvidet politisk og samfunnsmessig sammenheng. På grunn av økende omfang av overvekt og inaktivitet blant barn og ungdom blir skolen, og spesielt kroppsøvingsfaget, foreslått som helseforebyggende tiltak (Lyngstad et al., 2011). Arbeidsgruppen skriver at dette er urealistisk å tenke seg på grunn av dagens timeantall i kroppsøvingsfaget, da dette er langt fra helsedirektoratet sine anbefalinger om daglig fysisk aktivitet.

Kroppsøvingfagets orientering mot helse har blitt kritisert. Arbeidsgruppen skriver videre at Dowling (2010) (siteret av Lyngstad et al., 2011) hevder at læreplanen i kroppsøving fokuserer på et for smalt og avgrenset syn på helse, der det i hovedsak blir fokusert på kroppen som et objekt som «tilsynelatende bare trenger å bli utsatt for en trinnvis treningsprogresjon i kroppsøving for å fungere optimalt helsemessig» (Lyngstad et al., 2011, s. 8). Arbeidsgruppen nevner også at kroppsøvingfaget har vært dominert i for stor grad av kunnskap innenfor områdene anatomi, fysiologi, treningslære og bevegelseslære og at faget derfor har behov for en ny legitimitet. På bakgrunn av forskning (Walseth et al., 2015) og det som skrives i rapporten «Kroppsøving i skolen», kan det tyde på at mange elever og andre opplever kroppsøvingfaget som en treningsarena. Kroppsøvingfaget er et læringsfag, på lik linje med andre fag i skolen. Hvis kroppsøvingfaget blir redusert til et treningsfag kan det muligens bidra til et økt fokus på kropp og utseende, og det vil da kunne føre til at elever får en uheldig negativ oppfatning av egen kropp. For å motvirke dette tror jeg lærere må være tydelig i kommunikasjonen med elevene om hva de skal lære i faget.

For mange vil god helse være knyttet til bevissthet omkring kroppsform, det å være slank og selvkontroll. I kroppsøving har «helsediskurser» vært utsatt for mye kritikk, der det å formidle at kroppsøvingfaget ikke er et helsefag og at undervisningen ikke kun domineres av aktiviteter for å forbedre elevenes *fysiske* form. Fokuset bør ligge på læring i bevegelse og at faget skal bidra til at elevene får positive kroppslige læringserfaringer (Utdanningsdirektoratet, 2012). Hvordan lærere omtaler faget og dets innhold vil også være av betydning. Jørgensen & Philips (1999) skriver at diskurser vil gi et felt en gitt betydning gjennom språket som blir benyttet. Hvilket språk lærere benytter seg av og hvordan de snakker om faget på, vil ha betydning for hvilken mening faget gis.

Relevant for min interesse og problemstilling er hvordan informantene opplever kropp i kroppsøvingfaget. Laura Azzarito har i flere studier (Azzarito 2009, 2010; Hill, J. & Azzaroti, L. 2012) undersøkt elevers sosialt konstruerte idealkropp i Physical Education. I Azzaritos studie fra 2009 viser funnene at konstruksjon av kroppen er knyttet til dominerende kulturelle idealer, identitet og valg av deltagelse i fysisk aktivitet. Elevene i kroppsøving konstruerte betydninger om jenters og gutters idealkropp, der form, størrelse og utseende stod sentralt. Forskning viser at noen jenter

ønsker å bruke kroppsøvingstimene til å forme kroppen og de ønsker et kroppsøvingsfag som er mer «fitness»-dominert (Walseth et al., 2015). En sentral verdi og en del av hovedformålet med kroppsøvingsfaget er at kroppsøvingsfaget skal bidra til å utvikle elevens positive selvbilde og gi dem et positivt syn på egen kropp. Faget skal også inspirere elevene til en fysisk aktiv livstil og livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2012). Azzarito (2009) skriver at hvis målene i skolen og kroppsøvingsfaget skal nås, må den kjønnete stereotypiske idealkroppen bli utfordret i skolen.

5.6.3 Å være synlig med kroppen

Christian forteller at synlighet er noe av det som skiller kroppsøvingsfaget fra andre fag da kroppen blir mer synlig i kroppsøvingsfaget. Han sier:

Sånn som hvis man sitter bak en pult, og la oss si du er litt stor. Så sitter du jo bare der. Og da tenker man ikke så mye over det for da er det jo ikke kropp som er i fokus, men hva du gjør på skolen. Men, hvis du skal løpe 3000, og du er litt stor og du er dårlig trent, så kommer det mye mer synlig frem for de andre da, at du er dårlig trent. Og at du er litt stor. Men, samme med styrke også. Er du svak, du legger ikke merke til det før du faktisk gjør noe fysisk da. Hvor du faktisk må måle kreftene dine. Eller kondisjonen, for den saks skyld. Jeg tror det er kroppsøving som på en måte først og fremst får folk til å se på de andre. Hvordan vi er og hvordan kroppen deres er.

Christian trekker frem at hvordan kroppen er og blir sett som et fremtredende tema i kroppsøving. Han tror ikke at kroppen spiller så stor rolle i andre fag fordi da sitter de bare bak en pult, som kan skjule kroppen, og det som teller er hva de *gjør* av faglig arbeid på skolen. Han kommer med eksempler fra kroppsøvingstimer hvor de skal løpe 3000 meter. Christian sier at det da blir mye mer synlig for de andre om du er større eller dårligere form enn de andre elevene. Han sier til slutt at det er i kroppsøving som først og fremst får folk til å *se* på hverandre. Christians utsagn indikerer at det er mye fokus på hvordan kroppen fremstår i kroppsøvingstimene og ikke hva de/kroppene *gjør* eller får til. Han sier at det er først når de gjør noe fysisk at de ser om personen skiller seg ut, og at kroppsøvingsfaget får dem til å se på hverandre på en annen måte enn hva de gjør ellers. Fra å se på hva de *gjør* i de andre fagene, til å se på hvordan kroppene deres *er* i kroppsøvingsfaget. Det kan hende de tenker mer over kroppens størrelse, fasong og utseende når de skal være i aktivitet. Det kan virke som elevene opplever et

disiplinerende dømmende «blikk» som er «der ute», og at dette spesielt kommer frem i kroppsøvingstimene.

Mange kan oppleve kroppsøving som et disiplinerende fag, noe som det på mange måter også er. Kroppen blir disiplinert til å, for eksempel, utføre ulike tekniske styrkeøvelser, eller teknikk i ballspill, for deretter å bli vurdert om de kan/ikke kan utføre dette. I et slikt lys kan den enkelte føle seg liten og utrygg. Istedenfor at elevene tenker om kroppsøving «her skal jeg vise hva jeg kan få til», vil mange elever muligens grue seg til kroppsøving fordi de vet at de blir vurdert. Elevene som gruer seg til kroppsøving tenker nok ikke at de blir sett på som bidragsyttere. I kroppsøving er alt ved en person innvevd i faget, bak en pult blir ikke elevene vurdert på samme personlige måte. Det gjør kroppsøving til et sårbart fag. Det er noe av det Christian nevner, det å se på hverandre, ha noen som følger med og følelsen av at andre vurderer deg. Anna forteller:

Når jeg ser på jentene i klassen... Alle ser så bra ut og alle er så veltrente og, men de skjønner det ikke selv. Så når de går i veldig trange klær og sånn så føler de seg ikke utilpasset. Men, når jeg gjør det føler jeg meg utilpasset, fordi jeg sammenligner meg med dem. Og da velger jeg å ikke gå med det. Heller gå med noe som skjuler, jeg vil ikke virke mer synlig enn det alle andre er.

Anna føler seg ukomfortabel sammen med de andre elevene i kroppsøvingstimene fordi andre går i trange «gymklær», ser bra ut og er veltrente. Anna sier at de forstår det ikke selv. Hun føler seg ukomfortabel fordi hun sammenligner seg med de andre jentene, hun bruker også bevisst klær som skjuler, for å ikke bli mer «synlig» enn de andre. Elevenes prestasjoner i kroppsøvingsfaget er mer synlig i kroppsøvingsfaget sammenlignet med andre fag, og det kommer tydeligere frem hvor deltagende elevene er i ulike aktiviteter. Anna forteller at hun ikke liker samarbeid og gruppeoppgaver i kroppsøvingsfaget. Hun sier:

Jeg liker ikke gym generelt. Eller, jeg synes det er morsomt. Men, jeg liker ikke når det er sånn at man må drive og samarbeide. For det første er jeg så redd for å ødelegge for de jeg er på gruppe med. Og selv om ikke de bryr seg, så vil ikke jeg gjøre så vi kommer sist eller noe. Man bare føler at man ødelegger for alle andre rundt seg. Samtidig som man føler seg skikkelig utilpasset så går man rundt og tenker sånn «hvordan ser jeg ut nå». Man blir selvfølgelig svett og rød i ansiktet. Man bare konstant driver og stresser over et eller annet. Istedenfor å fokusere på gymmen. Hvor man faktisk kommer til å få karakter.

