

Stine Raad

## Kroppsideal og kroppspress

- betydninga for trivsel og deltaking i  
kroppspøvingfaget

Masteroppgåve i Idrettsvitenskap

Rettleiar: Nils Petter Aspvik

Juni 2023



Stine Raad

## **Kroppsideal og kroppspress**

- betydninga for trivsel og deltaking i  
kroppsøvningsfaget

Masteroppgåve i Idrettsvitenskap  
Rettleiar: Nils Petter Aspvik  
Juni 2023

Noregs teknisk-naturvitskaplege universitet  
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap  
Institutt for sosiologi og statsvitenskap



**NTNU**

Kunnskap for ei betre verd



## Forord

Gjennom mine fem år på lektorutdanninga i kroppsøving og idrettsfag har eg møtt mange menneskjer i forbindelse med praksis og jobb. Eg har sett betydninga av arbeid med born og unge, og stikkord som inkludering og trivsel har stått meg nært. Dette var også motivasjonen bak dette forskingsprosjektet. Prosessen med å skrive masteroppgåve har vore lærerik og spennande, men også til tider svært frustrerande. Difor er det med stoltheit, glede og takknemlegheit, at eg no kan presentere ei ferdigstilt masteroppgåve.

I den forbindelse er det også mange som fortentar ein stor takk. Først og fremst vil eg takke min rettleiar, Nils Petter Aspvik, som har utfordra meg med kritiske spørsmål, men samstundes heia meg fram med oppmuntrande ord. Eg vil takke Marita som har vore min fantastiske kompanjong gjennom datainnsamlinga, men også gjennom studietida generelt. Vidare vil eg rette ein takk til alle skular og elevar som har sagt seg villig til å delta i undersøkinga.

Mine gode venar Thomas, Anders og Johanne, har hjelpt til med fagleg innsikt og korrekturlesing, noko eg er veldig takknemleg for. Sist, men kanskje viktigast er mor, far og min kjære sambuar Sebastian. Dykk har gitt meg plass til å vere frustrert og lei, samt oppmuntra og støtta meg gjennom heile prosessen. Takk for tolmodigheit og støtte.

Samtidig som det er ein lettelse å endeleg vere ferdig, er det også vemodig då dette symboliserer avsluttinga på mi studenttid i Trondheim. Avslutningsvis vil eg difor takke alle medstudentar og gode venar, for ei fantastisk studietid.

*Stine Raad*

Trondheim, 05. juni 2023

## Samandrag

**Bakgrunn:** Kroppsøvingfaget er ein betydingsfull arena som skal førebyggjande mot negative kroppsbilete og fremje sunne verdiar innan kropp og helse. For å oppnå fagets formål er det avgjerande at elevane trivast og deltek aktivt i undervisinga. Imidlertid er det eit paradoks at enkelte elevar mistrivast og unngår deltaking på bakgrunn av nettopp kroppsspesifikke forhold. Studiens hensikt var å undersøkje i kva grad vidaregåande elevar opplev kroppspress og internaliserte kroppsideal. Vidare vart det undersøkt om kroppsspesifikke forhold hadde betydning for elevar trivsel og deltaking i kroppsøvingfaget.

**Utval og metode:** Utvalet bestod av 244 vidaregåandeelevar, der gutane utgjer 56.6% av respondentane. Studien baserer seg på ein tverrsnittsundersøking, der kvantitative data blei samla inn ved hjelp av eit elektronisk spørjeskjema. Innsamla data vart analysert ved deskriptiv statistikk og variansanalyse, korrelasjonsanalyse, og sti-analyse (SEM).

**Hovudfunn:** Resultata viste at elevane i relativt liten grad opplevde kroppspress og internaliserte utsjånadsideal. Likevel var press frå media og eit attraktivt ideal dei mest betydingsfulle faktorane. Trivsel og sosial samanlikning hadde direkte positiv effektar på deltaking i kroppsøvingfaget. Eit muskuløst ideal og tryggleik til klassen hadde både direkte og indirekte positive effektar til deltaking, mediert av trivsel. Å vere usikker på kroppen gav indirekte og direkte negative effektar. Press frå jamaldrande hadde ein indirekte positiv effekt, medan press frå media hadde ein negativ indirekte effekt.

**Konklusjon:** Resultata viser at kroppsspesifikke forhold har betydning for elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvingfaget, men at desse forholda også er svært komplekse og kan variere på bakgrunn av ulike faktorar. Dette understrekar difor viktigheita av å utvikle meir kunnskap og forståing, kanskje spesielt for lærarar som er ein sentral aktør i skulen.

## Abstract

**Background:** The subject of Physical Education (PE) is a significant domain, aimed at preventing negative body images and promoting healthy values related to body and health. Furthermore, students' well-being and active participation are decisive for the purpose of PE to be achieved. However, there exists a paradox wherein certain students experience dissatisfaction and avoid participation precisely due to specific body-related factors. The purpose of this study was to examine the extent to which high school students experience body pressure and internalized body ideals. Additionally, the study explored whether body-related factors influenced students' well-being and participation in PE.

**Sample and methods:** The sample consisted of 244 high school students, with males accounting for 56.6% of the respondents. The study utilized a cross-sectional design, with quantitative data collected through an electronic questionnaire. The collected data were analyzed using descriptive statistics, analysis of variance, correlation analysis, and structural equation modeling (SEM).

**Results:** The results indicated that students experienced relatively low levels of body pressure and internalized appearance ideals. However, media pressure and internalization of an attractive ideal were found to be the most prominent factors. Well-being and social comparison had direct positive effects on participation in PE. A muscular ideal and class camaraderie exhibited both direct and indirect positive effects on participation, mediated by well-being. Body insecurity had both direct and indirect negative effects. Peer pressure had an indirect positive effect, while media pressure had a negative indirect effect.

**Conclusion:** The findings indicate that body-related factors influence students' well-being and participation in physical education. However, these factors are highly complex and can vary based on numerous factors. Therefore, it emphasizes the importance of developing further knowledge and understanding, particularly for teachers who play a central role in the school setting.

# Akronym

Akronym som er anvendt i oppgåva.

|                 |  |
|-----------------|--|
| <b>KÅM</b>      | Kognitiv åtferdsmodell   |
| <b>TIM</b>      | Tripartite Influence Model   |
| <b>NSD</b>      | Norsk senter for forskningsdata AS                                 |
| <b>PCF</b>      | Principle Component Factoring                                      |
| <b>KMO</b>      | Kaiser-Meyer-Olkin   |
| <b>SATAQ-4R</b> | Sociocultural Attitudes Towards Appearance-Questionnaire-4-Revised |
| <b>SEM</b>      | Structural Equation Modeling                                       |
| <b>GOF</b>      | Overall Goodness of Fit  |
| <b>ML</b>       | Maximum Likelihood   |
| <b>DF</b>       | Friheitsgrader   |
| <b>SM</b>       | Saturated Model  |
| <b>SRMR</b>     | Standardized root mean square residual                             |
| <b>RMSEA</b>    | Root Mean Square error of Aproximation                             |
| <b>CFI</b>      | Comparative fit index  |
| <b>TLI</b>      | Tucker-Lewis index   |
| <b>CD</b>       | Coefficient of determination                                       |



## Oversikt over figurar og tabellar

|  |       |
|--|-------|
| Figur 1: Kroppsbilete: dimensjonar, determinantar og prosessar                 | s. 9  |
| Figur 2: Ein skjematisk representasjon av den sosiokulturelle modellen         | s. 11 |
| Figur 3: Studiens hypotesemodell   | s. 23 |
| Figur 4: Studiens analysemodell med standardiserte betakoeffisientar           | s. 45 |
| Tabell 1: Hypotesar tilhøyrande forskingsspørsmål Q2                           | s. 25 |
| Tabell 2: Deskriptiv statistikk for studiens variablar                         | s. 41 |
| Tabell 3: Parvis korrelasjonsmatrise (Pearsons $r$ )                           | s. 43 |
| Tabell 4: Oversikt over signifikante indirekte samanhengar, mediert av trivsel | s. 46 |

# Innhald

|  |           |
|--|-----------|
| Forord .....   | I         |
| Samandrag.....   | II        |
| Abstract .....   | III       |
| Akronym .....  | IV        |
| Oversikt over figurar og tabellar.....   | V         |
| <b>1 Introduksjon .....</b>  | <b>1</b>  |
| 1.1 Formål og problemstilling.....   | 2         |
| <b>2 Ungdomsfasen .....</b>  | <b>4</b>  |
| <b>3 Kroppsøvingsskontekst.....</b>  | <b>5</b>  |
| <b>4 Perspektiv på kroppsbilete .....</b>                                      | <b>7</b>  |
| 4.1 Definisjon på kroppsbilete.....  | 7         |
| 4.2 Kognitiv åtferdsmodell.....  | 8         |
| 4.2.1 Historiske og proksimale faktorar .....                                  | 9         |
| 4.3 Tripartite Influence Model.....  | 10        |
| 4.3.1 Kroppsideal .....  | 11        |
| 4.3.2 Kjelder til kroppspress .....  | 12        |
| 4.3.3 Internalisering, sosial samanlikning og utvikling av kroppsskjema .....  | 13        |
| <b>5 Tidlegare forskning.....</b>  | <b>15</b> |
| 5.1 Kroppsideal .....  | 15        |
| 5.2 Kroppspress frå ulike kjelder .....  | 16        |
| 5.3 Kroppsspesifikke forhold og detts betydning for kroppsøvingssfaget.....    | 18        |
| 5.3.1 Kroppsideal og kroppspress i kroppsøvingssfaget.....                     | 18        |
| 5.3.2 Kroppsfokus og detts betydning for trivsel og deltaking .....            | 19        |
| <b>6 Analysemodell og hypotesar .....</b>                                      | <b>22</b> |
| <b>7 Metode.....</b>   | <b>26</b> |
| 7.1 Forskingsstrategi og -design .....   | 26        |
| 7.2 Datainnsamling.....  | 27        |
| 7.3 Utval .....  | 28        |
| 7.4 Måleinstrument og variablar .....  | 28        |
| 7.4.1 Deltaking i kroppsøving .....  | 29        |
| 7.4.2 Trivsel i kroppsøving .....  | 30        |
| 7.4.3 Sociocultural Attitudes Towards Appearance-Questionnaire-4-Revised ..... | 30        |

|  |           |
|--|-----------|
| 7.4.4 Andre eksogene variablar .....   | 32        |
| 7.5 Analyse av data .....  | 32        |
| 7.5.1 Sti-analyse (SEM) .....  | 33        |
| 7.5.2 Modelltilpassing .....   | 34        |
| 7.6 Datas kvalitet – validitet, reliabilitet og generaliserbarheit .....                   | 37        |
| <b>8 Resultat</b> .....  | <b>40</b> |
| 8.1 Deskriptiv statistikk og korrelasjon mellom variablar .....                            | 40        |
| 8.1.1 Gjennomsnittsskår og kjønnskilnadar .....  | 41        |
| 8.1.2 Samanheng mellom ulike variablar .....   | 42        |
| 8.2 Sti-analyse med direkte og indirekte samanhengar .....                                 | 44        |
| 8.2.1 Faktorar med direkte samanheng med deltaking i kroppsøving .....                     | 45        |
| 8.2.2 Faktorar med indirekte samanheng med deltaking i kroppsøving .....                   | 46        |
| <b>9 Diskusjon</b> .....   | <b>47</b> |
| 9.1 Kroppspress og internaliserte utsjånadsideal hjå vidaregåandelevlar .....              | 47        |
| 9.1.1 Kroppspress .....  | 47        |
| 9.1.2 Internaliserte utsjånadsideal .....  | 51        |
| 9.2 Elevanes erfaring med kroppsøvingsfaget .....  | 53        |
| 9.3 Indirekte og direkte effektar på deltaking i kroppsøvingsfaget .....                   | 54        |
| 9.3.1 Effekten av kroppspress på deltaking i kroppsøvingsfaget .....                       | 54        |
| 9.3.2 Effekten av kroppsideal på deltaking i kroppsøvingsfaget .....                       | 57        |
| 9.3.3 Effekten av sosial samanlikning på deltaking i kroppsøvingsfaget .....               | 59        |
| 9.3.4 Effekten av usikkerheit knytt til eigen kropp på deltaking i kroppsøvingsfaget ..... | 60        |
| 9.3.5 Effekten av tryggleik til klassen på deltaking i kroppsøvingsfaget .....             | 61        |
| 9.4 Praktiske implikasjonar av funn for elever og lærarar i kroppsøving .....              | 62        |
| <b>10 Avsluttande betraktningar</b> .....  | <b>64</b> |
| 10.1 Studiens konklusjonar .....   | 64        |
| 10.2 Begrensningar hjå studien og vegen vidare .....                                       | 65        |
| <b>Bibliografi</b> .....   | <b>67</b> |
| <b>Oversikt over vedlegg</b> .....   | <b>74</b> |
| Vedlegg 1: Elektronisk spørjeskjema .....  | 75        |
| Vedlegg 2: Oversikt over respondentane i utvalet (N=244) .....                             | 85        |
| Vedlegg 3: Resultat frå statistiske testar av SATAQ-4r .....                               | 86        |
| Vedlegg 4: Postestimeringsstatistikk som viser kor godt modellen passar til dataa .....    | 87        |

# 1 Introduksjon

Til tross for at fleirtalet av norsk ungdom rapporterer om generelt god fysisk og psykisk helse, har det dei siste åra vore eit auke i stressrelaterte plagar (Bakken, 2020). Spesielt bekymrande er prestasjonspresset mange elevar opplev i skulen i dag, og ein sentral diskurs i samband med dette er press på kropp og utsjånad (Bakken, 2020; Eriksen & Walseth, 2021; Skaalvik & Federici, 2015). Ei undersøking med 2000 norske ungdomar frå heile Noreg, viste at 43 % av deltakarane opplevde dagleg kroppspress, og dette presset var tett knytt saman med kroppsmisnøye (Nylander, 2018). Presset vert rapportert å kome frå omverden og andre betydingsfulle, der det vert lagt vekt på å ha dei rette kleda, den rette kroppen, og elles uoppnåelege ideal for skjønnheit og helse (Eriksen et al., 2017; Skaalvik & Federici, 2015).

Korleis ein skal motverke kroppspress og fremje sunne kroppsbilete blant unge er mykje diskutert (Bjørnebekk, 2015; Meld. St. 28 (2015-2016)). Behovet for å lære unge om kritisk tenking, kunnskap og refleksjon vert påpeikt hjå fleire (Bakken et al., 2018; Bjørnebekk, 2015; Foros, 2016). Skulen generelt, og kroppsøvingfaget spesielt, vert i denne samanheng sett på som ein betydingsfull aktør då dei famnar alle barn og unge, og på denne måten kan formidle og fremje sunne verdiar innan helse og fysisk aktivitet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016; Martinsen, 2016; Meld. St. 28 (2015-2016)). Kroppsøvingfaget har potensiale til å vere ein førebyggjande arena kvar elevar kan lære om kroppsbevisstheit og utvikle aksept for kroppens naturlege variasjonar (Utdanningsdirektoratet, 2020). Dette vektleggast også i læreplanen for kroppsøving, som viser at faget skal fremje kritisk tenking om kroppsideal som kan påverke sjølvoppfatninga, helsa, trening og livsstil. Samtidig er målet at elevane skal utvikle eit positivt sjølvbilete, ein trygg identitet, samt god psykisk og fysisk helse (Utdanningsdirektoratet, 2020).

For at kroppsøvingfagets formål skal bli realisert, er det avgjerande at elevane blir inspirert til å bevege seg og delta aktivt i undervisinga. Då er det også ein føresetnad at dei opplev trivsel og meistring, og utviklar positive assosiasjonar til faget (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011). I så måte vil trivsel og aktiv deltaking kunne fremje elevanes læring og personlege utvikling. Dette inkluderer auka sjølvtilit, sjølvaksept og eit positivt forhold til eigen kropp (Kunnskapsdepartementet, 2017; Utdanningsdirektoratet, 2020). Dersom ein lukkast i å gjere kroppsøvingfaget til ein arena som elevane trivast med og engasjerer seg i,

vil faget kunne ha eit betydeleg potensiale som ein førebyggjande arena i samband med kroppsspesifikke utfordringar.

På mange måtar er det då eit paradoks at enkelte elevar mistrivast i kroppsøvingsfaget, spesielt på bakgrunn av kroppsspesifikke forhold. Blant anna kan det kroppslege fokuset som følger med faget, opplevast problematisk og utfordrande for enkelte elever (Andrews & Johansen, 2005). Misnøye med eigen utsjånad kan medverke til eit ubehag rundt kroppens eksponering i kroppsøvingstimane, noko som kan påverke elevanes trivsel og motivasjon for deltaking i faget (Azzarito & Solmon, 2006; Balli et al., 2014). Det kan også auke eins tilbøyelegheit for sosial samanlikning og negative evalueringar av eigen kropp, noko som kan resultere i unnvikande eller skjulande strategiar (Carmona et al., 2015; Kerner et al., 2018b). Dersom kroppsspesifikke forhold fører til at elevane opplev usikkerheit, låg trivsel og manglande motivasjon for deltaking, kan det verke som om fagets potensiale som ein førebyggjande arena vert underminert. Den paradoksale situasjonen viser då til eit motstridande forhold mellom eit fag som er meint å førebyggje mot kroppspress og negative kroppsbilete, men som mogleg blir felt av fenomenet det er meint å førebyggje mot. Dette understrekar også viktigheita av å adressere og utforske kva betyding kroppsspesifikke faktorar har for kroppsøvingsfaget, og spesielt i samband med elevars trivsel og deltaking i faget. På denne måten kan vi oppnå betre innsikt i korleis ein skal fremje positive læringsopplevingar, til tross for kroppsspesifikke utfordringar.

## 1.1 Formål og problemstilling

Majoriteten av forskingsprosjekta som har undersøkt kroppsideal og -press i samanheng med kroppsøvingsfaget referer stort sett til internasjonale studiar (Azzarito & Solmon, 2006; Carmona et al., 2015; Catunda et al., 2017; Joy & Larsson, 2019; Kerner et al., 2018a; Lodewyk et al., 2009; Lodewyk & Sullivan, 2016; Schubring et al., 2021). Sjølv om desse studiane har gitt verdifull innsikt i ulike problemstillingar knytt til temaet, er forskingsfeltet framleis relativt lite utforska, spesielt i norsk kontekst.

Det er også eit fåtal studiar som tidlegare har undersøkt betydinga av kroppspress og kroppsideal i samband med elevars trivsel og deltaking i kroppsøvingsfaget. Denne problemstillinga er av stor betyding av fleire årsaker. Ved å utvide kunnskapsfeltet og gi auka innsikt i betydinga av kroppspress og kroppsbilete i kroppsøvingsfaget, kan ein lettare

identifisere utfordringar og implementere tiltak relatert til kroppsspesifikke forhold. Følgande kan ein leggje til rette for eit inkluderande og likeverdig læringsmiljø som fremjar trivsel, deltaking og ei positiv utvikling. Med bakgrunn i dette har denne studien til hensikta å undersøkje to forskingsspørsmål:

*Q1: I kva grad opplev vidaregåande elevar kroppspress og internalisering av utsjånadsideal?*

*Q2: Kva betydning har kroppspress, internaliserte utsjånadsideal, tryggleik i klassen og kroppsspesifikke forhold i kroppsøving for trivsel og deltaking i faget?*

I det neste kapittelet vil det bli gitt kontekstuelle beskrivingar av ungdomsfasen og kroppsøvingsfaget, med hensikt å leggje til rette for ei betre forståing av temaet som behandlast i oppgåva. Deretter blir studiens teoretiske rammeverk, samt tidlegare forskning på kroppspress, kroppsideal og kroppsøving presentert. Vidare følgjer studiens hypotesar og hypotesemodell, samt eit metodekapittel som beskriv og vurderer det metodiske arbeidet. Resultat- og diskusjonskapittelet er strukturert etter Q1 og Q2. Avslutningsvis blir studiens viktigaste funn belyst, før det blir gitt forslag til vidare forskning på feltet.

## 2 Ungdomsfasen

Ungdomstida er ein kompleks og dynamisk fase i livsløpet som representerer overgangen frå barndomen til vaksenlivet. Hjå denne fasen forsøker unge å finne sin identitet og plass i samfunnet, samstundes som det skjer ei rekkje fysiske, psykologiske og sosiale endringar og utfordringar (Ricciardelli & McCabe, 2011). Dei mest openberre fysiske endringane er relatert til pubertetsutviklinga (Steinberg, 2008). For jenter inneberer dette hormonassosierte endringar som involverer oppstart av menstruasjon, samt endringar i kroppsstørrelse og form (Wertheim & Paxton, 2011). Gutars utvikling er ofte prega av stemmeskifte, auka hårvekst, samt auka muskulatur og kroppsstørrelse (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Sjølv om pubertetsendringane er ein naturleg og viktig del av ungdomstida, kan dei medføre ei rekke psykososiale utfordringar. Det kan gi auka sjølvbevisstheit, noko som vidare kan skape bekymringar knytt til utsjånad og kropp (Kvalem, 2007). Jenter kan i tillegg oppleve dei fysiske pubertetsendringane som meir utfordrande, då desse ofte medfører at ein bevegar seg vekk frå samfunnsidealane om utsjånad og kropp (Wertheim & Paxton, 2011). Gutar har oftare ei positiv oppleving av pubertetsendringar, ettersom fleirtalet bevegar seg nærare det kroppslige idealet for menn. Det er likevel viktig å påpeike at pubertetsendringane ikkje nødvendigvis oppstår samtidig eller følger same mønster for all ungdom, og tidspunktet for når utviklinga skjer kan ha større betydning for opplevinga enn utviklinga i seg sjølv (Ricciardelli & McCabe, 2011). Det vert til dømes vist til korleis sosial samanlikning og eit behov for å bli akseptert og passe inn blant jamaldrande er problematisk i tilfelle der unge modnast tidlegare eller seinare enn jamaldrande (Ricciardelli & McCabe, 2011; Wertheim & Paxton, 2011).

Ungdomstida medfører også andre utfordringar, inkludert det å finne sin plass i sosiale grupper, utforske eigen seksualitet, og å balansere mellom sjølvstendigheit og avhengigheit i forhold til foreldre og andre autoritetar (Steinberg, 2008). I tillegg får vennskap og relasjonar med jamaldrande større betydning, og for mange unge er det viktig å finne sin plass i sosiale hierarki og grupperingar (Aagre, 2014). Vennegjengar kan gi ei kjensle av å vere inkludert og akseptert, som vidare påverkar eins sjølvoppfatning (Kvalem, 2007). Motsett kan også dei sosiale relasjonane opptre som ei kjelde til stress og bekymring, spesielt i samanheng med konflikhtar, mobbing eller avvising frå jamaldrande (Steinberg, 2008).

### 3 Kroppsøvingstekst

Kroppsøving er det einaste praktisk-estetiske faget som er gjennomgåande hjå det 13. år lange skulelaupet. Faget har ein tydeleg etablert plass i norsk skule, og legitimerast spesielt gjennom detts moglegheit til å fremje elevars psykiske- og fysiske helse og velvære (Borgen et al., 2018; Evensen, 2020; Utdanningsdirektoratet, 2020). Ein sentral verdi hjå faget er til dømes at det skal «stimulere til livslang bevegelsesglede og til ein fysisk aktiv livsstil ut frå egne føresetnadar» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). Green (2010) viser til at det truleg er få oppfatningar som er so utbreidde og ukritisk akseptert som forbindinga mellom kroppsøving, aktiv livsstil og spørsmål om helse. I denne samanheng visast det til korleis fysisk aktivitet i skulen også berer med seg ei rekke andre formål, og at kroppsøving er meir enn bare «fysisk aktivitet» (Borgen et al., 2018; Dismore & Bailey, 2011). Hjå læreplanen vert det til dømes vist til at faget skal fremje samarbeid, forståing og respekt for kvarandre, samt gi moglegheit for å praktisere og reflektere over samspel, medverknad, likestilling og likeverd (Utdanningsdirektoratet, 2020).

