

”Jeg mener at det er feil at 7-årige gutter trener for å få 6-pack. De bør være ute å henge i trærne i stede” (sic)

En studie av gutters kroppsbilde i tenårene



Siri Hammes og Tone Eirin Soligard
Våren – 2014

Masteroppgave i spesialpedagogikk,
Pedagogisk institutt, NTNU

Forord

Proessen med å skrive masteroppgave har vært spennende, utfordrende og ikke minst veldig givende. Den fantastiske reisen vi har fått lov til å gjennomføre sammen opplever vi på mange måter som utviklende for oss som mennesker.

Det hadde ikke vært mulig å gjennomføre dette prosjektet uten våre informanter. Vi ønsker derfor å benytte anledningen til å takke disse modige guttene for den unike muligheten de har gitt oss.

Vi vil også rette en takk til Kyrre Svarva ved SVT-IT, NTNU for bistand i forbindelse med vårt spørreskjema.

Tusen takk til vår veileder Anne Torhild Klomsten for gode innspill og oppmuntrende veiledning underveis i vårt arbeid med masteroppgaven.

Sist, men ikke minst ønsker vi å rette en stor takk til våre familier for all oppmuntring og støtte de har gitt i løpet av denne prosessen.

Trondheim, 2014

Siri Hammes og Tone Eirin Soligard

Sammendrag

Fokus i denne studien er tenåringsgutters' kroppsbilde, og hvordan pubertet og medias kroppsfokus har påvirket deres syn på egen kropp. Problemstillingen er belyst ved hjelp av teori og tidligere forskning på områdene kropp, maskulinitet, pubertet, selvoppfatning og mediepåvirkning.

Utvalget er 150 tenåringsgutter på 8. og 9. årstrinn. Utvalget ble hentet fra fire ulike ungdomsskoler, innen samme by.

Forskningsresultatene viser at nesten samtlige gutter har en felles oppfattelse av hva som er idealkroppen, og at de selv ønsker å ha denne kroppen. Denne kroppen tilfredsstillter dagens ideal. Videre viser resultatene at det er en diskrepans mellom den kroppen de har og den kroppen de ønsker å ha. Overraskende nok hevder flertallet at de ikke sammenligner seg, eller ønsker å ligne på personer fra media. Ei heller føler de at pubertetstidspunktet har noe å si for tilfredsheten med egen kropp. Dette til tross for at det er en signifikant tendens til å trene for å forme kroppen.

Både teori og tidligere forskning forteller at ungdom påvirkes av media, en kan da tenkes at idealkroppen er internalisert i samfunnet og slik tatt opp som en naturlig oppfattelse hos respondentene. Videre undres vi over at guttene opplyser at tilfredsheten med egen kropp ikke påvirkes av pubertetstidspunktet, dette til tross for at teorien hevder noe annet.

Funnene i studien vi har foretatt viser ifølge vår oppfatning en bekymringsverdig utvikling og trend blant ungdommene. Kroppsfokuset blant menn har endret seg mye bare de siste tiårene, mye på grunn av medias fokus på idealkroppen. Det er alarmerende å se at ungdommene viser tegn til at den samfunnskapte idealkroppen er internalisert i deres oppfatning, og at de selv ønsker å etterstrebe denne kroppen.

Innholdsfortegnelse

Forord	3
Sammendrag	5
Innholdsfortegnelse	7
Innledning	9
Teori	13
Kropp	13
Tidligere tenkning om kropp	13
Utvikling mot dagens idealkropp.....	15
Dagens idealkropp	16
Maskulinitet	19
Evolusjonsteorien	19
Kulturelle teorier.....	20
Krise i maskuliniteten	21
Pubertet	24
Selvopfatning	28
Påvirkning	32
Sosial sammenligning.....	33
Medias betydning.....	35
Metode	39
Forskningsdesign	39
Utvalg	39
Datainnsamling	40
Måleinstrument	41
Undersøkelsens reliabilitet og validitet	42
Etiske betraktninger	45
Analyse	47
Koding av data	47
Psykometriske egenskaper	47
Faktoranalyse.....	47
Cronbach´s Alpha	50
Skjevhet og kurtosis.....	51

Resultat	53
Hvilket kroppsideal har guttene?	53
Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha? .	54
Trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?	55
Ønsker guttene å se ut som personer i media, og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?	56
Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp?	57
Diskusjon	59
Hvilket kroppsideal har guttene?	59
Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha? .	62
Trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?	65
Ønsker guttene å se ut som personer i media, og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?	67
Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp?	70
Metodiske refleksjoner	75
Frafall, styrker og svakheter	75
Skjevhet og kurtosis	77
Konklusjon.....	79
Tanker videre	81
Referanser.....	83
Vedlegg.....	87
Vedlegg 1: Spørreskjema.....	
Vedlegg 2: Brev NSD	
Vedlegg 3: Brev rektor.....	
Vedlegg 4: Brev foresatte.....	
Vedlegg 5: Faktoranalyse	
Vedlegg 6: T - test.....	
Vedlegg 7: ANOVA	
Vedlegg 8: Cronbach´s Alpha spørsmål 8 (helse).....	
Vedlegg 9: Cronbach´s Alpha spørsmål 8 (forme).....	
Vedlegg 10: Cronbach´s Alpha spørsmål 10.....	
Vedlegg 11: Skjevhet og kurtosis	

Innledning

I vestlig kultur har oppmerksomheten rundt kroppen økt de siste tiårene. Kroppen er blitt en gjenstand for dyrkelse. Unge utsettes for et enormt press rundt kropp og seksualitet. Dette kan vi se i blant annet tv, reklame og magasiner (Duesund 1995). En egen kroppskultur er oppstått, noe som preger både moteverdenen og samfunnet vi lever i. Kroppen bæres frem som et objekt og blir dyrket som en selvstendig enhet. Kroppen brukes som et instrument man pleier og former. I media brukes mannskroppen til å selge ulike produkter, alt fra undertøy til dietter og bøker. Dette er en kommersiell promotering av mannskroppen, hvor salg av produkter ikke har noe med selve mannskroppen å gjøre. Produkter som skal hjelpe oss i å oppnå idealkroppen utvikles og frontes, sammen med eksponeringen av idealkroppen i ulike reklamer (Duesund 1995; Grogan 2008; Loland 2003; Vandenbosch & Eggermont 2013).

I Juli 2013 publiserte Borchgrevink (2013a) en artikkel på Budstikka.no, med overskriften: *“Økt kroppsfokus blant unge menn”*. Artikkelen belyser det økende kroppsfokuset blant unge menn, og hvordan guttene driver styrketrening for å oppnå idealkroppen. I et intervju forteller to gutter at det er konkurranse guttene imellom om å ha den fineste kroppen, og at det i dag blir ansett som trendy å trene. Videre kan de fortelle at dagens muskuløse kroppsideal hylles fremfor det å være tynn. En av guttene sier i intervjuet: *”«Strong is the new skinny».* *Det har aldri vært større fokus på muskler og lav fettprosent. Man skal helst ha så lav fettprosent som mulig for at musklene skal synes”* (Borchgrevink 2013a). Guttene som selv anser seg selv for å inneha idealkroppen sier videre at de er fornøyd med kroppen sin, men at de likevel jobber videre for å bli bedre.

I samme artikkel uttaler daglig leder ved et treningssenter at det er registrert en økning av unge medlemmer, og at det blant de unge er et stort fokus på styrketrening. Guttene bekrefter at de bruker mye tid på styrketrening ved treningssenter og at en fin kropp er utrolig viktig. Guttene uttrykker også at trening er status, og at en trent kropp vil si det samme som at man er kul. På tross av at store deler av uken handler om dette kropps fokuset, hevder guttene at de ikke føler noe press; *“– Vi merker ikke noe press når det kommer til kropp. Det er bare sånn det fungerer her. Alle i vårt miljø er opptatt av trening, forteller de”* (Borchgrevink 2013a).

Som en oppfølger til denne artikkelen ble det publisert en artikkel på samme sted, med overskriften: *“Statsråd bekymret over guttenes kropps fokusering”* (Borchgrevink 2013b). Her skriver Borchgrevink at regjeringen har kalt inn media og reklamebransjen til en diskusjon om det økte kropps fokuset. Ostling Statssekretær i barne- likestillings- og inkluderingsdepartementet, (pr.2013), uttaler en bekymring i forhold til det økte kropps fokuset blant gutter. Han viser også til undersøkelser foretatt av barne- likestillings- og inkluderingsdepartementet, hvor det kommer frem at gutter er på vei opp på nivå med jentene når det gjelder misnøye med egen kropp og overdrevent kropps fokus, og at undersøkelsene viser at mange gutter har et usunt kropps ideal noe han tar alvorlig. *“Dagens unge gutter og unge menn, alt fra mindre barn til inn i 20 årene, har et kropps ideal som er uopnåelig og helseskadelig”*, sier statssekretæren Ostling (Borchgrevink 2013b).

Uttalelsene får støtte fra Solfrid Bratland Sanda, førsteamanuensis ved idrettsfag på Høgskolen i Telemark. Som hevder at kropps idealet stammer fra den tiden hvor de begynte å bruke muskuløse, lettklede mannlige modeller, 20 år tilbake. *“I dag er nesten alle opptatt av utseende og kropp, men det er spesielt yngre menn (...) som utmerker seg som de ivrigste, sier hun”* (Borchgrevink 2013b).

Artikkelen i seg selv er meget interessant i våre øyne, men det som er enda mer interessant er at det på samme side som artikkelen ble publisert en reklame for undertøy for menn, promotert med følgende bilde (se bildet til høyre).

**TUFTE BOXERE I BAMBUSFIBER
MED PERFEKT PASSFORM**



(Borchgrevink 2013b)

På samme side som artikkelen omtaler en alarmerende utvikling av kropps fokuset, og hvilken påvirkning dette har for gutter, eksponeres en avkledd, slank mannskropp med markerte muskler. En annonse som helt tydelig bruker den idealiserte mannskroppen for å selge et produkt. Etter vår oppfatning er dette et eksempel på det tvetydige budskapet media og samfunnet fremstiller.

Dette i kombinasjon med observasjoner og erfaring vi har gjort oss, har vært med på å bevisstgjøre oss på at det ikke alltid er like enkelt å være tenåringsgutt. Da med tanke på den ytre påvirkningen de utsettes for, og alt som skjer med kroppen i denne perioden av livet. Vår nysgjerrighet dreier seg om hvordan kroppsidealet i samfunnet har påvirket gutters kropps bilde. Årsaken til at dette området tiltaler oss er fordi forskning antyder at det er forsket en god del på jenter, men at det derimot er gjennomført mindre forskning blant gutter i Norge.

Temaet for oppgaven blir derfor ”**Hvordan er gutters kropps bilde i tenårene?**”. Problemstillingen belyses gjennom følgende forskningsspørsmål;

”Hvilket kropps ideal har guttene? Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha? Og, trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?”

”Ønsker guttene å se ut som personer i media? Og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?”

”Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp?”

Teori

Kropp

Tidligere tenkning om kropp

Samfunnets fokusering på muskler er ikke et nytt fenomen og det har funnet sted i mange kulturer både før i tiden og i dag (Thompson & Cafri 2007). Flere hevder at denne type fokus har eksistert like lenge som mennesket selv. Ulike samfunn har ulike oppfatninger av hva som forventes av kroppen og hvordan kroppen skal se ut. I kunsthistorien kan en se at ulike kroppsidealiser henger sammen med ulike epoker. I antikkens Hellas ble mannens kropp fremstilt som slank, bredskuldret, moderat muskuløs, og med synlige markerte muskler. Allerede da ble mannskroppen idealisert og fremstilt i marmor. I antikkens Roma finner man den samme idealkroppen. Mannskroppen ble fremstilt som en sterk kriger, slank og muskuløs. Skulpturer som skildrer og idealiserer den muskuløse mannlige kroppen har overlevd fra antikken. I renessansen malte Michelangelo og Leonardo Da Vinci mennesket og kroppen på en idealiserende måte. Standardmodeller som ble brukt av kunstnerne ble utgangspunkt for kroppsidealet (Engelsrud; 2006; Grogan 2008).

Den vestlige verden har et utgangspunkt for tanken om kropp fra dualismen, og filosofen René Descartes (1596-1650) som tydeliggjorde dualismen. Det dualistiske synet går i hovedsak ut på å skille kropp og sjel i to ulike deler. Descartes beskriver et nesten absolutt skille mellom kropp og sjel. I René Descartes' teori ble kroppen sett på som et objekt, som videre ble ansett som et maskineri. Kroppen ble sett på som noe fysisk og håndfast, mens sjelen, tankene og psyken ble sett på som noe mer abstrakt og ikke i direkte sammenheng med den fysiske kroppen. I all

enkelthet, det fysiske og det psykiske skilles i to separate deler. Med en slik vinkling kan en tenke at det psykiske sinnet kan fungere uten den fysiske kroppen (Duesund 1995; Engelsrud 2006; Loland 2003).

Den fenomenologiske tilnærmingen til kropp ser mennesket mer som et subjekt. Hvor mennesket ikke *har* en kropp, men *er* en kropp. En av teoretikerne innen den fenomenologiske tankegangen om kropp, er Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) (Duesund 1995; Engelsrud 2006; Loland 2003). Merleau-Ponty var opptatt av å fremheve en alternativ måte å tenke på kropp, en brytning til dualismen, hvor det å forstå kroppen sto i fokus. Han hevder at de erfaringene mennesket gjør seg, gjør de først og fremst som kropp og gjennom kroppen. Kroppen er ikke et mekanisk objekt, men kroppen eksisterer. Videre sier han at; ”*kroppen er rettet mot verden, og blir rettet av verden*” (Engelsrud 2006: 31). Vi opplever og erfarer verden gjennom speiling, respons og erfaringer. Slik skapes vi av vår egen subjektive forståelse av andre og den subjektive responsen vi opplever. Kroppen er ikke et objekt, men eksisterer i samhandling med andre, et levende samspill med det samfunnet vi lever i. (Duesund 1995; Engelsrud 2006; Loland 2003; Skårderud & Isdal 1998).

Bevissthet på kroppen har alltid eksistert. Gjennom tiden har forholdet til kropp endret seg. Tidligere eksponerte man ikke kroppen på samme måte som i dag. Kroppen var noe privat som man skjulte, og de fleste ble opplært til en naturlig sjenanse i forhold til å eksponere egen kropp. Denne sjenansen er skjøvet mer og mer til side. Tabuet knyttet til kropp er dempet og fokuset på kropp er større enn noensinne. Samfunnets fokus på kropp gjør at enkelte føler seg naken og avkledd. Grensen mellom det private og det offentlige er uklart. Media har et ukritisk syn på kropp og eksponering av kropp. Dette er med på å farge vårt syn og våre forventninger knyttet til den. Kroppen er utsatt for kritikk og blikk fra omverdenen, hvor kroppen blir mer og mer objektivisert. I dag har vi en slags ny dualisme hvor kroppen står i fokus. Kroppen fremstilles som en gjenstand som kan formes og forandres for å oppfylle samfunnets krav og forventninger (Duesund 1995).

Dette danner grunnlaget for den objektive sammenligningen av egen kropp. Mennesket som subjekt endres i møte med en annens fysiske kropp, en ser da objektet, altså kroppen til den andre. Maurice Merleau-Ponty mener at dette er en sekundær måte å se seg selv, mens egne opplevelser og erfaringer er den primære og det subjektive, og at møtet mellom subjekt og objekt er en forening av disse to. (Duesund 1995; Skårderud & Isdal 1998).

Utvikling mot dagens idealkropp

Kroppen er, mer enn noensinne, fristilt. Fokuset på kropp er sterkere, og i dette skal barn og unge utvikle seg og legge grunnlaget for sin selvoppfatning og kroppsbygge. Trender og moter er med på å forme de unges oppfattelse av hva som er riktig kropp, og media er en sterk bidragsyter til dette. Den naturlige kroppen kommer ikke frem, da det er den salgbare kroppen som fremmes i det kommersielle samfunnet (Skårderud & Isdal 1998).

Blant samtidens moderne leker finner vi også igjen samfunnets idealer og fokus på kropp. For eksempel kan man se hvordan Barbie og Ken har forandret seg gjennom tidene. Barbie har blitt tynnere og høyere, mens Ken har blitt mer muskuløs. Hvis man forstørret Barbie til "virkelig" størrelse hadde hun vært rundt 2,24 meter høy, med en midje på 38 cm. Ken hadde vært 2,08 meter høy (lavere enn Barbie vel og merke) og ca. 110 cm rundt brystet. De representerer med andre ord ikke et reelt bilde av hvordan mennesker ser ut. Dette er ikke enestående for akkurat disse lekene (Dworkin & Wachs 2009).

Andre leker, som actionfigurer, har også forandret seg med tiden. Denne forandringen avslører noe som kanskje kan være den største overdrivelsen av det muskuløse i vestlig kultur gjennom tidene. Dette muskuløse idealet er rettet mot den mest sårbare gruppen av befolkningen vår, nemlig barna. Actionfigurer som har eksistert i over 30 år, slik som G. I. Joe, har vokst og fått større muskler med tiden. G. I. Joe-figuren fra 1964 kan sammenlignes med en mann som er rundt 1,77 m høy, med en brystkasse på omtrent 111 cm og en biceps som måler rundt 30 cm. G. I. Joe-figuren fra 1998 er mye større og den kan sammenlignes med en mann som måler 140 cm rundt brystkassen og 68 cm rundt bicepsen. Bryststørrelse, biceps og magemuskler hos mange av de moderne actionfigurene overgår nå de muskuløse kroppsbyggerne i verdensklassen. De kroppslige proporsjonene er nå like urealistiske som proporsjonene hos Barbie. Tegneserier promoterer det muskuløse idealet på samme måte som actionfigurene gjør. Selv om det alltid har vært muskuløse superhelter som supermann og hulken, har disse heltene i løpet av tiden blitt enda mer muskuløse med en skarp definert brystkasse og tydelig markerte magemuskler (Thompson & Cafri 2007).

Ifølge O'Dea har mange menn den misoppfatningen at de tror at kvinner foretrekker muskuløse menn, når kvinner i virkeligheten rapporterer at de liker lettere

og smalere menn. På samme måte rapporterer kvinner at de tror at menn foretrekker tynne kvinner. I vestlig kultur har de kvinnelige idealene blitt tynnere, samtidig som de mannlige idealene har blitt mer muskuløse (O'Dea 2007).

Barbie og Ken, actionfigurer, samt menn og kvinners misoppfatninger om hva menn og kvinner foretrekker er eksempler på stereotypier som finnes i samfunnet. Ifølge store norske leksikon er stereotypier noe som handler om en ”*inngrodd, vanemessig, unyansert innstilling, oppfatning eller handling*” (Store Norske Leksikon 2009). Det er altså en oppfatning vi har av noe eller noen, som sjeldent lar seg forandre ut i fra stimuli og informasjon. Samfunnets stereotypier finner vi igjen overalt. Blant annet på TV, radio, internett, musikk, i aviser og magasiner. Media reflekterer samfunnets kroppsideal, og da spesielt i forhold til hva det vil si å være mann og kvinne. I flere media blir det fremstilt ideer og sendt budskap til folket om hva som er antatt å være viktig og riktig for gutter. I tv-serier og filmer kan vi finne igjen stereotypier som den heltemodige, maskuline og muskuløse mannen som redder den spinkle og hjelpeløse jenta i nød. Selv om ikke alle tv-serier og tv-programmer stereotyperer gutter, blir likevel budskapet om hva det vil si å være gutt nokså tydelig. Mange av tv-programmene og det som vises på tv er ofte fantasi. De som lager tv-programmene vet at det ikke er virkelighet og det vet ofte de som ser programmene også. Til tross for dette er det lett å bli revet med i disse ”perfekte” forestillingene, noe som kan føre til at det ekte livet vårt virker kjedelig og det kan dermed oppstå en opplevelse av å ikke strekke til (Abrahams & Ahlbrand 2002).

Dagens idealkropp

I dagens samfunn blir kroppen mer eller mindre sett på som et objekt. Om man ser rundt seg, eller kjenner på egen oppfattelse, kan man se at det er en allmenn oppfattelse om at mannens idealkropp er slank, velformet, moderat muskuløs med markerte armer, skuldre, bryst og mage. Den øvre del av kroppen er V-formet, med brede skuldre og smale hofter (Grogan 2008; Shilling 2012). Når dette er sagt viser teorien at dette er dagens kroppsideal for menn i det vestlige samfunnet. Idealkroppen tilegnes positive egenskaper som suksess, lykke, energi, ungdommelighet, manndom og kontroll. Det motsatte, overvekt, tilegnes negative egenskaper som mangel på viljestyrke, latskap og mangel på kontroll. Dette kan ha en sammenheng med at

idealkroppen ikke er normalkroppen, og at idealkroppen krever en del arbeid for å kunne oppnås. Studier viser at de med en kropp nært opp mot kroppsidealet, møter sosial aksept, mens de som er overvektige møter fordømmer og stigmatisering (Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013; Shilling 2012).

I *An International Journal of Research*, ble det publisert en forskningsrapport med utgangspunkt i en body scale. Menn ble forespurt om å krysse av for hvilken kropp de mente de selv hadde, hvilken kropp de ønsket og hvilken kropp de trodde kvinnene foretrakk. Undersøkelsen viste at flere menn ønsket en mer muskuløs kropp enn hva de selv hadde. De hadde også en generell oppfattelse av at kvinner ønsket en mer muskuløs kropp. Dette resultatet bekreftes i andre undersøkelser. I forhold til resultatet i undersøkelsen, kan man se at mannens grad av fornøydhet med egen kropp hadde fokus på det ytre. Den øvre kroppsdelen var spesielt viktig, slik som markerte armer, skuldre, bryst og mage, lik idealkroppen (Frederick et al. 2005).

Jane Ogden (1992) gjorde en intervjubasert undersøkelse av ulike menn, hvor fokuset var kropp og idealkropp. Denne bekrefter undersøkelsen basert på body scale som er nevnt over. I intervjuene beskrev mennene en idealkropp som var V-formet, medium muskuløs, slank, brede skuldre og flat mage. Sammen med de fysiske attributtene beskrev de ulike egenskaper assosiert med denne idealkroppen, slik som viljestyrke, kontroll, selvsikkerhet og suksess. I tillegg til dette opplyste mennene at de alle følte et press i forhold til kropp, og det å ha en kropp som ligner idealkroppen.

Kroppsbildestudier blant menn viser at også menn opplever misnøye med egen kropp. Menn tenderer til å oppfatte seg selv som mer undervektige og tynnere enn hva de egentlig er, og de rapporterer et ønske om å bli større i form av muskler. Gutter og unge menn som er misfornøyd med egen kropp har altså vist en tendens til å øke kroppsvekten ved å bygge muskler (Wykes & Gunter 2005).

Kroppsbilde hos menn er blitt mer negativt med tiden. Noe av årsaken til utilfredsheten med egen kropp er trolig diskrepansen mellom den reelle og den ideelle selvoppfatningen (Wykes & Gunter 2005). Denne diskrepansen er trolig størst i alderen 14-15 år (Duesund 1995). Den reelle og den ideelle selvoppfatningen vil forklares nærmere under kapitlet om selvoppfattelse.