Anna uttaler at hun ikke liker kroppsøving fordi hun kommer i situasjoner der hun føler seg ukomfortabel. Hun uttrykker dette spesielt når det gjelder gruppeoppgaver.

Redselen for å skuffe andre på laget, eller å gjøre feil, bidrar til at hun ikke klarer å fokusere. Hun forteller at det å hele tiden tenke på utseende, og det å konstant stresse over noe, gjør at hun mister fokus. Det Anna beskriver kan sees i sammenheng med de jentene som i studien til Garrett (2004) ble plassert i kategorien som ser på kroppen sin som «den dårlige kroppen». I studien til Garrett (2004) fikk disse jentenes bekymring omkring egen kropp betydning for deres sosiale atferd og involvering i fysisk aktivitet.

Rysst (2011) har undersøkt hvordan samfunnsforhold kan fungere styrende for enkeltindividets subjektive opplevelse. Rysst (2011) skriver at et dømmende blikk disiplinerer for eksempel kropp og sjel i forhold til forventinger om å se bra ut, og at det medfører at mange er misfornøyd med egen kropp. Det at Anna ser seg selv med andres dømmende blikk kan bli styrende for hennes fokus i kroppsøvingstimene.

Det dømmende disiplinerende blikk kan ses i sammenheng med Foucaults begrep «panoptikon», som betyr «all-syn». Panoptisk disiplinering er ifølge Foucault den ene hovedformen for moderne makt der disiplinermakten er rettet mot kroppen (Aakvaag, 2008). Panoptikon har makt til å disiplinere kroppen gjennom blikk som er «der ute» og gjennom panoptiske institusjoner (som skolen og kroppsøvingfaget). En kan aldri vite når og hvem som «ser», og slik blir blikket både anonymt og en konstant mulighet (Meyer & Sirnes, 1999). Det oppstår et normaliseringstrykk i de panoptiske institusjonene, der for eksempel hver enkelt elev vet hva det vil si å «være flink», noe kroppen tvinges til å innarbeide (Aakvaag, 2008). Følgen blir effektiv standardisering og normalisering av atferd. Det samlede resultatet av panoptikon er det Foucault kaller «føyelig» og disiplinert kropp, der den enkelte har mindre frihet. Og kroppen blir dermed, ifølge Aakvaag (2008), noe som «dermed kan mobiliseres som «produktivkraft» i et komplekst samfunnsmaskineri» (s. 316).

Elever som synes kroppsøving er problematisk og vanskelig bruker ofte metoder for å skjule hva de opplever i kroppsøvingstimene (Lyngstad, Hagen & Aune, 2015). Skjuleteknikkene er sofistikerte, smarte og bevisste, og praktiseres for å beskytte seg faglig eller i relasjon med andre elever (Lyngstad et al., 2015). Anna trekker frem tanker om at hun ikke passer inn i en kroppsøvingstekst. Harriet Bjerrum Nielsen har i sitt

forskningsprosjekt (2009) fulgt en og samme klasse gjennom hele grunnskolen, fra 1.-10. klasse. Hun skriver at jentene i kroppsøvingstimene på ungdomstrinnet er mer opptatt av utseende og fremtreden enn av fysiske prestasjoner.

Wenche Bjørnebekk (2015) har intervjuet ungdommer om kropp og kroppspress i sin bok «Påkledd i dusjen. Om ungdom og kroppspress». Hun skriver at det er forskjell på hvordan jentene og guttene sammenligner seg med andre. Resultatene i hennes studie viser at guttene sammenligner sine fysiske prestasjoner, for eksempel på fotballbanen, mens jentene sammenligner utseende. Bjørnebekk skriver også at guttene bruker humor mer enn jentene, og at dette vises i måten de slenger kommentarer til hverandre. Hun tror det at guttene bruker humor og er mer fysiske enn jentene, kan fungere som en beskyttelse for «presset» ungdom utsettes for (Bjørnebekk, 2015). Forskningen til Nielsen (2009) viser også at gutter kan forholde seg mer avslappa og humoristisk til kropp og utseende. Dette stemmer overens med mine resultater da Christian forteller blant annet at gutta er litt mer «røffe» med hverandre. Når vi i intervjuet snakker om kropp og trening sier han: «Jeg tror vi tuller mer om det enn vi egentlig bryr oss, sånn faktisk da. Assa, jeg kan sikkert ta en spøk til en kompis og si sånn; ja nå må du trappe opp treninga snart, lissom». Her kommer det frem en sjargong som gutter tar til seg og bruker. Under temaet kroppssnakk og «fat talk» identifiserer jeg hvordan jenter snakker om kropp. Det viser seg at gutter også har en form for kroppssnakk, men istedenfor å kommentere egen eller andres kropper brukes humor. I samfunnet eksisterer det kulturelle normer og forventninger om hvordan «ekte gutter eller menn er» (Engelsrud, 2015). Nielsen (2009) skriver at gutter og jenter blir møtt med ulike forventninger til atferd i skolen. Det kan tenkes at gutter bruker kroppssnakk på denne måten for å unngå og vise svakhet, da maskulinitet ofte assosieres med en hard og kontant væremåte (Engelsrud, 2015; Nielsen, 2009).

Mange omtaler kroppsøvingsfaget som et «nakent» fag fordi elevene er og blir mer synlig med sine kropper og dermed opplever seg mer utsatt enn i de teoretiske fagene. Slik som flere av informantene forteller kan det å eksponere seg i kroppsøvingstimen oppleves som ubehagelig. Anna forteller at kroppene blir veldig synlige i kroppsøvingsfaget på grunn av trange klær. Hun sier at det er lett å se hvem som er fornøyd med sin egen kropp, basert på hva de har på seg. Anna sier det slik: «Man ser

veldig fort hvordan personen føler seg også, basert på hva de har på seg og hvordan de er med i gymmen». Anna legger vekt på at det er viktig å føle seg komfortabel.

Som nevnt tidligere blir det presentert en *debatt om kroppsøving* i rapporten «Kroppsøving i skolen». I denne debatten tas det opp argumenter for hvorfor tema om kropp og kroppsideal bør være en del av formålet med faget. Blant annet hevdes det at «kroppsideal og oppfatninger i samfunnet får mulighet til å feste seg hos elever i skolen uten å bli problematisert, kritisert og eventuelt forkastet» (Lyngstad et al., 2011 s. 9). Arbeidsgruppen påpeker at kroppsøvingfaget på den måten er med på å skape kroppen som objekt, noe som bidrar til en forsterkning av medias fremstilling av kroppen som noe som kan formes og endres i jakten på oppnå et samfunnsskapt kroppsideal. Videre skriver arbeidsgruppen at faget dermed kan bidra til å gi elevers kropper ulik sosial status og at dette igjen kan føre til at elever i kroppsøvingundervisning kan føle seg mindreverdige, nedvurdert og til og med sosialt ekskludert. Kroppsøvingfaget kan være med på å underbygge den globale kroppsindustrien som elevene omgås, istedenfor å hjelpe elever til å ta fornuftige valg (Lyngstad et al., 2011). Temaer om kropp og kroppsideal ble en del av formålet med faget etter revisjonen i 2012.

5.7 Oppsummering av resultater

Ved bruk av temabasert analyse og et diskursanalytisk perspektiv har jeg arbeidet frem seks temaer. Temaene viser hvordan elevene snakker og forhandler om temaet kropp og «kroppspress». Jeg vil i dette kapitlet oppsummere hva som kommer fram og mine hovedfunn i oppgaven.

Blant informantene er det stor enighet om at det finnes et «dagens kroppsideal» som de oppfatter at innebærer forventninger til hvordan de skal se ut. Analysene viser at ungdommen snakker om dette på ulike måter og at det er variasjon i hvor stor betydning de selv mener at «dagens kroppsideal» betyr for dem selv. For noen er det viktig å vise andre at de er «pene», mens andre legger vekt på hvem de er som «menneske». Her får jeg fram at når det snakkes om å være «pen» så er det et «ideal»-utseende de henviser til, mens når de snakker om å være «mennesker» så henviser de mer til «hele seg» og det «indre». Analysene viser at det er variasjon i hva og hvordan informantene engasjerer seg i dette tema. Mine analyser får fram, i kontrast til en del utspill i media

(Gjelland et al., 2015a; Gjelland, 2015b), at informantene *ikke* er ensidig opptatt av kropp og utseende.