Ein anna sentral verdi hjå kroppsøvingfaget er at det skal fremje eit positivt sjølvbilette og gi elevane ein trygg identitet, gjennom å leggje til rette for refleksjon og kritisk tenking om kroppsideal som kan påverke sjølvkjensle, helse, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2020). Denne tematikken vert diskutert hjå fleire som understrekar betydinga av å inkludere elevane i kritisk refleksjon rundt kroppsideal og kroppspress (Dowling, 2010; Martinsen, 2016). Spesielt vert utfordringa ved medias framstilling av kroppen som eit prosjekt, som kan skapast, endrast og brukast til å oppnå symbolsk makt, problematisert i samband med kroppsøvingfaget. Slike førestillingar om kroppen kan bli forsterka gjennom faget dersom det ikkje blir gjort bevisste handlingar i tilknytning til dette (Dowling, 2010; Walseth et al., 2017). Faget har difor eit stort potensiale når det kjem til å skape kroppsbevisstheit (Bjørnebekk, 2015). Ved å leggje til rette for rørslepraksisar som fokuserer på kroppens funksjonelle evner vil elevane få moglegheit til å verdsette kroppen som meir enn eit estetisk objekt (Kerner et al., 2018a).

Kroppsøvingfagets betyding blir også styrka ved at faget, i motsetning til andre arenaer for fysisk aktivitet, omfattar og møter alle barn og unge. Dette gjer kroppsøvingfaget til ein unik arena der ulikheiter og mangfald blant elevane gjenspeglast både biologisk, sosialt og psykologisk, men også særleg i samband med elevanes trivsel og motivasjon i faget (Biddle &



Asare, 2011). At elevane opplev trivsel, glede og meistring verkar å vere ein viktig føresetnad for at dei skal bli inspirert til å bevege seg og delta aktivt i kroppsøvingsfaget (Lagestad, 2017). Til dømes vil eins sjølvoppfatning, som omhandlar vurdering, forventning og tru om seg sjølv, kunne påverke eins val av aktivitetar i kroppsøving, samt eins målsetting, innsats, uthald og prestasjonsnivå (Skaalvik & Bong, 2003). Aktiv deltaking vil vidare vere sentralt for at fagets formål skal kunne realiserast (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011).

## 4 Perspektiv på kroppsbilete

Kapittelet som følger vil vise til to ulike teoretiske perspektiv og to respektive modellar på kroppsbilete. Den fyrste er ein kognitiv åtferdsmodell som er utarbeida med bakgrunn i eit kognitivt-behavioristisk perspektiv (Cash, 2002). Vidare vert det vist til *Tripartite Influence Model* som tek utgangspunkt i eit sosiokulturelt perspektiv (Thompson, Heinberg, Altabe & Tantleff-Dunn, 1999, referert i Tiggemann, 2011). Desse vil fungere som eit teoretisk rammeverk for studien, samt vere eit hjelpemiddel i arbeidet med å forstå og undersøkje betydinga av kroppspress og kroppsideal.

Begge modellane undersøker kroppsbildets utvikling og funksjon, og erkjenner at kroppsbildeforstyrningar utviklast som eit resultat av eit komplekst samspel mellom ulike biologiske, psykologiske og sosiale faktorar. Til tross for mange likskapstrekk fokuserer den kognitive åtferdsmodellen i større grad på personlege faktorar, som gjennom historiske og noverande hendingar kan forme og påverke eins kroppsbilete. Modellen beskriv også kroppsbilete som eit fleirdimensjonalt fenomen, og gir eit bilete av den komplekse interaksjonen mellom ulike påverknadsfaktorar. Derimot inkluderer *Tripartite Influence Model* både kulturelle, interpersonlege og individuelle faktorar, og fokuserer i større grad på korleis kultur og samfunn kan ha innflyting på kroppsbilete. Begge dei nemnde modellane gir difor viktig innsikt i utvikling av kroppsmisnøye, og ved å inkludere begge i denne studien kan ein skape eit godt og breitt grunnlag for å undersøkje utfordringar relatert til kroppsspesifikke forhold.

### 4.1 Definisjon på kroppsbilete

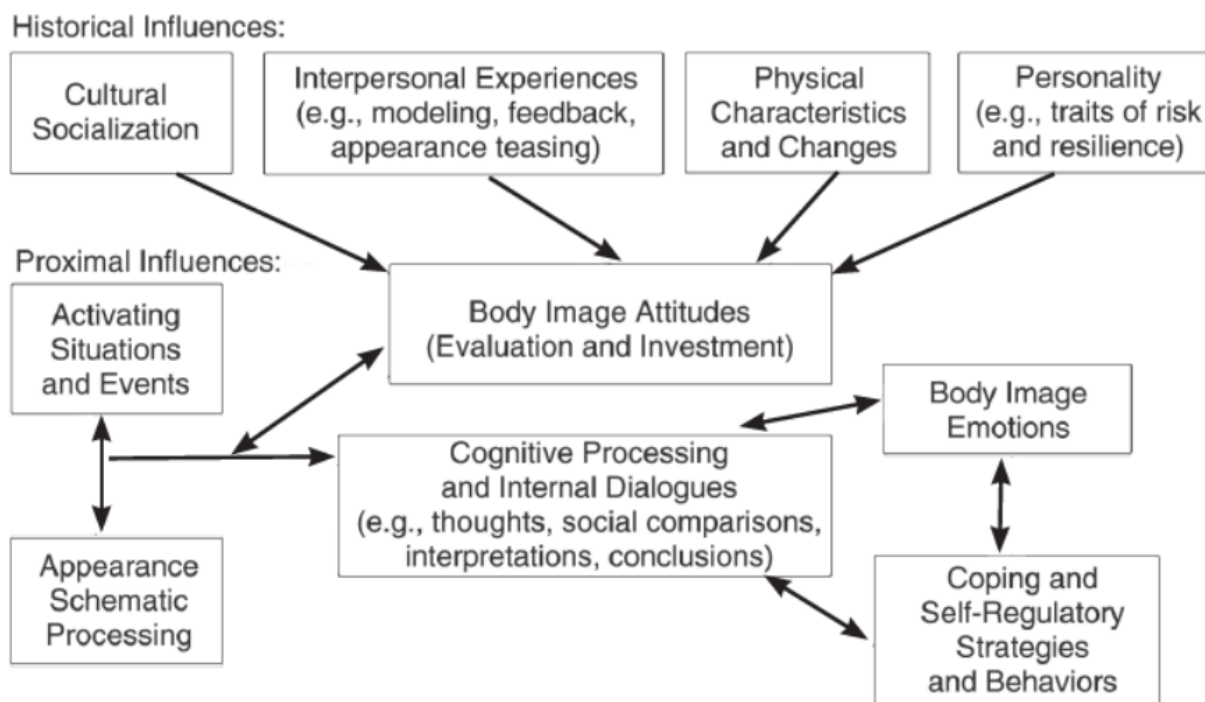
Kroppsbilete som fenomen fekk særleg merksemd hjå psykologien og sosiologien som følgje av Paul Schilder sitt arbeid rundt 1920. Han definerte kroppsbilete som: «the picture of our own body which we form in our mind, that is to say the way in which the body appears to ourselves» (Schilder, 2013, s. 11). Gjennom tidene har forskingsfeltet til dels vore avgrensa og retta mot unge kvinner, eteforstyrningar, samt kroppsstørrelse og kroppssform (Cash, 2012; Grogan, 2017). I seinare tid har det vore ei endring i fokus, der både eldre og yngre menn har fått auka merksemd hjå forskingsfeltet. I tillegg har det vorte ei aukane einigheit i forskarmiljøet om at kroppsbilete er eit langt meir komplekst og mangsidig fenomen, som rommar meir enn bekymringar om vekt og form. Kroppsbilete kan difor betre definerast som

eit fleirdimensjonalt fenomen som inkluderer både kognitive, affektive og åtferdsmessige dimensjonar, samt eins subjektive evaluering av eigen utsjånad (Thompson et al., 1999, referert i Wertheim, Paxton & Blaney, 2002).

## 4.2 Kognitiv åtferdsmodell

Mykje av den moderne forskinga på kroppsbilete har teke utgangspunkt i kognitive og/eller åtferdsmessige paradigme innan psykologien, og eit av dei mest sentrale er det kognitiv-behavioristiske perspektivet. I 2002 presenterte Thomas F. Cash ein kognitiv åtferdsmodell (KÅM) som hadde til hensikt å forklare kroppsbiletets utvikling og funksjon. Modellen synleggjere ideen om at kroppsbilete er eit fleirdimensjonalt fenomen, og rettar spesielt merksemd mot sosiale og kognitiv læringsprosessar som påverkar kjensler og åtferd (Cash, 2002).

Hjå modellen (Figur 1, s. 9) vert kroppsbilete beskrive som *kroppsbildehaldningar* eller *body image attitudes*, som viser til individets oppleving av eigen kroppsliggjering. Dette kan til dømes vere eins fysiske utsjånad, fysiske (funksjonelle) kompetansar og biologiske føresetnadar. Kroppsbilete er ein sentral konstruksjon i eit samspel mellom eins måte å tenkje på (kognitivt), kjensler ein har (emosjonelt), samt korleis ein handlar (åtferd). Omgrepet rommar to sentrale dimensjonar; *kroppsbildeevaluering* og *kroppsbildeinvestering*. Kroppsbildeevaluering refererer til eins kognitive vurdering av eige utsjånad, og i kva grad ein er tilfreds eller misfornøgd med kroppen, medan kroppsbildeinvestering refererer til kor viktig utsjånaden er for det enkelte individ. For somme er kroppsbilete tett kopla saman med eins generelle sjølvoppfatning, og ein er då meir utsett for psykologisk påverknad dersom ein opplev kroppsmisnøye. Andre kan derimot verte mindre påverka av eit negativt kroppsbilete fordi kropp og utsjånad verkar mindre betydingsfult for eins liv eller identitet (Cash, 2012).



**Figur 1.** Kroppsbilde: dimensjonar, determinantar og prosessar (Cash, 2011, s. 41)

#### 4.2.1 Historiske og proksimale faktorar

I samband med kroppsbiletets utvikling og funksjon skil KÅM mellom *historiske* og *proksimale* faktorar. Dei historiske faktorane viser til hendingar eller erfaringar som tidlegare har funne stad, og som kan påverke eins utvikling av, og sårbarheit overfor eige kroppsbilete. Med bakgrunn i kognitiv og sosial læring kan slike hendingar medverke til at individet tenkjer, føler eller handlar på bestemte måtar i forhold til sin eigen kropp. Cash (2002) har identifisert fire slike faktorar; *kulturell sosialisering, mellommenneskelege erfaringar, fysiske karakteristikkar og endringar, samt personlegdomstrekk*. Desse historiske faktorane er tett knytt opp mot sosialisering, og kroppsrelaterte erfaringar i barne- og ungdomsåra kan ha særleg betydning for utviklinga av kroppsbilete.

Dei proksimale faktorane er derimot meir nærliggande i tid og refererer til noverande, aktuelle livshendingar. Her skil Cash (2002) mellom *aktiverande hendingar og kognitiv prosessering, samt justerande og sjølvregulerande prosessar*. Tanken er at spesifikke kontekstuelle situasjonar kan påverke og aktivere ulike former for indre dialog, også omtalt som kroppsskjema. Dette er mentale strukturar som er utvikla med bakgrunn i tidlegare erfaringar, og som er utgangspunkt for korleis ein i framtida prosesserer informasjon knytt til eins utsjånad eller kropp (Cash, 2002; Tiggemann, 2012). Indre dialogar kan ofte vere

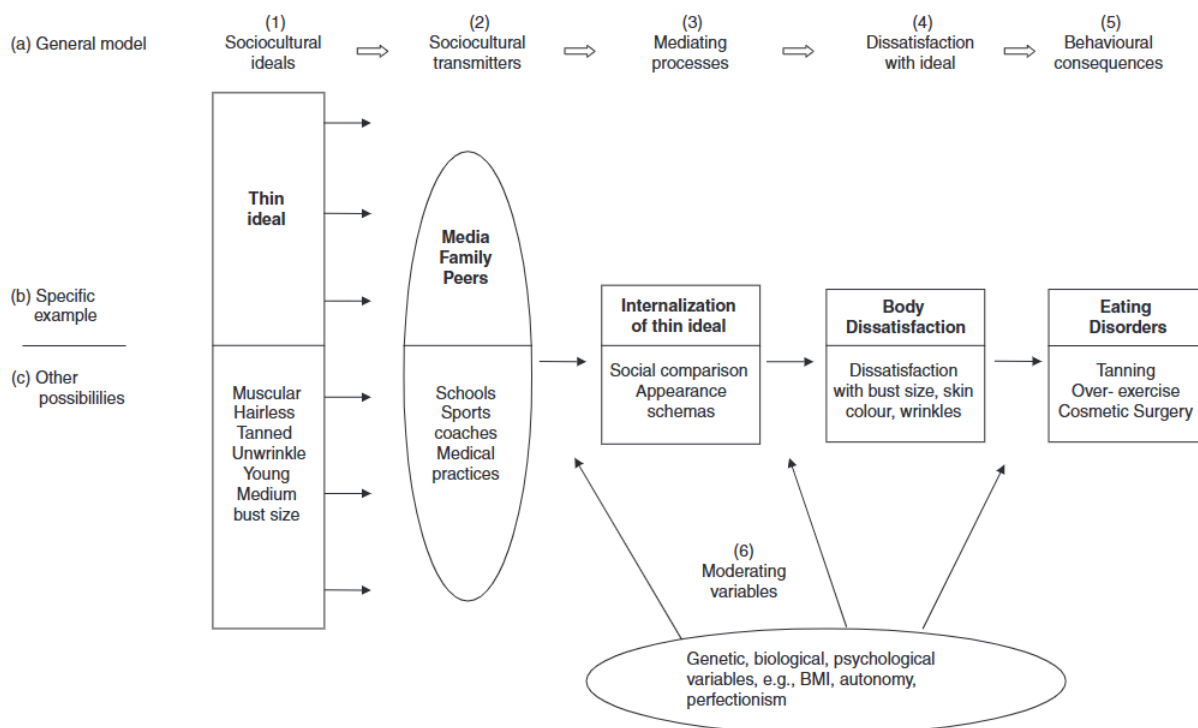
vanemessige og feilaktige, og består ofte av kjensleladde tankar og automatiske konklusjonar om ein eige utsjånad. I forsøk på å handtere negative kroppsbildeevalueringar vil ein også kunne ty til kognitive og utsjånadskorrigerande strategiar, samt unnvikande og kroppskjulande åtferd (Cash, 2011).

Til tross for at modellen synleggjer skilje mellom historiske og proksimale faktorar poengterer Cash (2011) at dette skilje kan vere diffust, då meir umiddelbare erfaringar fort kan lagrast og bli ein del av eins tileigna kroppsbildehistorie. Samanhengane mellom dei ulike faktorane er også komplekse og nødvendigvis ikkje årsaksamanhengande, til tross for bruk av piler i modellen.

### 4.3 Tripartite Influence Model

I tillegg til det kognitiv-behavioristiske perspektivet, har også det sosiokulturelle perspektivet vore populært hjå forskning på kroppsbilete. *Tripartite Influence model* (TIM) vart utvikla som eit rammeverk i arbeidet med å forstå og undersøke kroppsbilete (Thompson, Heinberg, Altabe & Tantleff-Dunn, 1999, referert i Tiggemann, 2011). Der KÅM fokuserer på individuelle faktorar som kan påverke kroppsbilete (Cash, 2002), tar TIM for seg eit breiare spekter av faktorar, inkludert kulturelle og sosiale element. Til dømes fokuserast det på korleis kroppspress og samfunnsbestemte kroppsideal har påverknad på kroppsbilete (Thompson, Heinberg, Altabe & Tantleff-Dunn, 1999, referert i Tiggemann, 2011).

Tiggemann (2011) viser til ein skjematisk representasjon av modellen (Figur 2, s. 11). Her vert det vist til ein stegvis framstilling der tanken er at det (1) eksisterer samfunnsmessige skjønnheitsideal som (2) vert kommunisert gjennom ei rekkje sosiokulturelle kjelder, som til dømes media, familie, jamaldrande. Mottakaren av denne kommunikasjonen er individet som (3) potensielt internaliserer eller adopterer desse ideala. I kva grad individet opplev å imøtekomme skjønnheitsideala påverkar i kva grad hen (4) opplev tilfredsheit eller misnøye med eigen kropp, noko som til slutt kan resultere i (5) affektive eller åtferdsmessige konsekvensar (Tiggemann, 2011, 2012).



**Figur 2.** Ein skjematisk representasjon av den sosiokulturelle modellen (Tiggemann, 2012, s. 760).

### 4.3.1 Kroppsideal

Hjå modellens fyrste punkt blir det vist til eksisterande skjønheitsideal hjå samfunnet. Kulturar og subkulturar over heile verden besitter og overfører informasjon om betydinga av menneskeleg utsjånad. Slike forventningar eller standardar om kva utsjånad eller fysiske eigenskapar som er verdsett som attraktivt i samfunnet vert omtalt som kroppsideal (Cash, 2012; Kvalem, 2007), og desse kan variere med tid, samt innan ulike kulturar og subkulturar (Tiggemann, 2012). Gjennom råd om kosthald, trening, og marknaden investering i klede, skjønheit- og moteprodukt, vert verdiar om kropp og utsjånad openberr og iaugefallande overalt (Cash, 2012; Tiggemann, 2012). Dei normative førestillingane artikulere ikkje berre kva som er meir eller mindre attraktivt, men også kjønnsbaserte forventningar der feminitet og maskulinitet er kopla saman med visse typar fysiske eigenskapar (Cash, 2012). Fyrst når bestemte utsjånadar vert verdsett som attraktivt i samfunnet, vil dei påverke normene for kva som er ein vanleg og normal kropp (Kvalem, 2007).

Bordo (2003) har undersøkt den sosiale betydinga av kroppens ytre utsjånad og viser til korleis fyldige kroppar, frå slutten av førre århundre, vart knytt til lav moral og reflekterte personleg utilstrekkelegheit eller mangel på viljestyrke og kontroll. At ideala signaliserer verdiar som personleg orden eller uorden er noko som framleis eksisterer hjå kulturar i dag

(Bordo, 2003; Loland, 2000). Til dømes vert slanke, muskuløse og markerte kroppar ofte forbunde med energi, suksess og sosial aksept (Bordo, 2003).

#### 4.3.2 Kjelder til kroppspress

Vidare i den sosiokulturelle modellen vert det vist til korleis skjønneheits- og utsjånadsideal vert kommunisert gjennom ei rekkje sosiokulturelle kjelder (Tiggemann, 2012). Dette kan føregå gjennom formidling av synspunkt og forventningar, samt verbal- og nonverbal kommunikasjon i interaksjon med andre (Kvalem, 2007). Her skil TIM seg frå KÅM, ved å legge større fokus på sosiokulturelle kjelder til press, og det vert til dømes identifiserer tre primære kjelder som har betydeleg innverknad på kroppsbilete. Desse kjeldene er familie, jamaldrande og media. KÅM inkluderer imidlertid også faktorar med sosiokulturelt opphav, men dette vektleggast i mindre grad, og knytast i staden opp mot individuelle faktorar som gir dei betyding.

Familien, som den fyrste sosiokulturelle kjelda, spelar ei sentral rolle i den primære sosialiseringa av born og unge. Spesielt vil familien ha ei viktig dannande rolle ved å fremje ulike haldningar og verdiar (Jones, 2011). I samanheng med dette vil familien også kunne kommunisere kulturens kroppsideal både direkte og indirekte, gjennom verbal og non-verbal kommunikasjon. Ved å kommentere barnets utsjånad og vekt, eller ved å utarbeide strenge reglar i samband med mattider og matinntak, kan ein påverke barnets kroppsbilete direkte. Dersom foreldre har strenge reglar overfor seg sjølv, i samband med til dømes matinntakt og trening, eller brukar mykje tid på bekymringar knytt til eiga vekt, kan det påverke barnet indirekte gjennom modellert oppførsel. Til dømes vil mødrer og fedrar som vier mykje merksemd til utsjånad sende signal til sine born om betydinga av dette (Tiggemann, 2011).

Ein annan sentral kjelde til press er jamaldrande. For det fyrste vil born og unge kunne ta med seg verdiar og forventningar som dei har lært gjennom interaksjon med familie, media og betydingsfulle andre (Jones, 2011). Vidare kan dei utøve, formidle eller kommunisere slike forventningar gjennom erting og kommentarar, deling av bekymringar om vekt, eller samtalar om kropp og utsjånad. På denne måten vert samfunnsidealane også kommunisert i miljøet blant jamaldrande (Tiggemann, 2012).

Til slutt vert media anteke å vere den mektigaste og mest gjennomgripande påverknadsfaktoren hjå den sosiokulturelle modellen. Dagleg vert unge utsett for massemedia som TV, film, vekeblad, samt andre sosiale plattformer. Desse plattformene framstiller samfunnets skjønneheitsidealane gjennom til dømes skjønneheitsprodukt, trening og

kosthaldsprogram (Tiggemann, 2012). På denne måten vil unge utvikle ein ide om kva som er ansett som «attraktivt» i samband med kropp og utsjånad.

#### 4.3.3 Internalisering, sosial samanlikning og utvikling av kroppsskjema

Når ideala vert kommunisert og overført via sosiokulturelle kjelder, viser TIM vidare til ein prosess der ideala vert internalisert av individet (Tiggemann, 2012). Internalisering omhandlar å akseptere, og vidare adoptere dei samfunnsmessige ideala som mål for ein sjølv. I kva grad samfunnsideala vert internalisert av individa kan variere, og det er heller ikkje slik at dei automatisk resulterer i kroppsmisnøye. Dette skjer først når individet ser på ideala som betydingsfulle, samt engasjerer seg i dei på ein eller anna måte (Tiggemann, 2012). I tillegg vil individas grad av sårbarheit overfor det sosiokulturelle presset ha betydning. Til dømes vil genetiske, biologiske og psykologiske faktorar moderere i kva grad ein er sårbar eller motstandsdyktig i møte med sosiokulturelt press (Tiggemann, 2012).

Slike personlege faktorar vert i større grad teke hand om hjå KÅM, som mogleg gir betre innsikt i korleis individuelle disposisjonar kan verke beskyttande eller gjere ein sårbar for utvikling av kroppsbildeforstyringar (Cash, 2002, 2012). Imidlertid har nyare forskning som inkluderer det sosiokulturelle perspektivet via auka merksemd til ytterlegare medierande prosessar som påverkar internaliseringa. Desse er til dømes sosial samanlikning, perfektjonisme og kroppsskjema (Keery et al., 2004; Van den Berg et al., 2002). Desse personlegdomsegenskapane kan påverke eins sjølvoppfatning, samt ha stor betydning for i kva grad ein opplev misnøye med eigen kropp (Keery et al., 2004; Van den Berg et al., 2002).

I samband med sosial samanlikning er det også av betydning kva ideal som vert illustrert i samband med skjønnheit, kropp og utsjånad (Tiggemann, 2012). Sosial samanlikning omhandlar eins tilbøyelegheit for å søke kunnskap om seg sjølv gjennom å samanlikne seg med andre (Cash, 2012; Tiggemann, 2012). Slik Tiggemann (2012) poengterer tilsvara ideala som regel uopnåelege og urealistiske kroppar eller utsjånadsaspekt. Når ein samanliknar kroppane sine med slike ideal, vil ein mest sannsynleg finne manglar eller feil med eigen kropp (Tiggemann, 2012).