I Edward T. Higgins teori om selv-uoverensstemmelse beskrives menneskets sårbarhet og motivasjon. Higgins belyser et fenomen hvor menn ønsker å være noe, og hvor de setter seg et mål om å oppnå et uoppnåelig ideal, for så å prøve å leve opp til dette idealet. Motivasjonen ligger i ønsket om å være som dette idealet, mens

sårbarheten ligger i at dette idealet kan være uopnåelig. Higgins hevder at dette kan føre til en negativ innvirkning på selvoppfattelsen (Grogan 2008).

Sarah Grogan hevder at undersøkelser innen sosiologi og psykologi viser at gutter, allerede før tenårene, er mer fokusert på kropp. Allerede før puberteten har guttene dannet seg et bilde av hvilken kropp de ønsker, og de anser en muskuløs og slank kropp som viktig. Videre kommer det frem at denne idealkroppen blir ansett som pen, mens en overvektig kropp ses på som stygg. Idealkroppen guttene beskriver, ligner skremmende mye på idealkroppen vi finner blant unge menn. Videre viser undersøkelser at gutter allerede i tidlig alder, sammenligner egen kropp med andres (Grogan 2008).

Det økte kropps fokuset kan bli et press for mannen, og en medvirkende faktor til en negativ selvoppfattelse. Harrison Pope, Phillips og Oliviardia (2001) belyser i sin undersøkelse hvilke typer mannlige modeller som frontes i media. I deres undersøkelser vises det til at media ofte har en standard på sine modeller. Typisk for denne standarden er den V-formede idealkroppen. De belyser også den økende trenden for objektivisering av den mannlige kroppen i media. I sin undersøkelse påpeker de også hvordan dette kan påvirke mannens kropps bilde på en negativ måte. I en annen undersøkelse, gjennomført av Richard A. Leit, Gray og Pope (2002), ble menn delt inn i to grupper og utsatt for ulike bilder fra media. Den ene gruppen fikk se bilder av lett kledde, muskuløse menn. Den andre gruppen fikk se bilder av påkledde menn. I etterkant av bildene besvarte mennene ulike spørsmål i forhold til fornøydhet med egen kropp. Resultatet av denne undersøkelsen viste at respondentene i gruppen som ble utsatt for de lett kledde bildene, jevnt over var mer misfornøyd med egen kropp etter at de ble eksponert for bildene. Den andre gruppen viste derimot ingen tegn til endring av kropps bilde.

I Vandenbosch og Eggermont's forskning, *Men and Masculinities* (2013) legges det vekt på objektivisering og seksualisering av den mannlige kroppen. De fokuserer på hvordan media er med på å påvirke ungdom til å utvikle et bilde på en idealkropp skapt av media og deres seksualiserende fremstilling av mannskroppen. I deres forskning belyser de hvordan gutter lærer at seksuell appell er med på å beskrive en som person og ens personlig egenskaper, og at dette er med på å forme ens egen vellykkethet. De viser også hvordan gutter i ung alder tiltrekkes av medias markedsføring av den seksualiserte, nakne mannskroppen, og hvordan bildet av mannskroppen og de ulike egenskapene knyttet til kroppsidealet er blitt internalisert i

guttenes oppfattelse av kropp (Vandenbosch & Eggermont 2013). Ifølge Store norske leksikon er internalisering en psykologisk prosess hvor en opptar ytre verdier og holdninger fra kulturen og omgivelsene til deler av ens egne verdier og holdninger. Dette er egenskaper som i utgangspunktet ikke eksisterer i personen, men som blir en del av personens selvbilde ved internaliseringen (Store Norske Leksikon 2012).

Mange ser på det medieskapt kroppsidealet som sitt eget, og noe de selv ønsker å oppnå. Dette er med på å skape et kroppsfokus blant unge gutter, og en overvåking i forhold til eget utseende og forming av kropp. Mye tid og energi vil da gå med på å tenke og fokusere på egen kropp som et formbart objekt. Vandenbosch og Eggermont (2013) fant i sin undersøkelse en sammenheng mellom medias påvirkning og det å objektivisere kroppen, samt en sammenheng mellom det å objektivisere egen kropp og å ha et overvåkende fokus på egen kropp. Ut fra denne undersøkelsen kan en se hvordan media har en påvirkende effekt på tenåringsgutters oppfattelse av egen kropp og deres fokus på å oppnå et kroppsideal skapt av media.

Maskulinitet

Flere teorier er fremmet for å forklare det muskuløse idealet, slik som evolusjonsteorien og ulike kulturelle teorier.

Evolusjonsteorien

Evolusjonsteorien om maskulinitet antyder at biologiske og evolusjonære faktorer ligger til grunn for drivkraften for det muskuløse. Ifølge denne teorien, har maskulinitet en genetisk programmert appell. Et bredt bryst hos menn og et generelt muskuløst utseende hos både menn og kvinner viser robusthet og holdbarhet. Ifølge evolusjonsteorien ble menn med store brystkasser og mindre midje ansett som mer attraktive av kvinner. Selv om det muskuløse kan ha en overlevelsesnytte for kvinner så vel som for menn, knytter kulturen generelt mer mening til muskler hos menn. Dette er kanskje på grunn av at menn generelt er større og mer muskuløse fra begynnelsen av. Selv om vestlige samfunn vekselvis har fremmet ekstra vekst og tynnet som en markør for kvinnelig attraktivitet, har mangel på muskler hos menn aldri blitt verdsatt som et symbol på mannlig attraktivitet (Thompson & Cafri 2007).

Det muskuløse korrelerer imidlertid ikke med helse og lang levetid hos menn. Tynne menn er sunnere og lever lenger. Kraftig benbygning, samt lite utviklet benbygning og rund kropp er risikofaktorer for hjerte- og karsykdommer. Ut fra evolusjonære termer har det maskuline vært knyttet til beskyttelse og matproduksjon, hvor langsiktig helse og levealder har vært mindre relevant. På grunn av at menn hadde ansvaret for å beskytte familien samt jakte på mat måtte de være fysisk sterke. I forfedrenes miljøer var muskler sannsynligvis en ekstern indikator på disse evnene. Økt muskelmasse hos menn, sammen med høyde og visse ansiktstrekk, fungerte som en markør for kraft og kompetanse til å beskytte og livnære familien. En mann som var kraftig bygd ble nok derfor også sett på som en med større reproduktive evner (Thompson & Cafri 2007).

Kulturelle teorier

Det er sannsynlig at evolusjonsteorien bidrar til det muskuløse idealet en finner i vestlige samfunn. Dog, hvis biologi og evolusjonsteori er den eneste forklaringen på det muskuløse idealet kunne vi ha forventet å finne dette idealet i større grad i hele verden og i alle kulturer. I tillegg kunne vi ha forventet å se idealet komme til uttrykk i omtrent samme grad i alle kulturer. Slik er det ikke, definisjonen på det maskuline ser ut til å variere sterkt fra kultur til kultur og blant subkulturer innenfor samme kultur. Noen kulturer har et overdrevent fokus på muskler hos menn og kvinner, andre fokuserer minimalt på kroppsformen hos menn og enda mindre på kroppsformen hos kvinner (Thompson & Cafri 2007). De fleste i det vestlige samfunnet lever med den oppfatningen at idealkroppen er slank, fordi dette er helsemessig best for vedkommende. Om man går tilbake i tid, vil en se at idealkroppen ikke alltid har vært slik. Slank har tidligere vært relatert til sykdom, fattigdom og dårlig helse. Man trenger ikke gå inn i en annen tidsalder for å se slike assosiasjoner. I for eksempel flere afrikanske land blir slank assosiert med fattigdom og dårlig helse, også i dag (Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013).

På grunn av de fremtredende kulturelle variasjonene innen fokuset på maskulinitet, må man se på kulturelle faktorer for å få en bedre forståelse for den nåværende økningen av fokus på det muskuløse i vestlige kulturer. Det er kulturen som definerer hva som utgjør en attraktiv kropp. Både verdien av det muskuløse og

skjønnhet generelt blir sett og konstruert gjennom en kulturell linse (Thompson & Cafri 2007).

Krise i maskuliniteten

Selv om det fysiske behovet for muskelstyrke hos menn er avtagende, har det kulturelle fokuset på maskulinitet paradoksalt nok økt i mange samfunn, og da gjerne i de kulturene hvor muskler ikke lenger er like nødvendige. Enkelte forskere har hevdet at i kulturer som fokuserer sterkt på det muskuløse som et ideal, har også kvinner inntatt mannlige domener, og de har begynt å nærme seg menn på mange måter. Dette er til tross for at de fleste menn har høyere lønn og generelt større økonomisk makt enn kvinner. Denne hypotesen formidler at kvinners økning av makt har skapt en krise innen maskuliniteten hos menn. Spesielt i kulturer hvor den tradisjonelle mansrollen har blitt mindre vanlig, hvor maskiner har erstattet muskelkraft, har også jakten på det muskuløse blitt en av de få måtene menn kan vise sin maskuline side gjennom. Ironisk nok, fordelene av muskelkraft er blitt redusert med tiden, likevel søker menn å oppnå muskelkraft. Ikke for musklens nytte som beskyttelse eller for å kunne arbeide, men for å kunne signalisere maskulinitet. Selv om tynnet har kommet for å representere femininitet, blir maskulinitet nå brukt i mange kulturer som en markør for maskulinitet (Thompson & Cafri 2007).

Den største naturlige forskjellen med tanke på styrke mellom menn og kvinner er armene, brystet og skuldrene. Derfor er det ingen overraskelse at en mann som trenger å fremheve sin forskjell fra kvinner fokuserer på nettopp disse områdene. Selv i samfunn der kvinner foretrekker kroppen til den "gjennomsnittlige" mannen framfor den mer muskuløst bygde, foretrekker menn å være mer muskuløse. De likestiller maskulinitet med muskler, og de har en overdreven tro på at muskler er viktig for å tiltrekke seg kvinner (Thompson & Cafri 2007). I en studie gjennomført av Klomsten (2006) kom det frem at også gutter ønsker sterke, synlige muskler, og at de gjennom det muskuløse vil være maskuline.

Connell har forsket på maskulinitet og sier at maskulinitet varierer i de ulike kulturene, og det er innenfor de ulike kulturene at standarden for maskulinitet blir satt. Maskuliniteten er med på å definere menn og maskulinitet ut fra hvordan menn bør være, en slik standard blir utgangspunktet for hvordan den ideelle mannen bør være,

dog er det ikke mange menn som lever opp til denne idealiserte mannen (Connell 1996).

Connell anser i sin teori at det finnes flere ulike maskuliniteter, og at de ulike maskulinitetene står i et maktforhold til hverandre. Connell kategoriserer maskulinitet i fire ulike kategorier; den hegemoniske, den medvirkende, den marginaliserte og den underordnede maskuliniteten. Inndelingene av de ulike gruppene har grunnlag i en skala med utspring fra de sosiale verdiene som eksisterer i det bestemte samfunnet, med utgangspunkt i graden av maskulinitet (Connell 1996).

Den hegemoniske maskuliniteten utgjør kun en liten gruppe menn, og er den kategorien med de høyeste kravene til den foretrukne maskuliniteten. Dette er den idealiserte maskuliniteten, og anses som den dominante maskuline. Den hegemoniske maskuliniteten har utspring fra den felles kulturelle forståelsen i samfunnet av hva som er det ypperste innen maskulinitet. Denne standarden for maskulinitet er det få menn som kan leve opp til, og det er få menn som går inn for å leve opp til den. Uansett står den der som en standard, og ruver høyst på en målestokk i forhold til maskulinitet. Om en ser i media vil en se at de fleste skuespillere og modeller lever opp til, eller fremstilles slik at de passer inn i denne gruppen. Helter og fiktive karakterer er også eksempler på fremstillinger av den hegemoniske maskuliniteten. Den medvirkende maskuliniteten er den mest vanlige av de fire kategoriene. Dette er den gruppen de fleste menn faller innenfor, og som er sosial akseptert å befinne seg innenfor. Det er ikke mange menn som klarer eller ønsker å leve opp til den hegemoniske standarden, men som likevel er maskuline. Disse havner ofte innen denne kategorien, den medvirkende maskuliniteten. Mennene innenfor denne kategorien støtter ofte opp om idealet. De har også ofte et fellesskap med denne gruppen ved å være posisjonert høyt innen maskuliniteten (Connell 1996).

De ulike gruppene er inndelt i forhold til en målestokk, det vil si en grad av maskulinitet hvor de to nevnte gruppene ligger øverst, og derfor innehar mest maskulinitet. Graden av maskulinitet er også tillagt legitimitet. Det vil si at de som ikke oppfyller en viss grad av maskulinitet blant mennene vil falle utenfor det legitime. Det er her de to siste kategoriene befinner seg, den underordnede og den marginaliserte maskuliniteten. Dette er den gruppen menn som anses å være på motsatt side av skalaen av maskulinitet, og det motsatte av den hegemoniske. De mest iøynefallende her vil være de noe feminine, homofile mennene, men også heterofile menn kan falle innenfor denne gruppen dersom de ikke fyller kravene for maskulinitet

innen det samfunnet de lever i. Menn som ikke oppfyller kravene for den forventede maskuliniteten, kan oppleve å bli tillagt negative egenskaper som feig, mammagutt, veik, pusling, feminin og jentete (Connell 1996).

Det er naturlig at menn ønsker å komme innenfor den sosialt aksepterte siden av skalaen, da maskulinitet er noe som bekrefter deres grad av mandighet ut fra de kulturelle kravene. Connell mener at denne type målestokk for maskulinitet er utarbeidet for å kontrollere menn, og for at menn til stadighet skal drives etter et ønske om å strekke seg mot det maskuline. Maskuliniteten er det som skiller menn fra kvinner og som beskriver mannens posisjon i forhold til det feminine. Tidligere var det en tydeligere definisjon av kjønnsrollene og maktforholdet mellom kjønnene. Kvinnen hadde tidligere behov for beskyttelse og omsorg fra mannen, noe som var ensbetydende med det feminine, mens mannen fulgte opp disse behovene og fungerte som den sterke beskytteren, noe som da var bildet på det maskuline. I det moderne samfunnet er skillet mellom kjønnene blitt mer usynlig og rollene er endret. Maskulinitet er derfor blitt viktigere for å kunne definere seg som en mann og for å kunne opprettholde maktforholdet mellom menn og kvinner, hvor menn er den dominerende parten. Connell beskriver denne forandringen som en krise hvor maskuliniteten er blitt truet (Connell 1996).

Sarah Grogan (2008) nevner i sin bok at gutter helt ned i 8-årsalderen viser en misnøye med egen kropp i det vestlige samfunnet, og at kroppsidealet er likt voksne menns kroppsideal. Disse funnene bekreftes av en undersøkelse gjort av Breidablik (2011), hvor det fremkommer at det er en misnøye med egen kropp allerede ved 11-årsalderen. Hele 28 prosent av guttene i 11-årsalderen, 46 prosent av guttene i 13-årsalderen, og 57 prosent av guttene i 15-årsalderen ønsket en endring ved egen kropp. Misnøyen med egen kropp ser ut til å starte allerede før pubertetsalderen, og som nevnt over, er det en økende grad av antall gutter som føler denne misnøyen i puberteten.

Pubertet

Puberteten er overgangsfasen fra barndom til kjønnsmoden alder. Pubertetsalderen har sunket og i mange land forsetter den å synke. Stadig yngre barn får ungdomsidealer samtidig som ungdomstiden har blitt forlenget på grunn av økt utdanningslengde (Kvalem & Wichstrøm 2007).

I ungdomstiden skjer det store fysiologiske, psykologiske og sosiale endringer. Kroppen utvikles, tankemønstret endres, og ungdommen må tilpasse seg den omverdenen han lever i. Disse endringene fører med seg en økt sårbarhet (Kvalem & Wichstrøm 2007).

I puberteten skjer det en rask fysisk modning som ofte er over før ungdomstiden er over. De fysiske endringene som skjer under puberteten har en direkte og en indirekte effekt på utviklingen. Den direkte effekten er forårsaket av hormonelle endringer og kommer til uttrykk i form av endringer i utseende, atferd og følelser. Den indirekte effekten kommer av miljøet og kulturens påvirkning, og kan komme til uttrykk gjennom endring av sosiale relasjoner (Kvalem & Wichstrøm 2007; Postholm et al. 2011).

Puberteten består ikke av én enkelt hendelse. Puberteten består av en kompleks forvandling, hvor en rekke endringer resulterer i et modent utseende, moden fysiologi, og endret identitet. Allerede ved unnfangelsen har testosteronet innvirkning på hjernen og kroppen, og det har lagt grunnlaget for mentale og fysiske forskjeller mellom mann og kvinne (Purvis 2002). De mest framtreddende biologiske forskjellene mellom menn og kvinner kommer til uttrykk i løpet av puberteten. Likevel er det vanskelig å identifisere nøyaktig når puberteten begynner. Det er lettere å vite at puberteten er i gang enn å fastslå det eksakte utbruddet (Hayward 2003).

I og med at puberteten er en prosess, og ikke én hendelse, vil definisjonen av pubertet avhenge av hensikten med definisjonen. Er formålet med definisjonen å bestemme vekst, vil det ikke nødvendigvis være nødvendig å måle hormoner. Er derimot hensikten å få en forståelse av samspillet mellom ulike sider ved puberteten bør definisjon og måling være mer kompleks. For å forstå kroppsbildeendringene vil en definisjon som er basert på den enkeltes pubertale endringer, og i hvilke sammenhenger disse endringene oppstår, utgjøre den beste definisjonen på pubertet. Definisjon av pubertet er altså avhengig av formål (Hayward 2003).

Pubertetsalder for gutter er mellom 10 og 15 år (Kvalem & Wichstrøm 2007). I denne tiden skjer det en dramatisk økning i kroppsvekt, samtidig som kroppsfasong endres. Muskelmassen øker over en lengre periode hos både gutter og jenter, men guttenes gjennomsnittlige vekst er større enn jentenes med tanke på omfang i nesten alle dimensjoner, med unntak av hoftebredde. Disse kjønnsforskjellene resulterer i de typiske voksne kvinnelige- og mannlige kroppstypene (Hayward 2003; Postholm et al. 2011). Produksjon av testosteron i testiklene fører til utvikling av penis og testikler (Kvalem & Wichstrøm 2007). Dette er ofte det første tegnet på pubertet hos gutter, og det begynner omtrent seks måneder etter at jentene begynner sin pubertetsutvikling. Omtrent et år etter testikkelvekst skjer en akselerasjon av penisvekst, og den varer omtrent i to år (Hayward 2003). I puberteten utvikles sekundære kjønnskarakteristika som produksjon av hår omkring kjønnsorgan, i armhuler og i ansiktet. Andre karakteristika er gradvis dypere stemme, endring i svette- og talgkjertler som kan gi opphav til smertefulle akne- og hudutbrudd, samt utvikling av prostatakjertel og sædblærer. I tillegg til dette blir hjertet og lungene relativt større slik at guttene får økt utholdenhet. Veksthormoner fører til en voldsom vekst, den raskeste siden spedbarnsalderen (Hayward 2003; Kvalem & Wichstrøm 2007).

I vestlig kultur har vi aldri hatt et så stort avvik mellom alder for fysisk modenhet og alder for sosial modenhet som vi har i dag. Samtidig som kjønnsmoden alder har sunket betraktelig har også alderen for når det er passende å få barn økt betraktelig (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Selv om mennesker er genetisk programmerte til å starte puberteten noenlunde samtidig, er det likevel store individuelle forskjeller i når den starter og hvor lenge den varer. Disse forskjellene skyldes både arv og miljø (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Å fastsette et tidspunkt for oppstart av pubertet hos gutter er vanskeligere enn hos jenter. Hos jenter er menarke, den første menstruasjonen, ofte brukt som en indikator for dette. Guttene har ikke en like framtrædende hendelse som kan brukes som en klar markør. Det blir spekulert i om spermarche, den begynnende utviklingen av sperma, i guttenes testikler er av like stor betydning som menarke. Likevel er den sjelden brukt i forskning på grunn av utfordringene som er knyttet til nøyaktig vurdering av første nattlige utslipp, og på grunn av motvilje blant ungdom i å tilby informasjon om onani (Hayward 2003).

Det kan også være utfordrende å klassifisere guttene i ulike grupper ut i fra hvor de har kommet i puberteten, på grunn av manglende allment aksepterte kriterier

for hvordan man skal klassifisere gutter i ulike midlertidige grupper. Det er forskjell mellom den subjektive og den objektive oppfattelsen av pubertetstidspunkt. Enkelt personer kan oppfatte seg selv som sent utviklet i forhold til sine jevnaldrende, selv om de objektive målene tilsier noe annet (Hayward 2003).

Ifølge Kvaalem og Wichstrøm (2007) peker resultatene på at gutter som fysisk sett modnes tidlig er mer fornøyde sammenlignet med de som modnes sent. Historisk sett har tidlig kjønnsmodning blitt ansett som å være sosialt og psykologisk gunstig for gutter. Basert på forskningsresultater i løpet av de siste tiårene har dette synet endret seg. Selv om det er uoverensstemmelse angående forholdet mellom tidspunkt for pubertet, atferd, tilpasning og psykiske lidelser er det likevel en økt anerkjennelse blant forskere om kompleksiteten i forholdet mellom pubertet og atferd. Det er imidlertid en trend som begynner å dukke opp, som viser mistilpasning blant både tidlig og sent utviklede gutter. Dette kan ha store innvirkninger på flere dimensjoner av psykologisk fungering hos gutter (Hayward 2003). Årsaken til økt forekomst av lidelser under pubertet kan se ut til å være den uoverensstemmelsen som er mellom samfunnets kroppsideal og den betydelige økningen av overvekt vi har i dagens samfunn (Mathiesen et al. 2007).

Som nevnt tidligere, utvikler guttene seg forskjellig i ungdomsalderen. Noen gutter vokser sent, andre vokser hurtig, og noen legger ikke på seg like lett som andre. Innen en gruppe med gutter i samme aldersgruppe kan det være forskjeller med tanke på kroppsalder. To gutter som er 15 år kan skille seg fra hverandre i forhold til hvor utviklet de er. Den ene kan være fysisk moden som en 17-åring, mens den andre kan ha en kropp tilsvarende en 11-åring som ikke er kommet i puberteten. Dette spriket kan medføre vanskeligheter for gutten. Selv om det er helt normalt at gutter utvikler seg i ulikt tempo, er det derimot en liten trøst for den det gjelder. Garderobesituasjoner med andre gutter kan oppleves som en vond påminnelse om at man er annerledes enn de andre. Å se at andre har utviklet hår på kroppen og at kjønnsorganene har vokst kan for enkelte være vanskelig (Purvis 2002).

Det er ulike utfordringer gutter i utvikling står overfor. Noen har en opplevelse av at de er for tynne eller for tykke, andre kan oppleve seg selv som for høye eller for korte. For enkelte kan det å være sent utviklet føre til depresjon og mange forsøker å gjøre alt for å unngå ydmykende situasjoner hvor de må eksponere kroppen sin. Puberteten er for enkelte en vanskelig periode, og det er viktig at foreldre, lærere og legestanden ikke overser disse guttene. Hvis de får muligheten til å sette problemene

sine i perspektiv kan det for enkelte bli mye lettere å håndtere, og i mange tilfeller vil de oppdage at de er helt normale (Purvis 2002).