Gjennom temaet *kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer* presenterer jeg hvordan kroppen omtales i det daglige språk. Her viser jeg at dagligspråket preges av en tankegang som jeg, ved å trekke inn dualistisk teori, får frem at baserer seg på et skille mellom kropp og sinn, det fysiske og psykiske. Det er etablerte kategorier i språket, men de blir problematiske når de utsettes for teoretiske briller. Kroppens forståelse som et fysisk objekt blir for eksempel synlig når Sofie omtaler kroppen som «et verktøy». Samtidig gir hun kroppen en mer nyansert betydning da hun senere legger vekt på hva hun kan gjøre/ikke gjøre med kroppen. Her kan det hun sier mer ses som om hun snakker *som* kropp.

Under overskriften *det er viktig at man har en kropp, lissom*, kommer det frem at det å rette oppmerksomheten mot kroppens funksjon, kan bidra til at kroppen får gyldighet som erfaring og kroppens utseende blir mindre viktig. Analysene viser at ved å være opptatt av å lære, erfare og utforske med kroppen blir oppfatning av kroppens utseende mindre viktig/fremtredende, noe jeg synes det verdt å merke seg, i og med de mange stemmer som er opptatt av å få fram at vi lever i et samfunn som domineres av objektivisering av kroppen (Rysst & Roos, 2014b; Rysst, 2011). Refleksjonene omkring eget utseende formes av den sosiokulturelle konteksten ungdom (og jeg og alle andre) er en del av. At menneske har synspunkter på seg selv og eget utseende kommer som en følge av at menneske har evnen til å være sitt eget objekt (Schibbye, 2009). Det er interessant hvordan informantene skiller mellom kroppens overflate (utseende) og det som er «inni» (smilet), og at de ilegger de ulike deler av kroppen ulik betydning. Med utgangspunkt i studien til Strandbu & Kvalem (2012) identifiserer jeg hvordan informantene snakker om egne og andres kropp. I temaet *kroppssnakk og «fat talk»* kommer det frem at en slik type snakk går i hovedsak ut på å kommentere andres kropp og å snakke egen kropp *ned* og å sammenligne seg med andre. Ifølge både Strandbu & Kvalem og mine funn er kroppssnakk og «fat talk» vanlig blant jenter, og en slik måte å omtale kropp på er noe ungdom automatisk blir en del av. Sett utenfra kan et slikt snakk virke noe brutalt, men det virker å være uproblematisk for ungdommene selv.

Et gjentakende tema i samtalene med informantene var betydningen av sosiale medier, og det ble synlig hvilke normer og regler som gjelder for bilder som legges ut. Dette presenterer jeg i temaet *kropp som visuelt objekt*. Det som spesielt vekket min interesse var det paradoksale omkring de uplanlagte, planlagte bildene - og det store arbeidet som ligger bak bildene. Det å legge ut bilde på bildedelingstjenesten Instagram ble omtalt som *å ha en presentasjon på skolen*. Ungdommens «arbeid» med dette bidrar til refleksjon, og er en massiv påminnelse om hva det innebærer og krever å befinne seg i den visuelle verden. Jeg diskuterer om det er mulig å velge hvorvidt man skal «gå ut eller inn» av denne verden. I lys av Foucaults teori om makt og hans syn på den enkeltes subjektivitet, belyser jeg hvordan Foucaults teori om hvordan mennesker er «innvevd» kulturen gjør at det å ta «egne valg» ut i fra Foucault vil bli en slags illusjon. Vi vil snakke om å ta egne valg, men vil like fullt kanskje ta de samme valg som alle andre. Dette var særlig synlig da ungdommene underveis i intervjuene uttrykte ønske om å endre på eget utseende for å se ut som dominerende idealer i samfunnet. Jeg registrer derimot at ingen av informantene har gjort store skjønnhetsinngrep, noe jeg mener viser at det er stor forskjell på å *snakke* om å endre kroppen via inngrep, og «snakket» om kroppen. Det blir på sett og vis en egen verden, som ikke må forveksles med praksis.

Analysen *presset angår ikke meg* viser at «kroppspress» er et vanskelig tema å språkliggjøre. Gjennomgående i datamaterialet er at informantene gjør andres kropp til objekt for samtalen, for eksempel ved bruken av «man» istedenfor «jeg» når det er snakk om erfaringer knyttet til kropp og «kroppspress». Dette er interessant å belyse da det kan virke som det er lettere for informantene å snakke allment, enn om seg selv når det kommer til dette tema. Selv opplever jeg at slike allmengjøringer av vanskelige temaer er vanlig dagligtale. Informantene tar avstand fra «kroppspresset» når det gjelder dem selv. Det å omtale seg selv som en som lar seg «påvirke» og som ikke selv kan velge er noe de ikke assosierer seg selv med. Det er de andre som blir påvirket av kroppspress, ikke de selv. Det å tro at man selv kan ta individuelle valg er noe som ifølge Foucault kan forstås som en falsk selvframstilling. Under det siste temaet *kropp og utseende i kroppsøving* presenterer jeg hvordan noen informanter opplever det å være *synlig med kroppen* i kroppsøvingfaget. Med utgangspunkt i rapporten «Kroppsøving i skolen» (Lyngstad et al., 2011) diskuterer jeg utfordringene knyttet til at kroppen

omtales som noe som må «passes på» og hvilken betydning den type holdning har for kroppsøvningsfaget.

6. Refleksjon om oppgavens relevans og troverdighet

Det vil alltid være diskusjoner om forskningens kvalitet og troverdighet. Spørsmålet som stilles er om andre kan stole på kunnskapen som er produsert i forskning. I denne sammenheng er begreper som validitet og reliabilitet utviklet. Validitet sier noe om forskningens gyldighet/styrke, mens reliabilitet handler om pålitelighet/troverdighet (Thagaard, 2013). Begrepet reliabilitet er i utgangspunktet knyttet til om forskningen er repliserbar/kan gjentas, og gjelder spørsmålet om en annen forsker vil komme frem til samme resultat ved bruk av samme metode. Repliserbarhet er ifølge Thagaard (2013) relevant i forskning der resultatene ses uavhengig av relasjon mellom forsker og de som studeres. Ut i fra et konstruktivistisk perspektiv, der kvalitativ data utvikles i relasjon mellom forsker og informant, må spørsmålet om repliserbarhet også trekke inn spørsmålet om andre forskere vil kunne etablere lignende relasjoner og dermed komme frem til lignende resultat. Jeg vil i dette kapittelet vurdere hvordan min egen tilnærming til forskning står i relasjon til begreper som gyldighet og troverdighet. Jeg vil til slutt vurdere om mine funn kan ha noen overførbarhet til andre sammenhenger enn den skolen og de ungdommene jeg har undersøkt.

6.1 Validitet

Validitet handler om gyldighet og sannhet, og er i kvalitativ forskning knyttet til forskerens tolkninger. Ifølge Thagaard (2013) må forskeren opplyse om hvordan han eller hun kom frem til den forståelsen som undersøkelsen har som utgangspunkt, og har ført til. Dette innebærer å redegjøre for fremgangsmåter i forskningen, egne erfaringer fra prosjektet og relasjoner i felten. Relasjoner i felten dreier seg om hvordan forsker posisjonerer seg i forhold til informantene i studien og refleksjon omkring dette (Thagaard, 2013).

Som forsker har jeg arbeidet ut i fra en posisjon som kroppsøvlingslærer, videre er jeg som ung kvinne i en kultur omkranset av og innvevet i ulike (medieskapt og erfarte) ideer om kropp og kroppsidealer. Jeg bærer med meg min sosiale plassering, som kjønn, etnisitet, klasse og livssyn, inn i forskningen og dette er relevant for hva jeg studerer (Neumann & Neumann, 2012). Min forforståelse er et resultat av mine erfaringer, men også av min utdanning og skolering. Ifølge Neumann & Neumann (2012) er det viktig

at forskeren er bevisst på/reflekterer over hva som bringes inn i forskningssituasjonen, når det gjelder oppfatninger, meninger, kunnskap, erfaring og fordommer (s 26). Med min posisjon og erfaring som utgangspunkt, er jeg innvevd i det feltet jeg undersøker. Dette innebærer at jeg også er blind på eget forskningsfelt, og jeg kommer ikke utenom at det vil være aspekter ved egen studie som jeg ikke kan identifisere og se selv, men som andre kan oppdage. Jeg kan, i denne oppgaven, kun si noe om det *jeg* ser med den erfaringsbakgrunnen *jeg* har. Dette mener jeg det er viktig å være klar over når en som (student)forsker, skal gå inn i kunnskapsprosess der andre mennesker blir intervjuet og «studert». Jeg lever med fenomener som «kroppspress» i min hverdag, og er dermed «innvevd» i feltet. Det krever en ekstra åpenhet for diskusjon om hva andre *ser*, som jeg selv kanskje overser i egen «blindhet» (Jørgensen & Philips, 1999).