Som det kjem fram her, avkreftar ikkje den sosiokulturelle modellen tanken om at individuelle karakterar har betydning på kroppsbilete, men legg heller meir fokus på innflytelse og kreftar som finn stad hjå spesifikke sosiokulturelle miljø. Eit slikt miljø kan vere både det fysiske, det sosiale og det kulturelle miljøet (Tiggemann, 2012). Modellen er også først og



fremst nytta innan forskning på kroppsvekt og form, men Tiggemann (2011) viser til at den likegodt kan inkludere andre funksjonar som hudfarge, bryststørrelse, eller andre eigenskapar hjå mennesket.

## 5 Tidlegare forskning

I denne delen vil det bli gitt ein gjennomgang av tidlegare forskning og eksisterande litteratur som omhandlar kroppsideal, kroppspress og kroppsbilete blant ungdom. Det vil også bli vist til forskning som har undersøkt temaet i samband med kroppsøvfaget. Teksten vil ta utgangspunkt i ein struktur som samsvarar med den skjematiske representasjonen av TIM. Fyrst vert det undersøkt kva sosiokulturelle utsjånadsideal unge siktar etter, og i kva grad dei opplever kroppspress frå familie, media og jamaldrande. Vidare vil det bli utforska kva konsekvensar kroppsspesifikke forhold har generelt, samt detts implikasjonar for kroppsøvfaget.

### 5.1 Kroppsideal

Hjå fleire studiar har unge jenters kroppsideal vorte avdekkja, der det mest sentrale er idealet om ein slank kvinnekropp (Ata et al., 2007; Durkin et al., 2007). Forsking viser også at idealkroppen har vorte supplert med ytterlegare standardar, som til dømes middels bryststørrelse, smale hofter og ein veltrent kropp. Standardane går også utover forhold som omhandlar kroppens form og fasong. Til dømes vert ein attraktiv kvinnekropp ansett som solbrun og ung, med plettfri mjuk hud, lite kroppshår, fyldige lepper, høge kinnbein og lita nase (Aghekyan et al., 2012; Furnham et al., 2002; Kvalem, 2007; Tiggemann, 2011).

I samband med kroppsideal som råder blant gutar, viser fleire studiar til ungdomars ynskje om å bli sterkare og meir muskuløse (Jones & Crawford, 2005; Leit et al., 2001; Oehlhof et al., 2009; Rodgers et al., 2012; Sæle et al., 2021). Spesielt er det eit fokus på å utvikle breie skuldrer, sterke armar og generell overkroppsstyrke (Ata et al., 2007; Ricciardelli et al., 2007). Idealet om muskuløse kroppar er likevel avgrensa til moderat muskulatur, og studiar viser at dedikerte kroppsbyggjarar blir assosiert med negative diskursar. Tanken om at musklar vil omdanne seg til feitt seinare i livet var grunninga til kvifor enkelte ikkje ynskte å bli for muskuløse (Grogan & Richards, 2002).

Det mannlege kroppsidealet vert difor utvida med eit ynskje om slanke, atletiske og velproporsjonerte kroppar (Grogan & Richards, 2002; Jones & Crawford, 2005; Leit et al., 2001; Oehlhof et al., 2009; Rodgers et al., 2012; Sæle et al., 2021). Slike tendensar ser ein også hjå andre studiar, som indikerer at gutar legg vekt på kroppar som inkorporerer eigenskapar som betraktast som ynskeleg for idrettsprestasjonar (Hill, 2015; Ricciardelli & McCabe, 2011). Dette

omhandlar sportslege kontekstar som svarar til eit mannsdominert domene der styrke og kondisjon er nyttig for sportsleg opptreden (Hill, 2015; Ricciardelli et al., 2007).

## 5.2 Kroppspress frå ulike kjelder

Ideen om at familie, jamaldrande og media har stor betydning for i kva grad ein internaliserer ulike kroppsideal, har vorte støtta av fleire studiar (Keery et al., 2004). Slik vi har sett er sosiale relasjonar ein viktig del av ungdomsåra og kan ha stor betydning for unges utvikling av identitet og sjølvbilete. Spesielt er vennskap og relasjonar med jamaldrande betydingsfullt (Kvalem, 2007; Aagre, 2014). Likevel viser tidlegare forskning at alle dei tre primære kjeldene; familie, jamaldrande og media, har betydning for oppleving av kroppspress blant ungdomen.

### *Kroppspress frå familie*

Ata et al. (2007) presenterer familien som den mest framstående faktoren for utvikling av eit negativt kroppsbilde blant unge. Til dømes har det vorte påpeikt korleis utsjånadsrelatert erting og press om vektendring kan manifestere seg i familien og påverke unges kroppsbilete negativt (Ata et al., 2007; Neumark-Sztainer et al., 2007). Betydinga av familierelasjonar vert også presisert hjå andre studiar, som viser at dårlege familierelasjonar har samanheng med låg kroppstilfredsheit (Holsen et al., 2012; Pike & Rodin, 1991).

Vidare framhevar Rodgers og Chabrol (2009) korleis kommentarar knytt til kroppform, vekt og matvanar, enten dei er positive eller negative, kan skape eit press om å gå ned i vekt blant unge jenter. Det same ser ein att hjå Sæle et al. (2021), som viser at mykje diskusjon om, og fokus på kropp i familien medfører at ein sjølv verte meir oppmerksom på kropp og utsjånad. Dette vert støtta av Neumark-Sztainer et al. (2007), som viser at foreldres oppfatningar, synspunkt og åtferd kan ha betydning for i kva grad unge utviklar kroppsmisnøye. Til dømes kan jenter bli negativt påverka dersom familiemedlemmar har mykje fokus på diettar, matinntak og slanking.

Hjå Tylka (2011) vert det vidare presisert at familien kan påverke unges kroppoppfatning gjennom bruk av media. Når familien jamleg utset gutar for mediebilete av muskuløse kroppar, kan dette forsterke unges idé om kva som er attraktivt. Dette vert også støtta av forskning som viser at press frå familie kan auke unges samanlikningstendensar og internalisering av ulike utsjånadsideal (Rodgers & Chabrol, 2009).

### ***Kroppspress frå jamaldrande***

Tidlegare forskning finn også at interaksjonar og samanhandling med jamaldrande har stor betydning for utviklinga av kroppsbilete. Blant anna vert det vist at unge skapar ein utsjånadskultur som er styrt av normer og forventningar. Slike forventningar vert vidare modellert og forsterka innanfor miljøet blant jamaldrande (Jones & Crawford, 2006). Dette ser ein døme på i samband med samtaletemaa hjå ulike jentegjengar. Desse omhandlar ofte prat om diettar, samt utsjånadsrelaterte spørsmål, -usikkerheit og -bekymringar. På same måtar delar også gutegjengar oppfatningar om utsjånad og kropp, då spesielt med fokus på musklar og maskulinitet (Jones & Crawford, 2006). Kroppspresset unge opplev frå jamaldrande er vidare funne å vere ulikt for jenter og gutar. Presset gutar opplev, om å auke muskulatur, vert funne å vere lågare enn presset jenter opplev i samband med vekt nedgang (Ata et al., 2007).

Jones et al. (2004) viser også at direkte kommentarar eller kritikk om utsjånad kan bidra til å skape eit kroppspress blant unge. Dette kan relaterast til Grogan og Richards (2002) sine funn, som illustrerer unges kollektive oppfatning om at fylde og overvekt er relatert til manglande vilje eller tap av kontroll (Grogan & Richards, 2002). Elevar som ikkje svarar til samfunnsidealane kan oppleve direkte konsekvensar av dette i relasjon med jamaldrande, og fleire studiar viser til unges erfaringar med latterliggjing, ekskludering, mobbing, erting, og bruk av kallenamn (Grogan & Richards, 2002; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Jones, 2004).

I denne samanheng blir det også vist til eit sosialt hierarki hjå jamaldrande i skulen (Hill, 2015). Hjå Ricciardelli et al. (2007) vert til dømes «dominans» identifisert som eit tema. Sjølv om det å vere dominant vert sett på som ein måte å representere makt og status, hadde det større betydning som ein strategi for å unngå mobbing. Til dømes vert ein muskuløs og markert kropp forbunde med kjensla av sjølvtilitt, makt og status i sosiale situasjonar (Grogan & Richards, 2002). Mange unge er også kjent med dei sosiale fordelane idealkroppen medfører, som til dømes fysiske eigenskapar, popularitet, sosial anerkjenning og fråvær av negative reaksjonar (Azzarito & Solmon, 2006; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Kvalem, 2007).

### ***Kroppspress frå media***

Til slutt har forskning vist at digitale media opptar mykje av tida til dagens ungdom, og har difor stor betydning for i kva grad unge utviklar kroppsmissnøye (Ata et al., 2007; Keery et al., 2004; Knauss et al., 2008). Til dømes viser Harrison og Hefner (2006) at tv-titting har stor påverknad på kva kroppsideal unge adopterer, samt korleis deira kroppsbilete utviklar seg. Spesielt vert

eksponering av mediebilete, som illustrerer eit tynt kroppsideal, funne å fremje unge jenters kroppsmisnøye (Grabe et al., 2008). Dette gjeld også for gutar som vert eksponert for, og vidare samanliknar seg med mannlege muskuløse kroppar som er illustrert i magasin (Azzarito & Solmon, 2006). Vidare har Fardouly et al. (2015) vist at unge med samanlikningstendensar i større grad utviklar usikkerheit tilknytt eigen utsjånad etter å ha besøkt sosiale media, noko som resulterer i at ein vert nedstemd (Fardouly et al., 2015).

## 5.3 Kroppsspesifikke forhold og detts betydning for kroppsøvfingsfaget

### 5.3.1 Kroppsideal og kroppspress i kroppsøvfingsfaget

I følgje KÅM kan historiske faktorar, som til dømes kulturell sosialisering, mellommenneskelege erfaringar, fysiske karakteristikkar og personlegdomstrekk, forme eins kroppsildeevaluering, kropps-skjema og mentale strukturar. Når ein står overfor spesifikke kontekstuelle situasjonar, kan forskjellige formar for indre dialog aktiverast, noko som kan resultere i kognitive strategiar, samt unnvikande og kropps-skjulande åtferd (Cash, 2002, 2011; Tiggemann, 2012). I samanheng med dette har tidlegare forskning vist at kroppsspesifikke erfaringar kan påverke elevs møte med, og oppleving av kroppsøvfingsfaget.

Først og fremst vert det vist til samanhengar mellom internaliserte kroppsideal og kroppsildeevaluering i tilknytning til opplevinga av kroppsøvfingsfaget. Blant anna viser fleire studiar at jenter, i større grad enn gutar, rapporterer om usikkerheit og kroppsmisnøye, der dette ofte botnar ut i eit ynskje om ein slankare kropp (Azzarito & Solmon, 2006; Kerner et al., 2018a; Lodewyk et al., 2009; Lodewyk & Sullivan, 2016). Til tross for større misnøye blant jenter vart det også funne kroppsmisnøye hjå gutar som viste til både ynskje om ein slankare kropp eller ein større kroppsbygning (Azzarito & Solmon, 2006; Kerner et al., 2018a; Lodewyk et al., 2009; Lodewyk & Sullivan, 2016).

Det er med dette tydeleg at samfunnskonstruerte kroppsideal vert reflektert og gjenspegla blant elevane i kroppsøvfingsfaget. Hjå Joy og Larsson (2019) kjem det også fram at narrativ og oppfatningar om kropp og utsjånad vert reproduisert i klasserommet, og vidare bidreg til å oppretthalde ulike diskursar knytt til kroppslege ideal. For det fyrste vert det vist til korleis kroppsøvfingsfaget vert nytta som eit middel for å konstituere dei samfunnskonstruerte kjønnsnormene. Vidare vert maskuline diskursar produsert og reproduisert gjennom ulike rørsler og måtar å opptre på (Joy & Larsson, 2019).

Forsking viser også at unge presenterer seg sjølv på ein måte som samsvarar med eigenskapar til medelevar og klassen. Som ei følge av dette vil klassens kroppsoppfatningar i stor grad påverke og gjenspegle elevanes bekymring knytt til kroppsbilete (Carmona et al., 2015). Tilsvarende tematikk finn ein hjå Azzarito og Solmon (2006) som undersøker korleis gruppeprosessar og -normer utspelar seg hjå einkjønn klassar. Funn indikerer at gutar, i motsetning til jenter, har større sannsyn for å følge klassens diskursar. Hjå Joy og Larsson (2019) vert det i denne samanheng vist til at kroppsøvningsfaget kan opplevast å vere dominert av maskulinitet. Dette kan påverke elevars moglegheiter for læring, tilstedeværelse, trivsel og deltaking.

### 5.3.2 Kroppsfokus og detts betydning for trivsel og deltaking

Slik det vart presentert hjå kapittel 3, har kroppsøvningsfaget ein betydingsfull verdi med moglegheit til å kunne fremje fysisk helse og velvære, samt sosiale og emosjonelle ferdigheiter (Utdanningsdirektoratet, 2020). For at kroppsøvningsfaget skal kunne realisere sine formål, er det sentralt at elevane opplev ei positiv sjølvoppfatning, trivsel og meistring, slik at dei blir inspirert til å bevege seg og delta aktivt i faget (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011; Skaalvik & Bong, 2003). Imidlertid viser forsking korleis eins kroppsfokus kan ha betydning for elevars trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget.

I ei norsk undersøkinga med 3000 ungdomsskuleelevar frå heile landet vart det funne at 22.4% av elevane var heilt eller litt einig i at dei var misfornøgde med eigen kropp i kroppsøvingstimane, der jentene dekkja 12.6% av denne andelen. I samanheng med spørsmål om elevane grua seg til kroppsøvingstimen var det 10.2% som oppgav at dei var heilt eller litt einig. Resultata viste også at kroppsøvningsfaget var mest populært blant gutane (Moen et al., 2018). Sjølv om det ikkje vart undersøkt potensielle samanhengar mellom desse funna, har annan forsking vist at kroppsmisnøye og bekymringar knytt til eigen utsjånad påverka elevars trivsel, innsats og deltaking i timane (Andrews & Johansen, 2005; Lodewyk et al., 2009).

Tidlegare studiar har også undersøkt vidaregåande elevars tilfredsheit med kroppsøvningsfaget, i forhold til blant anna kroppstype. Elevar som vart betrakta som overvektige oppgav, i motsetning til sine normalvektige medelevar, mindre tilfredsheit med faget, samt mindre aksept frå jamaldrande (Ruiz-Ariza et al., 2018). Også hjå Ryan et al. (2009) vart det viste til at normelvektige elevar registrerte høgare aksept for faget. Når resultata viser til samanhengar knytt til kroppsform og vekt, kan dette likegodt omhandle aspekt knytt til

fysisk form. Til dømes kan eins fysiske form ha betydning for eins oppleving av komfort ved gjennomføring av aktivitetar, utan å nødvendigvis vere direkte relatert til kroppsmisnøye. Likevel har eksisterande litteratur vist at kroppsbilete ofte er eit resultat av avstand til idealkroppen (Lodewyk et al., 2009; Lodewyk & Sullivan, 2016), og det kan difor vere tilfelle der både fysisk form og kroppsbilete spelar inn.

Lodewyk et al. (2009) fant imidlertid samanhengar mellom kroppsmisnøye, test-angst, meistringstru og utvikling av fysiske ferdigheiter, og viser til at dette mogleg kan forklare kvifor enkelte vel å delta meir aktivt i fysisk aktivitet enn andre. Til dømes vert det hjå Hill (2015) vist til gutar som føler seg svake på bakgrunn av samanlikning med kompisar, noko som også medfører at dei verte meir sårbare og usikre ovanfor eigen kropp i kroppsøvingsfaget. Vidare uttrykkjer Andrews og Johansen (2005) at bekymringar om kropp og utsjånad kan påverke elevanes innsats i timane.

I denne samanheng viser forskning til unnvikande åtferd og skjuleteknikkar. Skjuleteknikkar kan utløysast hjå bestemte situasjonar eller aktivitetar der elevane kjenner seg ukomfortable, pressa eller usikre (Hagen et al., 2014). Hjå Carmona et al. (2015) blei det vist til at kroppsmasseindeks og kroppsmisnøye hadde positive samanhengar med skjulande eller unnvikande åtferd, både blant jenter og gutar. Likevel nytta jentene, som også hadde eit sterkare ynskje om ein slankare kropp, unnvikande åtferd i større grad enn gutane. Dei var også mindre aktive og hadde lågare fysisk deltaking i faget. Jentene hjå Andrews og Johansen (2005) sin studie, viste likeins sjenanse i samband med ei kjensle av at kroppen vart granska i kroppsøvingstimane, og spesielt i garderoben. Dette medførte ulike strategiar som til dømes å sløkkje lyset i garderobe, dekkje seg til med handklede, eller i verste fall å droppe dusjen. Dette påverka igjen elevanes innsats i timen, der elevane lurte seg unna og sikta mot eit lågt intensitetsnivå for å unngå å bli svette eller slitne.

Forskingfeltet referer mindre spesifikt til gutars tilbøyelegheit for unnvikande eller skjulande åtferd. Imidlertid viser studiar korleis kroppsforteljingar og kroppslege bekymringar, hjå både jentene og gutane, i stor grad kan påverka deira aktivitetsval i kroppsøvingstimane. Whitehead og Biddle (2008) uttrykkjer til dømes korleis jenter tek avstand frå enkelte aktivitetar då dette kan medføre rotete hår, øydelagt sminke, brekte negler, skitne klede, og generelt det å sjå uryddig ut (Whitehead & Biddle, 2008). Hjå Azzarito og Solmon (2006) vert det også vist til korleis enkelte gutar deltek i kroppsøvingsfaget, berre om det samsvarar med deira kroppssoppfatningar eller sportslege mål. Andre elevar deltek, til tross for at dei sjeldan

viser entusiasme eller engasjement i timane (Azzarito & Solmon, 2006). Enkelte elevar uttrykkjer også eit ynskje om å inkludere meir vektløfting i kroppsøvningsfaget, då dette vil hjelpe dei på veg mot eit muskuløst kroppsideal.

Dette vert også eit tema hjå Hill (2015), som omtalar elevar som deltek i aktivitetar med mål om å kome nærare idealkroppen. Gutar frå studien deler vidare erfaringar knytt til det å måtte jobbe for ein kropp som er verdsett og har verdi i skulen, noko som påverkar trivsel, deltakinga, ferdigheitsframføring, samt interaksjon med andre elevar. Til dømes fortel ein elev korleis mangel på styrke og kroppsstørrelse medverkar til at han blir passig i aktivitetar, då han sjeldan vert inkludert av medelevane (Hill, 2015). Å føle at ein er anerkjent, respektert og medrekna i det sosiale miljøet blant jamaldrande har stor betyding for eins sjølvverd, psykiske helse og livskvalitet. Dette er også sentrale kjenneteikn på eit godt læringsmiljø, noko som inkluderer vennskap, tryggleik, inkludering, samt fråvær frå mobbing og plaging (Skaalvik & Skaalvik, 2018). Slike faktorar har også vorte funne å ha ei sentral betyding for elevanes trivsel, innsats, interesse og engasjement, samt faglege sjølvvurdering (Battistich et al., 1995).

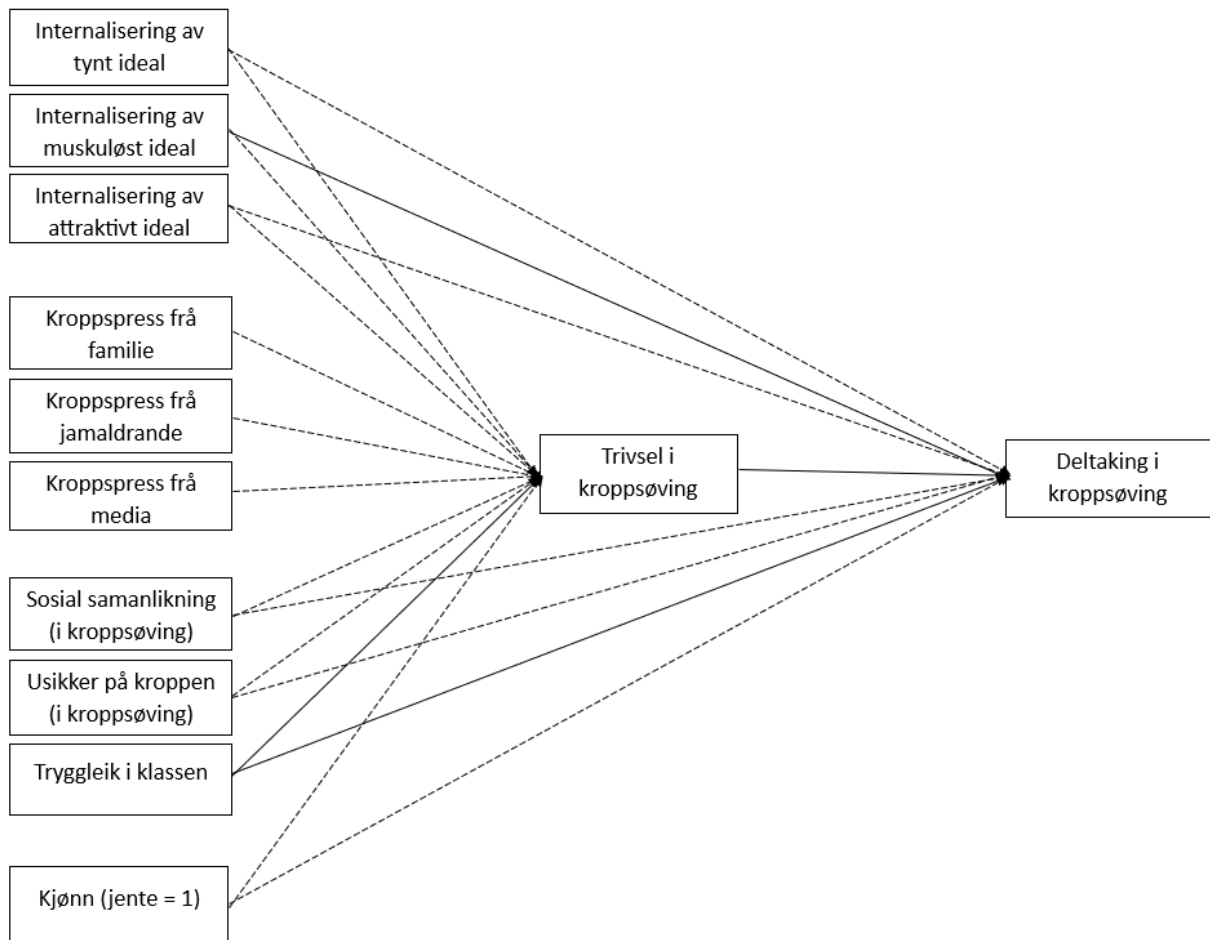


## 6 Analysemodell og hypotesar

Med hensikt å kunne svare på studiens problemstillingar, er det utarbeida ein analysemodell med tilhøyrande hypotesar. Målet med undersøkinga er å teste teori og tidlegare forskning, og forhåpentlegvis tilføye kunnskap i samband med betydninga av kroppspress og kroppsideal for trivsel og deltaking i kroppsøvingfaget. Det fyrste forskingsspørsmålet (Q1) er eit deskriptivt forskingsspørsmål og har ingen tilhøyrande hypotesar. I samband med det andre forskingsspørsmålet (Q2) er det utarbeida ein analysemodell (sjå figur 3, s. 23), samt 18 hypotesar (sjå tabell 1, s. 25) med bakgrunn i teori og tidlegare forskning. For ordens skyld repeterer vi forskingsspørsmåla presentert hjå kapittel 1.1:

*Q1: I kva grad opplev vidaregåande elevar kroppspress og internalisering av utsjånadsideal?*

*Q2: Kva betydning har kroppspress, internaliserte utsjånadsideal, tryggleik i klassen og kroppsspesifikke forhold i kroppsøving for trivsel og deltaking i faget?*



**Figur 3.** Hypotesemodell. Heiltrekt linje (—) indikerer positive samanhengar, stripla linje (- - -) indikerer negative samanhengar.