Ifølge Purvis er gutter mer sårbare enn jenter. Årsaken til dette er at hjernen til guttene ofte gjør det vanskeligere for dem å kommunisere, samt sette ord på egne følelser. I motsetning til jentene må guttene i tillegg gjennom en separasjonsprosess. Fra å være mors lille gutt, skal de i løpet av puberteten vokse opp til å bli selvstendige voksne menn. For mange er denne prosessen veldig utfordrende, og enkelte hevder at ”kvinner blir født og at menn må lages” (Purvis 2002).

I puberteten ser det ut til at den følelsesmessige fremtoningen er annerledes enn i voksenalder. En økning av negative følelser og mer intense følelser er ikke så uvanlig for ungdommer i puberteten. Selv om endringene knyttet til puberteten kan oppleves som overveldende for de unge, bør en likevel ikke overvurdere effekten av endringer knyttet til puberteten. I et langsiktig perspektiv ser det ikke ut til at puberteten er mer stressende enn hva andre faser i livet er. For de fleste ungdommene er utfordringene i puberteten overkommelige, men for noen kan denne fasen i livet være utfordrende. Pubertetsendringene vil likevel bare kunne forklare en liten del av det komplekse årsaksbildet til problemer i ungdomstiden (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Puberteten skal ikke betraktes som eneste årsak til problemer hos unge mennesker, den er snarere en markør for en utviklingsmessig fase som har viktige implikasjoner for overgangen fra barndom til voksenalder. Det er viktig å merke seg at de fleste unge går gjennom puberteten uten sykelige effekter fra denne overgangen. Likevel kan puberteten for noen framheve tidligere problemer fra barndommen. For andre kan puberteten være en forløper til en rekke psykososiale problemer som emosjonelle vansker knyttet til et forstyrret kroppsbilde og seksuell utagering. Det finnes i dag en del kunnskap om atferdsmønstre knyttet til puberteten, men det finnes ikke like mye kunnskap om forklaringene til disse atferdsmønstrene. Selv om de fleste guttene tilpasser seg endringene puberteten fører med seg, er det enkelte gutter som opplever uro og stress knyttet til disse endringene (Hayward 2003).

Kroppens forandring i puberteten er med på å endre vår måte å møte omverdenen på, samt vår oppfattelse av verden (Duesund 1995). Det er derfor naturlig at ungdommene føler seg i ubalanse til tider, med alle de forandringene som river i kroppen, samtidig som forventningene til en selv endres i takt med denne utviklingen (Håland 1983).

Den fysiske modningen i puberteten foregår relativt raskt og tidlig i ungdomstiden, mens den kognitive utviklingen foregår saktere og jevnere over en lengre periode. Kognitiv utvikling tar tid og pågår gjennom ungdomstiden, inn i ung voksen alder. På grunn av at den kognitive utviklingen skjer i utakt med den fysiske utviklingen vil dette kunne medføre at mange ungdommer ikke er rustet godt nok kognitivt sett til å kunne hankes med de følelsesmessige og atferdsmessige utfordringene de står overfor. Den ytre utviklingen kan blant annet føre til økte forventninger fra andre og en selv, og videre medføre usikkerhet og frustrasjon hos den unge (Kvalem & Wichstrøm 2007). På utsiden kan de unge guttene se tilsynelatende store ut, men dette henger nødvendigvis ikke sammen med hvor liten de føler seg på innsiden. Dette medfører ofte økt selvbevissthet, samt fokus på egen kropp og utseende. Bekymringer og usikkerhet knyttet til om man er bra nok, er også følger av denne ubalansen. Det vil ta tid før ubalansen jevnes ut, men når det skjer og når tenåringen har blitt kjent med den nye kroppen sin vil også usikkerheten for de fleste gå over av seg selv (Øiestad 2011).

Selvoppfatning

Selvoppfatning omfatter en persons oppfatning, vurdering, forventning, tro og viten om seg selv. I begrepet ligger personens opplevelse, betraktning og vurdering av seg selv. Selvoppfatningen er den bevisste oppfattelsen en person har av seg selv gjennom egne opplevelser, tolkninger og refleksjoner. Selvoppfatning er en felles betegnelse på ulike oppfatninger en person har om seg selv på ulike områder. Den kan være spesifikk og avgrenset, eller mer generell innen samme område. Om man ser dette opp mot kropp og utseende vil den generelle oppfatningen være hvordan man generelt ser på kroppen, mens den spesifikke vil være hvordan man oppfatter de ulike kroppsdelene (Skaalvik & Bong 2003; Skaalvik & Skaalvik 2011).

Vår selvoppfattelse blir også farget av samfunnet vi lever i. De forskjellige kulturene har ulik verdi på de ulike områdene av selvoppfatningen. Disse verdiene lærer man seg, noe som videre er med på å prege personens oppfatning innen det bestemte området. Det vil si at selvoppfatningen skapes i en kontekst og at de normene og verdiene som eksisterer i det samfunnet vi lever i, blir en del av vårt grunnlag når vi reflekterer rundt egen oppfattelse. I et miljø hvor kropp verdsettes

høyt vil en ungdom med en ‘‘riktig’’ kropp bli positivt vurdert av andre og seg selv, dette vil derfor virke positivt inn på personens oppfatning av seg selv (Skaalvik & Skaalvik 2011).

I ungdomstiden utvikler ungdommene en bedre bevissthet om seg selv, dette gjør at de bedre evner å reflektere rundt egen oppfattelse av seg selv, dette øker også evnen til å skille mellom den reelle selvoppfatningen og den ideelle selvoppfattelsen. Samtidig utvikler ungdommene en persepsjon av andres vurdering, det vil si deres egen subjektive mening om hvordan han blir betraktet av andre. Den reelle selvoppfatningen er personens oppfatning av hvordan han faktisk er, og den ideelle selvoppfatningen er hvordan personen ønsker å være. Den ideelle selvoppfatningen favner også om den moralske standarden, det vil si samfunnets forventninger og påbud som personen selv velger å legge på seg (Skaalvik & Skaalvik 2011).

I denne perioden av livet øker også avstanden mellom den reelle oppfatningen og den ideelle, det oppstår da en diskrepans mellom det reelle og det ideelle, noe som kan føre til perioder av lavere selvfølelse. På grunn av at selvbegrepet også blir mer differensiert i denne perioden, vil selvfølelsen kunne variere ut i fra hvilke situasjoner ungdommen er i. Det er enkelte områder som har større innvirkning på selvfølelsen (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Selvoppfatning er et stort begrep som innbefatter flere ulike områder. I denne oppgaven er det valgt å fokusere på kun ett av disse. Først kommer en beskrivelse av hvordan begrepet er avgrenset i forbindelse med denne oppgaven.

Pedagogisk forskning av selvoppfatning er ofte sentrert rundt to ulike forskningstradisjoner; selvvurderingstradisjonen og forventningstradisjonen. Dette er to separate tradisjoner, men teoriene har likevel noen likhetstrekk. I forventningstradisjonen ligger tyngdepunktet på det kognitive og personens forventninger, mens i selvvurderingstradisjonen fokuseres det på personens selvvurdering og emosjonelle selvvurdering. I vår oppgave er det mest naturlig å sentrere seg om selvvurderingstradisjonen, og kun denne (Skaalvik & Skaalvik 2011).

Selvvurderingstradisjonen er som nevnt en tradisjon hvor generell selvvurdering og emosjonell selvvurdering står i fokus. Selvvurderingstradisjonen er individets generelle verdsetting av seg selv, det å gi seg selv verdi uavhengig av ytre påvirkninger, det å kunne akseptere og respektere den man er. Denne tradisjonen bruker begrepet selvoppfatning, men da som en fellesbetegnelse for begrepene selvverd og selvvurdering (Skaalvik & Skaalvik 2011).

Begrepet selvvverd er det samme som ‘self-esteem’, og brukes om den generelle/globale selvpoppfatningen. Selvvverd vil si det samme som å verdsette seg selv, det å akseptere og respektere den man er. Det handler om å se sine sterke og svake sider, og godta disse. Selvvverd er resultatet av vurderinger personen gjør seg på de ulike områdene. De ulike områdene har ikke like stor innvirkning på vårt selvvverd, da noe betyr mer enn andre, de områdene vi verdsetter mest vil ha en psykologisk sentralitet. I vår oppgave brukes psykologisk sentralitet om de enkelte områdene av en persons selvpoppfatning som er av størst betydning. Disse områdene har størst innvirkning på personens selvvverd. (Rosenberg 1968; Rosenberg & Pearlin 1978).

Selvvurderingen er en områdespesifikk vurdering, en flerdimensjonal selvvurdering, og en vurdering på ulike områder relativt uavhengig av hverandre. Selvvurdering skjer på flere områder, og kan også skje på flere områder innenfor en og samme dimensjon (Shavelson et al. 1976).

Selvvverd er som tidligere nevnt, et resultat av vurdering en gjør seg på ulike områder. I en modell utarbeidet av Shavelson, Hubner, & Stanton (1976) blir selvvverd delt inn i fire hovedområder, akademisk selvvurdering, sosial selvvurdering, emosjonell selvvurdering og fysisk selvvurdering. Selvvurderingen er et resultat av vurderinger man gjør av seg selv på ulike områder. Selvvurdering på et bestemt område kan raskt endres ved en positiv eller negativ opplevelse, en slik opplevelse trenger ikke nødvendigvis å endre vår selvvurdering varig, men det kan sette i gang en refleksjon rundt oss selv og den bestemte opplevelsen. De områdene som oppleves som viktig for oss har en psykologisk sentralitet, og vil påvirke selvvurderingen og selvværdet psykologisk i større grad enn andre områder som ikke oppleves som like viktig. Om kroppens utseende er en psykologisk sentralitet for ungdommen, vil selvpoppfattelsen påvirkes i større grad enn om det ikke anses som viktig. Hvor sentral kroppen er i selvbildet avgjøres også av miljøet ungdommen ferdes i, og de normene som eksisterer i miljøet. Dersom kroppens fysiske utseende fremmes som noe viktig blant de som er signifikante for ungdommen, vil dette kunne bli en psykologisk sentralitet og slik kunne påvirke den fysiske selvvurderingen, som videre kan påvirke selvværdet og selvpoppfattelsen i større grad enn om det ikke var en psykologisk sentralitet (Rosenberg & Pearlin 1978; Skaalvik & Skaalvik 2011). Den signifikante andre kan være en eller flere av de som barnet har en relasjon til, og har en stor betydning for utviklingen av selvpoppfattelsen (Skaalvik & Skaalvik 2011).

Harter (1999) skiller også mellom selvverd og selvvurdering i sin teori, hvor hun deler inn i ulike domener. Harter skiller mellom selvvurdering som representerer generell selvpoppfattelse hos individet og det som reflekterer individets tilstrekkelighet på tvers av ulike domener. Ungdomsårene innehar blant annet domene; skoleprestasjon, atletisk kompetanse, fysisk utseende, jevnalderrelasjoner og atferd/moral. Den globale selvpoppfattelsen representerer den totale selvpoppfattelsen. Gjennom utvikling skjer det en økende differensiering, og antall domener som differensieres øker med utviklingen.

Den fysiske selvvurderingen/fysiske utseende er det området/domenet som er mest aktuell for denne oppgaven, og det er derfor denne det vil fokuseres på videre. Den fysiske selvvurderingen, favner både de fysiske evnene og utseendet, men siden det er det fysiske utseendet oppgaven fokuserer på, er det dette vi vil bruke fra nå av (Moser 2006).

Selvpoppfatningen er nå avgrenset fra å være et stort og mer generelt begrep til å være mer spesifikt. Fra de ulike dimensjonene i begrepet har vi valgt å gå videre med fysisk selvvurdering, deretter utseende. Utseendet vil fra nå av bli betegnet ved hjelp av begrepet kroppsbildet. Begrepet kroppsbildet handler om kroppens utseende, opplevd attraktivitet med egen kropp og fornøydhets med egen kropp, målt opp mot eget og andres ideal. Den fysiske selvvurderingen er en meget viktig del av individets generelle selvpoppfatning (Moser 2006).

Liv Duesund (1995) skriver i sin bok *Kropp, kunnskap og selvpoppfatning*:

En persons bilde eller oppfatning av kroppen er sosialt påvirkbart og kan derfor være ustabil. Emosjonelle, kognitive og sanselige erfaringer påvirker den mentale forestillingen om kroppen. (.....)

Kroppsbilde kan oppleves ubevisst eller bevisst. (s.63)

Undersøkelser gjennomført av Harter (1999) viser at fysisk utseende korrelerer høyest med den generelle selvpoppfatningen. Ikke bare korrelerer utseende høyest, men utseende utgjør også en betydelig del av påvirkningen av selvpoppfatningen. Videre avslører Harters undersøkelser at betydningen av fysisk utseende øker gjennom barndom og pubertet for både kvinner og menn; men disse forskjellene er større for kvinner enn for menn. I en annen undersøkelse gjennomført av Tucker (1987) viser resultatene at de som er fysisk aktive har en mer positiv selvpoppfattelse,

enn de som er fysisk inaktive. De fant også at dette korrelerer i forhold til opplevelsen av eget kroppsilde. I tillegg viser undersøkelsen blant annet at gutter i tenårene som er fysisk inaktive, generelt har en mer negativ selvoppfattelse, enn de som er fysisk aktive.

Selvoppfatningen er med på å påvirke de valg vi gjør, vår oppfatning av omgivelsene våre og hvordan vi lar oss påvirke av de ytre påvirkningene. Den har dermed stor kraft og er viktig i livet (Skaalvik 2006).

Maurice Merleau-Ponty peker på at mennesket er i dynamisk samspill med sitt miljø og at ens egen oppfattelse av kropp er et resultat av refleksjon basert på erfaringer og inntrykk. Videre sier Merleau-Ponty at kroppsildet dannes gjennom speiling, og at kroppsildet er et resultat av refleksjonen og tolkningen av det vi møter i samfunnet rundt oss (Duesund 1995; Shilling 2012).

Denne prosessen er kontinuerlig, og man er i stadig endring. Noen er mer sårbare enn andre, dette gjelder spesielt de som tar inn og reflekterer mye rundt eget kroppsilde. Disse er og, ifølge Hazel Markus, spesielt mottakelig for medias påvirkninger, og det kropps fokuset man blir utsatt for i dag (Markus 1977). De som har opparbeidet et positivt syn på seg selv er ikke like avhengige av bekreftelse fra andre, og de er samtidig mer rustet mot å utvikle sosiale og emosjonelle vansker (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Påvirkning

Allerede som barn danner man seg et bilde av egen kropp. Uten språk begynner barnet å oppdage kroppen sin og hvilke unike funksjoner den har. Videre begynner barnet å speile seg i de rundt seg, og slik starter prosessen med å se seg selv og egen kropp som avgrenset fra andre. Barnet utvikler evnen til å se seg selv med andres øyne gjennom å speile og tolke respons fra omverdenen (Duesund 1995).

Mennesker er i interaksjon med hverandre i det samfunnet man lever i, vi observerer og blir observert og det er i dette samspillet at krav og forventninger oppstår. Denne sosiale sammenligningen innebærer at man får en oppfattelse av seg selv gjennom andre og de reaksjonene en møter, i tillegg til den subjektive oppfattelsen. Hvem man sammenligner seg med varierer fra person til person, en

velger ofte de man anser som signifikante for seg selv og det området en ønsker å sammenligne. (Skaalvik & Skaalvik 2011).

Med utgangspunkt i de ytre påvirkningene danner vi oss et grunnlag for vår oppfattelse og våre forventninger knyttet til hva vi er i stand til å gjøre og hva som forventes av oss (Skaalvik 2006).

Sosial sammenligning

Det er i møte med andre at vi reflekterer og blir bevisste på oss selv og vår kropp. Vi får tilbakemelding og en forestilling om hvordan vi skal opptre og hvilke forventninger som eksisterer. Den sosiale konteksten er til stede over alt, vi treffer andre og bruker disse som referansepunkt til egen selvoppfatning. Et blikk fra andre er nok til å se seg selv som et objekt, et objekt som blir sett på og bedømt av vedkommende. Dette blikket setter i gang en prosess hvor en prøver å se seg selv utenfra, for så å tolke og reflektere. Ofte fører denne tolkningen til en negativ opplevelse hvor vi ser oss selv komme til kort i den andres øyne, basert på egne tolkninger. En slik prosess er et resultat av den massive oppmerksomheten kroppen får i samfunnet rundt oss. Vårt syn på kropp har grunnlag i erfaringer vi har gjort oss og i de normer og forventninger vi omgir oss med i det samfunnet vi lever i (Duesund 1995).

Når man er barn har man et nokså konkret og positivt syn på seg selv. Som følge av den kognitive utviklingen i ungdomstiden utvikles evnen til selvrefleksjon og til å kunne beskrive seg selv mer abstrakt. Denne utviklingen kan både være positiv og negativ. Det å se seg selv i en oppadgående eller nedadgående sammenligning, øker risikoen for feilvurdering, fordi en sammenligner seg selv med noe over eller under ens egen evne. En risikerer både å overvurdere og undervurdere sine evner, noe som kan føre til en opplevelse av å mislykkes eller at man ikke tør å ta en utfordring (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Sosial sammenligning trenger ikke å være basert på tilbakemeldinger fra andre (Festinger 1954). Sosial sammenligning kan skje gjennom observasjon og en subjektiv tolkning av denne observasjonen. En slik observasjon kan være en referanse til egen prestasjon, evner og holdninger. De fleste mennesker ønsker å se seg selv på en positiv måte, hvor de kommer bedre ut enn den de sammenligner seg med, dette

kalles en nedadgående sammenligning. I en slik sammenligning vil personen kunne bygge opp en positiv selvoppfattelse og kroppsbilde (Festinger 1954). Slik samfunnet er nå, utsettes vi daglig for påvirkning fra media, dette i form av bilder og budskap. Det er naturlig å sammenligne seg selv med idealer som fremstilles i media, en slik sammenligning blir sett på som en oppadgående sammenligning. En oppadgående sammenligning vil virke negativt inn på en persons selvoppfattelse og kroppsbilde, dette fordi man sammenligner seg med noe som fremstår som bedre enn seg selv (Grogan 2008).

Vår selvoppfatning er ikke bare genetisk betinget. Vår oppfattelse av hvem vi er bunnar i tidligere erfaringer og subjektive tolkninger av de ulike erfaringene. Den subjektive oppfattelsen er med på å påvirke personens tanker og følelser, og deretter videre atferd. Det at erfaringene er subjektive gjør at de ikke nødvendigvis stemmer med de tolkningene omverdenen måtte ha (Shavelson, Hubner & Stanton, 1976).

Selv om bekreftelse fra andre virker inn på selvfølelsen og opplevelsen av selvverd, har vi likevel en viss mulighet til å kontrollere de tilbakemeldingene vi får fra andre. Ved å tenke over hvordan vi framtrer har vi en mulighet til å kontrollere det inntrykket vi formidler og det inntrykket andre får av oss, og dermed kan vi legge til rette for hvilken tilbakemelding vi ønsker (Kvalem & Wichstrøm 2007). Dette gir ungdommer muligheten til å bli inkludert i ulike miljøer. Ofte er det slik at man presenterer ulike sider av seg selv i ulike sosiale situasjoner. Når to ulike sosiale relasjoner oppstår samtidig kan det være utfordrende å vite hvordan man skal opptre. Eksempel på dette kan være når en kompis kommer på besøk til foreldrene og man ønsker å opptre som en tøffing samtidig som man vil være den snille gutten til mor. Hvis utfordringen blir for stor velger mange å holde disse relasjonene fra hverandre (Kvalem & Wichstrøm 2007).

I den vestlige kulturen er flere av forventningene påvirket av medias informasjonsstrøm ut til samfunnet. For noen vil det være tilfredsstillende å søke en mer positiv selvoppfatning gjennom kroppen, ved å forme kroppen til å ligne et ideal. (Skårderud & Isdal 1998).

Medias betydning

Medias kroppsfokus har ført til et kroppsideal som for mange er uopnåelig. Higgins hevder at dette kan gi ungdom et skjevt bilde på kropp og et ønske om denne idealkroppen, noe som kan føre til et negativt kroppsbilde (Grogan 2008). Den økte oppmerksomheten på kroppen har ført til et økt press både på barn og voksne (Duesund 1995). I vesten ser man en tydelig økning av overvekt, samtidig som kroppsidealet for kvinner og menn har forandret seg mot dagens tynne og veltrente kroppsideal. Det økte fokuset på kropp, kosthold og trening har ført med seg negative følger. Missfornøydhets med kropp, vektøkning og slanking er noen av disse negative følgene. Dette er igjen faktorer som kan bidra til et anstrengt forhold til egen kropp (Mathiesen et al. 2007).

Medias fokus på det muskuløse idealet spiller en sentral rolle i den nåværende økningen blant menn om å oppnå en muskuløs kropp. Media sender et tydelig budskap om at det er én bestemt kroppstype som er å foretrekke knyttet til hvert kjønn, tynn for kvinner og muskuløs for menn. Resultatet av medias konstante påminnelse om dette medfører et økt ønske blant mange menn og unge menn, om å ligne mest mulig på de modellene media presenterer. Det er likevel viktig å merke seg at media ikke ville hatt muligheten til å formidle slike holdninger om kropp, dersom de ikke allerede eksisterte i var en del av kulturen. Det vi ser i media er i utgangspunktet skapt av samfunnet, men media forsterker og formidler et karikert kroppsideal. Forholdet mellom media og det kulturelle idealet om kroppslig skjønnhet er derfor nokså komplekst. Media påvirker kulturen, samtidig som media også bidrar til å forsterke de kulturelle ideene som foreligger innen den bestemte tiden (Thompson & Cafri 2007).

En redaktør av et dameblad uttalte følgende: «*Modellene skal tilsvare et uopnåelig ideal, da har vi noe å drømme om*» (Engelsrud 2006). Glamorøs markedsføring av kropp og bruk av kropp skjer daglig, og ideer om hvordan kroppen skal se ut, oppstår. Via media påvirkes vi daglig i forhold til kropp, utseende og forventninger om hvordan vi skal være og opptre. Kroppen er da det mest tilgjengelige for de fleste, og et ønske om å oppnå idealet for hvordan kroppen skal se ut vil melde seg (Engelsrud 2006; Grogan 2008).

Utseende dyrkes til det ekstreme, med kroppen i fokus. Bilder av den avkledde mannskroppen brukes til å overbevise publikum om at de har behov for ulike

produkter. Trening blir frontet som en livsstil hvor kontroll, skjønnhet, slankhet og god helse står i fokus. Media appellerer til mottaker med lovnader om suksess og lykke, bare man innehar riktig kropp. Kroppen blir et sosialt fokus, hvor trening, kosthold og kroppsform står frem som noe viktig på den sosiale arenaen. Kroppen fremstilles som et objekt man kan forme slik at den tilpasses det som til enhver tid er idealet. I tillegg fremmer media en holdning om at det er vårt ansvar å opprettholde en kropp som kan svare til idealet (Grogan 2008; Skårderud & Isdal 1998; Vandenbosch and Eggermont 2013).