Det jeg leverer fra meg, er derfor der jeg har sett og oppdaget. For å gjøre min undersøkelse tilgjengelig for andre, og gjøre at andre kan ta del i den vurderingen, har jeg har forsøkt å skape en rød tråd, samt gjøre studien interessant ved å reflektere underveis, teoretisere og kommunisere. Deretter gir jeg andre mulighet til å ta stilling til det som er skrevet/funnene i oppgaven. Jeg ønsker å skape en interesse hos leseren, tydeliggjøre det jeg er opptatt av, og å skape innsyn i prosessen. Deretter er det mulig for andre å vurdere om oppgaven er troverdig.

Å arbeide med noe jeg interesserer meg for har gjort prosessen morsom og vært en drivkraft underveis. Jeg har aldri vært lei av oppgaven, men heller fått større engasjement, glede og interesse rundt de temaene jeg arbeider med. Mitt store engasjement omkring temaene i oppgaven kan sees som en slags troverdighet.

Fremstilling av analyseprosessen er sentral for gyldigheten i forskningen (Thagaard, 2013). Tidligere i oppgaven har jeg vist trinn for trinn hvordan jeg arbeidet metodisk. Hensikten er, som i all forskning, å gi andre mulighet til å få innsyn i, og å kunne evaluere prosessen. Jeg har gjort rede for hvordan jeg har gjennomført analysene av datamaterialet med forankring i sosialkonstruktivistiske perspektiver. Jeg har, som tidligere nevnt, valgt et sosialkonstruktivistisk perspektiv for å studere kropp og «kroppspress». Dette innebærer at jeg ser på disse fenomen som noe mennesker skaper sammen, og som det ifølge et diskursperspektiv også kan være vanskelig å oppdage fordi en av premissene er at diskursene fungerer som implisitt eller uttalt. Det betyr at

det som omtales, slik jeg har vist at mine informanter gjør, er lettere når en kan snakke om de «andre» og at «kroppspress» er noe *andre* har skapt, som en størrelse som kan øke eller minke, og som «angriper» oss. Jeg har blitt opptatt av å studere kropp og «kroppspress» som sosiale fenomen og som derfor ikke kan sees uavhengig av måten de blir skapt på. Et sosialkonstruktivistisk perspektiv blir relevant, gitt at jeg er opptatt av at «kroppspress» må anses å være et sosialt bevegelig fenomen, og ikke et statisk fenomen. Å se disse fenomen med dette blikket åpnet opp for hvordan jeg kan arbeide sammen med ungdom, noe jeg også ønsker å kunne gjøre som fremtidig kroppsøvingslærer.

Ifølge Jørgensen & Philips (1999) vil det å vise sammenheng i analysen kunne bidra til å belyse om undersøkelsen anses som gyldig av andre. Oppgaven bør inneholde eksempler fra empirien og redegjørelser for fortolkningen som knytter utdrag fra teksten med analytiske påstander (Jørgensen & Philips, 1999). I min oppgave har jeg analysert datamaterialet ut i fra det informantene har uttalt, og knyttet det til tidligere forskning og teori. Thagaard (2013) referer til Seale (1999), når hun understreker at det må tydeliggjøres hva som er data hentet fra feltet, og hva som er forskerens fortolkninger av disse. For å skille informantenes erfaringer fra egne tolkninger har jeg i resultatene skilt dette ved å sette informantenes erfaringer i en annen skriftstørrelse og kursiv, i tillegg til å følge en gitt struktur i analysen. Dette vil gi bedre oversikt over hvordan oppgaven er bygget opp.

Kvale & Brinkmann (2009) ser validitet i kvalitativ forskning som «i hvilken grad en metode undersøker det den er ment å undersøke» (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 251). For å sikre dette jobbet jeg godt med spørsmålene i intervjuguiden i forkant av intervjuene. Gjennomføringen av pilotintervjuet gjorde at jeg fikk vurdert spørsmålsformuleringene og intervjusituasjonen. Under intervjuene forsøke jeg å legge til rette for en trygg atmosfære, slik at informantene kunne åpne seg og fortelle det de ønsket uten å bli ledet av intervjuer. Det at jeg er innvevd i det feltet jeg studerer vil kunne gi meg forutsetning for å stille gode spørsmål, oppfølgingsspørsmål og ha forståelse for det informantene uttrykker i intervjuet. Nærmere beskrivelser av mine erfaringer fra undersøkelsen og posisjon gjør jeg i metodekapittelet.

6.2 Reliabilitet

Reliabiliteten har også sammenheng med funnenes konsistens og troverdighet (Kvale & Brinkmann, 2009), og omhandler særlig hvorvidt resultatene hadde blitt det samme om undersøkelsen hadde blitt gjennomført av andre forskere og ved andre tidspunkt. Som nevnt, i og med det relasjonelle i kvalitativ forskning, stiller det seg noe annerledes fordi innholdet mellom mennesker og svarene informant kommer med ikke kan kopieres (Thagaard, 2013). Jeg er enig med Thagaard (2013) at funnene i oppgaven ikke kan kopieres, men jeg har like vel tro på at andre kan komme frem til lignende resultater, gitt at de følger tilsvarende metode og teoretisk perspektiv.

6.3 Overførbarhet

I kvalitative undersøkelser brukes begrepene intern og ekstern validitet. I henhold til Thagaard (2013) vil den interne validiteten ta for seg vurdering av fortolkninger innenfor én enkelt studie, mens den eksterne validiteten er knyttet til hvordan den forståelsen som utvikles innenfor én studie også kan ha relevans i andre sammenhenger (Thagaard, 2013). I mitt prosjekt er ikke overførbarhet av funnene et mål i seg selv. Allikevel vil jeg argumentere for at funnene i studien kan bidra til en bredere forståelse av hvordan ungdom opplever kropp og «kroppspress». Informantene i studien brukte uttrykksmåter som er kulturelt og sosialt betinget, og det kan derfor være representativt for flere ungdommer enn de som deltok i min studie. Temaet ungdommene reflekterte rundt er temaer som opptar dem, og de snakket om venner og bekjente som har samme erfaringer. Jeg opplevde derfor at temaet er noe mange ungdom engasjerer seg i. Ifølge Thagaard (2013) kan overførbarhet knyttes til gjenkjennelse. Spørsmålet er om personer med erfaring fra de fenomener som studeres kan kjenne seg i igjen i tolkningene som formidles. Temaer omkring kropp og «kroppspress» er dagsaktuelle temaer, både i media og blant folk flest. Mange vil kunne kjenne seg igjen i egen og andres erfaring, noe som gir grunnlag for utvikling av intersubjektiv mening.

7. Avsluttende tanker

Avslutningsvis vil jeg kort diskutere oppgavens relevans for min praksis i læreryrket. Utgangspunktet for min oppgave er hvilken betydning kropp og «kroppspress» har for ungdom og hvordan de uttrykker seg omkring disse temaene. Ved bruk av temaanalyse og en diskursanalytisk tilnærming har jeg, som allerede nevnt, arbeidet frem seks temaer: *kroppen som «middel» for å gjøre nye erfaringer, kroppssnakk og «fat talk», kropp som visuelt objekt, å modifisere kroppen, presset angår ikke meg og kropp og utseende i kroppsøving*. Gjennom disse temaene og med utgangspunkt i tidligere forskning og litteratur har jeg forsøkt å belyse hva informantene uttrykker om temaet kropp og «kroppspress». Problemstillingene for min oppgave er: *Hvordan omtaler og uttrykker et utvalg ungdom seg om kropp? Hva kan det ungdom sier bidra med for å belyse et fenomen som «kroppspress»? Hva kan det ungdom sier bety for kroppsøvingsfagets innhold?*

I det analytiske arbeidet kommer det frem hvordan ungdommene lever med fenomener omkring kropp og «kroppspress» i sin hverdag. Det har vært interessant å undersøke temaer om kropp, utseende, mote og trening som sosialt konstruerte fenomener og som ungdom har mye kunnskap og informasjon om. At mange av temaene tas for gitt i en del sammenhenger viser kompleksiteten omkring disse temaene. Informantene lever i en hverdag hvor kropp og utseende har stor betydning. Det kommer frem at det til tider er slitsomt å være ungdom, spesielt med tanke på de eksponeringsmulighetene de har, og billedkulturen de lever med. Analysene viser at kropp og utseende er noe ungdommene daglig holder på med. De er en del dynamiske prosesser, der de lever med og i det, bryter ut av det, og slik beveger det seg kontinuerlig. Samtidig sitter jeg igjen med et inntrykk av at ungdom ikke er ensidig opptatt av disse temaene. Mine analyser viser at ungdom ikke tar så tungt på «kroppspress»-problematikken. De omtaler presset som det er opp til hver enkelt og de har lært hvordan de skal forhandle med det. Det eksisterer en enighet om hva som er dagens kroppsideal, de bedriver kroppssnakk og de engasjerer seg for utseende, mote og trening. Ungdom er opptatt av disse temaene, men de har også andre erfaringer og interesser som opptar dem.