Analysemodellen baserer seg på ulike hypotesar, og slik modellen viser er det antatt at både eit tynt og attraktivt ideal har negativ direkte effekt på deltakinga i kroppsøvingfaget. Dette er med bakgrunn i forskning som, i fyrste omgang, viser til at unge med slike ideal ofte har større kroppsmisnøye, noko som vidare har vist å kunne utløyse mistrivsel og lågt engasjement for kroppsøvingfaget, samt auka tilbøyelegheit unnvikande eller skjulande åtferd (Andrews & Johansen, 2005; Carmona et al., 2015; Lodewyk et al., 2009). Vidare vert det vist at elevar som skil seg frå samfunnsidealane kan oppleve direkte sosiale konsekvensar, som igjen kan påverke trivsel og sosial deltaking (Grogan & Richards, 2002; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Jones, 2004).

Det motsette vert derimot forventast av hjå muskuløst ideal. Forskinga viser til noko varierende teoriar om konsekvensane av eit muskuløst ideal, der funn i større grad baserer seg på forventningar knytt til kjønn. Hypotesen antar difor at gutar representerer ein større andel av gruppa som potensielt rapporterer om eit muskuløst ideal. Forskinga viser i so fall til at gutar

i større grad opplev pubertetsendringane positivt (Wertheim & Paxton, 2011), at dei i mindre grad opplev kroppsmisnøye og nyttar skjuleteknikkar (Carmona et al., 2015). I tilfelle der det vert rapportert om eit muskuløst ideal, vert det i så måte vist til at kroppsøvningsfaget vert nytta som ein arena kvar ein kan tilnærme seg dette idealet, der dominans vert nytta som ein strategi for å kompensere for avvik frå kroppsideala (Hill, 2015; Ricciardelli et al., 2007). Det vert difor antatt ein positiv direkte effekt mellom muskuløst ideal og deltaking i kroppsøvningsfaget. Vidare forventast det at sosial samanlikning og usikkerheit knytt til eigen kropp i faget har ein negativ direkte effekt på aktivitetsnivået, medan tryggleik til klassen derimot påverkar deltakinga positivt. Også desse hypotesane er støtta på tidlegare forskning (Azzarito & Solmon, 2006; Fardouly et al., 2015; Hill, 2015; Ricciardelli & McCabe, 2011; Wertheim & Paxton, 2011). Til slutt anslår hypotesane at gutane generelt trivast betre og er meir deltakande i kroppsøvningsfaget.

Det er forventa at alle dei nemnde endogene variablane, her også inkludert pressfaktorane, også har indirekte effektar til deltakinga i faget, mediert av trivsel. Dei indirekte effektane vert anslått å gi same resultat som dei direkte effektane nemnd tidlegare, bortsett frå det muskuløse idealet. Dette då forskning viser at eit muskuløst ideal kan ha positiv samanheng med deltakinga, men ikkje nødvendigvis til trivselen i faget. Alle kjeldene til kroppspress er derimot antatt å ha ein negativ indirekte effekt. Desse forventningane er støtta på ideen om at trivsel er ein viktig føresetnad for deltaking i kroppsøvningsfaget (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011). I tillegg har tidlegare forskning vist samanhengar mellom bekymringar ovanfor eigen kropp, trivsel i faget, samt deltakinga der unnvikande strategiar og teknikkar kan ha betyding (Carmona et al., 2015). Fullstendige hypotesar vert presentert hjå tabell 1, s. 25.

**Tabell 1: Hypotesar tilhørende forskings spørsmål Q2.**

|  | Hypotesar | Spesifikasjon av hypotesar   |
|--|-----------|--|
| Faktorar med direkte samanheng med deltaking                       | H1        | <i>Det er ein positiv samanheng mellom trivsel og deltaking i kroppsøving</i>          |
|  | H2        | <i>Tynt ideal har ein negativ samanheng med deltaking</i>                              |
|  | H3        | <i>Muskuløst ideal har ein positiv samanheng med deltaking</i>                         |
|  | H4        | <i>Attraktivt ideal har ein negativ samanheng med deltaking</i>                        |
|  | H5        | <i>Sosial samanlikning i kroppsøving har ein negativ samanheng med deltaking</i>       |
|  | H6        | <i>Usikker på kroppen i kroppsøving har ein negativ samanheng med deltaking</i>        |
|  | H7        | <i>Tryggleik i klassen har ein positiv samanheng med deltaking</i>                     |
|  | H8        | <i>Jente er mindre delaktige i kroppsøving, enn gutar</i>                              |
| Faktorar med indirekte samanheng med deltaking, mediert av trivsel | H9        | <i>Tynt ideal har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>          |
|  | H10       | <i>Muskuløst ideal har ein positiv samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>     |
|  | H11       | <i>Attraktivt ideal har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>    |
|  | H12       | <i>Press frå familie har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>   |
|  | H13       | <i>Press jamaldrande har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>   |
|  | H14       | <i>Press frå media har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>     |
|  | H15       | <i>Sosial samanlikning har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i> |
|  | H16       | <i>Usikker på kroppen har ein negativ samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i>  |
|  | H17       | <i>Tryggleik i klassen har ein positiv samanheng med deltaking, mediert av trivsel</i> |
|  | H18       | <i>Jenter er mindre delaktige i kroppsøving, mediert av trivsel.</i>                   |

## 7 Metode

I dette kapitlet vil det gjerast reie for metodiske val og avvegingar som er gjort i samband med studien. Kapitlet vil presentere gjennomføringa av datainnsamlinga, studiens utval, måleinstrument og variablar, samt drøfting av dataas reliabilitet og validitet.

### 7.1 Forskingsstrategi og-design

Tidlegare forskning på kroppsbilete og kroppspress har i stor grad nytta seg av kvantitative tilnærmingar. I den grad kroppsspesifikke forholda er undersøkt i relasjon til kroppsvingsfaget, har det vorte vist til både kvalitative og kvantitative prosjekt. På bakgrunn av forskingsspørsmåla som søker å identifisere variablar og undersøkje samanhengar mellom dei, vil det vere hensiktsmessig å nytte ein kvantitativ tilnærming (Creswell & Creswell, 2018).

Den kvantitative tilnærminga vil kunne redusere eins innsikt i folks utdjupande tolkingar og refleksjonar, slik andre kvalitative design kan gi tilgang til (Kvale & Brinkmann, 2015). På bakgrunn den kognitive åtferdsmodellen, som illustrerer at individuelle karakteristikkar og personlegdomstrekk har stor betydning for kroppsbilete (Cash, 2002), ville mogleg slike refleksjonar vore interessante. Likevel inkluderer kvantitative metodar eit større utval respondentar, noko som kan gi eit meir overordna bilete av elevgruppas forhold til eksempelvis dei kroppsspesifikke fenomena inkludert i denne studien. I tillegg vil slik data opne opp for å gjennomføre systematiske målingar, som vidare kan gi opplysingar om dei antekne relasjonane, samt informasjon om effektar, styrke og variansar (Creswell & Creswell, 2018).

Som forskingsdesign vert det, i likskap med dei fleste andre kvantitative studiane, utført ein tverrsnittundersøking. Eit slikt design referer til ein standardisert undersøking som vert gjennomført ein gong, og på eit bestemt tidspunkt (Skog, 2004). På denne måten kan ein få nyttig innsikt i observasjonseiningane, samt moglegheit for å avdekkje variasjon og samvariasjon mellom variablar, noko som vil vere hensiktsmessig med bakgrunn i studiens forskingsspørsmål (Skog, 2004). Ei ulempe vil likevel vere at eit tverrsnittdesign fratar ein moglegheita til å undersøkje utvalet over tid, og ved gjentatte undersøkingar, slik som hjå longitudinelle studiar. Dette medfører også at ein med mindre tryggleik kan sei noko om kausaliteten hjå dataa, grunna begrensa samanliknbarheit og derav potensielle spuriøse korrelasjonar.

Slik Skog (2004) viser til skal ein difor alltid vere varsam med å anta årsaksrelasjonar. Ein må blant anna vere open for at informasjonen ein har samla inn ikkje er tilstrekkeleg i samanheng med å kunne argumentere for bestemte påverknadsretningar mellom variablar. I min studie vil dette vere særleg relevant i samband med dei kroppsspesifikke variablane og til dømes trivsel. Her kan det vere utfordrande å fastslå kva som kjem før noko anna i tid, då variablane kan påverke kvarandre gjensidig. I så måte ville mogleg longitudinelle eller eksperimentelle studiar vore meir hensiktsmessige, noko som også mogleg kunne auka sannsynet for å avklare kausale påverknadar. Slike studiar er dog svært ressurs- og tidkrevjande og difor ikkje aktuelt for dette prosjektet (Nardi, 2018; Skog, 2004). Til tross for tverrdesignets sårbarheit ovanfor testing av årsakssamanhengar vil det likevel kunne gi ein «snapshot» av den gitte populasjonen på tidspunktet data vart samla inn, samt leggje til rette for nokre betydingsfulle diskusjonar.

## 7.2 Datainnsamling

Som følgje av eit felles forskingsområde, vart innsamling av data gjennomført i samarbeida med ein medstudent. Til tross for at forskingsprosjekta har ulik vinkling og mål, var vi begge interessert i mykje av det same datamaterialet. Samarbeidet vart etablert hjå pilotprosjektet for våre studiar, og vidareført hjå dette prosjektet.

Hjå innsamling av data vart det nytta eit elektroniske spørjeskjema (vedlegg 1), utarbeida i den nettbaserte plattformen *nettskjema*. Spørjeskjema er eit ressurs- og tidseffektivt reiskap når ein skal samle inn data frå ei større mengde respondentar (Eynon et al., 2008; Nardi, 2018). Sjølv om spørjeskjemaet vart utarbeida med hensikt om å bevare respondentanes anonymitet, vart det sendt førespurnad til *Norsk senter for forskningsdata* (NSD). Her fekk vi bekrefta at spørjeskjemaet ikkje var meldepliktig, noko som gav oss klarsignal for innsamling av data. Følgande vart det sendt ut førespurnad om deltaking til rektorar, fagansvarlege for kroppsøving, og lærarar hjå tre ulike skular i Trøndelag. Førespurnaden vart sendt via e-post der det vart gitt grunnleggande informasjon om prosjekta. I tillegg vart det vedlagt ein link og ein QR-kode som gav tilgang til spørjeskjemaet. Informasjonsskrivet vert presentert som ei innleiing i spørjeskjemaet.

Tre av skulane gav positive svar og desse fekk tilbod om at forskingsansvarlege kunne møte fysisk for å informere både elevar og lærarar om prosjektet, samt å vere tilgjengeleg med omsyn til det praktiske i samband med gjennomføringa. Det vart også gitt sterke anbefalingar

om at undersøkinga fant stad i klasserommet med omsyn til å auke svarprosenten. Til tross for dette vart det, i samråd med skulane, bestemt at lærarar sjølv stod for distribuering av spørjeskjema. I kva grad gjennomføringa av datainnsamlinga kan ha påverka dataas kvalitet og etiske betraktningar vert diskutert i delkapittel 7.6.

### 7.3 Utval

Forskingsspørsmålet la føringar for eit par kriterier som observasjonseiningane måtte innfri. For det fyrste måtte respondentane som vart inkludert i utvalet ha kroppsøving som fag hjå studieløpet sitt. I tillegg vart det gjort ei slutning på å innhentast data frå vidaregåandeelevar. Dette vart i fyrste omgang sett på som ein måte å avgrense studiens forskingsområde. Samstundes kan det tenkjast at vidaregåandeelevar, i større grad enn ungdomsskuleelevar, er i betre stand til å reflektere over tematikken, noko som kan auke svaras pålitelegheit.

Med bakgrunn i kriteria vil det vere ei talrik mengde kandidatar i Noreg som er aktuelle for denne studien. Ei tilfeldig utveljing av respondentar frå populasjonen, der alle i populasjonen har lik moglegheit for deltaking, ville vore ideelt med tanke på moglegheit for å generaliserast funna til populasjonen for øvrig (Nardi, 2018). Av praktiske og økonomiske årsaker vart det anvendt ei ikkje-sannsynsutveljing og eit bekvemmelegheitsutval, der ein nyttar seg av dei nærmaste tilgjengelege relevante respondentane (Creswell & Creswell, 2018; Skog, 2004).

Etter avslutta datainnsamling var det til saman 244 respondentar som hadde delteke i studien. Utvalet består av 106 jenter og 138 gutar, der gutane utgjer ein større prosentandel (56.6%). Fordelinga mellom klassetrinna viser til at 10.2% (N=25) er VG3 elevar, 22.5% (N=55) er VG2 elevar og 67.2% (N=164) er VG1 elevar. I samanheng med studieprogram er det 42.6% (N=104) frå studiespesialiserande program, 25.4% (N=62) frå idrettsfag og 32% (N=78) frå yrkesfag. For ei meir detaljert beskriving av fordelinga innad i utvalet, sjå vedlegg 2.

### 7.4 Måleinstrument og variablar

Med utgangspunkt i dei delane av spørjeskjemaet som er relevante for denne studien, kan ein overordna dele spørjeskjemaet inn i tre delar (vedlegg 1). Den fyrste delen viser til innleiande bakgrunnsspørsmål, slik som respondentanes kjønn, klassetrinn, studieretning og aktivitetsvanar. Del to av spørjeskjemaet viser til ei rekkje spørsmål henta frå det etablerte

måleinstrumentet SATAQ-4r, som fangar opp respondentanes internalisering av ulike kroppsideal, samt oppleving av kroppspress frå sosiokulturelle kjelder (Schaefer et al., 2017). Den siste seksjonen som har relevans for denne studien er del tre i spørreskjemaet, som viser til spørsmål vedrørande elevanes forhold til kroppsøvfaget, inkludert deira erfaringar knytt til trivsel og deltaking.

Med bakgrunn i spørreskjemaet vart det totalt utarbeida 12 variablar som er meint å representere dei teoretiske konseptane som skal undersøkjast. Seks variablar vart nytta i sin opprinnlege form, medan seks variablar vart konstruert som indeksar eller samansette mål. Dei samansette måla vart utarbeida på bakgrunn av teoretiske og omgrepsmessige omsyn, samt med rettleiing frå statistiske kvalitetsmål.

Før ein konstruerer samansette mål er det viktig å undersøkje i kva grad dei samla indikatorane er eindimensjonale og i kva grad dei representerer eit felles fenomen (Ringdal & Wiborg, 2017; Skog, 2004). Dette vart undersøkt gjennom korrelasjonsanalyse, samt ved hjelp av faktoranalyse *Principle Component Factoring* (PCF) som undersøker i kva grad indikatorane ladar på same faktor (Mehmetoglu et al., 2022). I samanheng med faktoranalyse vart Kaiser-Meyer-Olkins-kriteriet (KMO) nytta for å undersøkje i kva grad variablane eignar seg på faktoranalyse. Denne testen måler samvariasjonane mellom variablane i datasettet i forhold til antal observasjonar, og undersøker i kva grad det føreligg ein felles varians (Ringdal & Wiborg, 2013). KMO-verdien varierer frå 0 til 1, og verdiar over 0.5 indikerer at korrelasjonane mellom indikatorane eignar seg for faktoranalyse (Christophersen, 2013).

Ved å undersøke indeksanes interne konsistens og reliabilitet får ein et bilete på i kva grad indikatorane oppfører seg på same måte, og om dei har ein felles underliggende konstruksjon (Ringdal & Wiborg, 2017). Reliabiliteten vart målt gjennom Chronbach's Alpha ( $\alpha$ ), som reknast på grunnlag av gjennomsnittleg indikatorkorrelasjonar. Potensiell verdi strekker seg frå 0 til 1, der ein koeffisient over 0.7 vert betrakta som tilfredsstillande (Mehmetoglu et al., 2022; Muijs, 2011). I følgjande delkapittel vil det bli gjort reie for måleinstrumenta som er nytta, samt nøkkeltal for dei endelege variablar.

#### 7.4.1 Deltaking i kroppsøving

Formålet med oppgåva er å undersøkje i kva grad variasjonar i vidaregåandeelevares kroppsideal, oppleving av kroppspress, samt kroppsspesifikke forhold i kroppsøvfaget har betydning for deltakinga i kroppsøvfaget. Det vart reflekter over korleis ein på best mogleg



måte kan måle elevanes deltaking, då omgrepet deltaking kan tolkast ulikt. Til dømes kan enkelte elevar oppfatte det å vere til stade under kroppsøvingstimane som ein form for deltaking, sjølv om dei i mindre grad baserer dette på engasjement og fysisk aktivitet i timane. Med bakgrunn i dette vart det teke ei avgjersle på å fange opp elevanes subjektive oppleving av eige aktivitetsnivå, ved hjelp av spørsmålet «*Hvordan vil du beskrive deg selv i kroppsøvingstimene?*». Spørsmålet hadde ein likert-skala frå 1 (Aldri aktiv) til 5 (Svært aktiv). Variabelen visast i analysa under namnet *deltaking*.

#### 7.4.2 Trivsel i kroppsøving

Som tidlegare vist, spelar trivsel potensielt ei betydingsfull rolle for i kva grad elevane vel å engasjere seg og delta aktivt i kroppsøvingstimane (Lagestad, 2017; Skaalvik & Bong, 2003). I tråd med studiens formål, som blant anna omhandla betydinga av kroppsspesifikke forhold på elevars deltaking i faget, vart trivsel inkludert som ein variabel i analysa. Variabelen representerer data frå påstanden «*Jeg trives i kroppsøving*» og er henta frå del 3 i spørjeskjemaet. Svarkategoriene presenterast på ein likert-skala frå 1 (heilt ueinig) – 5 (heilt einig). Variabelen visast i analysa under namnet *trivsel*.

#### 7.4.3 Sociocultural Attitudes Towards Appearance-Questionnaire-4-Revised (SATAQ-4R)

Med hensikt å fange opp elevanes kroppsideal og oppleving av kroppspress, vart det etablerte måleinstrumentet SATAQ-4R nytta i denne studien. Dette måleinstrumentet er den nyaste versjonen av det originale instrumentet (SATAQ) som vart designa av Heinberg et al. (1995). SATAQ-4R er meint å måle kva sosiokulturelle innflytelsar som kan påverke kroppsbilete, gjennom å undersøkje internalisering av utsjånadsideal og utsjånadspress. Instrumentet eignar seg også i samband med forskning som nyttar teoretiske modellar innan konteksten, som til dømes *Tripartite Influence Model* (Schaefer et al., 2017), og instrumentet vart difor sett som formålstenleg for denne studien.

Instrumentet består av 28 påstandar for menn og 31 for kvinner, der felles for desse er at ein rangerer svara sine på ein fem-punkts likert-skala frå 1 (heilt ueinig) til 5 (heilt einig). Den reviderte versjonen, som bidrog til å auke presiseringa av instrumentet, vart testa på tre forskjellige utval, og indikerer ein 7-faktor skala for både den mannlege og den kvinnelege versjonen av instrumentet. Dei sju skalaane er internalisering av (1) tynt ideal, (2) muskuløst ideal, og (3) generell attraktivitet, samt press frå (4) familiemedlemmer, (5) jamaldrande, (6)

media, og (7) betydingsfulle andre. Til tross for ein anbefalt sju-faktorløyising hjå versjonane for begge kjønn, viser Schaefer et al. (2017) også belegg for både ei 6-faktor og ei sju-faktor løyising av jentenes versjon.

Testing av instrumentet hjå denne studien viste fleire tilfelle av kryssladningar, som vil sei at ein indikator ladar sterkt på fleire faktorar (Mehmetoglu et al., 2022; Ringdal & Wiborg, 2017). Ved nærare undersøkingar viste både jentenes og gutanes versjon belegg for ei 6-faktor løyising, der blant anna press frå jamaldrande og press frå andre lada på same faktor. Då teorien viser til at betydingsfulle andre, som til dømes lærarar og trenarar, refererer til ei anna gruppe enn jamaldrande, kan ein forsvare ei løyising der ein beheld måla åtskilt. Motsett kan ein diskutere i kva grad elevane hjå utvalet tolkar jamaldrande og signifikante andre som to separate grupper. På bakgrunn av studiens faktoranalyse, den tidlegare validerte seksfaktorløyisinga for instrumentet, samt *Tripartite Influence Model* si identifisering av tre primære presskjelder, blei det teke ein avgjersle om å slå saman press frå jamaldrande og press frå signifikante andre til eit samansett mål. Ein detaljert oversikt over resultat frå dei statistiske testane ligg hjå vedlegg 3. Variablane visast i analysa under namna *tynt ideal*, *muskuløst ideal*, *attraktivt ideal*, *press: familie*, *press: jamaldrande* og *press: media*.

Resultata frå dei statistiske testane viste utfordringar i samband med faktoranalysen hjå skalaane; internalisering av generell attraktivitet (jenter) og press familiemedlemmer (gutar). Skalaen for internalisering av generell attraktivitet (jenter) gav belegg for ei to-faktorløyising, noko som tyder på at ein eller fleire indikatorar lada på ulike faktorar. Dette er i utgangspunktet uheldig då skalaen er meint å måle ein underliggende dimensjon (Mehmetoglu et al., 2022). Nærare undersøkingar viste at ein av indikatorane tilhøyrande skalaen lada sterkare på ein ytterlegare faktor, og dette var indikatoren som representerte påstanden: «*Jeg tenker ikke mye på hvordan jeg ser ut*». Det kan vere ulike grunnar til at denne påstanden skapte problem. Til dømes lada den annleis enn dei øvrige påstandane, då formuleringa inneheld «ikke». Dette kan ha medført at «negative» og «positive» verdiar hjå svarkategoriane vart forvirrande, og respondentane kan av den grunn ha tolka svarkategoriane ulikt. Det same problemet finn ein hjå analysen av skalaen som var meint å måle press frå familie (gutar), der påstanden «*familiemedlemmer oppmuntrer meg til å redusere mengden kroppsfett*» lada på ein annan faktor enn dei øvrige indikatorane. Ein årsak til dette kan mogleg vere relatert til at ordlyden i påstanden, i mindre grad opplevast som noko negativt. Til dømes kan «oppmuntring» opplevast som støtte, og i mindre grad som eit negativt press. Til tross for

desse utfordringane, vart det beslutta å inkludere indikatorane som anbefalt hjå Schaefer et al. (2017) på bakgrunn av at instrumentet er validert og testa hjå fleire utval.

Etter ei vurdering av resultata frå dei ulike statistiske testane vart dei tilsvarande skalaane for begge kjønn slått saman for å kunne gi eit overordna mål på dei ulike dimensjonane. Sjølv om påstandane i instrumentet er av ulikt antal for jentenes og gutanes versjon, uttrykkjer dei tilsvarande fenomen.

#### 7.4.4 Andre eksogene variablar

Teorien viser at misnøye med eigen utsjånad kan medverke til eit ubehag rundt kroppens eksponering i kroppsøvingfaget, noko som kan påverke elevanes trivsel og motivasjon (Azzarito & Solmon, 2006; Balli et al., 2014). Det kan også auke eins tilbøyelegheit for sosial samanlikning, samt negative evalueringar av eigen kropp (Carmona et al., 2015; Kerner et al., 2018b). Vidare kan ein, i situasjonar der ein føle seg usikre, pressa eller ukomfortable, vere meir tilbøyeleg for unnvikande eller kroppsskjulande åtfærd (Hagen et al., 2014). Av den grunn er det inkludert tre variablar som relaterer til kroppsspesifikke forhold i kroppsøvingfaget, for å undersøkje om desse har betydning for elevanes trivsel og deltaking.