I ulike diskusjoner om media og kroppsilde har den største oppmerksomheten vært rettet mot kvinner, og hvilken påvirkning medias representasjon av kropp har hatt (Wykes & Gunter 2005). Selv om media i økende grad vektlegger betydningen av utseende for menn, ser det ut til at det er mer spillerom i forhold til attraktivitet for menn. For menn er det ikke et like snevert fokus på fysiske egenskaper som ansikt, hår, kropp, og vekt, som hos kvinner. Den mannlige attraktiviteten innbefatter også egenskaper som intelligens, akademisk kompetanse, atletiske evner, rikdom og makt. Disse egenskapene er alle gode indikatorer for positiv evaluering av utseende i andres øyne, så vel som egen selvvurdering (Harter 1999). Menn har likevel blitt mer og mer representert i ulike reklamer og framstillinger i media. Reklamer og annonser med bilder av ungdommelige muskuløse mannlige kropper, fokus på menns klesstil og fysiske utseende, er blitt mer og mer vanlig i dagens samfunn. Medias fokus på forbrukermønster, livsstilsvalg og representasjon av menn er nå ofte rettet mot menns framturen og den muskuløse kroppen (Wykes & Gunter 2005).

Kropp har ikke bare blitt mer synlig kulturelt sett, den er mye mer synlig overalt. På grunn av en mer åpen dialog om seksualitet, samt økt markedsføring av nesten nakne mannlige kropper, har den mannlige kroppen i stor grad blitt gjenstand for objektivisering. Opprinnelsen til denne trenden kan spores tilbake til den revolusjonære reklamen til Calvin Kleins undertøy for menn på 1980-tallet. Før 1980-tallet fokuserte reklamene på tøyets slitestyrke, samtidig som de ønsket å appellere til den personen, da mest sannsynlig kvinner, som tok seg av vask og stryking av tøy. Calvin Kleins avslørende annonser med unge muskuløse menn var et radikalt avvik fra hvordan reklamer og annonser ble brukt før. Kleins annonser viste langt mindre tilbakeholdenhet, da de sidestilte undertøy med sex. Han var med på å starte en trend som gikk mot en mer grafisk og omfattende eksponering av den mannlige kroppen

(Thompson & Cafri 2007).

Ungdommen utsettes daglig for et stort press fra alle kanter. Et press om å være intellektuell, være god i sport, gjøre foreldrene stolte, bli godt likt av jevnaldrende og i tillegg være tøff samtidig som de skal være i kontakt med sine egne følelser. Den unge skal i tidlig alder bli voksen og ta ansvar for sitt eget liv. For mange kan dette bli overveldende og skremmende (Purvis 2002).

Som nevnt tidligere består selvoppfattelsen av ulike sider. Skaalvik og Skaalvik (2011) deler selvoppfattelsen inn i tre perspektiver; *den reelle selvoppfatningen, persepsjon av andres vurdering og ideell selvoppfatning*. Den reelle er personens oppfattelse av hvordan han faktisk er, mens persepsjon av andres vurderinger er hvordan personen *tror* at andre ser han. Den ideelle selvoppfattelsen omhandler hvordan man helst ønsker å være. Dersom den reelle selvoppfatningen ikke når opp til den ideelle, vil dette kunne påvirke selvoppfattelsen på en negativ måte.

Dersom ungdommen ikke klarer å leve opp til forventningene til seg selv og de han har rundt seg vil han kunne oppleve en forvirring, en usikkerhet om hvem han er og hva han vil. Dette kan føre til en opplevelse av isolasjon og ensomhet, og videre vil dette kunne påvirke selvoppfattelsen negativt (Berg 2005; Krange & Øia 2005; Postholm et al. 2011).

Metode

Forskningsdesign

Den kvantitative metoden vi har valgt er bestemt ut fra det fenomenet vi ønsker å undersøke og det formålet vi har med undersøkelsen. Vi har valgt en surveydesign, da med en tverrsnitt undersøkelse, siden tiden vi hadde til rådighet var noe begrenset. Dette er en undersøkelse som er begrenset til ett bestemt tidspunkt, hvor vi har undersøkt et fenomen ved hjelp av en spørreundersøkelse (Lund & Haugen 2006).

Formålet med forskningsprosessen er å skape et bilde av gutters kroppsbilde i ungdomsskolealder, og hvordan pubertet og medias fokus på kropp virker inn på deres kroppsbilde. Vi ønsket å nå flest mulige gutter, og det ble derfor naturlig å velge en kvantitativ tilnærming, en tverrsnittsundersøkelse i form av spørreundersøkelse, for slik å nå flest mulig innen vår målgruppe. Spørreundersøkelse gjør det mulig å gjøre en statistisk analyse av et utvalg, som videre kan generaliseres til populasjonen utvalget er hentet fra (Ringdal 2007)

Utvalg

I vår utvalgsprosedyre var det mest hensiktsmessig både å avgrense med tanke på tid og i forhold til ressurser. Det ble derfor naturlig å forholde seg til kun én by. Guttene i denne studien er fra en større by i Norge, bestående av et tosifret antall ungdomsskoler. I alt fire skoler ønsket å delta i undersøkelsen. Skolene hadde totalt 161 informanter. Utvalget er hentet fra 9. og 10.årstrinn, og består av gutter i alderen 14 til 16 år, gjennomsnittsalderen er 14,40 år (med et standardavvik på 0,546). I alt 140 gutter fra 9.trinn og 21 gutter fra 10.trinn. Av de 161 guttene var det 155 gutter

som møtte opp til undersøkelsen, hvor to av disse trakk seg etter gjennomgangen. Etter gjennomført undersøkelse valgte vi å fjerne syv skjema, dette på grunn av fire usaklige skjema og tre blanke skjema. Vi endte da opp med 146 respondenter, dette utgjør 91% av det totale antallet informanter.

Datainnsamling

Undersøkelsen ble gjennomført tidlig våren 2014, og strakte seg over 3 uker. Alle ungdomsskolene i den valgte byen ble spurt ved at vi oppsøkte skolene personlig. Vi henvendte oss i første omgang til rektorene hvor vi informerte om prosjektet og overleverte et informasjonsskriv (se vedlegg 3). De fleste rektorene valgte å sende oss videre til faglederne ved de ulike trinnene, som selv avgjorde om de ønsket å delta i prosjektet.

I utvelgelsen av informanter benyttet vi oss av klyngeutvelgelse. Informantene ble ikke tilfeldig valgt, da vi ønsket flest mulig informanter.

Da samtykke fra de ulike skolene forelå, ble samtykkeskjema og informasjon til elever og foreldre sendt ut (se vedlegg 4). På grunn av at elevene er mellom 14-16 år på tidspunktet undersøkelsen ble gjennomført, er vi pliktige til å innhente samtykke fra foreldre. Vi valgte å ha en taus aksept, dette gjennomførte vi ved at det forelå en slipp i informasjonsbrevet som foreldrene kunne fylle ut dersom de ønsket å reservere eget barn. Ingen av foreldrene valgte å reservere seg fra undersøkelsen. Neste steg i prosessen var selve undersøkelsen, denne ble gjennomført av oss personlig.

Undersøkelsen i seg selv ble gjennomført i løpet av cirka 30-40 minutter – inklusive forklaring og informasjon til elevene i forkant. Elevene fikk en kollektiv gjennomgang av skjemaet, formålet med skjemaet og hva undersøkelsen skulle brukes til. Elevene ble også informert om at deres anonymitet ble ivaretatt og at de til enhver tid hadde mulighet til å trekke seg underveis.

Måleinstrument

Måleinstrumentet som ble benyttet er spørreskjemaet; ”*Gutters kroppsbilde i tenårene*” (se vedlegg 1). Dette skjemaet er i hovedsak utformet av oss, hvor vi har hentet noe inspirasjon fra følgende spørreskjema: Stags (2006) masteroppgave med spørsmål hentet fra *Ung i Norge*, Vedviks (2012) masteroppgave med spørsmål hentet fra *Ung i Oslo*, Sundbergs (2007) hovedoppgave *Kroppen som prosjekt*, den norske utgaven av *Physical Self Description Questionnaire* hentet fra Klomstens (2006) doktorgrad og Kristiansen og Ødegaards (2013) masteroppgave med spørsmål hentet fra *Telemarkundersøkelsen*, samt Body Scale funnet i boken *Everybody is different* (O’Dea 2007). Av de spørreskjemaene vi undersøkte var det imidlertid ingen som egnet seg til å måle det vi ønsket. Vi valgte derfor å utforme ett eget skjema med inspirasjon hentet fra de nevnte ovenfor, ut fra det vi ønsket å måle.

Hensikten med spørreskjemaet var å måle tenåringsgutters oppfatning av egen kropp (kroppsbilde), trening, og hvordan de påvirkes av media og tidspunkt for puberteten.

Spørreskjemaet består av 16 spørsmål, hvor enkelte spørsmål inneholder flere påstander. Da vi hadde gjennomført undersøkelsen oppdaget vi at vårt spørreskjema var litt for ambisiøst og at det tok for seg langt flere spørsmål enn hva vi i utgangspunktet trenger. Etter endt undersøkelse valgte vi derfor å se bort fra enkelte av variablene. Nedenfor går vi derfor kun gjennom de variablene vi har valgt å bruke.

Spørsmålene som danner grunnlaget for analysen vår er spørsmål nummer: 5.9, 8, 10, 14, 15 og 16.

Spørsmål 5.9 etterspør hvorvidt guttene trener på treningsstudio (egentrening/vekter) eller ikke. Dette er en dikotom variabel med kun to svaralternativer.

Spørsmål 8 er en variabel på intervallnivå, denne skal kun besvares dersom man driver med fysisk aktivitet. Her skal respondenten ta stilling til ulike utsagn, ut fra hvor viktig de ulike årsakene er. Her er noen eksempler på disse utsagnene: *Komme i form*, *Få en kropp som trekker damer*, *Få god helse*, *Få en sexy kropp*, *Holde kroppen i form* og *Få en deilig kropp*. Påstandene rangeres etter hvor viktig respondenten opplever de ulike utsagnene, hvor de velger et svaralternativ fra en Likert – skala, med fem svaralternativer (Ringdal 2013)

Spørsmål 9 er en variabel på ordinalnivå, og her skal respondenten ta utgangspunkt i utsagnet; *Mener du at du har kommet i puberteten før eller senere enn andre på din alder?* På dette vurderingsspørsmålet skal respondenten velge et svaralternativ fra en Likert – skala, rangert etter syv svaralternativer (Ringdal 2013).

Spørsmål 10 er en variabel på intervallnivå og er et vurderingsspørsmål. Det inneholder ulike påstander guttene skal ta stilling til, rangert etter hvor viktig de ulike årsakene er. Her er noen eksempler på disse utsagnene: *Jeg er fornøyd med kroppen min, Jeg liker kroppen min slik den er* og *Kroppen min er akkurat passe*. Svarkategoriene er også her rangert ved hjelp av en Likert – skala, hvor det er fem svarkategorier for grad av enighet – uenighet (Ringdal 2013).

Spørsmål 14 er en variabel på intervallnivå, dette spørsmålet inneholder vurderingsspørsmålene; *I hvor stor grad ønsker du at kroppen din skal se ut som noen av de personene du ser på TV?, I hvor stor grad ønsker du å se ut som noen av de personene du ser i musikkvideoer?* og *I hvor stor grad sammenligner du kroppen din med kjendiser eller filmstjerner?* Her skulle respondenten velge et svaralternativ fra en Likert – skala, med fem svaralternativer (Ringdal 2013)

Spørsmål 15 er en variabel på nominalnivå, her skal respondenten, ut fra en Body Scale, krysse av for den figuren som stemmer best med spørsmålene: *Hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan din kropp ser ut?* og *Hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan du ønsker å se ut?*

Spørsmål 16 er en variabel på nominalnivå. Med utgangspunkt i ulike bilder skal respondenten svare på følgende ulike påstander: *Hvem av disse mener du har den ideelle mannskroppen, Hvem av disse synes du har finest kropp* og *Hvem av disse vil du helst se ut som*. Svaralternativene til spørsmål 16 er 9 ulike bilder av ulike mannskropper.

Undersøkelsens reliabilitet og validitet

For at en forskning skal kunne ses på som en forskning av god kvalitet er det visse kvalitetskrav som må oppfylles. Validitet og reliabilitet er en kvalitetssikring for en vitenskapelig undersøkelse.

Reliabilitet sier noe om påliteligheten av undersøkelsen. Reliabilitet handler om selve måleinstrumentet og dens nøyaktighet, dimensjonalitet, stabilitet og konsistens. Den sier også noe om troverdigheten av resultatet, og hvorvidt resultatet

er påvirket av tilfeldig målefeil. Å lage sammensatte mål er også med på å styrke reliabiliteten ved de ulike variablene. Vi valgte derfor å bruke tre sammensatte mål som utgangspunkt for undersøkelsen vår. Reliabiliteten styrkes ved å bruke endimensjonale begrep. Reliabilitetstesten hjelper oss å styrke og kvalitetssikre sammensatte mål (Kleven et al. 2011; Lund & Haugen 2006; Ringdal 2013).

I spørreundersøkelsen vår valgte vi å formulere både positive og negative spørsmål, samt at vi benyttet flere spørsmål som måler det samme, men som ble formulert på ulik måte, dette for å styrke reliabiliteten.

En metode man kan benytte seg av for å oppnå best mulig reliabilitet er å foreta en test – retest, det vil si at samme undersøkelse gjentas flere ganger, om det er samsvar mellom resultatene tyder dette på god reliabilitet. En slik gjennomføring flere ganger er vanskelig å gjennomføre i en oppgave som vår, dette fordi ungdommene er i stadig utvikling og kan på kort tid endre sine svar. I tillegg er tid en viktig faktor. Av tidsmessige årsaker ble det en utfordring å få tatt en retest, og dette ble derfor ikke foretatt i denne undersøkelsen.

Reliabiliteten kan svekkes av ytre faktorer, slik som tidspunktet for selve undersøkelsen. Om undersøkelsen foretas på et ugunstig tidspunkt, i uheldige omgivelser, usikkerhet eller uklarheter rundt undersøkelsen med mere, dette kan være med på å påvirke resultatet negativt, og da reliabiliteten. Dette forsøkte vi å ta høyde for ved undersøkelses tidspunktet, ved at vi prøvde å oppnå en best mulig testsituasjon for guttene, samt forklarte hvordan undersøkelsen skulle gjennomføres. Vi forklarte respondentene hvordan de skulle svare, i tillegg uttrykte vi at de måtte spørre om hjelp dersom de var usikre på hvordan de skulle krysse av på spørsmål. Vi var tilgjengelig under hele undersøkelsen slik at vi kunne observere og være til hjelp om det var noen spørsmål fra guttene. Dette er med på å styrke undersøkelsen reliabilitet (Kleven et al. 2011; Lund & Haugen 2006; Ringdal 2013).

Vi benyttet oss av en maskinlesbar spørreundersøkelse, noe som kan bidra til å redusere målefeil. Dette er med på å styrke reliabiliteten da feilkilder som kan oppstå ved manuell inntasting i Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ble redusert. En fare med maskinlesbar spørreundersøkelse er at det er en maskin som leser av svarene, dette kan føre til at enkelte svar ikke registreres dersom avkrysningen er svak eller gjort utenfor avkrysningsfeltet. For å forhindre at svar ikke ble registrert gikk vi gjennom avlesningene manuelt parallelt med maskinavlesningen for å sikre at alle svar ble registrert.

En annen risiko for reliabiliteten var undersøkelsens tema, spørreundersøkelsen inneholder en del ømfintlige spørsmål noe som kan virke negativt inn med tanke på at enkelte ikke ønsker å svare ærlig på spørsmålene, men heller svarer i retning av hva de tror er sosialt ønskelig. Dette er systematiske feilkilder som kan virke negativt inn på målingens reliabilitet. I etterkant av undersøkelsen gikk vi igjennom alle skjemaene manuelt og sjekket for usaklige svar. Der hvor det var tydelig at respondenten hadde svart usaklig, valgte vi å fjerne skjemaene for slik å sikre en bedre reliabilitet (Kleven et al. 2011; Lund & Haugen 2006; Ringdal 2013).

En annen forutsetning som er med på å styrke kvaliteten av undersøkelsen er at validiteten er god. Validiteten handler om gyldigheten av undersøkelsen som er gjort, og at det er samsvar mellom det vi undersøker og det datamaterialet vi får. For å sikre at validiteten er best mulig gjelder det å utforme spørsmålene i en slik form at vi er sikre på at begrepene er operasjonalisert slik at vi måler de teoretiske begrepene. Hvem man henvender seg til og spørsmålenes gyldighet for undersøkelsen er også med på å påvirke validiteten, det vil si at utvalget man foretar undersøkelsen i er hentet fra den populasjonen resultatene skal være gjeldende for, og at spørsmålene er formulert slik at de er gjeldende for det vi ønsker å finne ut. Validiteten av undersøkelsen styrkes når utvalget er større enn 30, og jo flere respondenter jo bedre er det for validiteten. I vår undersøkelse deltok 150 gutter, dette er med på å styrke validiteten på undersøkelsen vår (Kleven et al. 2011; Lund & Haugen 2006; Ringdal 2013).

Studiens ytre validitet avhenger av hvordan utvalget trekkes, slik at resultatet av undersøkelsen kan generaliseres til den populasjonen utvalget trekkes ut fra (Valås 2007). Da resultatet av vår undersøkelse skulle være gjeldende for gutter mellom 14 og 16 år valgte vi å benytte oss av klyngeutvelgelse av gutter i denne alderen.

En måte å sikre reliabilitet og validitet på er ved å foreta en pilotundersøkelse, dette er en undersøkelse før selve undersøkelsen. En kan da sjekke spørsmålenes validitet og endimensjonaliteten, samt at man kan rydde opp i eventuelt dårlig formulerte spørsmål eller misforståelser i skjemaet. Av tidsmessige årsaker lot det seg ikke gjøre å foreta en pilotundersøkelse for vår del, men vi gjennomførte en form for kvalitetssikring ved å ha en løpende dialog med en person ved SV-IT som gjennomgikk skjemaet sammen med oss ved flere anledninger før vi sa oss fornøyde med det. Vedkommende, som selv var mann, har jobbet med lignende spørreskjema i

lang tid og hadde derfor god kunnskap innen området. Han satte seg inn i de ulike spørsmålene og hjalp oss med å reflektere og endre underveis. Vi føler at dette har vært med på å kvalitetssikre spørreskjemaet vårt og slik bidratt til å styrke validiteten og reliabiliteten.

Etiske betraktninger

I forkant av prosjektet tok vi kontakt med NSD, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste, for å få en klarhet i om prosjektet vårt var meldepliktig til personvernombudet, med utgangspunkt i personvernopplysningsloven. I brev mottatt 28. januar 2014 (se vedlegg 2), får vi en bekreftelse på at prosjektet ikke er meldepliktig da prosjektet ikke behandler personvernopplysninger på en måte som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner, verken direkte eller indirekte.

For å sikre at det ikke er mulig å finne tilbake til skolene og enkeltelevers identitet valgte vi å ikke navngi skolene, samtidig som vi kun omtaler plassen som en by i Norge.

En må innhente samtykke fra foreldre dersom barnet er under 15 år. Guttene som deltok i vår undersøkelse var 14-16 år. På grunn av deres unge alder krevde denne undersøkelsen samtykke fra foreldre for å kunne gjennomføres. Vi valgte derfor å sende ut brev til samtlige foreldre, samt legge brevet ut på It's Learning. Dette brevet ga informasjon om prosjektet, prosjektets omfang og prosjektets formål. I tillegg ga brevet informasjon om anonymiteten og muligheten for å reservere seg mot deltagelse. I tillegg til informasjonsbrevene valgte vi å gjenta informasjon om anonymiteten, og at undersøkelsen var frivillig og at man når som helst kunne trekke seg, muntlig for guttene samme dag som undersøkelsen ble gjennomført. Etter denne gjennomgangen valgte 3 elever å trekke seg.

Analyse

Koding av data

Spørreskjemaene ble scannet, hvor vi manuelt sjekket at det som ble lagt inn ble korrekt. Analysene av spørreskjemaet ble gjennomført ved hjelp av dataanalyseverktøyet SPSS.

Psykometriske egenskaper

For å undersøke skjemaets reliabilitet og validitet ble de psykometriske egenskapene ved måleinstrumentet undersøkt ved hjelp av faktoranalyse og reliabilitetstest. Disse undersøkelsene vil bli omtalt fortløpende.

Faktoranalyse

Da datamaterialet var lagt inn i SPSS gjennomførte vi faktoranalyse på spørsmål 8 og 10. Dette gjorde vi for å undersøke dimensjonaliteten på målene. De spørsmålene vi kjørte faktoranalyse på var spørsmål knyttet til; *trening av helsemessige årsaker, trening for å forme kroppen og tilfredshet med egen kropp.*

I første omgang gjennomførte vi en 3-faktorløsning hvor vi fant ut at variablene i spørsmål 8 utgjorde tre forskjellige faktorer. Denne løsningen viser at de tre første og de tre siste variablene i faktor 1 (vist i tabell 1 nedenfor) utgjør to ulike sammensatte mål. På grunn av at disse to målene korrelerer over 30 % og at de deler

1/3-del av variansen ønsker vi ikke å skille mellom disse to. For oss er det ikke av betydning å skille mellom disse to faktorene, og samtidig vil det være en ulempe å dele de i to, da de kun vil bestå av 3 variabler. Vi har derfor valgt å bruke 2-faktorløsningen som er vist i tabell 1.

Tabell 1: Faktoranalyse for årsak til trening

	Faktor	
	Trening for å forme kroppen	Trening av helsemessige årsaker
Få en sexy kropp	.935	
Få en kropp som trekker damer	.902	
Få en deilig kropp	.892	
Få en modellkropp	.715	
Bodybuilding	.598	
Få en kropp som ligner en bestemt kjendis	.488	
For å holde meg frisk		.867
Få god helse		.829
Holde kroppen i form		.798
Forhindre skade		.771
Komme i form		.719
Leve mest mulig sunt		.663

Tabachnick & Fidell (2007) har delt faktorladningene inn i grupper ut i fra hvor sterk sammenhengen mellom de enkelte variablene og faktorene er. Denne inndelingen er som følger;

< ,71 = utmerket

,63 - ,70 = veldig bra

,55 - ,62 = god

.45 - .54 = hederlig

,32 - ,44 = svak

> ,31 = dårlig

Variablene *få en sexy kropp*, *få en kropp som trekker damer*, *få en deilig kropp* og *få en modellkropp* lader alle over .71 og har ifølge Tabachnick & Fidell (2007) en utmerket ladning. Variabelen *bodybuilding* har en ladning på .598 og betegnes som god, mens *få en kropp som ligner en bestemt kjendis* har ladningen .488 og betegnes som hederlig. Ingen av disse betegnes som dårlig eller svak, og alle disse er derfor valgt til å inngå i faktoren *trening for å forme kroppen*.