«Kroppspress» blir omtalt i mediene som noe forferdelig og journalister, politikere og eksperter er ute med ulike løsninger for å få bukt på det store «kroppspress»-problemet

blant ungdom. Det kan virke som det er lett å problematisere fenomener som angår ungdom. Fenomener slik som «kroppspress» oppleves ikke som «forferdelig» av ungdommene selv. Jeg mener at temaet skal snakkes om i kroppsøvningsfaget, men jeg tror det er viktig å være mer åpen for variasjonen som finnes, og *hvordan* ungdom lever med disse «problemene». Jeg tror derfor det ikke er så stor grunn til å være bekymret for dagens ungdom. «Kroppspress» er et sosialt fenomen, det har alltid eksistert kroppsidealene og jeg gjør meg tanker om at det er normalt for ungdom å være opptatt av kropp og utseende. Det som er annerledes nå er at det skrives og snakkes enormt mye «kroppspress» i mediene og generelt i samfunnet. Ungdom uttrykker at det er ingen som «bryr seg» om de ikke lever opp til de antatte idealer, samtidig som det er forventet at de ikke skal være fornøyd med kroppen sin. Det tas for gitt at ungdom i dag skal føle «presset». Spørsmålet er om alle skriveriene i media bidrar til at ungdom *skal* føle et særlig press.

Jeg tror kropp og «kroppspresset» ikke er noe ungdom kan ta avstand fra, fordi det er fenomener som de lever med. Slik sett tror jeg det blir verre av at det stadig skrives om hvor forferdelig det er, og at journalister og andre da er med på å skape et «kroppspress» som trolig ikke oppleves som et «press» av ungdommen selv. Dette er funn i mine analyser. Etter å ha arbeidet med denne oppgaven sitter jeg *ikke* igjen med et ensidig bilde av at ungdom er «kroppsfikserte». Jeg mener at en kroppsøvingslærer må kunne legge opp undervisning der ungdom kan ta opp blogger, snakke om temaer de er opptatt av og selv bidra til å utvikle innsikt både om media og det som kalles «kroppspress», og ikke minst sine egne erfaringer.

Gjennomgående i analysene er at informantene snakker spesielt om *andres* erfaringer. Andres kropp blir ofte objekt for samtalen noe som kan indikere at disse temaene er vanskelig å snakke om, og noe de ikke ønsker å gjøre personlig. Temaet har vist seg å være mer komplekst og utfordrende enn jeg antok i første omgang. Dette så jeg spesielt godt i analysen *presset angår ikke meg* der det kommer frem at kroppsidealet er uopnåelig, men presset blir omtalt som det er opp til hver enkelt. I denne analysen identifiserer jeg et dilemma mellom ungdommenes språk og den praksisen de bedriver. Å holde på med utseende gjennom ulike praksiser er for informantene så hverdagslig at det er ikke noe de reflekterer over. Det kan være utfordrende å se noe en selv er så «innvevd» i. At kropp og utseende er blitt en tilstedeværende og «naturlig» del av deres

hverdag kan også ligge til grunn for at temaet er vanskelig å uttale seg om.

Ungdommene er definert av kulturen de lever i, men samtidig ønsker de å fremstå som selvstendige subjekter med egne valg. Fenomenene jeg har undersøkt er konstruert i samfunnet, i et gjensidig forhold mellom individ og samfunn (Berger & Luckmann, 1966). Det kommer også frem i analysene at ungdom har tanker rundt dette da det blir uttalt at hver enkelt er med på å skape et «kroppspress».

Oppgaven gir innblikk i hvordan elever opplever kropp i kroppsøvningsfaget.

Resultatene viser at ungdom synes det kan være ubehagelig å være synlig med kroppen, og fokuset på kroppens utseende blir fremtredende. Slik jeg ser det er dette viktig kunnskap for å kunne utvikle, tilrettelegge og møte elevene på best mulig måte i undervisningen. Som kommende lærer reflekterer jeg rundt disse funnene, og hvordan formålet med faget kan nås. Kroppsøvningsfaget kan styrke elevenes positive forhold til egen kropp og hjelpe elevene til å motstå dominerende diskurser slik at de kan uttrykke og utfolde seg fritt. På bakgrunn av tidligere forskning og resultatene i denne oppgaven mener jeg at lærere har en viktig faglig jobb med å endre holdninger om kroppsøvningsfaget som treningsarena, men at elevene skal oppleve kroppsøvningsfaget som en trygg læringsarena.

Resultatene viser at kropp og utseende har stor betydning for ungdom. Skolen og kroppsøvningsfaget er en arena hvor temaer omkring kropp, kroppsidealer og «kroppspress» kan arbeides med, og hvor elevene kan få mulighet til å reflektere kritisk omkring tematikken. Kroppsøvningsfaget er en læringsarena, og i formålet med faget står det eksplisitt at faget skal ruste elever til å kunne vurdere kroppsidealer og bevegelseskulturer som kan ha betydning for selvfølelsen, helse ernæring, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2012). Ungdom har mye informasjon og kunnskap omkring temaet, og sammen kan det gi det gi grobunn for refleksjon. Gjennom arbeidet med denne oppgaven har jeg sett viktigheten av å implementere temaene i kroppsøvningsfaget og invitere ungdom til dialog. Jeg tror det er viktig at det finnes en arena hvor elevene får mulighet til å arbeide med temaene på en produktiv måte, der de kan uttrykke meninger, være kritiske og forstå hvilke valg de har. Jeg vil ta med meg kunnskapen fra denne oppgaven ut i min praksis som lærer, der jeg vil møte elevene med forståelse, uten å synes synd på dem eller se på «kroppspresset» som noe

forferdelig. Elevene må få muligheten til å snakke om disse temaene uten å bli møtt med kritiske, dømmende blikk.

Min konklusjon er at oppgaven bidrar med nyttig kunnskap om hvordan ungdom lever med temaer omkring kropp og «kroppspress» i sin hverdag. Mine funn viser at ungdom lever i en verden innsatt av kroppsidealiser og at dette er et felt i bevegelse. På bakgrunn av dette mener jeg det er viktig å være i dialog med ungdommene (og andre) som «lever i» det. Dette er kunnskap som er relevant i skolesammenheng, for alle som arbeider med ungdom og samfunnet generelt. Jeg håper oppgaven kan stimulere andre lærere til å inkludere temaer omkring kropp og «kroppspress» i undervisningen, og møte elevene i dialog med åpenhet.

8. Veien videre

Mitt engasjement rundt denne oppgaven har gitt meg lyst og interesse til å fortsette og arbeide med disse temaene. Det har vært mye arbeid, men det at jeg synes det har vært morsomt å jobbe med disse temaene har gitt meg positiv energi og vært en motivasjonskilde gjennom hele denne prosessen. Mitt utgangspunkt for oppgaven var å undersøke hvordan ungdommers opplevelse av kropp og «kroppspress» kom til uttrykk gjennom det de fortalte. Det har vært spennende å utforske disse fenomen som sosialt skapte. Selv synes jeg det har kommet mye interessant og relevant frem i analysene av datamaterialet, og mye av det som ble arbeidet frem har jeg ikke tenkt over tidligere. Samtidig er det er temaer som jeg selv kan kjenne meg igjen i. Jeg opplever at jeg med denne oppgaven har åpnet opp for et ny måte å se disse fenomen på. Jeg tenker ikke lenger på at det bare kommer fra media, men også fra oss selv. Jeg har vært gjennom en lang læringsprosess, hvor jeg blant annet har fått innsikt i hva det vil si å være en del av et forskningsfelt.