Variablane er plukka frå del tre i spørjeskjemaet. Det vart forsøkt å nytte samansette mål, men med bakgrunn i ikkje-tilfredsstillande kvalitetsmål vart variablane inkludert som direkte observerte variablar. *Sosial samanlikning* tilsvara påstanden «*Jeg sammenligner kroppen min med mine medelever i kroppsøving*». *Usikker på kroppen* viser til påstanden «*Jeg er mer usikker på kroppen min i kroppsøving enn andre fag*». Den siste variabelen referer til *tryggleik i klassen*, og viser til påstanden «*Jeg er trygg på klassen og mine medelever i kroppsøvingfaget*». Alle påstandane er besvart på ein fem-punkts likert-skala frå 1 (heilt ueinig) til 5 (heilt einig). I tillegg vart *kjønn* inkludert som ein kontrollvariabel i analysa. Denne vart omkoda til ein dikotom variabel der jenter er koda 1, og gutar er koda 0. Variablane visast i analysa under namna *sosial samanlikning*, *usikker på kroppen*, *tryggleik i klassen* og *kjønn*.

#### 7.5 Analyse av data

Datamaterialet frå utvalet vart analysert ved hjelp av den statistiske programvara Stata versjon 17.0. Med hensikt å svare på studiens problemstilling vart dataanalysen ein tredelt prosess som viser til ein deskriptiv statistikk med variansanalyse, ei korrelasjonsanalyse, samt ei sti-analyse. Med formål om å svare på studiens fyrste problemstilling (Q1) vart data fyrst

undersøkt gjennom deskriptiv statistikk (tabell 2, s.41). I denne sammenheng vart elevanes gjennomsnittlege svar på dei ulike måla, samanlikna med gjennomsnittet på svarskaalen. Gjennomsnittet på svarskaalen var 3, då denne romma svaralternativ 1-5. I tillegg vart kjønnsforskjellane undersøkt gjennom ein two-sample t-test, som undersøker om det er signifikant forskjell i gjennomsnittleg testresultat mellom gutar og jenter. På bakgrunn av standardavvikeneingar vart også effektstørrelsen (Cohen's d) berekna for å vurdere i kva grad skilnadane er statistisk signifikante.

Med bakgrunn i ynskje om å nærare undersøkje Q1, samt å potensielt få nyttig innsikt i samband med Q2, vart det utarbeida ei korrelasjonsmatrise som har til hensikt å avdekkje samanhengar mellom variablane i studien. Matrisa kan på denne måten fremje ei betre forståing av kroppspress og internaliserte utsjånadsideal, men er også særleg relevant i samband med samanhengar tilknytt trivsel og deltaking i kroppøvingsfaget. Då variablane kan tolkast som kontinuerlege er korrelasjonsmålet Pearsons  $r$  nytta. Med bakgrunn i studiens andre problemstilling (Q2) vart faktorar med direkte og indirekte betyding for deltaking i faget analysert gjennom ei sti-analyse, ein analyseteknikk innan Structural Equation Model (SEM). Dei teoretiske perspektiva, samt tidlegare forskning, ligg i stor grad til grunn for spesifisering av modellen, som har til hensikt å undersøkje og etterprøve studiens hypotesar.

### 7.5.1 Sti-analyse (SEM)

På bakgrunn av studiens formål om å undersøkje korleis fleire forhold har betyding for deltakinga i kroppøvingsfaget, då også i samband med den medierande variabelen trivsel, vil sti-analyse kunne vere eit hensiktsmessig verktøy. Gjennom ein hierarkisk modell der variablane kan ha både direkte og indirekte effektar, kan sti-analyser estimere og teste størrelsen og betydinga av samanhengar mellom eksogene og endogene variablar (Christophersen, 2013; Kline, 2011). Sti-analyser kan ofte omtalast som kausale modellar, der variablar vert oppstilt på bakgrunn av deira kausale rekkefølge, frå vestre til høgre. Dei kausale forbindelsane mellom variablane i modellen, vert beskrive ved hjelp av piler (Nayebi, 2020). Christophersen (2013) viser til at omgrepet «kausalanalyse» kan vere uheldig, då det hjå tverrsnittsdata kan vere ukorrekt å trekke kausale slutningar. I så fall bør konklusjonane vere forankra teoretisk eller på bakgrunn av tidlegare undersøkingar. Gjennom arbeid med teori og tidlegare forskning har undertega imidlertid opparbeida seg ein teoretisk og fagleg forståing av

kva veg pilene i modellen bør peike. Vidare vil modellen også kunne gi ei inngående undersøking og nyttig innsikt i forholda mellom dei ulike variablane som er inkludert i studien.

Analysen inkluderer 10 eksogene variablar; 6-faktorløyning frå SATAQ-4r, sosial samanlikning i kroppsøving, usikker på kroppen i kroppsøving, tryggleik i klassen og kjønn. Vidare inkluderer analysa ein medierende endogen variabel (trivsel), samt ein utfallsvariabel (deltaking). Når ein skal undersøkje effektane mellom variablane i modellen er det vanleg å nytte standardiserte regresjonskoeffisientar, som viser til standardskårar (z-skår). Desse kjem til syne som betaverdi ( $\beta$ ) og går frå -1 til 1. I følgje Muijs (2011) kan betaverdiane kategoriserast som svak effekt ( $<0.2$ ), beskjeden effekt ( $0.1-0.3$ ), moderat effekt ( $0.3-0.5$ ) og sterk effekt ( $>0.5$ ). Dei direkte effektane viser til korleis dei eksogene variablane ( $x$ ) og den medierende variabelen ( $m$ ) påverkar utfallsvariabelen ( $y$ ). Ved hjelp av den medierende variabelen kan ein også teste om dei eksogene variablane har indirekte effekt på utfallsvariabelen. Dei indirekte effektane finn ein ved å multiplisere koeffisientane langs stiane (Ringdal, 2013; Skog, 2004).

### 7.5.2 Modelltilpassing

Når ein skal evaluere modelltilpassing i strukturelle likningsmodellar (SEM) vil *overall goodness of fit* (GOF) kunne gi informasjon om kor godt modellen passar til data. Mehmetoglu et al. (2022) viser i denne samanheng til to omgrep: *predikert varians-kovariansmatrise* ( $\Sigma$ ) som viser til analysens predikasjonar for kvar parameter i modellen og *utvalets varians-kovariansmatrise* ( $S$ ) som er den faktiske kovariansmatrisa som er observert i datasettet. Når ein evaluerer modelltilpassing i SEM, samanliknar ein  $\Sigma$  og  $S$ , og dersom avstanden mellom desse er liten indikerer dette at modellen passar godt til data (Mehmetoglu et al., 2022). Ved hjelp av maximum likelihood (ML) vil det bli estimert en modell som representerer de beste estimatet for å minske dette gapet, og ein ML lik 0 tyder på at modellen passer data perfekt. Det finnst fleire testar som undersøker modelltilpassinga, og dei fleste undersøker nettopp skilnaden mellom  $\Sigma$  og  $S$  (Kline, 2011; Mehmetoglu et al., 2022). Hypotesemodellen vart testa, og ein detaljert oversikt over resultatata ligg hjå vedlegg 4.

Fyrst i resultatata vart kjikvadratet ( $\chi^2$ ) med 3 friheitsgrader presentert. Kjikvadratet gir informasjon om korleis modellen vi har utarbeida opptre samanlikna med ein sokalla *saturated model* (SM), ein metta modell utan nokon friheitsgrader. Her leggast det til grunn ei nullhypotese som tilseier at analysemodellen er perfekt, eller med andre ord at

analysemodellen ikkje passar dårlegare enn SM. Med dette som bakgrunn er difor ikkje-signifikante p-verdiar ( $p > .05$ ) ynskeleg (Kline, 2011; Mehmetoglu et al., 2022).  $\chi^2$  var ikkje-signifikant med ein p-verdi på .15, noko som er eit tilfredsstillande resultat. Sjølv om denne testen er tilfredsstillande, anbefalast det at ein undersøker andre tilpassingsindeksar som er mindre sensitive for utvalsstørrelse (Muijs, 2011; Ringdal & Wiborg, 2017).

*Standardized root mean squared residuals* (SRMR) viser den gjennomsnittlege skilnaden mellom korrelasjonen i den predikerte modellen ( $\Sigma$ ) og modellen frå utvalet ( $S$ ) (Brown, 2015). SRMR verdiar går frå 0 til 1, der lågare verdiar indikerer ein betre modell. Wang og Wang (2019) viser her til SRMR  $< .1$  som generelt akseptable verdiar. Ringdal og Wiborg (2017) meiner derimot at verdiane bør vere lågare enn  $< .08$ . Resultata frå analysemodellen viser ein SRMR verdi på .013, og er difor rekna som tilfredsstillande. I motsetning til kjiqvadratet og SRMR, vil *root mean squared error of approximation* (RMSEA) i større grad ta høgde for modellens kompleksitet og utvalsstørrelse, der enklare modellar med færre parametarar vert belønna (Mehmetoglu et al., 2022). RMSEA måler modelltilpassing der høge RMSEA verdiar tyder på ei dårleg tilpassing modellen i forhold til dataa (Kline, 2011; Mehmetoglu et al., 2022). Her vil verdiar over .10 indikerer ein dårleg tilpassa modell (Browne & Cudeck, 1993). RMSEA resultata hjå analysemodellen viste akseptabel modelltilpassing (RMSEA = .057).

I samband med kjiqvadratet vart analysemodellen vår samanlikna med ein metta modell utan friheitsgrader, noko som indikerer ein modell som passer data perfekt. I motsetning til dette måler både *comparative fit index* (CFI) og *Tucker-Lewis index* (TLI) analysemodellen opp mot ein null-modell, også kalla *baseline model*. Det vil sei ein modell som antar at der ikkje finnast noko kovarians eller korrelasjon mellom indikatorane i modellen, og som difor gir dårlegast tilpassing (Mehmetoglu et al., 2022). Både CFI- og TLI-verdiane varierer frå 0 til 1. Slik Acock (2012) viser til vil CFI-, og TLI verdiar over .90 indikere at modellen er akseptabel. Andre viser til at verdiar over .95 som tilfredsstillande (Muijs, 2011). Resultata hjå analysemodellen viste akseptable resultat hjå både CFI (.99) og TLI (.91), noko som difor indikerer god passform.

Til slutt vil *coefficient of determination* (CD) vere eit oppsummerande og samla mål på modellens tilpassing til data. Denne går frå 0 til 1, og kan hjelpe til med å forklare kor mange prosent av variasjonen i utfallsvariabelen som forklarast av dei andre variablane i modellen. CD viste her ein verdi på .42. Verdiar som nærmar seg 1 er ynskeleg (Mehmetoglu et al., 2022).

Med utgangspunkt i hypotesemodellen var modelltilpassinga tilfredsstillande. Det vart likevel gjort testar for å undersøkje i kva grad potensielle endringar forbetra modellen. Fyrst vart det tatt stilling til om dei ikkje-signifikante ( $p > 0.05$ ) stiane skulle fjernast eller behaldast. Det var fleire stiar frå dei eksogene til den medierande variabelen som viste ikkje-signifikante verdiar deriblant tynt og attraktivt ideal, press frå familie, sosial samanlikning og kjønn. Det vart også funne ikkje-signifikante stiar mellom dei eksogene uavhengige variablane tynt og attraktivt ideal og kjønn til utfallsvariabelen deltaking. Basert på testens resultat vart modelltilpassinga betre på enkelte områder, men problematisk i samband med CFI og TLI ( $X^2 = 10.337$  [df=11],  $p > .50$ ; SRMR = .018; RMSEA = .00; CFI = 1.00; TLI = 1.01; CD = .41). CFI verdien kan ikkje overstige 1, då denne baserer seg på ein komparativ tilnærming, noko som vil sei at den samanliknar modellen med ein nullmodell. Av den grunn er det ikkje mogleg å få ein CFI verdi over 1, då den ikkje kan bli betre enn «perfekt» tilpassa. TLI verdien er ikkje-komparativ og kan difor overstige 1, men det er ein generell oppfatning om at verdiar over 1 er uheldig, då dette kan indikerer at det er feil i estimeringa eller rapporteringa av data, og at modellen mogleg er overtilpassa (Hox, 2010; Kline, 2011). Å utelukke stiane var heller ikkje i tråd med hypotesane eller teori, og dei vart difor behaldne. I samband med modelltilpassing vart det også undersøkt i kva grad dataprogrammet foreslo ytterlegare tilpassingar gjennom *modification indices*. Her vart det foreslått å leggje til ein sti mellom press frå familie og utfallsvariabelen deltaking. For det fyrste resulterte denne endringa i ein overestimert modell. I tillegg er det med bakgrunn i teorien teke ei beslutning om å ikkje inkludere direkte stiar mellom pressfaktorane og deltakinga i kroppsøving. Hjø teorien blir kroppspress i større grad vist til som ein formidlar av ulike ideal. Vidare er det truleg fyrst når ein aksepterer desse ideala som relevante for ein sjølv at desse kan medføre negative utfall eller konsekvensar (Tiggemann, 2012). Kline (2011) presiserer også at å gjere endringar hjå ein modell ikkje skal vere utelukkande drive av å få ein god modelltilpassing. Ein bør difor ikkje legge til eller fjerne relasjonar som gjer at modellen ikkje lenger samsvarar med, og kan forsvarast teoretisk og empirisk. Med bakgrunn i oppgåvas hypotesar, samt at modellen i utgangspunktet gav nokså gode resultat, vart relasjonane mellom variablane behaldne. Den endelege analysemodellen vert presentert hjå figur 4, s. 45.

## 7.6 Datas kvalitet – validitet, reliabilitet og generaliserbarheit

Validitet og reliabilitet er to sentrale omgrep innan forskning og vitskap som omhandlar å sikre at datainnsamlinga og analysen er påliteleg og gir gyldige resultat (Nardi, 2018; Skog, 2004). Validitet refererer til studiens gyldigheit og i kva grad ein måler det ein er meint å måle. Meir konkret kan ein vurdere validitet med bakgrunn i om ein har lykkast i å operasjonalisere det ein ynskjer å få svar på, på ein adekvat og påliteleg måte (Skog, 2004). Å nytte spørjeskjema hjå innsamling av data kan potensielt påverke studiens validitet på fleire måtar. Spørjeskjemaet hjå studien byggjer på det same spørjeskjemaet som vart nytta i pilotundersøkinga hausten 2022, noko som gav oss moglegheit til å evaluere og justere innhaldet ut frå tilbakemeldingar og resultat. Spørjeskjemaet vart også testa på eit mindre utval i forkant, for å identifisere misforståingar eller uklarheiter. I denne samanheng vart det reflektert ein del over spørsmålsformuleringar, og i kva grad desse var forståelege og tilpassa målgruppa. Til tross for dette er det likevel mogleg at det har oppstått systematiske målefeil som vidare kan undergrave dataas validiteten (Skog, 2004). Det er til dømes mogleg at ordlyden på enkelte spørsmål har påverka respondentanes svar. I tillegg kan uheldige svar kome at av respondentane har trykkjer tilfeldig for å bli raskt ferdig, eller ikkje svarer ærleg. Dette er også spesielt relevant i samband med at temaet for undersøkinga, som mogleg kan opplevast som sårt for enkelte. Dette kan medført til at respondentane overrapporterar eller underrapporterar, til tross for at undersøkinga var anonym. Eit av tiltaka som vart gjort i denne samanheng var å berre inkludere lukka spørsmål, samt å gjere alle spørsmåla obligatoriske. Det vart også gitt beskjed om at forskingsansvarlege kunne stille opp ved gjennomføring for å avklare eventuelle spørsmål eller uklarheiter. Då det ikkje vist ynskje om dette frå kontaktpersonane, vart undersøkinga gjennomført utan vårt tilsyn, noko som kan ha medverke til lågare validitet. Samstundes gjorde dette at vi på ingen måte kunne påverke respondentanes svar, noko som kan ha styrka dataas reliabilitet.

Det er mogleg ulike føresetnadar for validiteten i samanheng med måleinstrumenta som er nytta hjå denne studien. I samband med innhaldsvaliditet vil ein kunne diskutere i kva grad måla fangar opp kompleksiteten hjå dei ulike konseptta ein er interessert i (Muijs, 2011). I denne samanhengen kan samansette mål fange opp fleire sider hjå omgrepet, enn mål som målast med berre éin enkelt indikator (Ringdal, 2013). Det er fleire mål i studien som består av ein enkelt indikator, då til dømes den avhengige og den medierande variabelen. Som det er nemnd tidlegare var det utfordrande å finne eit dekkjande mål på elevanes deltaking i



kroppspøvningsfaget og det vart difor teke eit val om å be elevane oppgi kor aktive dei var i timen. Dette er ein subjektiv registrering av aktivitetsnivået, og det er mogleg at elevanes svar ikkje gir det korrekte bilete av deira aktivitetsnivå. I denne samanheng har det også vore reflektert ein del over omgrepet *trivsel*, og det faktum at dette er eit abstrakt og komplekst omgrep. Til dømes viser fleire artiklar at trivsel i kroppspøvningsfaget kan vere forma av fleire faktorar som til dømes læraren, eins interaksjon med andre, aktivitetsval og meistring (Lagestad, 2017; Smith & St Pierre, 2009). Dette kan bety at elevane opplev ulik trivsel hjå ulike tidspunkt, samt i ulike settingar, noko som vil vere vanskeleg å fange opp med ein enkelt indikator. I tillegg kan elevanes svar vere forma av tidspunktet undersøkinga er gjennomført. Dette kan difor ha svekka studiens innhaldsvaliditet, noko som mogleg kunne vorte betra ved hjelp av samansette mål som fangar opp fenomenets kompleksitet. Eit døme på eit slikt samansett mål er SATAQ-4r som også er inkludert i studien. Dette er eit standardisert måleinstrument som har vorte testa og validert ved gjentekne målingar, noko difor kan auke dataas validitet.

I forlenging av dette kan også måleinstrumenta påverke studiens reliabilitet. Reliabilitet refererer til instrumentas pålitelegheit og konsistens, og om ein vil få same resultat over tid og hjå ulike situasjonar (Nardi, 2018; Skog, 2004). At samtlige samansette mål er henta frå tidlegare studiar kan difor fremje måleinstrumentas reliabilitet. I tråd med anbefalingar hjå Schaefer et al. (2017) vart måleinstrumentets reliabilitet også testa hjå denne studien gjennom Cronbach's Alpha som viste ein god intern konsistens.

Generaliserbarheit omhandlar i kva grad ein kan anta at eins funn gjelder for populasjonen for øvrig (Skog, 2004). Sidan denne oppgåva tek utgangspunkt i eit tverrsnittdesign, og eit ikkje-sannsynsutval, vil funna i utgangspunktet berre kunne fortelje noko om det utvalet forkinga er utført på. Likevel består utvalet av elevar frå alle trinn hjå vidaregåande, og det er ei jamn fordeling blant kjønn. Data er også samla inn frå fleire skular, noko som kan auke generaliserbarheita. Det er likevel vanskeleg å sei noko bestemt om dette, og funna frå forkinga vil difor mogleg, og mogleg ikkje, eksistere i populasjonen for øvrig (Muijs, 2011). I samband med studiens val av analyse, kan ein også vise til Skog (2004) som poengterer at ein alltid skal vere varsam med å anta årsaksrelasjonar. Ein må blant anna vere open for at informasjonen ein har samla inn ikkje nødvendigvis er tilstrekkeleg, dersom ein skal argumentere for bestemte påverknadsretningar mellom variablar. I min studie vil dette vere særleg relevant i samband med dei kroppsspesifikke variablane og til dømes trivsel, der det mogleg kan vere ein gjensidig påverknad som viser til at den eine ikkje nødvendigvis kjem

før den andre i tid. Til tross for dette kan studien likevel bidra til inspirasjon for framtidig forskning, samt vise kva elevgruppa hjå utvalet for denne studien opplever eller erfarer.

## 8 Resultat

Resultatkapittelet presenterer funna frå dataanalysen. Innleiingsvis vert det vist til deskriptiv statistikk, samt resultata frå t-testen og korrelasjonsmatrisa. Desse analysane har til hensikt å svare på i kva grad vidaregåandeelevar opplev kroppspress og internalisering av ulike utsjånadsideal (Q1). I tillegg vil desse gi eit bilete på elevanes erfaringar med kroppsøvingsfaget. Til slutt vil studiens andre problemstilling (Q2) blir undersøkt ved hjelp av ei sti-analyse som viser i kva grad det finnast indirekte og direkte samanhengar mellom kroppsspesifikke forhold og deltaking i kroppsøvingsfaget.

### 8.1 Deskriptiv statistikk og korrelasjon mellom variablar

Tabell 2 (s. 41) viser deskriptiv statistikk for dei inkluderte variablane i studien. Tabellen omfattar observert rekkevidde, gjennomsnittsverdi, standardavvik, samt kjønnsforskjellar. Kjønnsforskjellane frå t-testen gir informasjon om gjennomsnitt og standardavvik knytt til dei ulike variablane. På bakgrunn av standardavvikeiningane vert også effektstørrelsen (Cohen's d) berekna. Effektstørrelsen hjelper ein å vurdere om skilnadane mellom regresjonskoeffisientane er store nok til å kunne betraktast som praktisk nyttige, og difor om skilnadane er statistisk signifikante. Effektstørrelsen tolkast som liten (0-0.2), beskjeden (.21-.50), moderat (.51-1.0) og stor (>.1) (Cohen et al., 2018).

**Tabell 2. Deskriptiv statistikk for studiens variablar.**

| Variablar                                | N   | Min-maks | Mean (SD)  | Mean (SD)  |            |
|--|-----|----------|------------|------------|------------|
|  |     |          |            | Jenter     | Gutar      |
| (1) Deltaking*                           | 244 | 1-5      | 3.97(.93)  | 3.75(.88)  | 4.14(.93)  |
| (2) Trivsel*                             | 244 | 1-5      | 3.92(1.16) | 3.60(1.19) | 4.16(1.06) |
| (3) Internalisering: tynt ideal*         | 244 | 1-5      | 2.35(1.19) | 2.96(1.21) | 1.88(.95)  |
| (4) Internalisering: muskuløst ideal*    | 244 | 1-5      | 2.99(1.12) | 2.65(.97)  | 3.26(1.16) |
| (5) Internalisering: attraktivt ideal*   | 244 | 1-5      | 3.69(1.0)  | 3.96(.78)  | 3.48(1.09) |
| (6) Press: familie*                      | 244 | 1-5      | 1.99(.88)  | 2.14(1.04) | 1.88(.71)  |
| (7) Press: jamaldrande                   | 244 | 1-5      | 2.02(.98)  | 1.99(.99)  | 2.04(.96)  |
| (8) Press: media*                        | 244 | 1-5      | 2.40(1.33) | 2.99(1.41) | 1.95(1.05) |
| (9) Sosial samanlikning*                 | 244 | 1-5      | 2.42(1.38) | 2.77(1.46) | 2.15(1.25) |
| (10) Usikker på kroppen (i kroppsøving)* | 244 | 1-5      | 2.25(1.35) | 2.69(1.46) | 1.91(1.16) |
| (11) Tryggleik i klassen*                | 244 | 1-5      | 3.64(1.27) | 3.30(1.26) | 3.89(1.22) |

*Variansanalyse med signifikansnivå  $p < .05$ . Statistisk signifikante kjønnsforskjellar er merka \* bak variabelnamn. N=244.*

### 8.1.1 Gjennomsnittsskår og kjønnskilnadar

I samband med studiens fyrste problemstilling, vil det her bli gjort reie for i kva grad elevane opplev kroppspress og internalisering av ulike utsjånadsideal. For nærare beskriving av framgangsmåte sjå kap. 7.5.