For ordens skyld, faktoren *trening for å forme kroppen* er altså satt sammen av indikatorene;

Få en sexy kropp

Få en kropp som trekker damer

Få en deilig kropp

Få en modellkropp

Bodybuilding

Få en kropp som ligner en bestemt kjendis

Variablene *for å holde meg frisk*, *få god helse*, *holde kroppen i form* og *forhindre skade* lader alle over .71 og har ifølge Tabachnick & Fidell (2007) en utmerket ladning. Variablene *komme i form* og *leve mest mulig sunt* lader begge over .63 og betegnes som veldig bra. Alle disse er derfor valgt til å inngå i det sammensatte målet *trening av helsemessige årsaker*.

For ordens skyld gis en oversikt over de indikatorene det sammensatte målet *trening av helsemessige årsaker* er bygd opp av;

For å holde meg frisk

Få god helse

Holde kroppen i form

Forhindre skade

Komme i form

Leve mest mulig sunt

Ved hjelp av en faktoranalyse på spørsmål nummer 10 (se vedlegg 5) kommer det frem at variablene *jeg er fornøyd med kroppen min*, *jeg liker kroppen min slik den*

er, og jeg er tilfreds med kroppen min lader alle over .71. Disse anses å ha en utmerket ladning. *Kroppen min er akkurat passe* lader over .55 og betegnes som en god ladning. Variabelen *kroppen min er tiltrekkende* betegnes å ha en hederlig ladning. Av tabell 2 nedenfor kommer det fram at alle disse variablene utgjør indikatorer på faktoren *tilfredshet med egen kropp*. De resterende variablene i spørsmål 10; *jeg er for tynn, jeg har for lite muskler, jeg er for lav, jeg er for tykk* og *jeg er for høy* hadde ikke tilfredsstillende ladning og tas derfor ikke med i det sammensatte målet.

Tabell 2: Faktoren tilfredshet med egen kropp

	Tilfredshet med egen kropp
Jeg er fornøyd med kroppen min	.890
Jeg liker kroppen min slik den er	.877
Jeg er tilfreds med kroppen min	.839
Kroppen min er akkurat passe	.634
Kroppen min er tiltrekkende	.517

Cronbach's Alpha

Etter gjennomførelse av faktoranalyse ble det foretatt en reliabilitetsanalyse for å undersøke om de sammensatte målene hadde tilfredsstillende reliabilitet. Reliabiliteten handler om hvor sikkert vi måler, uavhengig av hva vi måler (Lund & Haugen 2006). Faktorenes indre konsistens ble undersøkt ved hjelp av Cronbach's Alpha. Ifølge Pallant (2013) anses verdier over .7 som akseptable, mens verdier over .8 er foretrukket. Det sammensatte målet *trening av helsemessige årsaker* har en Cronbach's Alpha på .889 (se vedlegg 8), *trening for å forme kroppen* har verdien .895 (se vedlegg 9) og *tilfredshet med kropp* har verdien .863 (se vedlegg 10). Disse

målene anses derfor for å ha foretrukket verdi hvor det er god korrelasjon mellom de observerte verdiene og har dermed god indre konsistens.

Skjevhet og kurtosis

Skjevhet og kurtosis handler om fordelingsformen til variabelen. Verdier for skjevhet som ligger innen intervallet pluss/minus 1 betraktes som bra, verdier mellom minus/pluss 2 anses som akseptable og verdien 0 betegnes som perfekt normalfordelt (Georg & Mallery 2001)

De variablene og faktorene som brukes i vår analyse og som betraktes som bra er; *Tilfredshet med egen kropp* (-.395), *pubertetsgrupper* (-.038), *treningsstudio (egentrening/vektløfting)* (.839), *trening av helsemessige årsaker* (-.944), *trening for å forme kroppen* (.447) og *figuren som stemmer best med hvordan din kropp ser ut* (.168) (se vedlegg 11).

De variablene og faktorene som anses som akseptable er; *Figuren som stemmer best med hvordan du ønsker å se ut* (1.837), *ønske om å se ut som personer på TV* (1.124), *ønske om å se ut som personer i musikkvideo* (1.785) og *sammenligning av kroppen med kjendiser/filmstjerner* (2.888).

De som skåret over verdien 2 er; *den ideelle mannskroppen* (1.672), *den fineste kroppen* (2.330) og *den du helst vil se ut som* (2.515).

Kurtosis forteller noe om ”høyden” eller ”spissheten” til fordelingen. Hvis kurtosis er positiv vil samlingen av individer samles omkring midten, og ved negativ kurtosis vil samlingen spre seg mer utover i variabelens intervall. Verdier mellom minus/pluss 2 anses som akseptable. Normalfordelt kurtosis har en verdi på 3 (Georg & Mallery 2001).

Kurtosis har høy positiv verdi på flere av variablene, slik som; *Figuren som stemmer best med hvordan du ønsker å se ut* (8.940), *sammenligning av kroppen med kjendiser/filmstjerner* (10.830), *den ideelle mannskroppen* (4.647), *den fineste kroppen* (7.275) og *den du helst vil se ut som* (9.639).

Resultat

Som nevnt i innledningen søker oppgaven å få svar på følgende forskningsspørsmål:

”Hvilket kroppsideal har guttene? Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha? Og, trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?”

”Ønsker guttene å se ut som personer i media? Og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?”

”Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for puberteten og tilfredshet med egen kropp?”

Forskningsspørsmålene belyses ved hjelp av deskriptiv statistikk og analyser som korrelasjon, T-test og ANOVA. Resultatene fra undersøkelsen vil fremstilles fortløpende.

Hvilket kroppsideal har guttene?

For å belyse dette forskningsspørsmålet tar vi utgangspunkt i spørsmål 16.2, 16.4 og 16.7, samt spørsmål 15.2. Ved hjelp av en frekvenstabell (se tabell 3 neste side) finner vi at guttenes gjennomsnittlige valg er kropp nr. 4. Det er 64 prosent av guttene som har valgt kropp nr. 4 som den ideelle. 82,2 prosent valgte nr. 4 som fineste kropp og 77,4 prosent ønsket å se ut som kropp nr. 4. Medianen er også 4 og bekrefter gjennomsnittet.

Tabell 3: Hvem guttene anser som den ideelle mannskroppen, den fineste kroppen og den de ønsker å se ut som

	Den ideelle mannskroppen	Finest kropp	Ønsker å se ut som
Gjennomsnitt:	3,99	4,17	3,96
Median:	4	4	4

Noe vi merket oss ved gjennomføring av den beskrivende analysen var at ingen valgte bilde 6 som fineste kropp, og ingen ønsket å se ut som mannen på bildet 1, 6, 7 og 8. Det var også kun én gutt som valgte kropp nummer 5 som den kroppen han ville se ut som, og én gutt valgte kropp nummer 7 som fineste kropp. Kun tre gutter valgte kropp nummer 8 som den fineste kroppen.

Ved å gjennomføre en beskrivende analyse av spørsmål 15.2; *hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan du ønsker å se ut?* finner vi at 54,5 prosent av guttene velger figur nummer 4.

Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha?

Denne problemstillingen belyses med utgangspunkt i spørsmål nummer 15.1 og 15.2. Ved hjelp av en korrelasjonsanalyse (forenklet tabell vist nedenfor) kommer det fram at det er en statistisk signifikant forskjell, på 1%-nivået, mellom den kroppen de har og den kroppen de ønsker å ha. Dette finner vi ved hjelp av å se på Sig. som viser .004. Pearson product moment korrelasjon, r , er .240 og denne indikerer en svak positiv samvariasjon mellom valg av figur som representerer egen kropp og valg av figur som representerer kroppen de ønsker å ha.

Tabell 4: Sammenhengen mellom kroppen guttene opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha

		Hvordan din kropp ser ut	Hvordan du ønsker å se ut
Hvordan din kropp ser ut	Pearson Correlation	1	.240
	Sig (2-tailed)		.004
Hvordan du ønsker å se ut	Pearson Correlation	.240	1
	Sig (2-tailed)	.004	

Trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?

For å finne ut om guttene trener på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen, gjennomføres en T-test (se vedlegg 6) på variabelen 5.9; *treningsstudio (egentrening/vektløfting* og de to faktorene *forme kroppen* og *helsemessige årsaker*.

Sig.(2-tailed) for faktoren *trening for å forme kroppen* er .065 og *trening av helsemessige årsaker* har en Sig.(2-tailed) på .000. Dette indikerer at H^0 faller, og det er en statistisk signifikant tendens til at de som trener på treningsstudio (egentrening/vektløfting) har et sterkere ønske om å forme kroppen enn å trene av helsemessige årsaker.

Ønsker guttene å se ut som personer i media, og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?

For å besvare spørsmålene ovenfor tas det utgangspunkt i spørsmålene 14.1, 14.2 og 14.3;

...ønsker du at kroppen din skal se ut som noen av de personene du ser på TV?

...ønsker du å se ut som noen av de personene du ser i musikkvideoer?

...sammenligner du kroppen din med kjendiser eller filmstjerner?

Da enkelte av svaralternativene er nokså like deles svaralternativene inn i tre grupper. Gruppe 1 utgjør svaralternativet *ikke i det hele tatt* og navngis *ikke*. Gruppe 2 utgjør svaralternativene *litt* og *en del* og navngis *litt*. Gruppe 3 utgjør svaralternativene *mye* og *svært mye* og navngis *mye*.

Nedenfor er det foretatt en forenkling av den beskrivende analysen av spørsmål 14.1, 14.2 og 14.3. Av tabellen kommer det fram at flesteparten av guttene svarer *ikke* og *litt* på alle disse spørsmålene. 44.8 prosent av guttene oppgir at de ikke ønsker å se ut som personer på TV, 55.2 prosent ønsker ikke å se ut som personer i musikkvideo, og 77.6 prosent sammenligner ikke kroppen sin med kjendiser og filmstjerner. Den beskrivende analysen antyder at guttene ikke ønsker å se ut som personer i media, og at de fleste guttene ikke sammenligner kroppen sin med kjendiser eller filmstjerner.

Tabell 7: Framstilling av guttenes svar på om de ønsker å se ut som personer i media, og om de sammenligner kroppen sin med kjente personer

	Valid percent		
	Se ut som personer på TV	Se ut som personer i musikkvideo	Sammenligne kroppen med kjendis/filmstjerne
Gruppe 1: "Ikke"	44.8	55.2	77.6
Gruppe 2: "Litt"	46.9	39.2	21.0
Gruppe 3: "Mye"	8.4	5.6	1.4

Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp?

Som beskrevet under psykometriske egenskaper/ analyser ovenfor ble det konstruert et sammensatt mål med navn *tilfredshet med egen kropp* ved hjelp av variablene i spørsmål 10. For å finne ut om det er en sammenheng mellom pubertet og tilfredshet med egen kropp, blir det sammensatte målet brukt i en ANOVA sammen med spørsmål nummer 9;

Mener du at du har kommet i puberteten før eller senere enn andre på din alder?

I forkant av gjennomførelse av ANOVA ble svaralternativene for spørsmål 10 delt inn i tre grupper. Dette er av samme årsak som ved tidligere inndeling, altså på grunn av at svaralternativenes formulering er relativt like. Svaralternativene *mye før*, *noe før* og *litt før*, utgjør gruppe 1 og har navngis *tidligere*. Gjennomsnittlig utgjør gruppe 2, og denne gruppen har fått samme navn. Den 3.gruppen består av svaralternativene *litt senere*, *noe senere* og *mye senere*, og har fått navnet *senere*. Det sammensatte målet *tilfredshet med kropp* og disse tre gruppene blir brukt i gjennomførelsen av ANOVA (se vedlegg 7).

Test for lik varians forteller oss at Sig. er 0.603. Dette viser at H^0 står og at det er lik varians mellom gruppene.

Av selve ANOVA-tabellen kommer det fram at Sig. er 0.306. Dette bekrefter nullhypotesen om at alle populasjonsgjennomsnittene er like, og at det ikke er signifikant forskjell. Det er altså ingen forskjell mellom guttenes opplevelse av tidspunkt for pubertet og guttenes tilfredshet med kropp

Selv om ANOVA viser at det ikke er noen forskjell så kan en likevel se av oversikten nedenfor 39 gutter opplever at å komme for tidlig i puberteten sammenlignet med enn andre på sin alder. 53 gutter opplever at tidspunktet for deres pubertet er gjennomsnittlig, og 42 gutter svarer at de er kommet i puberteten senere enn de på samme alder.

Tabell 8: Pubertetstidspunkt

Pubertetsgrupper	Antall (N)
Tidlig	39
Gjennomsnittlig	53
Sent	42

Diskusjon

I første del av diskusjonsdelen vil forskningsspørsmålene drøftes i lys av teorien som ligger til grunn for oppgaven. Videre fremstilles de metodiske refleksjonene, hvor det avslutningsvis vil fremgå en konklusjon som munner ut i en avslutning og tanker videre.

Hvilket kroppsideal har guttene?

Resultatene viser at kropp nummer 4 (bildet vist til høyre) er den de fleste guttene anser som den ideelle mannskroppen, den fineste kroppen og den de ønsker å se ut som. Kropp nummer fire speiler også samfunnets og medias idealkropp (Grogan 2008; Shilling 2012).

Videre viser resultat fra analysen at den magre kroppen (1), normalkroppen (5 og 6) og den overvektige kroppen (7 og 8) så å si ikke er representert i svarene på hva som er den ideelle, fineste og den kroppen de helst vil se ut som (se vedlegg 1). Det vi ser er at ingen vil være for tynn og ingen vil være for tykk. Det er fascinerende å se at selv om den ”vanlige” mannen i gata har ulik form, alt fra tynn til tykk, og at idealkroppen



er i kraftig undertall blant disse ”vanlige” kroppene, er det likevel den kroppen som er i undertall de foretrekker, og ikke den vanlige kroppen.

Resultatet fra vår forskning støtter opp om det Ogden (1992) fant i sin studie, hvor hun foretok en intervjubasert undersøkelse blant menn, hvor fokuset var mannens kropp og idealkroppen. I denne undersøkelsen kom det klart frem i beskrivelsene fra de ulike intervjuobjektene at deres oppfattelse av idealkroppen var lik den media fremstiller.

Hvorfor er det slik at guttene velger idealkroppen? Har de tatt opp samfunnets verdier og normer for hva som anses å være idealkroppen?

Samfunnets oppfattelse av idealkroppen har ikke oppstått med media, men kan generelt beskrives å være samfunnsskapt. Den har eksistert så lenge man kan huske. Helt tilbake til antikken kan man se tegn på at det var en norm om hvordan den ideelle kroppen skulle se ut. Idealkroppen representerte heltemodighet, styrke og makt og den fremsto som et forbilde for mange menn. Forskjellen mellom nå og da, er at vi nå har media som promoterer idealkroppen ukritisk gjennom ulike kanaler. Slik at man til stadighet blir eksponert for idealkroppen (Engelsrud; 2006; Grogan 2008; Thompson & Cafri 2007).

En gutt som deltok i vår undersøkelse skriver i sitt spørreskjema:

Vi vil for det meste se ut som nr.4 på forrige oppgave, men hos mine venner ihvertfall er det ikke stort press på utseende, men jeg tror det er mange andre tenåringsgrupper som legger press på hverandre om utseende enn det vi gjør. Hos oss aksepterer vi på en måte hvordan vi alle er og oppfører oss. Det vil jeg tro er unikt

Det denne gutten sier her er nok, som han selv sier, nokså unikt. Ikke alle gutter opplever at de blir akseptert av sine jevnaldrende. Mange opplever å ikke klare å leve opp til forventningene fra de rundt seg og de forventningene de har til seg selv knyttet til kropp og kroppens utseende. Ofte blir sammenligningsgrunnlaget skjevt med tanke på den ideelle kroppen man sammenligner seg med og den kroppen man har (Duesund 1995; Wykes & Gunter 2005).

Guttene i undersøkelsen er alle mellom 14 og 16 år og har derfor vokst opp med samfunnets oppfatning av hvordan idealkroppen ser ut, i tillegg til eksponering fra media. Fra guttene er små utsettes de daglig for denne type eksponering, både gjennom media, leker og mennesker de omgir seg med. Eksponeringen er blitt en

naturlig del av deres hverdag. Idealkroppen fremmes på en ukritisk og seksualiserende måte i både reklame, TV-serier, filmer, blader med mere. De siste tiårene er det registeret et økt fokus på den mannlige idealkroppen. Idealkroppen tillegges også egenskaper som signaliserer vellykkethet og sunnhet. Med tanke på det økte kropps fokuset og idealkroppens egenskaper er det ikke overraskende at guttene foretrekker kropp nummer 4 (Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013; Shilling 2012).

Allerede som små barn danner guttene seg et bilde av kroppen sin. Det første møtet de har med eget kropps bilde baseres i første omgang på egen kropp og dens funksjon. Etter hvert endres kropps bildet kontinuerlig i møte med omgivelsene, ved speiling, refleksjon og tolkning (Duesund 1995; Engelsrud 2006; Loland 2003; Skårderud & Isdal 1998). Denne utviklingen sammen med den stadige eksponeringen av mannskroppen i media, samt egne og andres forventninger til kroppen er med på å påvirke kropps bilde til guttene. (Vandenbosch & Eggermont 2013). Det at våre resultater bekrefter at guttene har dannet seg et bilde av hvordan idealkroppen ser ut, gjør at man kan tenke i retningen av at dette ikke bare er mediepåvirkning, men at det allerede fra tidlig barndom har forekommet en slags påvirkning, da gjennom en signifikant andre. Kroppsfokuset blir forsterket gjennom media, og bekrefter noe som allerede ligger til grunn i den kulturen barnet vokser opp i.

Samfunnets kropps ideal synliggjøres gjennom barnas leker. Ut i fra Dworkin & Wachs (2009) og Thompson & Cafri (2007) kan en se at lekene har endret karakter. De mannlige figurene har blitt mye kraftigere. På en side vil det være naturlig at lekene også blir større når fokuset på den mannlige kroppen har økt. Actionfigur og andre leker er blåst ut av dimensjoner for å kunne følge idealet og for å kunne framstå som noe større og bedre enn hva idealet er. På en annen side kan denne utviklingen være problematisk da kropps fokuset og idealkroppen er uoppnåelig for folk flest. Det er bekymringsfullt at kropp brukes som en indikator på hvor vellykket du er. Det er ikke rart at guttene opparbeider seg et ideal bilde på hvordan en kropp skal se ut, når de utsettes for kropps fokuset allerede fra de er små. Dette i en periode hvor guttene er ekstra sårbare og hvor de lettere er tilgjengelige for påvirkning. Selv om det kan være en naturlig forklaring til at guttene ønsker idealkroppen bør en likevel spørre; hva gjør dette med de unge guttene, og hvilke signaler sendes gjennom denne fokuseringen på kropp? Hvordan kan guttene bygge opp et godt kropps bilde, når målene for hvor vellykket de er ikke henger sammen med realiteten, samtidig som disse målene er

uoppnåelige.

Media fokuserer på sunnhet og helse når de promotere idealkroppen. Av helsemessige årsaker vil det være heldig å ha en kropp som er i god form. Å være overvektig knyttes til flere ulike helseplager og er derfor ikke å foretrekke, og det samme gjelder for undervekt. Det kan likevel diskuteres om idealkroppen er det mest helsefremmende. Riktignok er idealkroppen en slank og trent kropp, men ifølge teorien trenger ikke idealkroppen nødvendigvis å være den sunneste. Det krever utrolig mye energi og arbeid for å kunne oppnå og for å kunne opprettholde en slik kropp. (Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013). Når fokuset blir endret til å dreie seg kun om ytre karakteristikk og ikke om verdier guttene innehar kan dette ha en negativ innvirkning på kroppsbildet. Ifølge Harter (1999) korrelerer fysisk utseende høyst av de ulike domeneene med den generelle selvoppfatningen. Det er derfor bekymringsverdig at gutter i så ung alder skal bekymre seg for hvordan de ser ut, når de egentlig burde få lov til å være gutter og hygge seg med det gutter gjør i denne alderen. Det er som den innsiktsfulle gutten på framsiden sier: *"Jeg mener at det er feil at 7-årige gutter trener for å få 6-pack. De bør være ute å henge i trærne i stede"*. Dette vitner om en gutt som deler samme bekymring som oss. Det kan tenkes at det er flere gutter fra vår undersøkelse som deler denne bekymringen.

Er det samsvar mellom kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha?

Ved hjelp av korrelasjonsanalyse kom det fram at det er en statistisk signifikant forskjell mellom den kroppen guttene har og den kroppen de ønsker å ha. Det var en svak positiv samvariasjon. Det er altså variasjon i valget av figur i forhold til den kroppen de opplever å ha og den kroppen de ønsker å ha. Noen velger en figur som er kortere og/eller slankere enn seg selv, mens andre ønsker å være høyere og/eller mer muskuløse. Dette vitner om at det ikke er samsvar mellom hvem de er og hvem de ønsker å være.

Våre resultater viser det samme som forskerne Frederick, Fessel og Haselton (2005) kom frem til i sin forskning. Ved hjelp av en body scale, lik den vi har benyttet i vår undersøkelse, ba de en gruppe menn krysse av for den kroppen de opplevde å ha

og den kroppen de ønsket å ha. Resultatene viste at det var en klar tendens til å krysse av for en annen kropp enn den de opplevde å ha (Frederick et al. 2005).

Guttene i undersøkelsen er alle i pubertetsalderen hvor utseendet er i endring og de maskuline trekkene blir mer og mer fremtredende. I ungdomstiden kommer guttene i puberteten til ulike tidspunkt. De vil oppdage ganske kjapt at det er bestemte karakteristikk som endres i denne alderen ved å se jevnaldrende gutter som er kommet i puberteten. I tillegg til å se gutter på samme alder utvikle maskuline trekk har også samfunnet skapt en oppfatning av hvilke egenskaper som ansees å være maskuline, og disse egenskapene er ofte knyttet til utseendet. Dette kan være med på å bidra til at guttene i denne sårbare alderen ønsker å etterstrebe en grad av maskulinitet som tilsier at de er mandige nok og i tråd med idealet (Connell 1996; Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013; Shilling 2012).

Om maskuliniteten er årsaken til at guttene ønsker det idealet media promoterer kan nok diskuteres. Hvis man ser det hele i kontekst hvor leker, media, menneskene man omgir seg med og samfunnet man lever i, vil man se at det er flere faktorer som kan være med på å påvirke oppfatning av kroppsidealet. Samfunnet har lagt et grunnlag for normer og regler i forhold til kjønn og kjønnsforskjeller. Lekene er kjønnsrettet, og media eksponerer lettkledde og seksualiserte kropper. Foreldre, venner og andre mennesker er med på å påvirke hvordan man ser på seg selv og egen kropp. Det trenger derfor ikke nødvendigvis å være kun maskuliniteten de fremmer, men kroppen i seg selv, og de egenskapene de knytter til den bestemte kroppen. På en annen side, kan man se dette i et historisk perspektiv hvor idealkroppen har eksistert i uminnelige tider og hvor maskuliniteten har vært en av kjennetegnene på hva det vil si å være en attraktiv og suksessfull mann. Med dette i betraktning kan man forstå at flere ungdommer vil la seg påvirke av det som ser ut til å være en unison forståelse av hva som er den ideelle mannskroppen og at ungdommene sitter igjen med denne oppfattelsen selv og at maskuliniteten er en del av dette. Ungdom i utvikling påvirkes lett, i tillegg til at de kognitivt sett ikke er fullt utviklet og derfor ikke er kapabel til å tenke konsekvenser og reflektere fullt ut. Noe som kan føre til at de ikke innehar evnen til å reflektere over det store avviket mellom idealkroppen og den naturlige kroppen. Dette til tross for at det idealet samfunnet presenterer, ikke representerer den ”vanlige” mannskroppen.