Min utdanning og arbeidet med denne oppgaven har gitt meg større forståelse for hvordan ungdom lever med kropp og kroppsidealer i sin hverdag, og hvordan de opplever og omtaler «presset». Arbeidet har gitt meg mye kunnskap om et dagsaktuelt og viktig tema, som opptar og engasjerer mange ungdommer (og andre). Disse temaene er noe som jeg gjennom pedagogikkutdannelsens lærerpraksis, som lærervikar og elev selv ikke har opplevd har vært et tema. Etter denne masteroppgaven har jeg fått en god plattform for kunne diskutere og reflektere med ungdom og andre (voksne, eksperter etc.) om temaene kropp og «kroppspress» og andre komplekse temaer relatert til dette.

Som en anbefaling til videre forskning vil det være interessant å gjøre et aksjonsforskningsstudie, der det blir testet ut et undervisningsopplegg som omhandler kropp, kroppsidealer og kroppspress og hvor temaene blir problematisert og diskutert av elevene. Deretter kunne elever bli intervjuet i etterkant av undervisningsopplegget. Ungdom har mye å si om temaet, blant annet om ulike praksisene de gjør knyttet til kropp og utseende, og jeg har fått anledning til å utforske dette videre i en teoretisk ramme. Det er nødvendig at noen forsker for å bringe ungdommenes egen språkbruk tilbake til dem, slik at de kan høre og reflektere over det de snakker om, sammen med andre voksne.

Referanser

- Aakvaag, G. C. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Azzarito, L. (2009). The panopticon of physical education: pretty, active and ideally white, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14:1, 19-39. Hentet 16.05.16 fra <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/17408980701712106>
- Azzarito, L. (2010). Future girls, transcendent feminities and new pedagogies: Toward girls' hybrid bodies? *Sport, Education and Society*, 15 (3), 261-275. Hentet 25.06.16 fra <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13573322.2010.493307>
- Azzarito, L. & Solmon, M. A. (2006). A Feminist Poststructuralist View on Student Bodies in Physical Education: Sites of Compliance, Resistance, and Transformation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25, 200-225. Human Kinetics, Inc. Hentet 26.05.16 fra <http://journals.humankinetics.com/AcuCustom/Sitename/Documents/DocumentItem/5632.pdf>
- 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.
- Borgen, J. S. & Engelsrud, G. (2015). *Hva skjer i kroppsøvningsfaget?* Unpublished paper. Hentet 20.05.16 fra https://www.utdanningsforbundet.no/upload/Tidsskrifter/Bedre%20Skole/BS_2-1015/UTD-BS0215-WEB_Borgen%20og%20Engelsrud.pdf
- Borgen, J. S. & Leirhaug, P-E. (2012). *Altfor mange hater kroppsøving*. Hentet 18.05.16 fra <http://www.nih.no/om-nih/aktuelt/nih-bloggen/borgen-jorunn-spord/altfor-mange-hater-kroppsøving/>
- Borgen, J. S. & Herlofson, G (2016). Hva kan vi gjøre med dagens kroppspress? *TV2.no*. Hentet 21.05.16 fra <http://www.tv2.no/a/7951827/>
- Burr, V. (1995). *An Introduction to Social Constructionism*. Routledge.
- Bø, I. (2005). *Påvirkning og kontroll – om hvordan vi former hverandre*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Dowling, F. (2010). Fysisk aktivitet og god helse i kroppsøvningsfaget: Problematisk, ikke automatisk. I: K. Steinsholt & K. P. Gurholt (Red.), *Aktive liv: Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse*. (s. 205-215). Trondheim: Tapir Akademiske forlag.
- Engelsrud, G. (2006) *Hva er kropp*. (2. Opplag). Oslo: Universitetsforlaget.
- Engelsrud, G. (2010). Betydninger av teori(er) om kroppen. I: K. Steinsholt & K. P. Gurholt (Red.), *Aktive liv: Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 35-50). Trondheim: Tapir Akademiske forlag.

- Engelsrud, G. (2015). Kjønn og inkludering. I: Ø. F. Standal & G. Rugseth (Red.), *Inkluderende kroppsøving*. (s. 24-43). Cappelen Damm AS.
- Engelsrud, G. & Nordtug, B. (2016). *Presset på kroppspresset*. Hentet 5.05.2016 fra <http://www.mestremestrerikke.no/2016/03/preset-pa-kroppspresset.html>
- Eriksen, T. H. & Breivik, J. K. (2006). *Normalitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Featherstone, M. (1991) The Body in Consumer Culture. I: M. Featherstone, M. Hepworth & B. S. Turner (Red.), *The Body* (s. 170-196). London: SAGE Publications.
- Frisén, A. & Holmqvist, K. (2010). Physical, Sociocultural, and Behavioral Factors Associated with Body-Esteem in 16-Years-Old Swedish Boys and Girls. *Sex Roles. Vol. 63*(5), 373-385. DOI: 10.1007/s11199-010-9806-2
- 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.
- Gjestad, G. H. (2015). Det store, syke albumet. *VG*. Hentet 07.08.15 fra <http://www.vg.no/nyheter/meninger/kosthold/det-store-syke-albumet/a/23493293/>
- Gjelland, M., Midbøe, O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015a). Mener kroppshysteriet blant unge er et folkehelseproblem. *NRK*. Hentet 05.05.2016 fra <http://www.nrk.no/norge/mener-kroppshysteri-blant-unge-er-et-folkehelseproblem-1.12403112>
- Gjelland, M., Midbøe O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015b). Én av ti unge vil endre på utseende. *NRK*. Hentet 06.05.2016 fra <http://www.nrk.no/norge/en-av-ti-unge-vil-endre-pa-utseendet-1.12399764>
- Gjelland, M., Midbøe O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015c). Derfor er vi misfornøyde med utseende. *NRK*. Hentet 19.08.2015 fra <http://www.nrk.no/norge/derfor-er-vi-misfornoyd-med-utseendet-1.12399811>
- Gjelland, M. (2015a). Slik kan vi stoppe kroppspresset. *NRK*. Hentet 12.05.2016 fra <http://www.nrk.no/norge/slik-kan-vi-stoppe-kroppspresset-1.12404880>
- Gjelland, M. (2015b). Vil endre skolen i kampen mot kroppspress. *NRK*. Hentet 19.08.2015 fra http://www.nrk.no/norge/_-vil-endre-skolen-i-kampen-mot-kroppspress-1.12414531
- Grabe, S., Ward, L., & Hyde, J. S. (2008). The role of the Media in Body Image Concerns Among Woman: A Meta-Analysis of Experimental and Correlational Studies. *Psychological Bulletin, Vol 134*(3), 460-476. Hentet 12.05.16 fra <http://psycnet.apa.org/journals/bul/134/3/460/>
- Gripsrud, J. (2011). *Mediekultur, mediesamfunn*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Grogan, S. (2008). *Body Image. Understanding Body Dissatisfaction in men, woman and children*. Great Britain: Routledge.

- Helsedirektoratet (2015). *Sosial ulikhet i helse*. Hentet 07.05.2016 fra <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/sosial-ulikhet-i-helse>
- Hill, J. & Azzarito, L. (2012). Researching valued bodies in PE: a visual inquiry with British Asian girls. *Special Edition, Physical Education and Sport Pedagogy*, 17:3, 263-276. Hentet 25.05.16 fra: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/17408989.2012.690381>
- Holmqvist, G. K. (2013). *Body image in adolescence: Thought the Lenses of Culture, Gender and Positive Psychology*. Doktorgradsavhandling ved Institutt for psykologi, Göteborg Universitetet.
- Imsen, G. (2006). *Lærerens verden. Innføring i generell didaktikk*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Järvinen, M. & Mik-Meyer, N. (2005). *Kvalitative metoder i et interaktionistisk perspektiv. Interview, observasjoner og dokumenter*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Jonskås, K. (2011). En kunnskapsoversikt over FoU arbeid innen kroppsøvingfaget i Norge fra januar 1978 – desember 2010. Oslo: Norges Idrettshøgskole, Seksjon for kroppsøving og pedagogikk.
- Jørgensen, M. W. & Philips, L. (1999). *Diskursanalyse som teori og metode*. (10. Opplag). Roskilde Universitetsforlag.
- Kvalem, I. L. & Wichstrøm, L. (2007). *Ung i Norge: Psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelen Akademiske forlag.
- Kvalem, I. L. & Strandbu, Å. (2013). Body Talk –Group Specific Talk? A Focus Group Study of Variations in Body Talk among Norwegian Youth. *Young. Vol 21(4)*, 327-346. Sage Publications. DOI: 10.1177/1103308813506147
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervjuet*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lyngstad, I., (leder) Flagestad, L., Leirhaug, P. & Nelvik, I. (2011). *Kroppsøving i skolen. Rapport fra arbeidsgruppe i kroppsøving* (2011) Utdanningsdirektoratet. Hentet 21.04.16 fra http://www.udir.no/Upload/larerplaner/forsok/Kroppsoving_i_skolen_rapport_060611.pdf
- Lyngstad, I., Hagen, P-M. & Aune, O. (2015) *Understanding pupils' hiding techniques in physical education*. Hentet 16.06.2016 fra <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13573322.2014.993960>
- Meyer, S. & Sirnes, T. (1999). *Normalitet og identitetsmakt i Norge*. Oslo: Gyldendal.
- Neumann, I. B. (2001). *Mening, materialitet, makt: En innføring i diskursanalyse*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Neumann, C. E. B. & Neumann, I. B. (2012). *Forskeren i forskningsprosessen: En metodebok om situering*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