Resultata viser at elevane samla sett skårar nokså høgt på internalisering av eit attraktivt ideal (3.69), medan gjennomsnittet hjå muskuløst og tynt ideal i større grad senterer seg rundt det midtarste svaralternativet. Gutane skårar høgare enn jentene på muskuløst ideal der kjønnskilnaden er moderat (.56,  $p < .01$ ). Jentene skårar derimot høgare enn gutane hjå både tynt og attraktivt ideal. Kjønnsforskjellane er beskjeden til moderat hjå attraktivt ideal (.50,  $p < .01$ ), men svært store hjå tynt ideal (1.01,  $p < .01$ ). I samband med kroppspress er gjennomsnittsverdien for utvalet under det midtarste svaralternativet hjå alle pressfaktorane. Jentene skårar høgare på press frå familie og media, der kjønnsforskjellane er henholdsvis beskjeden (.29,  $p < .05$ ) og moderate (.86,  $p < .01$ ). Kjønnskilnadar hjå press frå jamaldrande er ikkje signifikant ( $p > .05$ ).

I tillegg kan det vere verdt å kommentere elevanes erfaringar med kroppsøvingfaget, der resultatane viser at elevane skårar nokså høgt på både deltaking, trivsel og tryggleik i klassen. Gutane registrerer gjennomsnittleg høgare verdi hjå alle variablane, men kjønnsforskjellane henholdsvis er beskjedne (.43, .49, .47,  $p < .01$ ). I samband med sosial samanlikning og usikker på eigen kropp i faget skårar elevane litt under gjennomsnittsverdien på skalaen, og jentene skårar generelt høgare enn gutane med ein beskjeden til moderat effektstørrelse (.46, .61,  $p < .01$ ).

### 8.1.2 Samanheng mellom ulike variablar

Problemstillinga (Q1) viser til i kva grad elevane opplev kroppspress og internalisering av ulike utsjånadsideal. For å undersøkje dette nærare kan ein, gjennom korrelasjonsmatrisa (tabell 3, s. 43), studere i kva grad kroppspress og kroppsideal har samanhengar med andre relevante variablane. På denne måten kan ein undersøkje om elevar som skårar høgt på kroppspress og kroppsideal samsvarar med ei spesifikk elevgruppe med andre eigenskapar. Sjølv om matrisa ikkje kan gi informasjon om direkte eller indirekte effektar, kan den gi informasjon om samanhengane mellom kva enkelt variabel i relasjon til trivsel og deltaking i faget. På denne måten kan matrisa gi innsikt som er nyttig i samanheng med studiens andre problemstilling (Q2) som omhandlar kva betydinga kroppspress, internaliserte kroppsideal, tryggleik i klassen og kroppsspesifikke forhold har for trivsel og deltaking i kroppsøvingfaget. Pearsons  $r$  gir standardiserte korrelasjonskoeffisientar som ligg mellom -1 og 1, og uttrykkjer styrken på samanhengen mellom variablane. Desto nærare korrelasjonskoeffisienten er -1 eller 1, desto sterkare er relasjonen mellom variablane. Christophersen (2013) indikerer følgande kategorisering i samband med samanhenganes styrke: 0 -.40 (svak), .40-.60 (middels) og .60-1.00 (sterk). Dei negative verdiane vil vere tilsvarande. Korrelasjonar med signifikante verdiar ( $p < 0.05$ ) vert framheva følgande.

**Tabell 3: Parvis korrelasjonsmatrise**

| Variablar                | (1)    | (2)    | (3)    | (4)   | (5)    | (6)   | (7)    | (8)    | (9)    | (10)   | (11) |
|--------------------------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|------|
| (1) Deltaking            | 1.00   |        |        |       |        |       |        |        |        |        |      |
| (2) Trivsel              | .50**  | 1.00   |        |       |        |       |        |        |        |        |      |
| (3) Tynt ideal           | -.15*  | -.16*  | 1.00   |       |        |       |        |        |        |        |      |
| (4) Muskeløst ideal      | .25**  | .17*   | .07    | 1.00  |        |       |        |        |        |        |      |
| (5) Attraktivt ideal     | -.01   | -.14*  | .35**  | .21** | 1.00   |       |        |        |        |        |      |
| (6) Press: familie       | -.15*  | -.11   | .32**  | .09   | .18**  | 1.00  |        |        |        |        |      |
| (7) Press: jamaldrande   | -.07   | -.06   | .38**  | .30** | .28**  | .61** | 1.00   |        |        |        |      |
| (8) Press: media         | -.13*  | -.25** | .61**  | .15*  | .42**  | .43** | .67**  | 1.00   |        |        |      |
| (9) Sosial samanlikning  | -.05   | -.19** | .42**  | .13*  | .39**  | .37** | .48**  | .63**  | 1.00   |        |      |
| (10) Usikker på kroppen  | -.27** | -.32** | .45**  | .02   | .32**  | .27** | .40**  | .59**  | .56**  | 1.00   |      |
| (11) Tryggleik i klassen | .41**  | .50**  | -.27** | -.02  | -.21** | -.15* | -.23** | -.28** | -.25** | -.34** | 1.00 |

*Pearsons r med standardiserte korrelasjonskoeffisientar. \* =  $p < .05$ , \*\* =  $p < .01$ . N=244.*

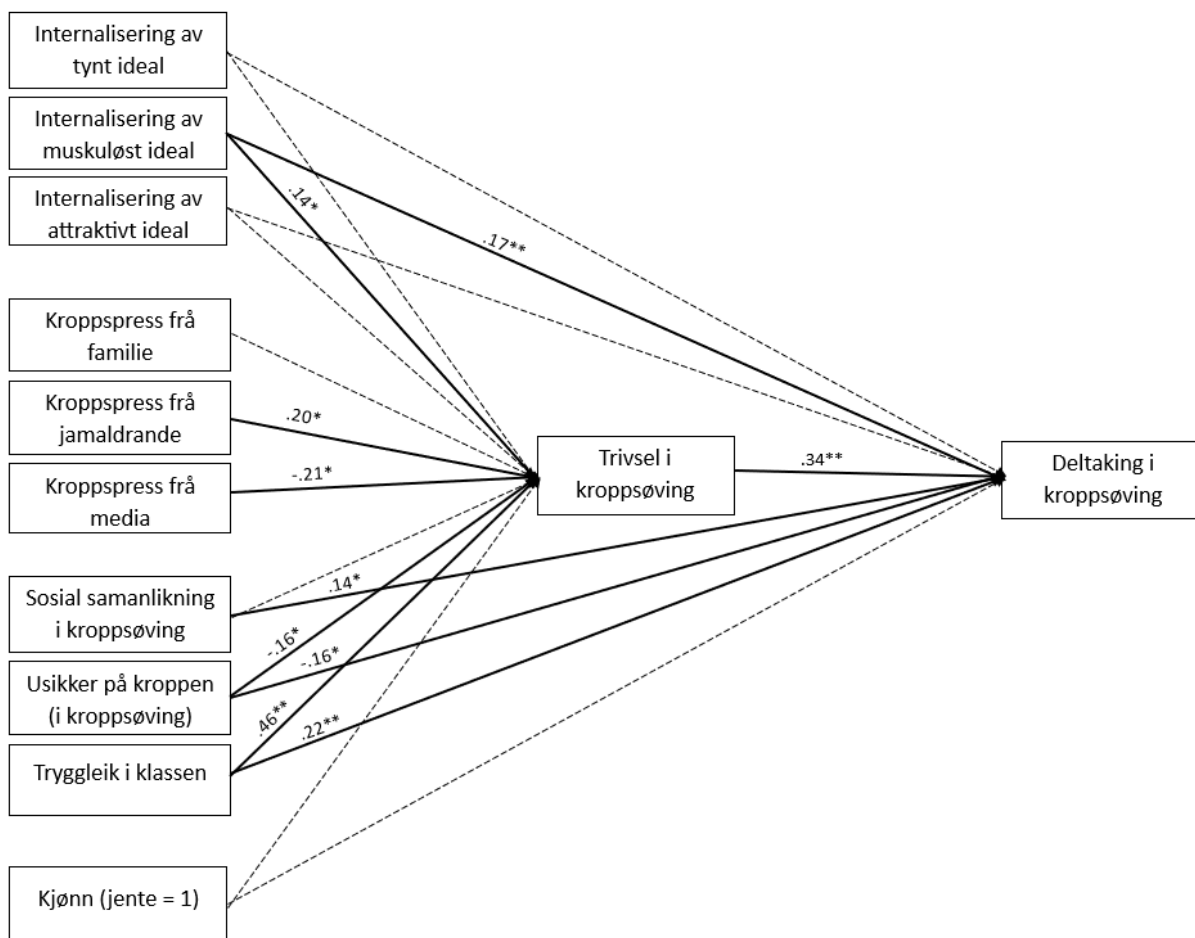
Deltaking i kroppsøvingfaget har positive signifikante samanhengar med trivsel, muskuløst ideal, samt tryggleik i klassen. Her er samanhengen svak for muskuløst ideal, og middels for trivsel og tryggleik i klassen. Sjølv om samanhengane ikkje er sterke indikerer dette at høge verdiar på trivsel, muskuløst ideal og tryggleik til klassen samsvarar med høg deltaking i kroppsøvingfaget. Deltaking har derimot svake negative samanhengar med tynt ideal, press frå familie, press frå media og usikkerheit rundt eigen kropp i kroppsøving. Trivsel viser negative signifikante samanhengar med tynt ideal, attraktivt ideal og press frå media, sosial samanlikning og usikkerheit rundt eigen kropp, men positive samanhengar med muskuløst ideal og tryggleik i klassen. Her er det berre samanhengen til tryggleik i klassen som når opp på middels styrke.

Videre ser vi at tynt ideal korrelerer positivt med attraktivt ideal, press frå familie, jamaldrande og media, samt sosial samanlikning og usikkerheit rundt eigen kropp i faget. Det er derimot ein negativ korrelasjon mellom tynt ideal og tryggleik i klassen. Alle dei signifikante samanhengane er av svak styrke bortsett frå pressmedia, som viser ein sterk samheng. Muskeløst ideal korrelerer svakt positivt med attraktivt ideal, samt press frå jamaldrande, media og sosial samanlikning. Attraktivt ideal korrelerer svakt positivt med alle pressfaktorane, samt sosial samanlikning og usikker på kroppen. Derimot er det ein svak negativ korrelasjon til tryggleik i klassen.

I samband med presskjeldene korrelerer press frå familie sterkt positivt med press frå jamaldrande, samt svakt til middels positivt med press frå media, sosial samanlikning og usikker på kroppen. Her er det derimot ein svak negativ korrelasjon til tryggleik i klassen. Press frå jamaldrande korrelerer sterkt positivt med press frå media, middels positivt med sosial samanlikning og usikker på kroppen, samt svakt negativt med tryggleik i klassen. Press frå media korrelerer positivt med sosial samanlikning og usikkerheit rundt eigen kropp, der styrkane er henholdsvis sterk og middels. Vidare er det ein svak negativ korrelasjon til tryggleik i klassen. Til slutt finn ein positiv korrelasjon med middels styrke mellom sosial samanlikning og usikkerheit rundt eigen kropp, der begge desse korrelerer svakt negativt med tryggleik i klassen.

## 8.2 Sti-analyse med direkte og indirekte samanhengar

Med hensikt å svare på studiens andre problemstilling (Q2), som undersøker kva betydning kroppspress, internaliserte utsjånadsideal og kroppsspesifikke forhold i kroppsøving har for trivsel og deltaking i faget, vil resultata frå sti-analyse presenterast nedanfor. Etter testing og modifisering av modellen vart den endelege analysemodellen tilsvarande lik hypotesemodellen, då denne viste akseptable tilpassingar ( $\chi^2 = 5.390$  [df=3],  $p > .05$ ; SRMR = .013; RMSEA = .057; CFI = .987; TLI = .911). Alle effektane i modellen vart estimert ved standardiserte beta-koeffisientar ( $\beta$ ) som tolkast utifrå svak effekt ( $\beta < .09$ ), moderat effekt ( $\beta$  mellom .1 og .2) og sterk effekt ( $\beta > .2$ ) (Mehmetoglu et al., 2022). Den endelege modellen viste at dei endogene faktorane forklarte 34 prosent ( $R^2 = .335$ ) av variasjonen hjå trivsel. Vidare vart 35 prosent ( $R^2 = .348$ ) av variasjonen hjå deltakinga forklart av dei aktuelle endogene og den medierande variabelen. Resultata frå sti-analyse er framstilt i figur 4, s. 45.



**Figur 4.** Sti-analyse (SEM) med standardiserte betakoeffisientar. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ . Heiltrekt uthenga linje (—) indikerer statistisk signifikante samanhengar, stripla linje (- - -) indikerer ikkje-statistisk signifikante samanhengar.  $N = 244$ .

### 8.2.1 Faktorar med direkte samanheng med deltaking i kroppsøving

Når det gjelder faktorar med direkte samanheng med deltaking i kroppsøving, viser resultata frå sti-analysen at trivsel i kroppsøving har ein sterk positiv, statistisk signifikant, samanheng med deltaking i kroppsøving (β=.34,  $p < .01$ , H1 støtta). I samanheng med internalisering av ulike ideal og deira samanheng til deltaking i kroppsøving, vert det ikkje funne nokre statistisk signifikante samanhengar mellom verken tynt eller attraktivt ideal (β= -.05, .07,  $p > .05$ ) noko som dermed ikkje gir støtte til H2 og H4. Det vart derimot funne ein moderat positiv signifikant samanheng mellom muskuløst ideal og deltaking i kroppsøving (β=.17,  $p < .01$ , H3 støtta). Vidare er det ein moderat positiv samanheng mellom sosial samanlikning og deltaking (β=.14,  $p < .05$ , H5 forkasta), samt ein moderat negativ samanheng mellom usikker på kroppen og deltaking (β= -.16,  $p < .05$ , H6 støtta). Tryggleik i klassen har vidare ein sterk positiv statistisk signifikant samanheng med deltaking i kroppsøving (β=.22,  $p < .01$ , H7 støtta), medan



den ikkje vart funne nokon signifikante samanhengar mellom kjønn og deltaking ( $\beta = -.01$ ,  $p > .05$ , H8 forkasta).

### 8.2.2 Faktorar med indirekte samanheng med deltaking i kroppsøving

Analysemodellen viste totalt fem statistisk signifikante indirekte effektar (tabell 4, s. 46). Internalisering av eit tynt og eit attraktivt ideal gav ingen signifikante indirekte effekt ( $\beta = .03$ ,  $p > .05$ ), og H9 og H11 vert difor ikkje støtta. Det vart derimot funne ein signifikant, og svak positiv, indirekte effekt av internalisering av eit muskuløst ideal på deltaking i kroppsøving, mediert av trivsel ( $\beta = .05$ ,  $p < .05$ , H10 støtta). Vidare viste resultatane frå sti-analyse ingen signifikante indirekte effektar mellom press frå familie og deltaking i kroppsøving ( $\beta = -.03$ ,  $p > .05$ , H12 forkasta). Derimot vart det funne indirekte effektar mellom dei to resterande pressfaktorane. Press frå jamaldrande viste ein svak positiv indirekte effekt til deltakinga i kroppsøving, mediert av trivsel ( $\beta = .07$ ,  $p < .05$ , H13 forkasta). Press frå media viste ein svak negativ indirekte effekt på deltakinga i kroppsøving, mediert av trivsel ( $\beta = -.07$ ,  $p < .05$ , H14 støtta). Vidare er det ingen signifikante indirekte effektar mellom sosial samanlikning og deltaking i kroppsøving ( $\beta = .01$ ,  $p > .05$ , H15 forkasta). Usikker på kroppen i kroppsøving har derimot ein signifikant svak negativ indirekte effekt på deltakinga, mediert av trivsel ( $\beta = -.05$ ,  $p < .05$ , H16 støtta). Til slutt vart det funne ein moderat positiv indirekte effekt mellom tryggleik i klassen og deltaking i kroppsøving, mediert av trivsel ( $\beta = .16$ ,  $p < .01$ , H17 støtta). Det vart ikkje vist til nokre indirekte samanhengar mellom kjønn og deltaking i kroppsøving ( $\beta = .0$ ,  $p > .05$ , H18 forkasta).

**Tabell 4: Oversikt over signifikante indirekte samanhengar, mediert av trivsel**

| Eksogene variablar       | Medierende variabel | Endogen variabel          | Indirekte effekt   |
|--------------------------|---------------------|---------------------------|--------------------|
| Muskuløst ideal          | → Trivsel           | → Deltaking i kroppsøving | .05 ( $p < .05$ )  |
| Kroppspress: jamaldrande | → Trivsel           | → Deltaking i kroppsøving | .07 ( $p < .05$ )  |
| Kroppspress: media       | → Trivsel           | → Deltaking i kroppsøving | -.07 ( $p < .05$ ) |
| Usikker på kroppen       | → Trivsel           | → Deltaking i kroppsøving | -.05 ( $p < .05$ ) |
| Tryggleik i klassen      | → Trivsel           | → Deltaking i kroppsøving | .16 ( $p < .01$ )  |

*Dei indirekte effektane er oppgitt i standardiserte beta-koeffisientar ( $\beta$ ).  $N=244$ .*

## 9 Diskusjon

Følgjande diskusjonskapittel vil drøfte studiens funn i lys av tidlegare forskning og teoretiske perspektiv. Målet med denne studien siktar mot å besvare to problemstillingar, der det fyrste forskingsspørsmålet omhandla i kva grad vidaregåande elevar opplev kroppspress og internalisering av ulike utsjånadsideal (Q1). Hensikta med Q1 er å danne eit bilete av i kva grad kroppspress og utsjånadsideal er eit utbreitt fenomen hjå elevane i utvalet. Studiens funn med relevans til problemstillinga vil difor vere innhaldet i diskusjonens fyrste delkapittel. Som ei innleiing til siste delkapittel, blir det vist til elevanes erfaringar med kroppsøvingfaget. Det siste delkapittelet vil deretter undersøkje om kroppspress, utsjånadsideal, sosial samanlikning, usikkerheit knytt til eigen kropp, og tryggleik til klassen har direkte eller indirekte effektar på deltaking i kroppsøvingfaget, mediert av trivsel (Q2). Diskusjonen knytt til Q2 er i hovudsak utarbeida med bakgrunn signifikante funn frå sti-analyse, samt dei tilhøyrande hypotesane. I tillegg vil resultatata frå korrelasjonsmatrisa bli inkludert og diskutert, med hensikt å kunne gi eit meir heilskapleg bilete på samanhengane. Det vil også bli lagt noko fokus på kjønnskilnadar hjå diskusjonen tilhøyrande både Q1 og Q2, då dette bidrar til ei djupare innsikt i potensielle variasjonar blant elevane.

### 9.1 Kroppspress og internaliserte utsjånadsideal hjå vidaregåandeelevar

#### 9.1.1 Kroppspress

Basert på studiens funn, som viste at elevane samla sett skåra under gjennomsnittet på alle dei ulike presskjeldene, kan det tenkjast at elevane opplev relativt lite sosiokulturelt utsjånadspress. Resultata frå studien viser imidlertid til interessante variasjonar når det gjeld rapportering av press får dei ulike kjeldene.

#### ***Kroppspress frå familie***

Slik Jones (2011) uttrykkjer spelar familien ei viktig dannande rolle då dei kan forme og fremje unges haldningar og verdiar. Faktisk viser tidlegare forskning til familien som den mest framstående faktoren for utvikling av eit negativt kroppsbilete (Ata et al., 2007). På bakgrunn av dette var det difor forventa at elevane hjå utvalet ville skåre nokså høgt på denne presskjelda. Imidlertid viste resultatata det motsette. Av dei tre kjeldene til kroppspress, var familien den kjelda elevane rapporterer minst kroppspress frå (oversikt i tabell 2, s. 41).

Dette kan mogleg forklarast med bakgrunn i respondentanes alder. Slik teorien viser, spelar familien ei sentral rolle i den primære sosialiseringa av born og unge (Jones, 2011). Likevel representerer ungdomstida ei fase kvar ein stadig balanserer mellom sjølvstendigheit og avhengigheit i forhold til foreldre og andre autoritetar (Steinberg, 2008). Det er naturleg å tenkje at ein verte meir sjølvstendig og uavhengig desto eldre ein blir, og av den grunn er det sannsynleg at vidaregåande elevar er meir sjølvstendige enn ungdomsskuleelevar. I likskap med fleire andre studiar, inkluderte Ata et al. (2007) både ungdomsskule- og vidaregåande elevar i sitt utval, medan respondentane hjå denne studien kun består av vidaregåande elevar. Dette kan mogleg forklare kvifor resultatet skil seg ut frå tidlegare studiar, og ved å inkludere ungdomsskuleelevar kunne resultata potensielt vorte annleis.

Hjå forskingsfeltet er det ikkje avdekkja nokre tydelege kjønnskilnadar når det gjelder familiens påverknad (Ata et al., 2007; Tiggemann, 2011; Tylka, 2011), og dette samsvarar i nokon grad med funna hjå denne studien. Sjølv om jentene opplev meir press enn gutane, er kjønnskilnaden beskjeden. Til tross for begrensa dokumentasjon på kjønnsespesifikke skilnadar, har tidlegare forskning likevel identifisert korleis familiens åtferd og handlingar kan auke opplevinga av press både blant jenter og gutar. Til dømes viser Neumark-Sztainer et al. (2007) at jenter blir negativt påverka dersom familien er opptekne av matinntak og diettar, samt om dei opplev utsjånadsrelatert erting frå familiemedlemmar. Her kan ein minne om resultata frå korrelasjonsmatrisa som viste at eit tynt ideal, som jentene skåra høgast på, hadde ein signifikant moderat positiv samanheng med press frå familie.

Vidare har forskinga også sett at gutar kan utvikle ein oppfatning av kva som er attraktivt, dersom foreldre jamleg utset dei for mediebilete av muskuløse kroppar (Tylka, 2011). Sjølv om det ikkje vart funne nokre signifikante samanhengar mellom familiens påverknad og eit muskuløst ideal hjå korrelasjonsmatrisa, viste funna at høg grad av press frå familien samsvarar med høg grad av press frå media. I tillegg viser auka press frå media samanhengar med auka internalisering av eit muskuløst ideal. Det må likevel nemnast at det er vanskeleg å gi ein konkret vurdering av indirekte effektar eller årsaksamanhengar kun ved hjelp av ei bivariat korrelasjonsmatrise, grunna fråvær av kontroll for ytterlegare faktorar. Det vil også kunne vere uheldig å trekke bastante konklusjonar basert på kjønnskilnadar i samband med variablane som måler ideal, då desse er samansett av både jenters og gutars svar.

Til tross for at elevane rapporterte om eit lågt kroppspress frå familie, kan resultata frå korrelasjonsmatrisa vere interessant i tilknytning til KÅM, som illustrerer korleis historiske faktorar kan ha betyding for kroppsbyggings utvikling og funksjon (Cash, 2002). Gjennom påverknad i yngre alder kan familien fremje haldningar som unge tar med seg vidare i livet. Til dømes vil eins kroppsbyggingsevaluering og kroppsbyggingsinvestering vere styrt av historiske og proksimale hendingar som medfører at ein tenkjer, handlar og føler på bestemte måtar i forhold til eigen kropp (Cash, 2002). Døme på dette vert presentert hjå Rodgers og Chabrol (2009), som viser at press frå familien kan medføre utvikling av samanlikningstendensar og internalisering av ulike utsjånadsideal. Likeins viser korrelasjonsmatrisa at di meir press ein opplev frå familien, di høgare skårar ein også på samanlikningstendensar og usikkerheit knytt til eigen kropp i kroppsøvingfaget. Ein skårar også høgare på internalisering av eit tynt og eit attraktivt ideal.

Desse funna kan tyde på at kroppspress frå familien, kan fremje utviklinga av ulike mentale strukturar. Slike føresetnadar vil vidare kunne ha stor betyding for eins erfaringar med ulike kontekstar, og kanskje spesielt i samband med kroppsøvingfaget som er ein arena med stor fare for personleg kroppsbedømming og sosial samanlikning. Dette vil bli diskutert nærare hjå kapittel 9.3. Likevel illustrerer dette kompleksiteten som rådar i tilknytning til kroppspress og kroppsbyggingsideale.