Samfunnets idealkropp promoterer ved hjelp av menn som er ferdig utviklet, og flere ungdommer har denne idelkroppen som sitt eget ideal. Det blir derfor en

naturlig diskrepans mellom tenåringskroppen som er i utvikling og den mannlige modellkroppen som representerer idealkroppen. Ungdommene vil kunne oppleve at kroppen deres ikke når opp til idealkroppen. Ifølge Higgins kan dette føre til at ungdommene får et skjevt bilde på egen kropp (Grogan 2008). Videre kan det skjeve bildet føre til at kroppsbildet påvirkes negativt, og dermed påvirke selvoppfattelsen på en negativ måte (Connell 1996; Duesund 1995; Wykes & Gunter 2005).

Guttene i dette forskningsprosjektet er i begynnelsen av utviklingen av ytre maskuline trekk. De har derfor ikke den samme muskelmassen, hårveksten og kroppsformen som en fullt utviklet mann har. Dette medfører at det sammenligningsgrunnlaget de har allerede er usammenlignbart. Videre er idealkroppen et avvik fra den vanlige mannen en finner i samfunnet, og dette gjør diskrepansen mellom de ulike kroppene enda større.

Ikke alle ungdommer lar seg anefekte av det store fokuset på kropp. De fleste har nok et bilde på hva samfunnet anser som den ideelle kroppen, men for enkelte er ikke dette like viktig. Den psykologiske sentraliteten spiller også en rolle i hvor mye kroppsbildet virker inn på selvoppfattelsen. Om fysisk utseende ikke er en psykologisk sentralitet hos ungdommen vil det ikke oppleves som like viktig som andre domener ved selvoppfatningen. Det vil dermed ikke påvirke selvvurderingen og selvverdet i like stor grad som andre domener de anser som viktige (Rosenberg 1968; Rosenberg & Pearlin 1978; Skaalvik & Skaalvik 2011).

Selv om ikke alle er like opptatt av utseende viser forskningsresultater fra undersøkelser gjennomført av Harter (1999) at domenet fysisk utseende korrelerer høyst med den generelle selvoppfatning.

Det fysiske utseendet utgjør en betydelig del av påvirkningen av selvoppfatningen. Dette innebærer at man kan få dårlig selvoppfatning dersom det ikke er samsvar mellom det utseendet man opplever å ha, og det utseendet man ønsker å ha. Ser man dette opp mot resultatet fra undersøkelsen vår, kan man se at resultatet kan være alarmerende. At flere ungdommer ønsker en annen kropp enn det de har, vil på sikt kunne virke inn på den generelle selvoppfatningen deres. (Harter 1999). Dette tatt i betraktning med at guttene stiller svakt i en sammenligning mellom egen kropp og idealkroppen. Deres kropp er ikke på langt nær like godt utviklet som en mannlige modells, i tillegg til at den naturlige mannskroppen heller ikke ser ut som idealkroppen. Dette gjør at guttene uansett mest sannsynlig vil tape sammenligningen, selv om de trener og former kroppen for å oppnå idealet.

Trener gutter på treningsstudio hovedsakelig for å forme kroppen?

Her finner vi at det er en statistisk signifikant tendens til at de som trener på treningsstudio (egentrening/vektløfting) har et sterkere ønske om å forme kroppen framfor trening av helsemessige årsaker.

Forskning viser at menn ofte ønsker å være mer muskuløse enn hva de selv opplever å være, og at menn hevder at det muskuløse representerer en del av maskuliniteten. Resultater fra studiet til Klomsten (2006) viser at guttene har en oppfatning av at det maskuline er den sterke muskuløse kroppen, med synlig muskler, og at dette er en kropp de selv ønsker å inneha. I tillegg viser det seg å være en oppfattelse blant menn om at kvinner ønsker en mann med mye muskler, til tross for at undersøkelser viser noe annet (Duesund 1995; Wykes & Gunter 2005).

Tidligere var kjønnsrollene tydeligere enn hva de er i dag. Mannen var jeger, beskytter og forsørger, kvinnen tok seg av hus og hjem. I dagens samfunn er rollene mer eller mindre utvisket. Kvinnen er blitt selvstendig og klarer å forsørge og beskytte seg selv. Mannen har derfor mistet noe av det som tidligere beskrev hans maskulinitet (Connell 1996).

Ifølge Connell (1996) må mannen nå finne sin maskulinitet andre steder, og da blir kroppen ofte et sted de kan markere sin maskulinitet ved å prøve å oppnå utseendet til den hegemoniske mannen, det vil si den ideelle mannskroppen.

Selv om kjønnsforskjellene i samfunnet mer eller mindre er visket ut, ser det ut til at behovet for det feminine og det maskuline fremdeles eksisterer. Mannen søker det maskuline uttrykket gjennom kroppen og musklene. Dette kan en også se i det samfunnsskapte kroppsidealet. Den slanke, muskuløse, V-formede kroppen blir et uttrykk for mannens maskulinitet. Dette er noe også ungdommene adopterer (Connell 1996). En gutt i pubertetsalder søker nok det han tror er det maskuline ved å forme kroppen til å ligne idealet. Som nevnt er kroppen under utvikling og diskrepansen mellom det han søker og den han er vil være stor i denne perioden av livet. Det ser ut til at gutter og menn likestiller maskuliniteten med muskler og muskelkraft, og at de tror at gjennom riktig kropp blir de i større grad det man definerer som en mann.

En av årsakene til at guttene ønsker å øke muskelmassen sin kan en se ut i fra dette utsagnet gitt fra en gutt i vår undersøkelse: *”Det er viktig å se bra ut viss man soler seg på stranda i bar overkropp”*. Her kommer drivkraften for guttens ønske om å se bra ut fram, nemlig det å vise seg fra sin beste side for andre.

På den ene siden viser forskning at fysisk aktivitet virker positivt inn på selvpoppfattelsen, og at ungdom som er i fysisk aktivitet viser en større tilfredshet med egen kropp. På en annen side er det bekymringsfullt at gutter fokuserer så sterkt på å forme kroppen (Tucker 1987). En annen gutt skriver at: *”Jenter synes six-pack er alt for viktig”*. Er det egentlig slik at jenter synes ”six-pack” er så viktig, eller er det gutter som tror at jentene synes det? Ifølge O’Dea (2007) har mange menn den misoppfatningen at de tror at kvinner foretrekker muskuløse menn, når kvinner i virkeligheten rapporterer at de liker lettere og smalere menn. Kanskje er det medias promotering av idealkroppen som har villedet guttene til å tro at dette er jentenes fokus, når det i utgangspunktet er et forvrengt bilde av virkeligheten og et eksempel på samfunnets stereotyper. Det er lett å la seg rive med i disse ”perfekte” forestillingene media framstiller, noe som kan føre til at våre egne liv virker kjedelig og dermed generere en opplevelse av å ikke strekke til (Abrahams & Ahlbrand 2002).

Teorien tilsier at det er naturlig å sammenligne seg med idealer som fremstilles i media, og at det er en naturlig sammenheng mellom medias fokus på idealkroppen og ungdommenes kroppsfokus. Vandenbosch og Eggermont (2013) har funnet i sin undersøkelse at det er en sammenheng mellom det å objektivisere egen kropp og det å ha et overvåkende fokus på egen kropp. At kroppen blir sett på som et objekt man skal forme for å passe inn i en bestemt standard kan bidra til å gi ungdom et skjevt bilde av egen kropp. Videre hevder de at dette er med på å påvirke kroppsbildet, samt gi et ønske om å oppnå idealkroppen. Dette kan komme til uttrykk gjennom å oppsøke treningssenter hvor trening med vekter står i fokus for å kunne forme kroppen sin slik at den passer idealet.

På forsiden står det et sitat fra en annen gutt med den reflekterende uttalelsen; *”Jeg mener at det er feil at 7-årige gutter trener for å få 6-pack. De bør være ute å henge i trærne i stede”*. Det store fokuset på muskler er tydeligvis noe denne guttene også er bekymret for. Guttene bør, som denne gutten også uttrykker, få lov til å leke uten å måtte bekymre seg for hvordan kroppen deres ser ut. Aktivitet er bra for helsen, men når fokuset på egen kropp blir så sterkt at det blir altopplukende, er det ikke lengre helsefremmende men helsehemmende.

Ungdommenes refleksjoner over egen kropp er et resultat av subjektive tolkninger. Disse tolkningene stemmer nødvendigvis ikke med de tolkningene omverdenen har av kroppen deres (Shavelson, Hubner & Stanton, 1976). Utgangspunktet for de verdier guttene legger til grunn når de evaluerer egen kropp kommer gjerne fra de signifikante andre og samfunnet for øvrig. Om alle promoterer samme kropp, vil dette kunne internaliseres i ungdommens oppfattelse av hva som er ansett som maskulint og hvilken kropp som ansees som den ideelle. Dette blir da på tross av at virkeligheten ikke er slik. Medias stereotyperingen av kroppen og den konstante påvirkning av dette skjer på en slik måte at man kan oppfatte idealkroppen som svar på hva som ansees som sunnhet, maskulinitet og hva kvinner foretrekker (Vandenbosch & Eggermont 2013).

Harters forskning viser at betydningen av fysisk utseende øker i ungdomstiden. Denne økningen sammen med mediepåvirkningen kan føre til et usunt kroppsfokus og en trang til å forme kroppen etter samfunnets gjeldende kroppsideal (Harter 1999).

Ønsker guttene å se ut som personer i media, og sammenligner de kroppen sin med kjente personer?

Resultat fra analyser knyttet til dette spørsmålet viser at flesteparten av guttene som deltok i undersøkelsen hevder at de ikke er påvirket av media. Guttene mener også at de ikke sammenligner seg med kjente personer. Dette er et interessant funn da idealkroppen, altså bilde nummer 4, kommer fram som den kroppen flesteparten av guttene i undersøkelsen ønsker å se ut som.

Innledningsvis henvises det til en avisartikkel som viser samme tendens som guttene i vår undersøkelse. Guttene som intervjues i forbindelse med denne artikkelen hevder også at de ikke føler noe press eller påvirkning fra media om å inneha en bestemt kropp (Borchgrevink 2013a). Resultat fra vår undersøkelse med tanke på sammenligning med personer i media og de svarene intervjuobjektene i artikkelen formidler er i konflikt med det våre informanter formidler angående den kroppen de ønsker. Det er tydelig at guttenes idealkropp er den samme som den kroppen media fremstiller. Guttene fra vår undersøkelse velger kropp nummer fire som den kroppen

de ønsker å ha, samtidig som de sier at de ikke ønsker å ha en kropp som den de ser i media. Resultatet fra de to ulike spørsmålene er derfor noe selvmotsigende.

Et spørsmål som melder seg i forbindelse med dette er; hvordan kan det ha seg at de fleste guttene har valgt samme bilde som representasjon for deres idealkropp, samtidig som de ikke sammenligner seg med personer i media eller kjente personer? En forklaring kan være at guttene har svart det de tror er sosialt akseptert, og dermed vil deres svar være et resultat av en systematisk målefeil.

Det kan også tenkes at media og samfunnet er en påvirkningskilde her. De fleste guttene er nok mer eller mindre klar over at ulike media er med på å påvirke oss mennesker, men at de kanskje ikke er like bevisste på at de selv er påvirket til å velge den kroppen de velger.

Kanskje er samfunnets og medias stereotypering av kropp internalisert på et vis hos guttene og i samfunnet forøvrig (Vandenbosch & Eggermont 2013). Kanskje er det et resultat av tidlig og gjentagende eksponering og påvirkning, og som dermed har resultert i at verdiene er internalisert hos guttene.

Guttene har vokst opp i ett samfunn hvor kroppen ses på som et objekt man kan forme slik man ønsker. Dette forsterkes med bilder av modeller og kjente personer i media som bruker mye tid og energi på kroppen. Et slik fokus har vært til stede gjennom hele guttenes liv. De har ikke fulgt utviklingen på samme måte som de som er eldre. Utviklingen og debatten rundt kroppsfokuset gjennom de siste tiårene er noe flere av de voksne har vært vitner til (Thompson & Cafri 2007). Kroppsfokuset forekommer i en større dimensjon i dag enn hva det gjorde tidligere. Guttene mangler kanskje denne bevisstheten som flere eldre har ervervet i løpet av disse årene. Guttene har vokst opp med dette kroppsfokuset. Det kan derfor tenkes at en internalisering av fenomenet har sneket seg inn noe ubemerket og dermed blitt en del av deres oppfattelse av hvordan det skal være. Om dette er tilfelle, er det i så fall alarmerende.

Idealkroppen eksponeres ukritisk til barn og unge i alle aldre og gir et skjevt bilde på hvordan en kropp bør se ut. Den gir barn og unge en forventning om at det er slik man skal se ut for å kunne bli vellykket. (Engelsrud 2006; Grogan 2008; Reitan 2013; Shilling 2012). For guttenes del kan dette gi seg utslag i at de tror at det er slik jentene ønsker at de skal se ut. Dette til tross for at undersøkelser viser at jentene foretrekker den gjennomsnittlige gutten fremfor idealet (O'Dea 2007; Thompson & Cafri 2007).

Ifølge Thompson & Cafri (2007) er det kulturen som definerer hva som utgjør en attraktiv kropp. Både verdier av det muskuløse og skjønnhet konstrueres gjennom en kulturell linse. I det vestlige samfunnet er flere forventninger og holdninger i forhold til kropp påvirket av medias karikering av kroppen. Selv om kulturen er med på å påvirke disse forventningene kan det være uklare linjer mellom hvilke verdier som kun er medieskapt, og hva som er påvirket av den helhetlige kulturen. Dette gjør at det store kropps fokuset eksisterer de fleste steder, også der media ikke er like synlig. De forventningene som knyttes til kroppen er med mennesket som en internalisert tanke, og videre påvirker forventningene egne tanker og refleksjoner knyttet til kroppsbildet. Dette kan også være med på å påvirke kroppsbildet i negativ retning, da mennesket ofte vurderer seg selv dårligere enn hva realiteten tilsier (Duesund 1995; Harter & Mayberry 1984; Rosenberg & Pearlin 1978).

Hvis det er slik at den samfunnsskapte idealkroppen er internalisert hos ungdommene, og at de ikke selv merker at de lar seg påvirke av medias promotering av idealkroppen, er det like fullt en påvirkning. En påvirkning som legger opp til en oppadgående sammenligning, hvor ungdommenes kropp kommer til kort. En slik sammenligning vil over tid kunne virke negativt inn på en persons kroppsbilde, som igjen virker negativt inn på den generelle selvoppfattelsen (Grogan 2008; Kvalem & Wichstrøm 2007).

Resultater fra undersøkelsen til Leit, Gray og Pope (2001) formilder at menn viste en tydelig endring i fornøydhetsnivå med egen kropp etter at de var eksponert for bilder av lettkledde, seksualiserte menn. Dette styrker inntrykket av at kroppsidealet er internalisert, og at dette idealet er med på å påvirke kroppsbildet negativt. En kan dermed forstå at tenåringsgutter, på grunn av denne påvirkningen, ønsker å etterstrebe kroppsidealet media promoterer.

Forskning viser at ungdom i pubertetsalderen kan være spesielt sårbare for påvirkning fra media, men også fra signifikante andre, og at denne påvirkningen kan virke negativt inn på selvoppfattelsen (Markus 1977). Når en tenker på den massive eksponeringen media utsetter ungdommen for er det ikke unaturlig å tenke at disse ungdommene, til tross for hva de opplyser om, lar seg påvirke av media. Ungdommene utsettes daglig for budskap og bilder i media, som handler om hvordan man skal se ut og hvordan man skal opptre. Dette er en påvirkning de utsettes for fra de er små, og det er dermed ikke overraskende om kroppsbildet media formidler nå er internalisert i ungdommenes egne verdier og holdninger.

Etter den revolusjonerende endringen i eksponeringen av mannskroppen som skjedde på 1980-tallet, er mannskroppen gradvis blitt et seksualisert objekt som blir brukt for å promotere ulike produkter. Dette har også vært en medvirkende årsak til at noe av bluferdigheten samfunnet tidligere innehadde gradvis er forsvunnet og at kroppen eksponeres mer enn noensinne (Thompson & Cafri 2007). Media sender et tydelig budskap om at det er én bestemt kroppstype som er å foretrekke knyttet til hvert kjønn; tynn for kvinner og muskuløs for menn. For en tenåring er det vanskelig å være selektiv på hva de tar inn og ikke, og det kan derfor være lett å se seg selv komme til kort. En opplevelse av at media promoterer det perfekte og eneste rette men tanke på kropp kan gi en følelse av å ikke strekke til.

Hvordan er sammenhengen mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp?

Forventningen i forhold til dette forskningsspørsmålet var at det skulle være en klar sammenheng mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp, men dette viste seg å ikke være tilfellet.

Våre forskningsresultater viser at det ikke er noen sammenheng mellom tidspunkt for pubertet og tilfredshet med egen kropp. Dette resultatet strider noe imot det teorien formidler om dette temaet og hva vi dermed forventet å finne.

Av forskningsresultatene kom det fram at 39 gutter opplever å ha kommet tidligere i puberteten enn andre på sin alder. 53 gutter mener at tidspunktet for deres pubertet er gjennomsnittlig. 42 gutter svarer at de er kommet i puberteten senere enn andre gutter på samme alder. Rundt 1/3-del av guttene opplever at de er for tidlig ute, og omkring 1/3 – del opplever at de er for sent ute. Det resultatene forteller oss er at guttene har vurdert tidspunkt for egen pubertet opp imot andre gutter på samme alder. Det vi kan konstatere er at en del av guttene opplever å komme i puberteten for tidlig, og at enkelte opplever å komme i puberteten for sent. Resultatene forteller oss derimot lite om nyanseringen, med tanke på hvorvidt det virker positivt eller negativ inn på guttene. Det samme gjelder nyanseringene som er til stedet blant gutters oppfatninger og følelser knyttet til puberteten og tilfredsheten med egen kropp. (Kvalem & Wichstrøm 2007).

Selv om det er en uoverensstemmelse blant forskere angående forholdet mellom tidspunkt for pubertet, atferd, tilpasning og psykiske lidelser er det likevel en økt anerkjennelse blant forskere om kompleksiteten i forholdet mellom pubertet og atferd. Det er imidlertid en trend som begynner å dukke opp, som viser mistilpasning blant både tidlig og sent utviklede gutter. Likevel hevder Kvaalem og Wichstrøm (2007) at gutter som fysisk sett modnes tidlig er mer fornøyde sammenlignet med de som modnes sent. Hayward (2003) mener at dette kan ha store innvirkninger på flere dimensjoner av den psykologiske funksjonen hos gutter.

Vi undres over hva årsaken bak resultatene våre er. Kanskje er ikke pubertetstidspunktet av så stor betydning at det går utover tilfredsheten med kropp, men at det likevel kan virke inn på gutten i ulik grad.

Våre antakelser om at enkelte gutter opplever pubertetstiden som utfordrende bekreftes ved den skriftlige tilbakemeldingen gitt fra en gutt i undersøkelsen, og den lyder som følger: *"Det er kjipt å være lav / sen i pubertet"*. En annen gutt skriver: *"Mange blir ertet for at de ikke har kroppshår over alt"*. Dette viser at det å komme i puberteten sent er vanskelig for disse to guttene. Kanskje er det flere enn disse guttene også som opplever det å komme sent i puberteten som vanskelig. Garderobesituasjoner med andre gutter kan, som også forskning gjennomført av Purvis (2002) viser, oppleves som en vond påminnelse om at man er annerledes enn de andre.

En annen faktor som kan forklare dette funnet er at den generelle tilfredsheten med egen kropp er tilfredsstillende, selv om enkelte gutter opplever det å ikke ha fått hår på kroppen som vanskelig. Tilfredshet med kroppen kan dermed være god til tross for at de er misfornøyde med hvor langt de er kommet i puberteten. Selvoppfattelsen omfatter som nevnt tidligere ulike domener og de ulike domene har ulik grad av viktighet for den enkelte. Det kan dermed tenkes at puberteten ikke er en psykologisk sentralitet for alle guttene (Rosenberg 1968; Rosenberg & Pearlin 1978; Skaalvik & Skaalvik 2011). I tillegg er det viktig å gjenta det forskningen til Hayward (2003) formidler, at de fleste unge går gjennom puberteten uten sykelige effekter fra denne overgangen, men at det samtidig er enkelte gutter som opplever uro og stress knyttet til disse endringene.

For enkelte gutter kan spørsmål om pubertet og tilfredshet med egen kropp være vanskelige tema å ta stilling til. Hvorvidt de er interesserte i å utlevere opplysninger om dette er også en faktor som kan spille inn i de resultatene

undersøkelsen genererte (Kvalem & Wichstrøm 2007). Det var en gutt som gav uttrykk for dette gjennom tilbakemeldingen han gav i spørreskjemaet: *”Denne undersøkelsen er litt for personlig. Ikke alt jeg vil snakke om selv om det er anonymt”*.

En kan spekulere i om enkelte gutter sitter inne med ubesvarte tanker og følelser om sin kropp, som vår forskning ikke får avdekket. Som forskningen viser, så kan pubertetstiden for enkelte være en vanskelig periode, og for mange kan det være vanskelig å snakke om sine problemer. Purvis (2002) hevder at gutter er mer sårbare enn jenter i denne alderen. Delvis på grunn av at hjernen deres gjør det vanskeligere for dem å kommunisere og til å sette ord på sine følelser, men også på grunn av at de må gjennom en separasjonsprosess fra sin mor. Det virker fornuftig det Purvis sier. Det er nok noen forskjeller mellom jenter og gutter i måten hjernen fungerer, men samtidig vil en kunne tro at kulturen også spiller inn som en påvirkende rolle her. I den vestlige kulturen har det nok vært mer åpenhet blant jenter om å snakke om følelser enn hva det har vært blant gutter. Slik at dette vil nok også være en vesentlig påvirkningsfaktor som virker inn på hvordan guttene formidler sine følelser (Purvis 2002).

I ungdomsalderen er det en annen del ved utviklingen hos guttene som er av betydning for hvordan de opplever seg selv, og hvordan andre opplever dem. Den kognitive og fysiske utvikling skjer ikke nødvendigvis samtidig. En ungdom som er sent utviklet fysisk sett, kan samtidig være tidlig utviklet kognitivt sett. Det motsatte kan også være tilfelle, hvor den fysiske utviklingen går forut for den mentale utviklingen. At ungdommen ikke er rustet godt nok kognitivt sett til å hanske med sin egen fysiske utvikling kan for mange være vanskelig og frustrerende. Begge scenarioene som er skissert her kan gi opphav til en indre konflikt hos gutten. Likevel er forventninger fra omverdenen ofte basert på det ytre. Dermed vil en gutt som er tidlig utviklet fysisk sett, men sent kognitivt, kunne risikere å oppleve høyere krav og forventninger fra andre enn hva de kognitive forutsetningene tilsier at han skal kunne mestre (Kvalem & Wichstrøm 2007; Øiestad 2011).