- Nielsen, H. B. (2009). *Skoletid*. Oslo: Universitetsforlaget.
- NTB (2013). Hvert tredje barn hater gym. *Aftenposten*. Hentet 18.05.16 fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/Hvert-tredje-barn-hater-gym-7319252.html>
- Oppegård, G. (2015). Idrettsprofessor: -Jakten på den perfekte kroppen er det neste folkehelseproblemet. *TV2*. Hentet 09.05.2016 fra <http://www.tv2.no/a/7474196>
- Ramm, J. & Soest, V. S. (2011). Kosmetisk kirurgi – 5 prosent har lagt seg under kniven. *Samfunnsspeilet*, nr. 2. Hentet fra <http://www.ssb.no/helse/artikler-og-publikasjoner/5-prosent-har-lagt-seg-under-kniven>
- Rysst, M. & Roos, G. (2014a). Kroppsidealer og kroppspress blant noen kvinner i Oslo. *Statens institutt for forbrukerforskning. Prosjektnotat nr. 5-2014*. Hentet 07.08.15 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 21.04.16 fra http://www.sifo.no/files/file79625_oppdragsrapport_1-2014_web.pdf
- Rysst, M. (2011). «Å se bra ut»: kroppsidealer og kroppspraksiser i Norge. I: *Skjønnhet og helse: det ytre og indre, oppdragsrapport nr. 1 – 2011*, 11–16.
- Sannerholt, E. M. (2016). Vi har nådd punktet hvor du er forpliktet til å føle kroppspress. *Aftenposten*. Hentet 05.05.2016 fra <http://www.aftenposten.no/meninger/sid/%20Vi-har-nadd-punktet-hvor-du-er-forpliktet-til-a-fole-kroppspress-8318269.html>
- Schibbye, L. A-L. (2009). *Relasjoner. Et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Schwebs, T. & Østbye, H. (2013). *Media i samfunnet* (6. utgave). Oslo: Det Norske Samlaget.
- Shilling, C. (2003). *The Body and Social Theory* (2.utg.). London: SAGE Publications.
- Statistisk Sentralbyrå (1999). *Befolkningens oppfatninger om det gode liv og det gode samfunn*. Hentet 12.05.16 fra <http://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/sa64/kap2.pdf>
- Store Norske Leksikon (2015). *Sosial ulikhet*. Hentet 23.05.16 fra https://snl.no/sosial_ulikhet
- Strandbu, Å. & Kvaalem, I. L. (2012) Body Talk and Body Ideals Among Adolescent Boys and Girls: A Mixed-Gender Focus Group Study. *Youth and Society, Vol. 46(5)*, 623-641. Sage Publications. DOI: 10.1177/0044118X12445177
- Säfvenbom, R. (2010). Om å lede de unge ut i fristelse – og det gode liv. I: K. Steinsholt & K. P. Gurholt (Red.), *Aktive liv: Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse*. (s. 155-172). Trondheim: Tapir Akademiske forlag.
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. Utgave). Bergen: Fagbokforlaget.

Utdanningsdirektoratet (2012). *Læreplanen i kroppsøving (LK06)*. Hentet 09.05.2016 fra <http://www.udir.no/kl06/KRO1-03/>

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*, Hentet 16.05.16 fra <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13573322.2015.1050370>

Øiestad, G. (2009). *Selvfølelsen*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Vedlegg 1

Intervjuguide

Studie om kropp og kroppspress blant ungdom i videregående skole

Introduksjon

- Ønske velkommen, presentere meg selv
- Informere om formålet med intervjuet og hvordan det vil foregå
- Opplyse om at intervjuet blir tatt opp på lydbånd, taushetsplikt, konfidensiell behandling av data, anonymisering og igjen minne om at prosjektet er meldt inn til NSD.
- Opplyse om at det lov å trekke seg om informantene ønsker det.

Intervjuspørsmål/intervjusamtale

Før vi begynner vil jeg poengtere at det jeg er interessert i er hva *du* tenker om temaet kropp, utseende, trening etc. Jeg vil lytte til hva *du* forteller, og jeg er nysgjerrig på akkurat deg.

- Jeg er derfor veldig nysgjerrig på hva du tenker på når jeg sier ordet kropp?
- Hva betyr kroppen for deg? Viktig – ikke viktig – hva tenker du – har du noe ord som slår deg, som du assosierer med kropp?
- Har du tanker om hvor viktig/ikke viktig kroppen er? Har du noen tanker om det?

I VG for noen uker siden var det mye oppmerksomhet rundt noe de kalte «generasjon prestasjon». Jenter forteller at de stresser seg syke fordi de skal være perfekte på mange alle arenaer i livet. De skal være best på skolen, trening, hjemme, populær blant venner og samtidig oppdatert i sosiale medier.

- Jeg er nysgjerrig på om dette er noe du kan kjenne deg igjen i?
 - Hvordan?
- Vil du fortelle litt mer om hva du tenker om dette?
 - Hvilken betydning har det for deg i hverdagen?

I media, spesielt i løssalgsavisene, er det ofte fokus på hvordan man kan få den «perfekte kroppen», der det ofte er råd og oppskrift om hva man skal spise og hvordan man skal trene. I

Aftenposten har ungdommer en egen spalte der de kan komme med sine egne meninger. I det siste har det vært mange innlegg om kropp og kroppshysteriet.

Slik jeg forstår det er det mange ungdommer som opplever et «press» der det forventes at de skal prestere på alle områder. Derfor er jeg er veldig nysgjerrig på:

- Er slike tanker utbredt i ditt eget miljø?
- Er det noen «regler» som særlig er gjeldende også når det kommer til kropp?
- Jeg vil også gjerne spørre litt om trening?
- Føler du at det stilles forventninger til kroppen under trening?
 - Er det andres forventninger?
 - Er det dine egne forventninger?
 - Hvor kommer forventningene fra, slik du ser det?

Sosiale medier er veldig populært og blir mye brukt til å dele informasjon om seg selv. Det legges ut bilder og man får rask tilbakemelding på det man legger ut. Denne raske tilbakemeldingen i form av «likes» eller kommentarer vet vi er noe som påvirker oss veldig sterkt. Hva tenker du/dere om dette?

- Hvordan tror dere sosiale medier og de tilbakemeldingene blir viktige for ungdommer og deres syn på kropp? Hva med deg selv?

Det har blitt mer og mer populært blant ungdommer å legge ut bilder av seg selv, «selfies», og mange ungdommer er veldig selvkritiske når de legger ut bilder av seg selv, i frykt for alle tilbakemeldingene.

- Hva tenker du om dette?
- Er det slik?

Oppskriften på «perfekte kropp» er «vanlige» på sosiale medier. Hvordan tenker du om ungdom som ikke klarer å oppnå disse «kravene», kan de kanskje oppleve skam? Eller ikke føle seg bra nok? Kjenner dere til slike erfaringer?

- Fortell meg litt hva du tenker om det?

Det finnes bilder og slagord på sosiale medier, spesielt på Instagram som skal få oss til å yte det lille ekstra på trening.

- Jeg lurer på hva det er som ligger i dette?

- Hvorfor følger ungdommer slike kontoer?
- Jeg er nysgjerrig på hva du tenker når du ser bilder av «perfekte» kropper på for eksempel Instagram. Tenker du på noe spesielt, for eksempel at du ønsker å se slik ut som de som er på bildene?

Kroppsidealene har vært i all tid, men forandrer seg stadig, med den tiden vi lever i.

- Hvis jeg sier ordet kroppsideal, hva tenker du på da? Har du noen kroppsideal, i så fall hvilke?
- Og hva mener du om/er dagens kroppsideal?
- Er det slik at du sammenlikner egen kropp med et spesielt kroppsideal?
 - Hvordan?