### ***Kroppspress frå jamaldrande***

Elevane i utvalet viser til jamaldrande som den nest mest betydingfulle kjelda til kroppspress, men elevane skåra likevel under svarskalaens gjennomsnitt. Med bakgrunn i teori og tidlegare forskning vart det forventat at denne presskjelda skulle ha større betyding for elevane i utvalet. Til dømes har teorien vist at ungdomsåra er ein kompleks og dynamisk fase i livsløpet, då det skjer ei rekkje sosiale, psykologiske og fysiske endringar og utfordringar. Unges forhold til jamaldrande verkar også å vere nokså intrikat.

På den eine sida viser teorien at relasjonar til jamaldrande får større betyding i ungdomstida, og unge får eit auka behov for aksept og tilhøyrse frå venar og medelevar (Kvalem, 2007; Steinberg, 2008; Aagre, 2014). Unge søker også etter å bli meir sjølvstendige og festar mogleg meir lit til jamaldrande (Steinberg, 2008). På den andre sida kan jamaldrande spele ei stor rolle for unges oppleving av stress og bekymring i ungdomstida (Bakken, 2020; Eriksen et al., 2017; Kvalem, 2007; Aagre, 2014). Stress, bekymringar og oppleving av

kroppspress kan til dømes skje indirekte gjennom deling av synspunkt, bekymringar og forventningar i vennegjengar, samt direkte gjennom kroppsrelatert mobbing, ekskludering eller latterliggjeri (Grogan & Richards, 2002; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Jones, 2004; Jones & Crawford, 2006; Jones et al., 2004). Av den grunn var det difor noko overraskande at elevane i utvalet ikkje opplevde meir press frå denne kjelda.

Det er likevel viktig å merke seg at det, i dette forskingsprosjektet, ikkje vart innhenta informasjon om elevanes kroppsform, kroppsbylde, ei kva type kroppspress dei potensielt opplever. Det kan difor vere tilfelle at slike faktorar, som ikkje er inkludert i analysen, har betydning for i kva grad elevane opplev kroppspress frå jamaldrande. På bakgrunn av dette, og med utgangspunkt i eksisterande litteratur, vil det mogleg vere feil å påstå at jamaldrande ikkje er ei betydingsfull presskjelde, til tross for at det ikkje vart gjort nokre oppsiktvekkande funn hjå denne studien.

Tidlegare forskning har også undersøkt kjønnskilnadar hjå denne presskjelda, og har funne at presset om å auke muskulatur blant gutar, er lågare enn presset jentene opplev i samband med vekt nedgang (Ata et al., 2007). Det vart imidlertid ikkje funne nokon signifikante kjønnsforskjellar hjå denne studien. Dette støttast også av korrelasjonsmatrisa som viser at press frå jamaldrande har positive samanhengar med internalisering av både eit tynt, muskuløst, samt eit attraktivt ideal. Det kan difor verke som om kroppspresset har like liten eller stor betydning for begge kjønn. Til tross for dette viser resultatane at elevar som opplev press frå jamaldrande, også er usikre på eigen kropp i kroppsøvingfaget. Dei registrerer også høgare samanlikningstendensar og er meir utrygge på klassen. Dette kan likevel synleggjere potensielle konsekvensar kroppspress kan ha for deltakinga i kroppsøvingfaget, som vil bli diskutert nærare hjå kapittel 9.3.

### ***Kroppspress frå media***

Ulike former for media vert hjå teorien ansett å vere den mektigaste og mest gjennomgripande formidlaren av utsjånads- og kroppsideal (Tiggemann, 2012). For unge kan dette tenkjast å vere spesielt sentralt då sosiale media opptar mykje av deira tid. I motsetning til funna hjå dei andre presskjeldene, som i mindre grad samsvara med tidlegare forskning, viser funna relatert til press frå media større samsvar med teorien. Sjølv om elevane skåra under svarskalaens gjennomsnitt, er media den kjelda elevane opplev mest kroppspress frå. Funna viser også moderate kjønnsforskjellar der jentene registrerer meir press enn gutane. Tidlegare forskning

viser imidlertid at presset påverkar begge kjønn, og at media er ein av årsakene til unges kroppsmisnøye (Azzarito & Solmon, 2006; Grabe et al., 2008).

Eit anna sentralt punkt hjå tidlegare forskning er at unge med samanlikningstendensar kan vere spesielt sårbare for mediapresset, og at dette kan føre til usikkerheit vedrørande eigen kropp (Fardouly et al., 2015). Igjen kan ein trekkje fram Cash (2002) sin teori om at erfaringar, både historiske og noverande, kan medføre til at ein utviklar mentale strukturar som mogleg får betydning for eins kroppsbildeinvestering, altså i kva grad kropp og utsjånad opplevast relevant for eins liv. Det kan tenkjast at elevar som har vorte utsett for kroppspress, kan utvikle sårbarheit ovanfor framtidig kroppspress og -misnøye, på bakgrunn av auka kroppsfokus. Faktisk viser funn frå denne studien at elevar som opplev press frå media også er usikre på sin kropp i kroppsøvingfaget og har meir samanlikningstendensar. I tillegg er det ein positiv samanheng mellom press frå media og internalisering av alle dei ulike utsjånadsideal. Dette kan mogleg bekrefte tanken om at mediapresset kan medføre ei rekkje uheldige konsekvensar, noko som vidare kan ha særleg betydning for elevanes oppleving av kroppsøvingfaget.

### 9.1.2 Internaliserte utsjånadsideal

I denne studien er det ikkje direkte undersøkt kva tankar eller erfaringar elevane har i samband med samfunnsideal. Likevel kan elevanes rapportering av internaliserte utsjånadsideal gi ein indikasjon på kva standardar eller normer som har blitt kommunisert i deira miljø, kva ideal som har blitt fremja av ulike påverknadskjelder, samt kva ideal ungdomar opplev som verdifulle. Mogleg vil Kvaem (2007) sitt poeng vere sentralt i denne samanheng. Han poengterer at det er fyrst når bestemte utsjånadar vert verdsett som attraktivt i samfunnet, at dei vil påverke normene for kva som er vanleg eller normal utsjånad (Kvaem, 2007).

Slik teorien viser artikulere ikkje dei normative førestillingane berre til kva som er meir eller mindre attraktivt, men også til kjønnsbaserte forventningar der feminitet og maskulinitet er kopla saman med visse typar eigenskapar (Cash, 2012). Basert på dette vart det forventa å finne kjønnskilnadar i forhold til internalisering av utsjånadsideal også hjå denne studien, noko som viste seg å stemme godt. Eksempelvis skåra jentene høgare enn gutane på internalisering av eit tynt ideal, eit ideal som ofte er forbunde med feminine former (Azzarito & Solmon, 2006; Grogan, 2017; Sypeck et al., 2004). Kjønnsforskjellane er også svært store. Motsett skåra gutane i utvalet høgare på eit muskuløst ideal, noko som også stemmer overeins

med det maskuline kroppsidealet som er beskrevet i teori og tidlegare forskning (Grogan & Richards, 2002; Jones & Crawford, 2005; Leit et al., 2001; Oehlhof et al., 2009; Rodgers et al., 2012; Sæle et al., 2021). Her er kjønnsforskjellane derimot berre moderate.

Det kan også nemnast at elevane samla sett skårar høgare på det muskuløse ideal, samanlikna med det tynne idealet. Noko av forklaringa på dette kan mogleg ligge i endringane som har følgd utsjånadsidealane dei siste åra. Sjølv om det tynne og det muskuløse idealet har vore standarden for henholdsvis den kvinnelege og mannlege idealkroppen i lang tid, har det vorte ei auka aksept for meir definerte musklar også blant det kvinner (Aghekyan et al., 2012; Bordo, 2003; Furnham et al., 2002; Kvalem, 2007; Tiggemann, 2011). Det kan difor vere tilfelle at jentene i utvalet har ein meir samansett oppfatning av korleis kroppen skal sjå ut, der auka muskulatur også er sentralt.

At standardar for utsjånad har endra seg, kan også mogleg forklare elevanes internalisering av det attraktive idealet. Av dei tre utsjånadsidealane skåra elevane samla sett nemleg høgast på det attraktive idealet, og det kan vere fleire årsaker til dette. På same måte som standarden for kvinnekroppen har blitt meir muskuløs, viser forskning også at det mannlege idealet er avgrensa til moderat muskulatur. Idealet viser til muskuløse, men slanke kroppar (Grogan & Richards, 2002). Det kan mogleg tenkjast at eit attraktivt ideal, i stor grad er noko både jenter og gutar ser på som ynskeleg, då ordet attraktivitet er kopla til både kvinnelege og maskuline standardar. I tillegg til fokus på kroppsformer, har kroppsidealane også blitt supplert med ytterlegare standardar for skjønnheit. Dette inkluderer til dømes spesifikke frisyre, lite rynker, rein hud, fyldige lepper med meir (Aghekyan et al., 2012; Furnham et al., 2002; Hill, 2015; Kvalem, 2007; Ricciardelli & McCabe, 2011; Tiggemann, 2011).

På linje med dette kan det tenkjast at elevanes høge rapportering av eit attraktivt ideal, er basert på ei oppfatning om at dette idealet rommar meir av karakteristikane dei erfarer som sentrale. At begge kjønn opplev dette som relevant vert også støtta av resultatane som viste at kjønnskilnadane i internalisering av eit attraktivt ideal var beskjedne. Det kan likevel nemnast at jentene registrerer noko høgare verdi på dette idealet. I denne samanheng gir teori og tidlegare forskning inntrykk av at det kvinnelege idealet er supplert med fleire standardar enn det maskuline idealet, noko som mogleg kan forklare resultatane.

Hjå TIM vert det vist til korleis internaliserte utsjånadsideal kan resultere i kroppsmisnøye eller ulike handteringsstrategiar (Thompson et al., 1999; Tiggemann, 2011). Dette kan også vere bekymringsverdig i kroppspøvingssamanheng, der slike unngåande

strategiar truleg er synonymt med lågare deltaking i faget. I tillegg har tidlegare forskning vist korleis kroppslege bekymringar, som ofte er eit resultat av internaliserte kroppsideal, kan påverke elevanes motivasjon og aktivitetsval i kroppsøvningsfaget (Azzarito & Solmon, 2006; Hill, 2015; Whitehead & Biddle, 2008). Dette er med på å synleggjere betydninga av kunnskap og innsikt i elevars forhold til kropp- og utsjånadsideal.

## 9.2 Elevanes erfaring med kroppsøvningsfaget

Slik det vart presentert hjå teorien, er aktiv deltaking i kroppsøvningsfaget avgjerande om fagets formål skal bli realisert (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011). At elevane opplev trivsel, glede og meistring i kroppsøvningsfaget, verkar vidare å vere ein viktig føresetnad for at dei skal bli inspirert til å bevege seg og delta aktivt (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011; Lagestad, 2017). At trivsel har ein positiv samanheng med deltaking, vart også bekrefta hjå både korrelasjonsmatrisa og sti-analyse, noko som støtta H1. Dette understrekar viktigheita av kunnskap kring kva som påverkar elevars trivsel, og tidlegare forskning har vist at kroppsspesifikke faktorar spelar ei sentralt rolle i dette. Slik vi har sett opplev elevane relativt låge mengder kroppspress, og i noko høgare grad internaliserte utsjånadsideal. Sjølv om det ikkje blir vist til nokre urovekkande høge tal, kan dette likevel tenkjast å ha betydning for elevars oppleving av kroppsøvningsfaget.

Resultata frå studien indikerer at elevane generelt sett skårar nokså høgt når det gjeld trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget, men gutane både trivast og deltek mest. Desse resultata var forventa (H8), då tilsvarande observasjonar er funne hjå tidlegare forskning. For det fyrste er det vist at elevane stort sett rapporterer høge nivå av tilfredsheit med faget (Ruiz-Ariza et al., 2018). Vidare er det registrert høgare trivsel blant gutane enn jentene i kroppsøvinga (Moen et al., 2018). Det kan truleg vere ulike grunnar til at elevane generelt trivast godt i faget. Likevel har vi med bakgrunn i eit kroppsleg perspektiv sett at elevanes tryggleik til både klassen og lærarane kan ha stor betydning (Catunda et al., 2017; Hill, 2015). Slike tendensar kjem også fram hjå studiens funn, der det vert illustrert at elevar som opplev høg trivsel, vidare er nokså trygge på klassen i kroppsøvningsfaget, der gutane igjen skårar høgast.

For å summere opp, skårar altså gutane høgast på både trivsel, deltaking og tryggleik i klassen. I kva grad kroppsspesifikke faktorar har nokon samanheng med dette vil bli nøyare



diskutert i neste kapittel. Likevel kan ein nemne nokre interessante observasjonar i samband med kjønnskildadar hjå andre relevante variablar. Sjølv om elevane i mindre grad registrerer at følgjande er eit problem, skårar jentene høgare enn gutane på sosial samanlikning, samt usikkerheit knytt til eigen kropp i kroppsøvningsfaget. Om ein då samanliknar desse funna med trivsel, deltaking og tryggleik i klassen, der gutane skåra høgast, kan dette mogleg indikere at kroppsspesifikke forhold har betyding for elevars trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget. I tillegg samsvarar dette med Moen et al. (2018) sine funn, som viste at jentene var meir misfornøgde med eigen kropp i faget. I denne samanheng kan det likevel nemnast at det ikkje vart funne nokon signifikante effektar mellom kjønn og deltaking i kroppsøvningsfaget hjå sti-analyse. H18 som antok at jenter var mindre delaktige i faget, mediert av trivsel, vart difor ikkje støtta.

### 9.3 Indirekte og direkte effektar på deltaking i kroppsøvningsfaget

Slik tidlegare forskning har vist er det ikkje sjølvagt at kroppsrelaterte erfaringar påverkar elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget. Dei teoretiske perspektiva har blant anna illustrert korleis kroppsbilete, som verte forma av ulike erfaringar, er fleirdimensjonalt og komplekst. Personlege karakteristikkar vil ha betyding for eins kroppsbildeevaluering og kroppsbildeinvestering, og kroppsspesifikke forhold vil på denne måten ha ulik innverknad i menneskes liv (Cash, 2012). At kompleksiteten og variasjonane spelar inn på elevars erfaringar i kroppsøvningsfaget, kjem også fram hjå tidlegare forskning. Her er det få forskingsartiklar som viser til ein enkeltståande «fasit» når det gjeld betydinga av kroppsideal, -press og -bilete. Sjølv om studiens analyse inkluderer ei rekkje ulike faktorar som kan ha betyding for elevars trivsel og deltaking, vert det likevel tatt høgde for at andre individuelle, kontekstuelle og sosiale faktorar, som er utelatt, kan spele inn.

#### 9.3.1 Effekten av kroppspress på deltaking i kroppsøvningsfaget

Med inspirasjon frå TIM (Thompson et al., 1999; Tiggemann, 2011), har denne studien inkludert tre kjelder til kroppspress; familie, media og jamaldrande. Teori og eksisterande forskning har hjå fleire anledninga undersøkt den generelle betydinga av desse, men det er imidlertid få som har undersøkt effekten av presskjeldene i samanheng med elevars trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget. Likevel kan eksisterande teori gi verdifulle perspektiv på kvifor kroppspress kan vere sentralt også i kroppsøvingssamanheng.

Cash (2002) har poengtert korleis spesifikke kontekstuelle situasjonar kan aktivere ulike indre dialogar, og vidare ha betyding for i kva grad ein nyttar unnvikande og kroppsskjulande åtferd. I denne samanheng blir kroppsøvningsfaget nokså sentralt då dette er ein arena kvar kroppen ofte kan kjennast eksponert grunna fagets innhald og fokus. På denne måten kan kroppsøvningsarenaen vere ein kontekstuell situasjon som mogleg kan aktivere negative indre dialogar. Faget er også ein arena som potensielt kan framkalle samanlikningstendensar og usikkerheit, noko som kan resultere i unnvikande eller skjulande strategiar. Det vart med dette utarbeida tre hypotesar som antok at kroppspress hadde negative effektar på elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget (H12, H13, H14).

Resultata frå studien gav nokre interessante og overraskande funn. Til dømes vart effekten av press frå jamaldrande funne å ha ein svak indirekte positiv effekt på deltakinga i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel. Dette kan bety at meir press frå jamaldrande faktisk aukar elevares deltaking i faget, på bakgrunn av auka trivsel. Det vart antekt at press frå jamaldrande skulle ha betyding for elevanes trivsel og deltaking i faget, særleg med tanke på at kroppsøvningsfaget er ein arena kvar ein er omgitt av medelevar. At denne effekten derimot var positiv var uventa, spesielt med bakgrunn i teori og tidlegare forskning. Her har det til dømes vorte presisert at kroppspress kan vere ei kjelde til stress og uro blant ungdom (Eriksen & Walseth, 2021). Spesielt vil dette ha betyding for elevares trivsel i det sosiale rom dersom kroppspresset uttrykkjast i form av kommentarar eller kritikk frå medelevar og jamaldrande (Andrews & Johansen, 2005; Jones et al., 2004; Lodewyk et al., 2009). I tillegg viste korrelasjonsmatrisa at elevar som opplever press frå jamaldrande også er meir usikre på eigen kropp i kroppsøvningsfaget, hadde høgare samanlikningstendensar og var meir utrygge på klassen. Kva som då er årsaka til at dette presset har positive samanhengar med trivsel og deltaking er difor interessant. Det kan også vere vanskeleg å sei noko bestemt om årsaka til dei positive effektane, då det potensielt kan vere andre bakanforliggende faktorar som ikkje har vorte inkludert i analysen.

Tidlegare forskning har likevel vist til nokre interessante observasjonar som mogleg kan vere med å forklare dei positive indirekte samanhengane. Det har blant anna blitt vist til korleis narrativ og oppfatningar om kropp og utsjånad vert reproduisert i klasserommet, og på denne måte verte kroppsøvningsfaget nytta som eit middel for å konstituere dei samfunnsmessige kjønnsnormene (Joy & Larsson, 2019). Andre studiar har også sett korleis elevar brukar kroppsøvningsfaget som ein hjelpande arena, for å kome nærare det kroppslige idealet ein

siktar til (Azzarito & Solmon, 2006; Hill, 2015). Elevane kan med bakgrunn i dette oppfatte kroppsøvningsfaget som ein sentral arena for å oppnå sine kroppslege ideal, gjennom til dømes å bygge musklar eller å slanke seg. Sjølv om dette umiddelbart verkar å vere noko som kan medføre til auka press og lågare trivsel blant elevane, kan dette også mogleg forklare dei positive indirekte effektane. For elevar som er særleg opptatt av kropp og utsjånad, kan det å få moglegheita til å jobbe med desse måla, i eit fag som kroppsøving, mogleg opplevast befriande og nødvendig. På denne måten kan kroppsøvningsfaget truleg tilfredsstillere eit behov hjå elevane, som vidare kan gi positive assosiasjonar til faget. Dette kan difor mogleg forklare den positive samanhengen mellom press frå jamaldrande og deltaking i kroppsøvningsfaget.

Når det gjelder kroppspress frå media, har teorien påpeika utfordringar i samband med at unge i aukande grad vert eksponert for omfattande ideal og normer knytt til utsjånad og kropp, som ein konsekvens av auka tilgjengelegheit til sosiale media og reklame (Eriksen et al., 2017). Dette inkluderer ein idealkropp som har vorte supplert av ytterlegare standardar, der det i tillegg til kroppsform vert lagt vekt på fylldige lepper, solbrun kropp og plettfri hud, for å nemne noko (Aghekyan et al., 2012; Furnham et al., 2002; Kvalem, 2007; Tiggemann, 2011). Når unge ser på slike standardar som relevante for ein sjølv, vil dette mogleg kunne påverke deira engasjement i kroppsøvningsfaget.

Basert på dette vart det difor forventat at mediapresset påverka elevanes trivsel og deltaking negativt (H14), noko som vart støtta av funna frå sti-analyse. Her kom det fram at kroppspress frå media hadde ein indirekte negativ effekt på deltakinga i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel. Betydinga av mediapresset kom også til syne hjå den deskriptive statistikken som viste at media var den kjelda elevane opplevde mest kroppspress frå, der jentene rapporterte høgare press enn gutane. Media var også den einaste kjelda som, hjå korrelasjonsmatrisa, hadde negativ samanheng med både deltakinga og trivselen i kroppsøvningsfaget. Kva som ligg bak desse funna kan vere vanskeleg å få svar på gjennom analysen, men tidlegare forskning har vist nokre alternative forklaringar. Til dømes viser Whitehead og Biddle (2008) at elevar tek avstand til spesifikke aktivitetar på bakgrunn av at det kan medføre rotete hår, skitne klede, øydelagt sminke, brekte negler og ei generell fare for å sjå uryddig ut. Bakken (2020) viser at media også kan fremje eit generelt prestasjonspress, noko som vidare kan få betyding for elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget.

Vidare vart det ikkje funne nokon signifikante indirekte samanhengar mellom press frå familie og deltaking i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel. Det vart likevel funne ein negativ

samanheng mellom variablane hjå korrelasjonsmatrisa. Desse funna, saman med tidlegare forskning, antydar mogleg at det kan vere andre medierande faktorar til stade. Sjølv om studiens analyse har inkludert trivsel som ein medierande variabel, kan det basert på teori og tidlegare forskning, også tyde på at prestasjonspress og unnvikande strategiar spelar ein medierande rolle i samband med kroppspress og elevars deltaking i kroppsøvningsfaget. Tidlegare forskning har sett at kroppsmisnøye, som då ofte er eit resultat av kroppspress, kan påverke eins meistringstru, utvikling av fysiske ferdigheiter, samt fremje test-angst. Dette viser seg igjen å kunne ha stor betydning for elevars trivsel og elevars intensiv for deltaking i faget (Andrews & Johansen, 2005; Lodewyk et al., 2009). Dette belyser også tanken om at kroppsbilde er eit svært komplekst og fleirdimensjonalt fenomen.

### 9.3.2 Effekten av kroppsideal på deltaking i kroppsøvningsfaget

I samband med dei internaliserte kroppsideal, var det kun internalisering av eit muskuløst ideal som viste signifikante effektar til deltaking i kroppsøvningsfaget. Sjølv om målet på internalisering av eit muskuløst ideal er samansett av både jenter og gutars svar, viste t-testen at gutane i større grad rapporterer om å ha internalisert dette idealet. Av den grunn kan det vere naturleg å samanlikne funnet med tidlegare forskning som koplar gutar saman med eit muskuløst idealet. Det må likevel poengterast at funna i like stor grad kan vere relevant i samband med jenters ynskje om ein meir muskuløs og markert kropp.

Fyrst viste sti-modellen ein direkte positiv samanheng mellom eit muskuløst ideal og deltaking i kroppsøvningsfaget, noko som støtta H3. Dette kan tenkjast å samsvare med tidlegare forskning, som viser at gutar er meir aktive i kroppsøvningsfaget, samanlikna med jenter. I tillegg ser ein hjå Carmona et al. (2015) at jenter og elevar med eit tynt ideal nytta unnvikande strategiar, i større grad enn gutar og elevar med eit muskuløst ideal. Sjølv om det tynne og det attraktive idealet ikkje viste nokre signifikante effektar på deltakinga hjå sti-analyse (som antatt hjå H2, H4, H9 og H11), kan mogleg funna hjå korrelasjonsmatrisa gi støtte til dette. Her viste resultatata at internalisering av eit tynt ideal hadde ein negativ samanheng med både trivsel og deltaking. Som vist skåra jentene, samanlikna med gutane, høgast på dette idealet, og dei negative samanhengane mellom eit tynt ideal og deltaking, kan difor mogleg forklarast med bakgrunn i at jenter trivast mindre og er mindre delaktige i faget.