Undersøkelser foretatt av Harter (1999) hevder at betydningen av fysisk utseende øker gjennom barndom og pubertet. Grogan (2008) viser i sin bok til ulike undersøkelser som formidler at gutter allerede før puberteten er fokusert på kropp, og at de har dannet seg et bilde av hvilken kropp de ønsker. Kroppen guttene ønsker å ha beskrives som lik de voksnes idealer, og den idealkroppen media formidler. En undersøkelse foretatt av Breidablikk (2011) viser at hele 57 prosent av guttene i 15

årsalderen ønsker å endre kroppen sin, og at dette kropps fokuset allerede startet før puberteten. Jamfør det Harters forskning også formidler vil dette kunne ha en negativ innvirkning på ungdommens kroppsbilde (Harter 1999). Diskrepansen mellom det reelle og det ideelle selvet vil ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007) kunne påvirke kroppsbildet i negativ retning, og dermed kunne påvirke selvoppfattelsen i negativ forstand.

Metodiske refleksjoner

Frafall, styrker og svakheter

Som nevnt foretok vi et klyngeutvalg ved utvelgelse av informanter. Denne utvalgsmetoden kan ha påvirket våre resultater i retning av systematisk skjeve utvalg. Det vil derfor ikke være hensiktsmessig å generalisere forskningsresultatene utover denne byen. En kan stille et spørsmålstegn ved generalisering fra utvalget til den valgte byen også, men på en annen side var svarprosenten relativt høy. Hele 91 prosent av det totale antallet deltok i undersøkelsen. Resultatene fra de ulike skolene var også nokså like, så en kan tenke seg at dette også gjelder flere gutter i denne byen.

Ved hjelp av SVT-IT ved NTNU ble skjemaene scannet. Det ideelle hadde vært å legge inn alt datamaterialet i SPSS manuelt, men her kommer tidsperspektivet inn igjen som en avgjørende årsak til at dette ikke ble gjort. Vi erfarte at det likevel var hensiktsmessig å se over materialet manuelt i etterkant av scanningen, der hvor scanneren ga uttrykk for at den ikke kunne tyde enkelte av svarene, da på grunn av utydelig avkrysning eller avkrysning utenfor ruten. På denne måten fikk vi luket ut enkelte potensielle feilregistreringer av programmet. Det vi ikke kan være helt sikre på er om det er noen feilregistreringer vi ikke fikk registrert på grunn av at det ble registrert automatisk. Når det er sagt, kan man nok ikke være hundre prosent sikker ved manuell registrering heller, da menneskelig svikt kan forekomme.

I metodekapittelet ble det nevnt at det ikke ble gjennomført en pilotundersøkelse i forkant av spørreundersøkelsen. Dette kan være en svakhet ved vår undersøkelse. I løpet av forskningsprosessen erfarte vi at tiden jobbet mot oss. For å få med alle skolene vi ønsket å ha med måtte vi trykke opp alle spørreskjemaene så fort som mulig. Dette hindret oss i å gjennomføre en pilotundersøkelse i forkant.

Dette kan naturlig nok ha vært med på å påvirke resultatene vi fikk. Når det er sagt, fikk vi god veiledning av en seniorrådgiver fra SVT-IT med tanke på kvalitetssikring av spørreskjemaet vårt. Han kom med gode innspill som fikk oss til å reflektere og bearbeide skjemaet gjennom flere utkast. Dette kan anses som en kvalitetssikring og også en styrke for validiteten og reliabiliteten.

Da vi informerte guttene om spørreskjemaet ble det lagt vekt på anonymiteten. Dette kan ha bidratt til å styrke reliabilitet. Likevel opplevde vi fnising og småprat blant enkelte elever. Årsaken kan være spørsmålenes sensitive karakter. Det kan også være en risiko for at enkelte gutter underrapporterte sine svar på grunn av dette, hvor de kan ha svart i den retningen de tror er sosialt ønskelig. Om dette er tilfelle kan det ha bidratt til et større frafall enn hva vi kanskje ville ha fått om vi hadde gjennomført en pilotundersøkelse i forkant. Pilotundersøkelsen kunne ha bidratt til å bevisstgjøre oss på hvilke spørsmål vi burde ha formulert på en annen måte, og dermed bidratt til å redusere antall respondenter som leverte blankt eller ”tullesvar”. Når det er sagt er det likevel viktig å understreke at antall respondenter som leverte blankt, med formuleringens art tatt i betraktning, ikke var så mange som en kan frykte ved et slikt sårbart og sensitivt tema.

Da vi fikk et overblikk over spørreskjemaet og de svarene respondentene hadde gitt, innså vi at skjemaet var noe ambisiøst og at vi kunne gjøre utallige analyser med utgangspunkt i skjemaet. Vi valgte derfor å fokusere kun på de variablene som ville belyse våre forskningsspørsmål og vår problemstilling. Her ser vi igjen at en pilotundersøkelse kunne ha hjulpet oss med å korte ned på antall spørsmål. En ser derfor viktigheten av å ha en pilotundersøkelse.

Det ville også vært interessant å gjennomføre samme undersøkelse ved et annet tidspunkt, for å se hvilke resultater undersøkelsen ville generere da. Ideelt sett hadde det vært hensiktsmessig å gjennomføre testen på to ulike tidspunkt, da instrumentet ikke er utprøvd før. Dette lot seg ikke gjøre på grunn av at vi hadde kun en kort tidsperiode på oss. I og med at spørreskjemaet ikke er testet ut før ville det ha vært interessant. På en annen side kan det være at resultatet av en retest ikke ville gitt oss like svar og dermed ikke nødvendigvis bekrefte reliabiliteten av undersøkelsen. Dette fordi undersøkelsen ble foretatt på ungdommer i 14-16 år, en alder hvor ungdommene er i en omfattende utvikling som puberteten representerer. Det kan derfor være en fare for at ungdommenes tanker og meninger vil endre seg mellom de to testtidspunktene.

Måling av selvoppfatning kan være en utfordring i forbindelse med kvantitativ forskning, da det er vanskelig å måle kompleksiteten av begrepet i en skala. Vi i vår oppgave har valgt å ta for oss kun *tilfredshet med egen kropp*, noe som i seg selv kun er en liten del av selvoppfatningen som begrep. Gjennom teoretisk ervervelse og psykometriske analyser av variablene erfarte vi at også dette var mer komplekst enn hva vi hadde forutsett. Etter denne bevisstgjøringen valgte vi å se bort fra de variablene som tydelig skilte seg ut og som derfor kunne ha påvirket resultatet negativt.

Skjevhet og kurtosis

Vårt utvalg består av gutter fra 9. og 10.årstrinn, hvor majoriteten er gutter fra 9.årstrinn. Selv om dette er en skjevfordeling anså vi ikke denne aldersforskjellen som en avgjørende betydning for vår oppgave. Vi ønsket ikke å foreta noen sammenligning av de to trinnene, vi valgte derfor å behandle respondentene fra de to ulike trinnene likt.

Ved undersøkelse av verdiene på skjevhet og kurtosis, ble det registret at enkelte variabler hadde en høy verdi, noe som indikerte at resultatet var skjevfordelt. Variabler som spesielt skilte seg ut var variablene på nummer 16; *den ideelle mannskroppen*, *den fineste kroppen* og *den du helst vil se ut som*. Samt spørsmål nummer 15.2; *Figuren som stemmer best med hvordan du ønsker å se ut* og spørsmål nummer 14.3; *sammenligning av kroppen med kjendiser/filmstjerner*.

Årsaken til at enkelte av verdiene er så høye er at mange har svart det samme på flere av spørsmålene. 62 prosent krysset av på kropp nummer fire som *den ideelle mannskroppen*. 82 prosent krysset av nummer fire som *den fineste kroppen*. 77 prosent krysset av kropp nummer fire som *den du helst vil se ut som*. 55 prosent krysset av for figur nummer fire på spørsmålet; *Figuren som stemmer best med hvordan du ønsker å se ut* og 78 prosent krysset av at de ikke *sammenligner kroppen med kjendis/filmstjerner*. Ved å studere frekvensen av svarene, ser en at den høye verdien på skjevhet og kurtosis har en naturlig forklaring ved at respondentene har samlet seg om ett bestemt svar. Denne skjevfordelingen er ikke med på å svekke validiteten av resultatet vårt, snarere tvert imot, resultatet er med på å forklare de

antagelsene vi hadde før vi fortok undersøkelsen, og bekrefter dermed teorien og tidligere undersøkelser.

Konklusjon

Fokus for forskningen var å undersøke kroppsbildet blant gutter i tenåringsalderen, og hvordan puberteten og medias fokus på kropp virker inn på kroppsbildet. Gjennom analysene kom det fram at det er idealkroppen som media og samfunnet promoterer guttene ønsker seg. Guttene ønsker en annen kropp enn den de har, og de som trener på treningsstudio viser en signifikant tendens til å forme kroppen. Til tross for dette formidler flertallet av guttene at de ikke sammenligner kroppen sin med personer i media. Dette var noe overraskende i og med at de fleste deler samme syn og ønsker den samme idealkroppen. Kanskje vitner dette om en internalisering av de holdningene samfunnet og media signaliserer som den vellykket kroppen. Videre belyser forskningen at det ikke er en sammenheng mellom tidspunktet for puberteten og tilfredshet med egen kropp. Dette var også et interessant funn. Selv om forskere er noe uenige i om virkningen av sen og tidlig utvikling av pubertet, er det en trend som viser at begge alternativene kan ha en viss innvirkning på hvordan ungdommen ser seg selv.

En gutt skriver i spørreundersøkelsen at: *"Jeg tror kroppsbildet til gutter er mye bedre enn det er til jenter, og at det ikke er like stort kroppspress blant gutter"*. Kanskje er det som denne gutten sier, et mer utbredt problem blant jenter. Samtidig kan det være slik at jenter har fått et større fokus i samfunnet, med tanke på denne problematikken. Kulturen for å snakke om tanker og følelser har ikke vært like åpent for gutter som for jenter. Det kan derfor være naturlig å tro at det ikke er like godt belyst hos gutter som hos jenter, og at gutter flest ikke vet hvordan de andre har det siden det ikke er kultur for å snakke om et slikt tema. Kanskje er det like stort kroppsfokus blant guttene, men at det er skjult bak taushet.

Videre skriver en gutt: *"Kroppsbilde er viktig for selvtilliten"*. Denne uttalelsen er meget reflektert og sann. Teori og forskning viser nettopp dette. At kroppsbildet korrelerer høyt med selvoppfatningen. Det er derfor alarmerende at forskning også viser at gutter helt ned i 8-årsalderen påvirkes, og som en følge av det uoppnåelige kroppsidealet, ønsker å endre kroppen sin. Dette er en skremmende og bekymringsverdig utvikling. Resultatene fra vår undersøkelse viser at det kroppsidealet media og samfunnet har skapt er adaptert av guttene også.

Ut i fra den teorien og forskningen vi har lest ser det ut til at forskning og tiltak som omhandler temaet kropp og kroppsfokus hovedsakelig har dreid seg om jentene. Fra et spesialpedagogisk ståsted er det viktig å være bevisst på det kroppsfokuset som er blant gutter, slik at de også kommer i fokus.

Det er i dag lite fokus på psykisk helse i skolen. Noe som er spesielt viktig for ungdommer i pubertetsutviklingen. Av erfaring og ut fra teorien kan det tyde på at det ikke er kultur for å snakke om følelser og ulike problemer forbundet med puberteten og andre områder av livet, blant gutter. Som spesialpedagog bør man rette ulike tiltak også ut mot guttene, hvor en prøver å oppnå en åpenhet i forhold til å snakke om følelser, utfordringer, kropp og kroppsfokus. Samt en bevisstgjøring av hvordan kroppsfokuset kan påvirke den enkelte.

Ifølge Purvis (2002) er det viktig at foreldre, lærere, spesialpedagoger og legestand ikke overser de guttene som har det vanskelig i ungdomstiden. Hvis guttene får mulighet til å sette problemene sine i perspektiv og sette ord på sine følelser vil det for enkelte bli lettere å håndtere. Forhåpentligvis vil de også oppdage at de ikke er alene om å kjenne på slike følelser, og at dette er helt normalt i denne perioden av livet. Med tanke på det spesialpedagogiske arbeidet i skolen vil kunnskap om guttenes utfordringer kunne bidra til lettere å forstå eleven, og dermed kunne tilrettelegge for hver enkelt elev. I tillegg kan spesialpedagogen virke som en veileder for lærerne om dette temaet. Slik kan de hjelpe lærere til å åpne opp for en kultur hvor også gutter kan få rom til å snakke om sine følelser (Purvis 2002).

Tanker videre

I løpet av masterprosessen har det vært mye interessant lesning. Dette har generert nye spørsmål knyttet til dette temaet. Når en tenker i et fremsiktig perspektiv, kommer det fram en problemstilling om hvordan det skal gå med guttene i framtiden. Vi ser for oss en videre forskning som i hovedsak fokuserer på følgene av kropps fokuset vi har sett i forbindelse med denne oppgaven.

Blant annet hadde det vært interessant å få bredere kunnskap om hvordan det sterke fokuset på kropp og forming av kropp kan føre til helseproblemer som spiseforstyrrelser i form av ortoreksi. Det hadde også vært av interesse å finne ut om det er en klar tendens til hvem som begynner med anabole steroider, og hva som er motivasjonen bak dette valget, og hvilke konsekvenser dette kan ha.

Vår oppgave belyser et tema vi mener er høyst dagsaktuelt. Vi anser det som viktig at det blir satt et større fokus på hvordan det økte kropps fokuset kan påvirke guttene, og at guttene generelt får en større plass med tanke på dette temaet.

Det kan se ut til at tiltak og handling blir unngått på grunn av det individualistiske synet. Sammen har vi et ansvar, så hvem og hvordan skal vi angripe dette?

Referanser

- Abrahams, G. Ph.D. og S., Ahlbrand (2002). *Boy v. Girl?: how gender shapes who we are, what we want, and how we get along*. USA/Minneapolis: Free Spirit Publishing Inc.
- Berg, N. B.J. (2005). *Elev og menneske, Psykisk helse i skolen*. Gyldendal Norske Forlag AS. Oslo
- Borchgrevink, P.S, (2013a). Hentet den 10.mai fra:
<http://www.budstikka.no/nyheter/okt-kroppsfokus-blant-unge-menn-1.7984573>
- Borchgrevink, P.S, (2013b). Hentet den 10.mai fra:
<http://www.budstikka.no/nyheter/statsrad-bekymret-over-guttenes-kroppsfokusering-1.7984769>
- Breidablik, H. J. (2011). *Selvopplevd helse hos barn og unge*. Hentet den 10.mai 2014 fra:
https://bora.uib.no/bitstream/handle/1956/5714/42945%20Breidablik%20main_thesis.pdf?sequence=1
- Connell, R. W. (1996). *Maskuliniteter*. Göteborg: Daidalos.
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvpoppfatning*. Oslo: Universitetsforlaget
- Dworkin, S. L. & F. L. Wachs (2009). *Body Panic Gender, Health, and the Selling of Fitness*. New York and London: New York University Press.
- Engelsrud, G (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget
- Festinger, L. (1954). *A Theory of Social Comparison Processes*. Human Relations, 7, (s.17-148)
- Frederick, D.A., Fessel, D.M.T. and Haselton, M.G. (2005). *Do representation of male muscularity differ in men's and woman's magazines?* Body Image: An international Journal og Reasearch, 2: (s.81-86)
- Georg, D. & Mallore, P. (2001). *SPSS for windows. Step by step. A simple guide and reference. 10.0 update*. Boston: Pearson Allyn and Bacon
- Grogan, S.(2008). *Body Image, Understanding Body Dissatisfaction in Men, Woman, and Children. Second Edition*. Routledge, Taylor & Francis Group, East Sussex: Psychology press
- Harter, S (1999). *The construction of the self*. New York: The Guilford Press

- Hayward, C. (2003). *Gender Differences at Puberty*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Håland, W. (1983). *De vanskelige tenårene*. Bergen/Oslo: Universitetsforlaget
- Kleven, A.K., Hjordemaal, F. & K. Tveit (2011). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode, en hjelp til kritisk tolkning og vurdering, 2.utgave*. Oslo: Unipub
- Klomsten, A.T. (2006). *A study of multidimensional physical self-concept and values among adolescent boys and girls*. Trondheim: NTNU-trykk
- Kränge, O. og T., Øia (2005). *Den nye modernitet, ungdom, individualisering, identitet og mening*. Oslo: Cappelen Akademiske forlag
- Kristiansen S.H., og L.K., Ødegaards (2013). *Kroppslig selvbilde blant barn og ungdom*. Hentet den 21.januar 2014 fra: <https://teora.hit.no/handle/2282/1440>
- Kvalem, I. Lundin og L. Wichstrøm (red.) (2007). *Ung i Norge, Psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelen, Akademiske forlag
- Leit, R.A., Gray, J.J. and Pope, H.G.J. (2002). *The media's representation of the ideal male body: A cause for muscle dysmorphia?* USA. International Journal of Eating Disorders
- Loland, S. (2003). *Kroppssyn, idrett og mosjon*. Hentet den 20. februar 2014 fra: http://idrottsforum.org/articles/loland/loland031009_1.pdf
- Lund, T., og R., Haugen (2006). *Forskningsprosessen*. Oslo: Unipub
- Markus, H. (1977). *Self-Schemata and Processing Information About the Self*. Journal of Personality and Social Psychology, nr.2. American Psychological Association, Inc
- Mathiesen, S. K., A., Kjeldsen, A., Skipstein, E., Karevold, L., Torgersen og H., Helgeland (2007). *Trivsel og oppvekst – barndom og ungdomstid*. Rapport 2007:5. Nydalen: Nordberg Trykk AS.
- Moser, T. (2006). *Hva kan idretten lære meg om meg selv? –Om forholdet mellom selvbilde og deltakelse i idrett/fysisk aktivitet*. Hentet den 10.mai fra: <http://idrottsforum.org/articles/moser/moser060927.html>
- O'Dea, Dr.J., (2007). *Everybody's different. A positive approach to teaching about health, puberty, body image, nutrition, self – esteem and obesity prevention*. Victoria: Acer Press.
- Ogden, J. (1992). *Fat Chance! The Myth of Dieting Explained*. London Routledge

- Pallant, J. (2013). *SPSS, Survival Manual 5th edition*. New York: Open University Press.
- Pope, H., Phillips, K.A. and Oliviarida, R. (2001). *The Adonis Complex: The secret of male obsession*. New York: Free Press
- Postholm, Munthe, Haug og Krumsvik (red.) (2011). *Elevmangfold i skolen 5-10*. Høyskoleforlaget. Oslo
- Purvis, K. (2002). *Fra boyz til menn*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Reitan, E. (2013). *Økende kroppsfokus blant unge menn*. Hentet den 21. februar 2014 fra: <http://www.side2.no/3645405.html>
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold, samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode, 3. utgave*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Rosenberg, M. (1968). «Psychological selectivity in self-esteem formation», i C. Gordon og K.J. Gergen (red.): *The Self in Social Interaction*. New York: Wiley
- Rosenberg, M. og Pearlin, L. (1978). «Social class and self-esteem among children and adults.» *The American Journal of Sociology* :84 (s.53-77)
- Shavelson, R.J., Hubner, J.J. and Stanton, G.C. (1976). *Validation of Construct Interpretations*. *Review of Educational Research*, 46, (s.407-441)
- Shilling, C. (2012). *The Body & Social Theory. Third Edition*. London Sage Publications.
- Skaalvik E.M. (2006). *Selvoppfatning og idrett*. Ingebrigtsen, J.E., og H., Sigmundsson (red.) *Idrettspedagogikk*. Oslo: Universitetsforlaget
- Skaalvik, E.M., og Bong, M. (2003). «Self-concept and self-efficacy revisited. A few notable differences and important similarities», i H.W. Marsh, R. Craven og D.M. McI-nerney (red.), *International Advances in Self Research* (s.67-90). Greenwich, CT:-Information Age Publishing
- Skaalvik, E.M. og S. Skaalvik (2011). *Skolen som læringsarena, selvoppfatning, motivasjon og læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skårderud, F. og P.J., Isdal (red.) (1998). *Kroppstanker, kropp – kjønn -idehistorie*. Universitetsforlaget, Oslo.
- Stag C. (2006). *Jeg tenker ikke noe spesielt om kroppen min egentlig, en studie av selvbilde og kropp hos ungdom*. Hentet den 3.januar 2014 fra: <https://www.duo.uio.no/handle/10852/15605>

- Store Norske Leksikon (2012). Hentet den 10. mai 2014, fra:
<http://snl.no/internalisering>.
- Store Norske Leksikon (2009). Hentet den 24. april 2014 fra
<http://snl.no/stereotypi>
- Sundberg, S. (2007). *Kroppen som prosjekt, mannskroppen innen en norsk keep-fit kultur*. Hentet den 7.januar 2014 fra:
<https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/16607/Hovedoppgavex18.feb.pdf?sequence=1>
- Tabachnick, B. G. og L. S. Fidell (2007). *Using multivariate statistics 5th edition*. Boston: Pearson Education.
- Thompson, J. K., og G. Cafri (2007). *The Muscular Ideal. Psychological, Social and Medical Perspectives*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tucker, L. A (1987). *Mental health and physical fitness*. Journal of Human Movement Studies 13: (s.267-273)
- Valås H. (2007). *Elementær statistikk*. Trondheim: Tapir akademisk forlag, kompendieforlaget.
- Vandenbosch, L., and S. Eggermont (2013). *Men and Masculinities*. Hentet den 21. januar 2014 fra:
<http://jmm.sagepub.com/content/early/2013/03/14/1097184X13477866>
- Vedvik, S. (2012). *Kroppsbilde hos ungdom. En longitudinell studie av kulturelle, sosiale og individuelle faktorerers betydning*. Hentet den 13.september 2013 fra:
<https://www.duo.uio.no/handle/10852/18204>
- Wykes, M., & B. Gunter (2005). *The Media & Body Image*. Oslo: JW. Cappelens Forlag AS.
- Øiestad, G. (2011). *Selvfølelsen hos barn og unge*. Oslo: Gyldendal Norske Forlag AS.

GUTTERS KROPPSBILDE I TENÅRENE

Formålet med denne spørreundersøkelsen er å studere tenåringsgutters oppfatning av egen kropp (kroppsbilde), og hvordan de påvirkes av massemedia, trening og venner. Data fra undersøkelsen vil bli brukt i vår mastergradsoppgave ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU).

Det er frivillig å delta i undersøkelsen, og alle som deltar er anonyme. Du samtykker i å delta ved å levere inn spørreskjemaet i utfylt stand. Når spørreskjemaet er innlevert, vil det ikke være mulig å trekke seg fra undersøkelsen.