Kroppsidealet har endret seg fra å være bare tynn, til å være mer muskuløs og definert. Det krever veldig mye, både tid og krefter, å skulle etterstrebe en slik muskuløs og samtidig definert kropp.

- Hva tenker du om det, er det slik?
- Er det noe spesielt du gjør i hverdagen for å se ut som et spesielt ideal?

Dere har kanskje sett «prosjekt perfekt». Ida Fladen har dekorert en hel vegg med livsstilsråd hun har funnet i blader og aviser og på nett. Hun mener dette viser tydelig hvilket press vi er under i dag, om å ha et perfekt liv. For å finne ut om disse tipsene holder det de lover skal Ida Fladen i tre måneder følge alle rådene og endre livsstilen fullstendig.

- Er dere enig med Ida Fladen om at det finnes et slikt press?
- Hva tenker dere om «et perfekt liv»? Finnes det? For hvem? Ut fra Hva – kan dere reflektere over dette??
- Tror du ungdommer i dag bruker mye tid på kropp og utseende?
- Hvor viktig er det for ungdom å se bra ut?
 - Hvor viktig er det for deg?

Jeg er spesielt interessert i kroppsøving. Mange omtaler kroppsøving som et litt nakent fag.

- Hva tenker du om det?
- Hvordan opplever du kropp i kroppsøvingen?

Vedlegg 2

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt

- Studie om kropp og kroppspress blant ungdom i videregående skole

Hvem er prosjektansvarlig?

Mitt navn er Thea Marie Lauritzen, og jeg er ansvarlig for dette prosjektet. Jeg er masterstudent innen feltet kroppsøving og pedagogikk ved Norges idrettshøgskole (NIH). I løpet av studieåret 2014/2015 skal jeg skrive masteroppgave om tema kropp og kroppspress blant ungdom i videregående skole.

Navn	Rolle i prosjektet	Telefon	E-post
Thea Marie Lauritzen	Forfatter av oppgaven, student ved NIH.	+47 47620643	Theam.lauritzen@gmail.com
Gunn Engelsrud	Hovedveileder, ansatt ved NIH	+ 47 40875564	Gunn.engelsrud@nih.no

Bakgrunn for prosjektet

Gjennom egen interesse for kropp og kroppsøving, i tillegg til inspirasjon fra min veileder Gunn Engelsrud, har jeg blitt mer og mer nysgjerrig på hvordan ungdom opplever kropp og kropps fokuset i dag. Hensikten med denne studien er undersøke hva det innebærer for ungdom å oppfylle/ikke oppfylle dagens strenge kroppsideal. Den foreløpige problemstillingen for studien er «hva forteller ungdoms kroppslige erfaring om fenomenet kroppspress?» Gjennom intervjuer vil jeg forsøke å belyse dette tema.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Det vil bli gjennomført et intervju med hver enkelt deltager i studien. Intervjuene vil vare i omtrent 60 minutter og det er kun undertegnede som er tilstede under intervjuet (hvis ikke deltager ønsker annet). Intervjuet blir tatt opp på lydbånd. Deltager bestemmer selv tid og sted og vil ikke gå på bekostning av deltager sin undervisning eller andre viktige gjøremål. Intervjuene vil bli gjennomført i løpet av desember 2014. Det er frivillig å delta og du har mulighet til å trekke deg når som helst underveis, uten å måtte begrunne dette nærmere. Dersom du trekker deg vil alle innsamlede data bli slettet.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger om deg vil bli behandlet konfidensielt. Deltager vil **ikke** kunne gjenkjennes ved publisering av studien. Deltagerens virkelige navn og eventuelle sensitive opplysninger fra

intervjuene vil bli byttet ut med tilfeldige navn for å ivareta anonymitet. Det er kun undertegnede og veileder som har tilgang til datamaterialet. Alle innsamlede data vil bli slettet ved prosjektets slutt, i utgangen av 2015. Studien er meldt inn til Personvernforbundet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Dersom du har lyst til å delta i mitt masterprosjekt kan du skrive under på samtykkeerklæringen (vedlagt) og sende det til meg på e-post, theam.lauritzen@gmail.com.

Med vennlig hilsen

Thea Marie Lauritzen
Industrigata 57A
0357 Oslo

Samtykke til deltakelse i studien

Alle deltagere må skrive under på et eget skjema om at de er informert om studiet. For mer informasjon om studiet kontakt meg gjerne per telefon eller e-post.

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

E-post

Telefonnummer

Vedlegg 3

Kvittering og godkjenning fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

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

Vår dato: 03.11.2014

Vår ref: 40438 / 3 / M55

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 23.10.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>40438</i>	<i>Ungdoms erfaringer med kropp og kroppspress</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Norges idrettshøgskole, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Gunn Engelsrud</i>
<i>Student</i>	<i>Thea Marie Lauritzen</i>

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

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

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

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

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 30.05.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Marie Strand Schildmann

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Thea Marie Lauritzen theam.lauritzen@gmail.com

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

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no
TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kytre.svarva@svt.ntnu.no
TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@svt.uio.no

Personvernombudet for forskning



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 40438

Prosjektets formål er å undersøke hva ungdoms kroppslige erfaringer kan fortelle om fenomenet "kroppspress". Kropp er et dagsaktuelt tema i samfunnet. Både i media, i skolen og blant folk flest. Noen forskere hevder at det eksisterer et stort fokus på hvordan kroppen bør se ut, i større grad enn hvordan den oppleves og fungerer. Hensikten med dette prosjektet er å undersøke hvordan ungdom opplever og erfarer kropp, og hva det innebærer for ungdom å oppfylle/ikke oppfylle et strengt kroppsideal.

Utvalget omfatter 8 elever fra en videregående skole i Oslo. Prosjektleder informerer muntlig om prosjektet på et informasjonsmøte i klassen. Personvernombudet ligger til grunn at skolen har godkjent prosjektleders tilstedeværelse.

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Norges idrettshøgskole sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektlutt er 30.05.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/skole, alder og kjønn)
- slette lydopptak

29.5.2016

Gmail - Prosjektnr: 40438 Ungdoms erfaringer med kropp og kroppspress



Thea Marie Lauritzen <theam.lauritzen@gmail.com>

Prosjektnr: 40438 Ungdoms erfaringer med kropp og kroppspress

1 e-post

Andreas.Stenersen@nsd.uib.no <Andreas.Stenersen@nsd.uib.no>
Til: theam.lauritzen@gmail.com
Kopi: gunn.engelsrud@nih.no

17. desember 2015 kl. 11.03

BEKREFTELSE PÅ ENDRING

Vi viser til statusmelding mottatt 14.12.2015.
Personvernombudet har nå registrert ny dato for prosjektslutt 30.05.2016.
Det legges til grunn at prosjektopplegget for øvrig er uendret.
Ved ny prosjektslutt vil vi rette en ny statushenvendelse.
Hvis det blir aktuelt med ytterligere forlengelse, gjør vi oppmerksom på at utvalget vanligvis må informeres ved forlengelse på mer enn ett år utover det de tidligere har blitt informert om.

Ta gjerne kontakt dersom du har spørsmål.
Vennlig hilsen,
Andreas Bratshaug Stenersen - Tlf: 55 58 30 19
Epost: Andreas.Stenersen@nsd.uib.no

Personvernombudet for forskning,
Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
Tlf. direkte: (+47) 55 58 81 80

AFFIRMATION

Referring to status report received 14.12.2015.
The Data Protection Official has registered that the project period has been extended until 30.05.2016.
We presuppose that the project otherwise remains unchanged.

file:///Users/bnker/Desktop/Gmail%20-%20Prosjektnr_%2040438%20Ungdoms%20erfaringer%20med%20kropp%20og%20kroppspress.htm

1/2

29.5.2016

Gmail - Prosjektnr: 40438 Ungdoms erfaringer med kropp og kroppspress

You will receive a new status inquiry at the end of the project.
Please note that in case of further extensions, the data subjects should usually receive new information if the total extension exceeds a year beyond what they previously have received information about.
Do not hesitate to contact us if you have any questions.
Best regards,
Andreas Bratshaug Stenersen - Phone number: 55 58 30 19
Email: Andreas.Stenersen@nsd.uib.no
the Data Protection Official for Research,
Norwegian Social Science Data Services
Phone number (switchboard): (+47) 55 58 81 80

file:///Users/bnker/Desktop/Gmail%20-%20Prosjektnr_%2040438%20Ungdoms%20erfaringer%20med%20kropp%20og%20kroppspress.htm

2/2