Takk for at du er villig til å delta!

Siri Hamnes og Tone Eirin Soligard
mastergradsstudenter

Anne Torhild Klomsten
førsteamanuensis, veileder



**LES
DETTE
FØR DU
STARTER!**

Skjemaet skal leses maskinelt. Vennligst følg disse reglene:

- *Bruk svart/blå kulepenn. Skriv tydelig, og ikke utenfor feltene. Kryss av slik:*
- *Feilkryssinger kan annulleres ved å fylle hele feltet med farge. Kryss så i rett felt.*
- *Sett bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.*

Husk: Bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.

1. Alder (år): 2. Høyde (cm): 3. Vekt (kg):

4. I hvilken måned er du født? ⇨

Januar.....	<input type="checkbox"/>	1	April.....	<input type="checkbox"/>	4	Juli.....	<input type="checkbox"/>	7	Oktober.....	<input type="checkbox"/>	10
Februar.....	<input type="checkbox"/>	2	Mai.....	<input type="checkbox"/>	5	August.....	<input type="checkbox"/>	8	November.....	<input type="checkbox"/>	11
Mars.....	<input type="checkbox"/>	3	Juni.....	<input type="checkbox"/>	6	September.....	<input type="checkbox"/>	9	Desember.....	<input type="checkbox"/>	12

5. Hva trener du / hvilke(n) idrett(er) driver du med? NB: Sett ett eller flere kryss!

1. Jeg trener ikke....	<input type="checkbox"/>	4. Kampsport.....	<input type="checkbox"/>	8. Innebandy.....	<input type="checkbox"/>
2. Fotball.....	<input type="checkbox"/>	5. Sykling.....	<input type="checkbox"/>	9. Treningsstudio (egentrening/vektløfting).....	<input type="checkbox"/>
3. Håndball.....	<input type="checkbox"/>	6. Friidrett.....	<input type="checkbox"/>	10. Treningsstudio (gruppetimer).....	<input type="checkbox"/>
		7. Turn.....	<input type="checkbox"/>	11. Annet (hva?⇩).....	<input type="checkbox"/>

Annet: ⇩ STORE BOKSTAVER, ett tegn pr. felt.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

6. Hvor mange ganger trener du i snitt i løpet av en vanlig uke? ⇨

	<i>Under én gang i uka</i> 1	<i>1-2 ganger i uka</i> 2	<i>3-4 ganger i uka</i> 3	<i>5-6 ganger i uka</i> 4	<i>Over 6 ganger i uka</i> 5
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Hvor mange timer trener du i snitt i løpet av en vanlig uke? ⇨

	<i>Under én time i uka</i> 1	<i>1-2 timer i uka</i> 2	<i>3-4 timer i uka</i> 3	<i>5-6 timer i uka</i> 4	<i>7-8 timer i uka</i> 5	<i>Over 8 timer i uka</i> 6
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Hvis du driver med fysisk aktivitet, hvor viktige er disse årsakene for deg? NB: Hopp over dette og gå direkte til spørsmål 9 hvis du ikke driver med fysisk aktivitet!

	<i>Ikke viktig</i> 1	<i>Litt viktig</i> 2	<i>Middels viktig</i> 3	<i>Viktig</i> 4	<i>Svært viktig</i> 5
1. Komme i form.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Få en kropp som trekker damer.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Få god helse.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Få en sexy kropp.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Holde kroppen i form.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Få en deilig kropp.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Bodybuilding.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Forhindre skade.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Få en modellkropp.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Leve mest mulig sunt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Få en kropp som ligner en bestemt kjendis.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. For å holde meg frisk.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Husk: Bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.

9. Mener du at du har kommet i puberteten før eller senere enn andre på din alder? ⇨

Mye før 1	Noe før 2	Litt før 3	Gjennomsnittlig 4	Litt senere 5	Noe senere 6	Mye senere 7
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Hvor enig eller uenig er du i hver av disse påstandene? ⇨

	Svært uenig 1	Uenig 2	Verken /eller 3	Enig 4	Svært enig 5
1. Jeg er for tynn.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jeg er fornøyd med kroppen min	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Jeg er for tykk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jeg er for høy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jeg liker kroppen min slik den er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jeg er tilfreds med kroppen min	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Jeg har for lite muskler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Kroppen min er tiltrekkende.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Kroppen min er akkurat passe.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Jeg er for lav.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Hvor ofte stemmer følgende for deg?

	Aldri 1	Sjelden 2	Av og til 3	Ofte 4	Vanligvis 5	Alltid 6
1. Jeg unngår å dusje i fellesdusj etter gym/trening.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jeg dusjer med klær på i fellesdusj etter gym/trening.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Jeg unngår steder hvor kroppen min vises frem.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jeg står foran speilet og strammer musklene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jeg bruker mye tid på å tenke på kroppen min.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jeg sammenligner kroppen min med kroppen til modeller eller kjendiser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Det er viktig for meg å alltid se bra ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Det er viktig for meg å se sexy ut når jeg går ut blant folk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Jeg poster bilder av meg selv i bar overkropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Jeg poster bilder av meg selv for at andre skal se kroppen min	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Jeg sammenligner min egen penis med andres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Jeg sammenligner min egen penis med de jeg ser på film/bilder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Jeg er fornøyd med min egen penis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Husk: Bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.

12. Hvor ofte poster du bilder/filmklipp av deg selv

	Aldri 1	Under én gang i uka 2	1-2 ganger i uka 3	3-4 ganger i uka 4	5-6 ganger i uka 5	Over 6 ganger i uka 6
1. ... i bar overkropp?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... der du strammer/viser muskler?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

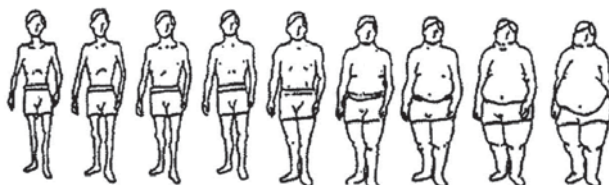
13. I hvilken grad opplever du krav / forventninger om å ha en idealkropp fra følgende, og i hvilken grad mener du at det fokuseres for mye på kroppen? NB: Hvis du f.eks. ikke har trener/leder, kjæreste etc., krysser du av for «Ikke aktuelt».

Her setter du to kryss på hver linje (bare ett hvis ikke aktuelt).	I hvilken grad opplever du krav / forventning om å ha idealkropp?					I hvilken grad synes du det fokuseres for mye på kroppen?				
	Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	En del 3	Mye 4	Svært mye 5	Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	En del 3	Mye 4	Svært mye 5
	1. Fra deg selv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Fra massemedia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Fra andre ungdommer <i>Ikke aktuelt</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Fra trener/leder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Fra kjæreste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Fra venner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Fra mor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Fra far	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. I hvor stor grad

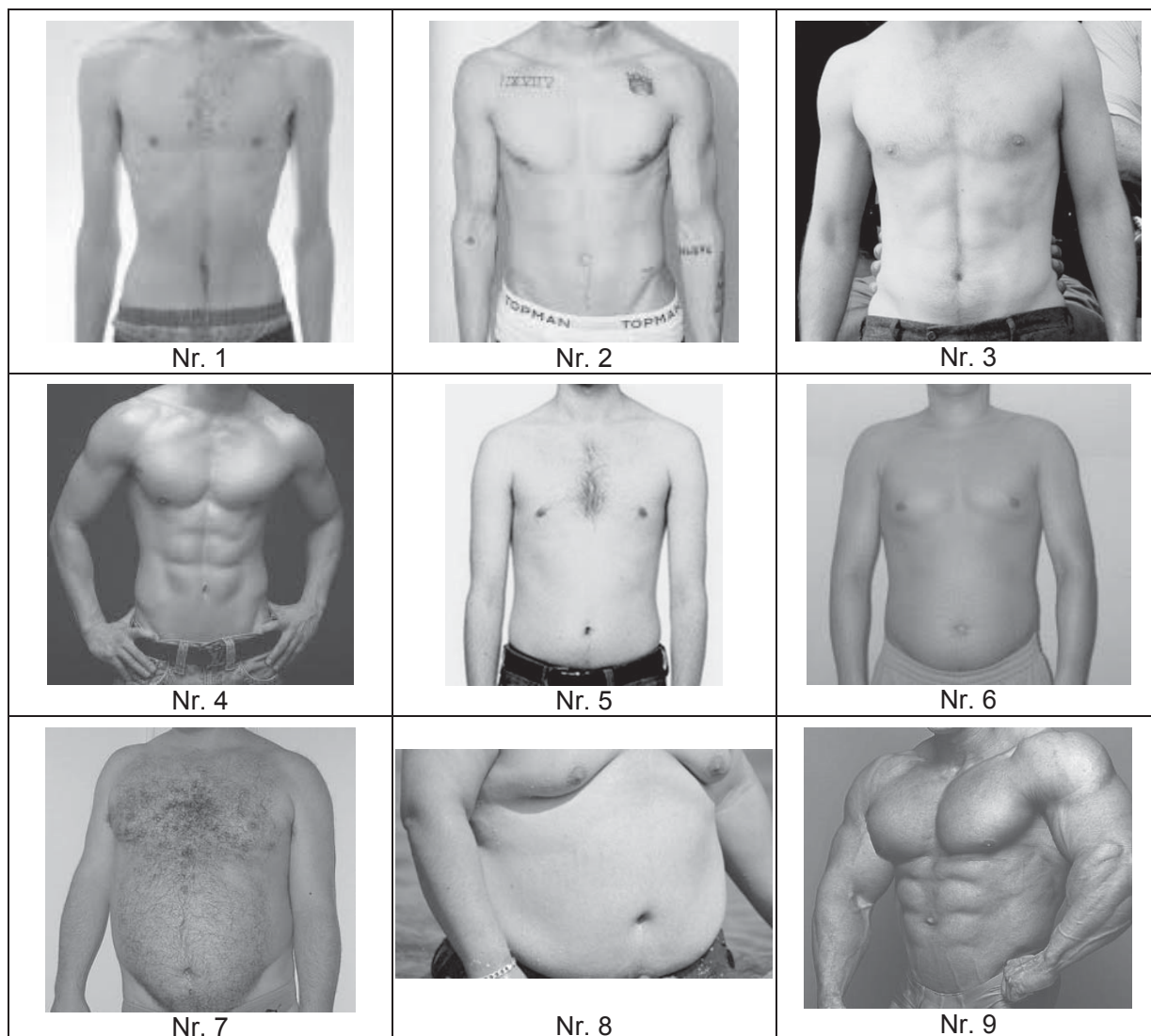
	Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	En del 3	Mye 4	Svært mye 5
1. ... ønsker du at kroppen din skal se ut som noen av de personene du ser på TV? ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... ønsker du å se ut som noen av de personene du ser i musikkvideoer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... sammenligner du kroppen din med kjendiser eller filmstjerner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... ønsker du å se ut som noen av pornostjernene du ser i pornoblader eller pornofilmer? (Velg «Ikke aktuelt» hvis du aldri ser på porno).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Se på figurene til høyre, og sett bare ett kryss for hvert spørsmål.



1. Hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan din kropp ser ut?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan du ønsker å se ut?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Husk: Bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.



16. Se på disse ni bildene av forskjellige mannskropper, og svar på følgende spørsmål ved å sette bare ett kryss på hver linje.

- | | Nr. 1
↓ | Nr. 2
↓ | Nr. 3
↓ | Nr. 4
↓ | Nr. 5
↓ | Nr. 6
↓ | Nr. 7
↓ | Nr. 8
↓ | Nr. 9
↓ |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Hvem av disse tror du <i>jentene</i> ser på som den ideelle mannskroppen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Hvem av disse mener <i>du</i> har den ideelle mannskroppen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Hvem av disse tror du <i>jentene</i> synes har finest kropp? .. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Hvem av disse synes <i>du</i> har finest kropp? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Hvem av disse er mest sexy? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Hvem av disse tror du <i>jentene</i> synes er mest sexy? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Hvem av disse vil du helst se ut som? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Hvem av disse tror du er mest fornøyd med kroppen sin? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Husk: Bare ett kryss på hvert spørsmål
om ikke annet er oppgitt.

Hvis du har en kommentar når det gjelder gutters kroppsbilde i tenårene, kan du skrive her.
NB: Ikke skriv noe som kan identifisere enkeltpersoner, verken deg selv eller andre!



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

Anne Torhild Klomsten
Pedagogisk institutt NTNU

7491 TRONDHEIM

Vår dato: 27.01.2014

Vår ref: 37087 / 2 / HIT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 15.01.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>37087</i>	<i>En undersøkelse av tenåringsgutter</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>NTNU, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Anne Torhild Klomsten</i>
<i>Student</i>	<i>Tone Eirin Soligard</i>

Etter gjennomgang av opplysninger gitt i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon, finner vi at prosjektet ikke medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt etter personopplysningslovens §§ 31 og 33.

Dersom prosjektopplegget endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for vår vurdering, skal prosjektet meldes på nytt. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>.

Vedlagt følger vår begrunnelse for hvorfor prosjektet ikke er meldepliktig.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Hildur Thorarensen

Kontaktperson: Hildur Thorarensen tlf: 55 58 26 54

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Tone Eirin Soligard tonesoligard@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. kyrre.svarva@svt.ntnu.no

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



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 37087

Prosjektet gjennomføres av to studenter, Siri Hamnes og Tone Eirin Soligard.

Personvernombudet kan ikke se at det i prosjektet behandles personopplysninger med elektroniske hjelpemidler, eller at det opprettes manuelt personregister som inneholder sensitive personopplysninger. Prosjektet vil dermed ikke omfattes av meldeplikten etter personopplysningsloven.

Personvernombudet legger til grunn at man ved transkripsjon av intervjuer eller annen overføring av data til en datamaskin, ikke registrerer opplysninger som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner, verken direkte eller indirekte. Alle opplysninger som behandles elektronisk i forbindelse med prosjektet må være anonyme. Med anonyme opplysninger forstås opplysninger som ikke på noe vis kan identifisere enkeltpersoner i et datamateriale, verken direkte gjennom navn eller personnummer, indirekte gjennom bakgrunnsvariabler eller gjennom navneliste/koblingsnøkkel eller krypteringsformel og kode.

**Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet:
Gutters kroppsbilde i tenårene**

Vi er to mastergradsstudenter ved pedagogisk institutt, NTNU, som skal studere gutters oppfatning av egen og andres kropp (eget kroppsbilde). Vi inviterer deres skole til å delta i vår studie.

For å belyse vårt tema ønsker vi å invitere gutter på 9. og 10.trinn til å besvare et spørreskjema i papirformat om kroppsbilde, venner og trening.

Kropp er dagsaktuelt, og ungdom i dag utsettes for press og påvirkning fra flere hold, og vi anser derfor temaet som spesielt aktuelt både i et samfunnsperspektiv og for det pedagogiske- og psykologiske fagområdet. Massemedia, venner og omgangskretser er med på å påvirke dagens kroppsideal og forventninger til utseendet. Vi ønsker derfor å undersøke dette nærmere for å kunne få en bedre innsikt.

Gjennomføring av spørreundersøkelsen vil ta ca. en skoletime. Skoletimen skal brukes til å informere elevene om hva undersøkelsen går ut på, forklare hvordan den skal gjennomføres, samt selve gjennomførelsen. Vi vil kopiere opp spørreskjemaene og selv gjennomføre undersøkelsen. Å delta i undersøkelsen vil dermed ikke medføre ekstra arbeid for skolen.

Spørreskjemaet inneholder ikke personidentifiserende spørsmål, og det vil derfor ikke kunne spores tilbake til informanten. All informasjon vil bli behandlet konfidensielt og alle spørreskjema vil bli makulert ved forskningsperiodens slutt. Forskningsperioden skal etter planen avsluttes medio 2014.

Foresatte vil motta informasjon om studien i form av et informasjonsskriv. Her vil også foresatte få mulighet til å reservere seg fra at deres gutt skal delta gjennom at de returnerer en svarslipp med underskrift.

Deltagelsen i studiet er frivillig, og elevene kan når som helst trekke seg underveis.

Dersom deres skole finner dette interessant, setter vi stor pris på om elever hos dere kan delta i studien. Dersom dere finner det interessant vil dere få tilgang til å lese oppgaven når den er ferdig.

Vi setter stor pris på deres deltakelse.

Ta gjerne kontakt dersom du/dere ønsker ytterligere informasjon om prosjektet:
tonesoligard@gmail.com

Vår veileder er: Anne Torhild Klomsten ved Pedagogisk institutt, NTNU. E-post:
annetk@svt.ntnu.no

Med vennlig hilsen
Siri Hammes og Tone Eirin Soligard

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet: Gutters kroppsbilde i tenårene

Til foresatte.

Vi er to mastergradsstudenter ved pedagogisk institutt, NTNU, som ønsker å invitere alle guttene på X skole, til å delta i et forskningsprosjekt om tenåringsgutters oppfatning av egen og andres kropp (kroppsbilde), og hvordan de påvirkes av massemedia, trening og venner.

Temaet kropp er dagsaktuelt, og ungdom i dag utsettes for press og påvirkning fra flere hold. Dette gjelder i stadig større grad også gutter, vi ønsker derfor å belyse hvordan massemedia, venner og omgangskretser er med på å påvirke gutters kroppsideal og forventninger til eget utseende.

Deltagelsen i studiet innebære å besvare et anonymisert spørreskjema i papirformat. Spørreskjema inneholder ikke personidentifiserende spørsmål og vil ikke kunne spores tilbake til informanten. Vi beregner cirka en skoletime for informasjon om prosjektet og utfylling av skjema. All informasjon vil bli behandlet konfidensielt og alle spørreskjema vil bli makulert ved forskningsperiodens slutt. Forskningsperioden skal, etter planen avsluttes cirka medio 2014.

Vi vil sette stor pris på deres deltagelse. Deltagelsen i studiet er frivillig, og eleven kan når som helst trekke seg underveis i datainnsamling.

Dersom du, på vegne av eleven, ønsker å reservere han fra undersøkelsen, ber vi om at du skriver under på svarslippen nederst på dette brevet og returnerer dette til skolen innen **fredag 21.mars 2014**.

Ønsker du ytterligere informasjon, ta gjerne kontakt med undertegnede på:
tonsesoligard@gmail.com

Vår veileder er: Anne Torhild Klomsten. Førsteamanuensis ved Pedagogisk institutt
Epost: annetk@svt.ntnu.no Tlf.73591962

Med vennlig hilsen

Siri Hammes og Tone Eirin Soligard

Reservasjon fra deltakelse i studien: *Gutters kroppsbilde i tenårene*

Jeg har mottatt informasjon om studien, og ønsker IKKE at vår sønn skal delta i studien

(Signert av foreldre/foresatte, dato)

Faktoranalyse på spørsmål 10

Pattern Matrix^a

	Factor		
	1	2	3
Jeg er for tynn	1.024		
Jeg er for lav			
Jeg er for høy		1.016	
Jeg er fornøyd med kroppen min			.909
Jeg liker kroppen min slik den er			.856
Jeg er tilfreds med kroppen min			.816
Kroppen min er akkurat passe			.604
Kroppen min er tiltrekkende			.553
Jeg er for tykk			.431
Jeg har for lite muskler			.391

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Rotation Method: Oblimin with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 10 iterations.

T-test

Uavhengig T-test for spørsmål 5.9 og de to sammensatte målene som er basert på spørsmål 8; *trening for å forme kroppen og trening av helsemessig årsak.*

Group Statistics

	Treningsstudio (egentrening/vektløf- ting)	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Trening av helsemessig årsak	0	87	3.9950	.84089	.09015
	1	43	4.2721	.70328	.10725
Trening for å forme kroppen	0	88	2.4040	.93065	.09921
	1	43	3.2457	.98845	.15074

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differenc e	Std. Error Differ ence	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Trening av helsemess ig årsak	Equal variances assumed	.766	.383	-1.862	128	.065	-.27707	.1488 2	-.57155	.01740
	Equal variances not assumed			-1.978	98.344	.051	-.27707	.1401 1	-.55510	.00095
Trening for å forme kroppen	Equal variances assumed	1.090	.298	-4.763	129	.000	-.84176	.1767 3	-	-.49209
	Equal variances not assumed			-4.665	79.101	.000	-.84176	.1804 5	1.20094	-.48258

ANOVA

ANOVA for spørsmål 9 (tidspunkt for pubertet, delt inn i grupper) og det sammensatte målet basert på spørsmål 10; *tilfredshet med egen kropp*

Test of Homogeneity of Variances

tilfredshet med egen kropp

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.507	2	131	.603

ANOVA

tilfredshet med egen kropp

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	36.394	2	18.197	1.195	.306
Within Groups	1994.031	131	15.222		
Total	2030.425	133			

Cronbach's Alpha for spørsmål 8Scale: *Trening av helsemessige årsaker***Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.889	.896	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Komme i form	20.45	17.423	.705	.519	.870
Få god helse	20.37	17.607	.769	.652	.862
Holde kroppen i form	20.29	18.157	.729	.573	.869
Forhindre skade	20.80	15.553	.722	.563	.869
Leve mest mulig sunt	20.97	17.040	.608	.375	.887
For å holde meg frisk	20.49	16.054	.769	.619	.859

Cronbach's Alpha for spørsmål 8Scale: *Trening for å forme kroppen***Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.895	.893	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Få en kropp som trekker damer	12.70	27.138	.753	.749	.871
Få en sexy kropp	12.87	25.837	.814	.789	.861
Få en deilig kropp	12.87	25.886	.800	.754	.863
Bodybuilding	13.89	27.646	.663	.519	.885
Få en modellkropp	14.20	27.252	.733	.578	.874
Få en kropp som ligner en bestemt kjendis	14.68	30.692	.545	.390	.900

Cronbach's Alpha for spørsmål 10Scale: *Tilfredshet med egen kropp***Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.863	.862	5

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Jeg er fornøyd med kroppen min	13.11	9.251	.826	.699	.798
Jeg liker kroppen min slik den er	13.08	9.242	.785	.681	.808
Jeg er tilfreds med kroppen min	13.18	9.419	.776	.632	.811
Kroppen min er tiltrekkende	13.71	11.331	.471	.268	.883
Kroppen min er akkurat passe	13.33	10.397	.577	.379	.862

Skjevhet og kurtosis*Vedlegg 11*

Dimensjon/variabler	N	Skjevhet	Kurtosis
Tilfredshet med egen kropp	138	-,395	-,043
Pubertetsgrupper	140	-,038	-1,396
Treningsstudio m/egentrening (vekter)	146	,839	-1,314
Trening av helsemessige årsaker	130	-,944	,996
Trening for å forme kroppen	131	,447	-,468
Figuren som stemmer best med hvordan din kropp ser ut	144	,168	-,209
Figuren som stemmer best med hvordan du ønsker å se ut	143	1,837	8,940
Ønske om å se ut som personer på TV	143	1,124	,719
Ønske om å se ut som personer i musikkvideo	143	1,785	3,347
Sammenligning av kroppen med kjendiser/filmstjerner	143	2,888	10,830
Den ideelle mannskroppen	142	1,672	4,647
Den fineste kroppen	129	2,330	7,275
Den du helst vil se ut som	137	2,515	9,639