Som nemnd hjå tidlegare forskning kan også maskuline diskursar bli produsert og reproduisert i kroppsøvningsfaget gjennom ulike rørsler og måtar å opptre på (Joy & Larsson,

2019). Dette kan truleg vere ein ytterlegare forklaring på den positive effekten mellom det muskuløse idealet og deltaking i kroppsøvningsfaget. Til dømes kan dette medføre at faget i større grad vert «gutanes arena». Det kan tenkjast at elevar som ikkje internaliserer eller tek til seg det muskuløse idealet, på denne måten kan føle seg utanfor eller mindre inkludert. Det kan til dømes gi ei kjensle av at ein er avvikande eller annleis enn dei aksepterte normene, noko som truleg kan medføre lågare tryggleik i klassemiljøet.

Vidare viser Hill (2015) korleis elevar opplev å måtte jobbe for ein kropp som er verdsett og har verdi i skulen, og at dette kan påverke deira deltaking, ferdigheitsframføring, samt interaksjon med medelevar. I denne samanheng kan det tenkjast at elevar som er opptekne av, eller tilsvarar det muskuløse idealet, føler seg meir tilfreds og inkludert i eit miljø prega av maskuline normer og forventningar. Dette kan også truleg fremje deira motivasjon for deltaking i faget. Vidare vert det vist til at unge presenterer seg sjølv på ein måte som samsvarer med eigenskapane til klassen og medelevarne (Carmona et al., 2015). Når studiar i tillegg viser at gutar, til samanlikning med jenter, har større sannsyn for å følgje klassens diskursar, kan dette mogleg vere med å forklare kvifor elevar som internaliserar eit muskuløst ideal er meir delaktige i kroppsøvningsfaget (Azzarito & Solmon, 2006).

Sjølv om H10 illustrerer ei forventning om ein positiv indirekte effekt mellom muskuløst ideal og deltaking i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel, vart det stilt noko skepsis til dette. Til dømes vert det hjå teorien beskrive korleis elevar deltek i faget, men sjeldan viser entusiasme eller engasjement i timane (Azzarito & Solmon, 2006). Dette kan tyde på at elevars deltaking nødvendigvis ikkje har samanheng med deira trivsel. Til tross for dette viste resultata frå analysa ein indirekte positiv effekt mellom internalisering av eit muskuløst ideal og deltaking i kroppsøving, mediert av trivsel. Elevar med eit muskuløst ideal deltek difor meir i kroppsøvingstimen, på bakgrunn av auka trivsel.

Slik det er nemnd tidlegare kan også dette funnet vere eit resultat av at elevane opplev faget som nyttig arena kvar ein kan få anledning til å nå sitt kroppsideal, og at elevane av den grunn også trivast betre på i ein slik kontekst. Dette ser ein att hjå til dømes Azzarito og Solmon (2006), der elevar deltek i aktivitetar på bakgrunn av at aktiviteten samsvarar med kroppsoppfatningar eller sportslege mål. Det må imidlertid nemnast at resultata frå studien ikkje gir nokon indikasjon på korleis elevanes kroppar er, eller i kva grad dei opplev kroppsmisnøye eller -tilfredsheit. Dette betyr at elevane kan ha eit muskuløst ideal, samstundes som dei opplev å tilsvare dette idealet. I den grad dette er tilfelle gir det mogleg

meining at dei også vil trivast i ein kroppsfokusert kontekst. Spesielt har vi sett korleis puberteten ofte opplevast meir positiv for gutar då dei fysiske pubertetsendringane i større grad representerer meir maskuline narrativ om kropp (Ricciardelli & McCabe, 2011). I denne samanhengen viser også Grogan og Richards (2002) at muskuløse og markerte kroppar ofte er forbundet med ei kjensle av sjølvtilit, makt og status i sosiale situasjonar, samt attraktivitet, popularitet, sosial anerkjenning og fråvær av negative reaksjonar (Azzarito & Solmon, 2006; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Kvaem, 2007). Dersom dette er tilfelle kan dette vere med å forklare elevanes auka trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget.

### 9.3.3 Effekten av sosial samanlikning på deltaking i kroppsøvningsfaget

Tidlegare forskning viser fleire døme på korleis eins kroppsildeevaluering og kroppsildeinvestering kan påverke elevanes oppleving av kroppsøvningsfaget. Til dømes vil samanlikningstendensar kunne påverke eins forhold til eigen kropp, noko som igjen kan påverke elevares oppleving av faget (Hill, 2015; Skaalvik & Bong, 2003). Sosial samanlikning er også funne å vere spesielt relevant i tilfelle der elevares pubertetsutvikling er i utakt med jamaldranes utvikling (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Resultata frå korrelasjonsanalysa viser at høge nivå av samanlikningstendensar samsvara med høge nivå av usikkerheit knytt til eigen kropp i faget. Høge nivå av sosial samanlikning i kroppsøvningsfaget har også ein negativ samanheng med trivsel, samt tryggleik i klassen. Dette stemmer godt overeins med ideen om at sosial samanlikning påverkar eins sjølvkjensle som igjen har betydning for innsats og motivasjon i kroppsøvningsfaget (Skaalvik & Bong, 2003). Sti-analysa viste derimot ingen signifikant indirekte effekt på deltakinga, via trivsel, slik det vart anteke hjå H15. Det er likevel funne ein moderat positiv direkte effekt mellom sosial samanlikning og deltaking i faget (H5). Funnet kan tyde på at elevar som samanliknar seg med andre i kroppsøvningsfaget, også er meir delaktige i timane.

Dette er interessant i samband med tidlegare forskning som viser at sosial samanlikning kan ha ein uheldig verknad på eins oppleving av eigen kropp i faget (Hill, 2015; Ricciardelli & McCabe, 2011; Tiggemann, 2012). Med bakgrunn i dette skulle ein mogleg forvente at samanlikningstendensar har ein negativ effekt på deltakinga. Hjå Tiggemann (2012) vert dette derimot nyansert, kvar det vert vist til at eins samanlikningsgrunnlag, altså kven ein samanliknar seg med, har betydning for konsekvensane dette får. Til dømes vil ein, ved å samanlikne seg med uoppnåelege og urealistiske kroppar eller utsjånadsaspekt, sannsynlegvis

finne manglar eller feil med eigen kropp (Tiggemann, 2012). Dette kan mogleg påverke trivselen og deltakinga i faget, på bakgrunn av ein frykt om å ikkje vere god nok. Motsett kan det tenkjast at samanlikning kan vere ein motivator, dersom ein samanliknar seg med realistiske og fornuftige referansar. Kven elevane samanliknar seg med vil difor mogleg ha betydning for deira motivasjon for deltaking i faget. Igjen illustrere dette at kroppsspesifikke faktorar, som til dømes sosiale samanlikningstendensar, kan vere komplekst då det er forma og styrt av omgjevnadar og personlege tilbøyelegheiter.

#### 9.3.4 Effekten av usikkerheit knytt til eigen kropp på deltaking i kroppsøvningsfaget

Andrews og Johansen (2005) viser i si forskning til korleis bekymringar om kropp og utsjånad kan påverke elevanes innsats i kroppsøvingstimane. Her kjem det også fram at elevar opplev særleg sjenanse i samband med ei oppleving av at kroppen vert granska av medelevar i faget, spesielt i garderoben. Dette samsvarer med andre studiar som viser at fagets kroppslege fokus kan vere utfordrande for enkelte elevar (Azzarito & Solmon, 2006; Balli et al., 2014). For å handtere desse utfordringane har elevane vidare ein tendens til å nytte strategiar som å dekkje seg til med handduk, slukke lyset, eller rett og slett droppe dusjen. I enkelte tilfelle vil dette ha betydning for elevanes delaktigheit i timane, der elevane lurar seg unna og reduserer innsats for å unngå å bli svette (Andrews & Johansen, 2005).

Basert på dette vart det forventa at usikkerheit knytt til eigen kropp i kroppsøvningsfaget ville ha både direkte, og indirekte, negativ effekt på deltaking i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel (H6 og H16). Dette vart støtta av resultata frå sti-analyse, som indikerte at eins usikkerheit knytt til eigen kropp i faget medfører lågare trivsel, samt deltaking. Tilsvarande funn ser ein att hjå korrelasjonsanalyse, der usikkerheit hadde negative samanhengar med både trivsel, deltaking og tryggleik i klassen. Det verkar difor tydeleg at eins oppleving av eigen kropp i faget sannsynlegvis har betydeleg innverknad på elevars erfaringar, både i det fysiske og sosiale miljøet i kroppsøvinga.

Vidare kan ein nemne at usikkerheit knytt til eigen kropp i faget, hadde positive samanhengar med alle dei tre kjeldene til press, samt eit tynt og eit attraktivt ideal, hjå korrelasjonsmatrisa. Dette kan tyde på at usikkerheita har samheng med kropp- og utsjånadsfokuserte normer og standardar. Hagen et al. (2014) viser vidare til korleis usikkerheit, enten til seg sjølv eller situasjonen ein møter, kan utløyse unnvikande eller skjulande åtferd. Når elevane nyttar seg av slike strategiar, vil det vere naturleg å tenkje at

dette også medfører lågare deltaking. Hjå tidlegare forskning vert det imidlertid vist til fleire forklaringar på samanhengar mellom kroppsleg usikkerheit og deltaking i kroppsøvningsfaget. Tidlegare nemnd og spesielt relevant i forhold til sosial samanlikning, er ideen om at kroppsrelaterte bekymringar påverkar aktivitetsval, der elevar unngår aktivitetar som kan medføre at ein ikkje framstår «bra nok» (Whitehead & Biddle, 2008). At usikkerheit knytt til eigen kropp i faget kan skape utfordringar for elevars trivsel og deltaking verkar difor å vere sannsynleg. Det vert også tydeleg at tematikken er kompleks, og mogleg styrt av ei rekkje ulike faktorar, noko som vidare belyser viktigheita av kunnskap og forståing om utfordringane.

### 9.3.5 Effekten av tryggleik til klassen på deltaking i kroppsøvningsfaget

I samband med trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget har forskning også vist at eit positivt læringsmiljø, som består av tryggleik, anerkjenning, inkludering, vennskap, samt fråvær frå mobbing og plaging, er av sentral betydning (Battistich et al., 1995; Skaalvik & Skaalvik, 2018). At ei kjensle av å vere trygg i klassen har positiv effekt på elevars trivsel og deltaking i faget var difor også anteke hjå H7 og H17. Resultata frå analysen bekrefta dette, og viste at tryggleik til eins kroppsøvningsklasse har ein sterk positiv direkte effekt, samt ein moderat positiv indirekte effekt på deltakinga i kroppsøvningsfaget.

Slik vi har sett hjå tidlegare forskning kan kroppsøvningsfaget vere ein arena kvar enkelte elevar kjenner seg ukomfortable grunna fagets kroppslege fokus. Det er også vist til at situasjonar kvar ein er usikker, ukomfortabel eller pressa kan føre fram unnvikande eller skjulande strategiar (Hagen et al., 2014), noko som igjen har stor betydning for deltakinga i kroppsøvningsfaget. Sjølv om funna hjå studien viser til både direkte og indirekte effektar mellom elevanes tryggleik i klassen og deira deltaking i faget, seier desse effektane lite om kva som påverkar elevanes tryggleik, og i kva grad dette botnar ut i til dømes kroppsspesifikke eller sosiale forhold.

Korrelasjonsmatrisa gir imidlertid mogleg eit innblikk i desse samanhengane, der det fyrst vert bekrefta ein positiv samheng mellom tryggleik til klassen og både trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget. Vidare ser ein at elevar med eit tynt og eit attraktivt ideal er mindre trygge i klassen. Det same er tilfelle for alle pressfaktorane, der opplevd kroppsspress heng saman med lågare tryggleik. Desse samanhengane kan illustrere ein ide om at kroppsspesifikke faktorar har betydning for kva grad ein opplev tryggleik i klassen, noko som



vidare er ein føresetnad for auka trivsel og deltaking (Bjerke et al., 2016; Dismore & Bailey, 2011; Skaalvik & Bong, 2003).

Vidare vil mogleg elevanes relasjon til jamaldrande vere av spesiell interesse, då ein hjå kroppsøvingfaget naturlegvis er omringa av medelevar. Slik vi har sett kan unge oppleve kroppspress frå jamaldrande, der dette kan utspele seg som både indirekte og direkte formar for press. Til dømes vil unge kunne oppleve latterliggjeri, ekskludering, mobbing, erting og bruk av kallenamn i interaksjon med jamaldrande (Grogan & Richards, 2002; Hill, 2015; Johnson et al., 2013; Jones, 2004). I denne samanheng kan det vere verdt å nemne Cash (2012) sin definisjon av kroppsildeinvesteringar, som viser til at kroppsbilete er tett knytt opp mot elevars sjølvoppfatning. I kva grad kroppsbilete blir påverka psykologisk, vil variere frå individ til individ. Dette er fordi enkelte kan oppleve at utsjånad og kropp har stor betyding for eins liv og identitet, medan andre ikkje ser på dette som betydingsfullt eller viktig (Cash, 2012).

Sidan ungdomsåra er prega av auka sjølvbevisstheit, noko som også kan medføre auka bekymringar om eins kropp og utsjånad, kan det tenkjast at sosiale interaksjonar med jamaldrande kan ha særleg betyding eins sjølvkjensle. I tillegg er ungdomstida ei kompleks og dynamisk livsfase, prega av ei rekkje sosiale, psykologiske og fysiske endringar (Ricciardelli & McCabe, 2011). Unge har eit særleg behov for å bli akseptert og anerkjent, samt å finne sin identitet og plass i sosiale grupper (Hill, 2015; Kvalem, 2007; Ricciardelli & McCabe, 2011; Steinberg, 2008). Tryggleik til medelevar, anerkjenning, inkludering og aksept verkar difor å ha stor betyding for korleis elevane opplev læringsmiljøet. Dette vil igjen vere ein viktig føresetnad for elevanes trivsel, innsats og engasjement i undervisinga (Battistich et al., 1995; Skaalvik & Skaalvik, 2018), noko som også vert støtta av funne frå analysen.

#### **9.4 Praktiske implikasjonar av funn for elever og lærarar i kroppsøving**

Resultata og diskusjonen ovanfor belyser at kroppsspesifikke forhold, som til dømes utsjånadsideal, kroppspress, sosial samanlikning, samt kroppsleg usikkerheit, kan ha konsekvensar for elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvingfaget. Ein har også sett at tryggleik til klassen og medelevar er eit viktig stikkord for å auke trivsel og deltaking. Sjølv om studiens funn viser støtte til enkelte aspekt hjå tidlegare forsking, er det viktigaste funnet kanskje at tematikken er samansett, komplekst og verka å vere påverka av eit mangfald av faktorar. I kva grad elevane verte påverka av samfunnskonstruerte utsjånadsideal og kroppspress varierer på

bakgrunn av personelge, kontekstuelle og sosiale forhold. På same måte vil det variere i kva grad slike erfaringar vil påverke elevanes trivsel og deltaking i kroppsøvingsfaget.

Denne studien har primært fokusert på elevar og deira interaksjon med kvarandre og faget, men funna kan likevel vere verdifulle for lærarar. Implikasjonane studien gir, plasserer mogleg læraren i ei sentral rolle i samband med å handtere utfordringar knytt til kroppsrelaterte utfordringar i kroppsøvingsfaget. Slik det vart nemnd hjå innleiinga kan det tenkjast at ein god måte å handtere desse problemstillingane på, er å lære unge om kritisk tenking, samt å fremje kunnskap og refleksjon rundt kroppslege problemstillingar (Bakken et al., 2018; Bjørnebekk, 2015; Foros, 2016). Slike formål er også nemnd hjå læreplanen for faget, men slik vi har sett kan det vere utfordrande å nå desse måla dersom kroppslege problemstillingane faktisk skapar hinder for elevars trivsel og delaktigheit i faget. Når lærarar då arbeider med problemstillingane i faget, er det mogleg at elevane som treng det mest, faktisk er dei som ikkje er delaktige i timane. Dette understrekar viktigheita av at lærarar har forståing for korleis kroppsspesifikke problemstillingar kan skape utfordringar og konsekvensar i faget. Ved å auke kunnskapen rundt dette temaet kan lærarar lettare leggje til rette for individuelle behov og skape eit trygt og inkluderande læringsmiljø.

## 10 Avsluttande betraktningar

### 10.1 Studiens konklusjonar

Målet med denne studien var å fremje kunnskap om elevars erfaringar med kroppsideal og kroppspress, samt i kva grad dette kan ha betydning for elevars trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget. Resultata støtta teoriens påstand om at kroppsspesifikke fenomen er komplekse og fleirdimensjonale. Analysen viser også at det kan ha betydning for elevars erfaringar med kroppsøvningsfaget, men at det truleg er eit mangfald av potensielle faktorar som kan spele inn og påverke elevane.

Studiens funn viste at elevane i relativt liten grad opplev kroppspress og internaliserte utsjånadsideal, der gjennomsnittskåren hjå alle variablane låg under svarskalaens midtverdi. Elevane opplevde at kroppspresset frå media var størst, etterfølgt av jamaldrande og familie. Det vart også funne kjønnsforskjellar hjå internalisering av utsjånadsideal, der gutane i større grad rapporterte om eit muskuløst ideal, og jentene om eit tynt ideal, noko som også er ein tydeleg trend hjå teori og tidlegare forskning (Ata et al., 2007; Bordo, 2003; Cash, 2012; Durkin et al., 2007; Grogan, 2017; Grogan & Richards, 2002; Oehlhof et al., 2009; Sypeck et al., 2004). Begge kjønn rapporterte likevel å, i størst grad, internalisere det attraktive idealet, noko som er interessant i samband med at kroppsideal har vorte supplert av ytterlegare standardar dei siste åra (Aghekyan et al., 2012; Furnham et al., 2002; Tiggemann, 2011).

I tilknytning til kroppsspesifikke faktorarar betydning på kroppsøvningsfaget, viste resultata nokre interessante funn, spesielt i tilknytning til det muskuløse idealet og kroppspress frå jamaldrande. Begge desse hadde ein positiv indirekte effekt på deltakinga i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel. Diskusjonen drøfta desse funna og det vart reflektert over i kva grad kroppspress kan medføre til eit ynskje om å realisere desse ideal. Når elevane då ser på kroppsøvningsfaget som ein arena kvar ein kan konstituere slike kroppsideal, kan dette potensielt påverke elevars oppleving av faget positivt. At eit muskuløst ideal har positive effektar på trivsel og deltaking, vart også sett i samanheng med at maskuline diskursar er funne å vere dominerande i kroppsøvningsfaget. Faget kan då opplevast å vere tilpassa gutars premisar.

Vidare hadde sosial samanlikning i kroppsøvningsfaget ein direkte positiv effekt på deltakinga i faget. Sti-analyse avdekkja derimot ingen indirekte samanhengar gjennom trivsel. Dette kan mogleg forklarast av elevars samanlikningsgrunnlag, der teorien viser at kven ein

samanliknar seg med kan ha betyding for om ein får auka eller minska motivasjon for å engasjere seg og delta i faget (Tiggemann, 2012). Resultata viste vidare at tryggleik til klassen hadde både direkte og indirekte positiv effekt på deltakinga i kroppsøvningsfaget, mediert av trivsel. Dette resultatet var mindre overraskande, då teorien har vist at eit positivt læringsmiljø består av tryggleik, anerkjenning, inkludering, vennskap, samt fråvær av mobbing og plaging (Battistich et al., 1995; Skaalvik & Skaalvik, 2018). Dette kan også forklare funna som viste at å vere usikker på eigen kropp i faget hadde negative effektar, både direkte og indirekte via trivsel. At trygghet har betyding for elevares velvære i faget vert difor mogleg bekrefta.

Studiens funn er på denne måten med på å synleggjere at kroppsrelaterte erfaringar og opplevingar kan ha betyding for elevares trivsel og deltaking i kroppsøvningsfaget, men at dette samstundes er styrt av individuelle erfaringar, ulike mentale føresetnadar, samt miljøet og konteksten ein undersøker forholda i. Dette kan gjere det utfordrande for lærarar å oppdage, ta tak i, og handtere slike kroppslege bekymringar. Likevel kan studien gi djupare innsikt i tematikken som også står sentralt i læreplanverket. Om faget skal kunne fremje eit positiv sjølvbilete og gi elevane ein trygg identitet, gjennom å leggje til rette for refleksjon og kritisk tenking om kroppsideal (Utdanningsdirektoratet, 2020), er det også sentralt at lærarar har innsikt i elevares kroppslege erfaringar både i og utanfor kroppsøvningsfaget.

## 10.2 Begrensningar hjå studien og vegen vidare

Det er fleire begrensingar hjå denne studien som bør tas høgde for når ein studerer studiens resultat. Sjølv om utvalet gjenspeglar populasjonens karakteristikkar, då spesielt i samband med ei jamn fordeling blant kjønn, var utvalet overrepresentert av vg1 elevar. Denne skeivfordelinga hjå klassetrinn gir potensielt nokre utfordringar i samband med å generalisere funna til andre vidaregåande skular. Generalisering kan også vere eit utfordring på bakgrunn av at forskingens utval var eit ikkje-sannsynsutval.

Sjølv om studiens antekne årsakssamanhengar er basert på teori og tidlegare forskning, vil det hjå framtidig forskning vere interessant å gjennomføre longitudinale eller eksperimentelle studiar som potensielt kan gi betre innsikt i kausale samanhengar og endringar over tid. Dette kan også vere av spesiell interesse då temaet har vist seg å vere svært kompleks. Kva som kjem før noko anna, og kva faktorar som påverkar andre faktorar, kan difor vere nokså varierende og til tider uklart. Dette medfører også at variablane som er inkludert i

studien, er meint å måle fenomen som kan vere nokså dynamiske og komplekse. I denne samanheng er det ein svakheit at fleire av desse ikkje vart utarbeida på bakgrunn av eit samansett mål. Ei sterk anbefaling til framtidig forskning vil difor vere å nytte samansette mål for å kunne fange opp fleire nyansar hjå dei ulike fenomena. I samband med spørjeskjemaet vil også sjølvrapportering kunne vere ein begrensing hjå studien, der dette kan skape ulike formar for bias eller feilinformasjon. Dette kan føre til at elevar over- eller underrepresenterer, hasta seg gjennom for å bli ferdig, svarer uærlig, eller misforstår spørsmåla. I samband med at temaet er komplekst kan det også vere interessant, hjå framtidig forskning, å undersøkt temaet kvalitativt. Då kan ein potensielt få større innsikt i elevars refleksjonar og tankar kring tematikken.

Det er også lite eksisterande litteratur som har undersøkt dei direkte og indirekte effektane av kroppsspesifikke forhold på trivsel og deltaking i kroppøvingfaget. Dette medførte at analysemodellen i mindre grad tilsvarer andre analysemodellar hjå tidlegare forskning. Dette kan vere fint i samband med å utvide kunnskapsfeltet, men samtidig utfordrande i med tanke på generalisering av funn. Som nemnd er temaet også svært komplekst, og det er tydeleg at analysemodellane hjå denne studien ikkje fangar opp alle relevante dimensjonar. Slik det har vorte vist til vil perfeksjonismehaldningar, lærar-elevrelasjonar, idrettsleg bakgrunn, garderobesituasjon og symjeundervisning vere stikkord for aktuelle temaa som kan ha stor betyding, men som ikkje vart undersøkt hjå denne studien. Dette tydeleggjer også omfanget av tematikken behovet for ytterlegare forskning på feltet.

## Bibliografi

- Acock, A. C. (2012). *A gentle introduction to Stata* (Rev. 3rd. utg.). Stata Press.
- Aghekyan, M., Ulrich, P. & Connell, L. (2012). Using body scans in assessing perceptions of body attractiveness and size: cross-cultural study. *International Journal of Fashion Design, Technology and Education*, 5(2), 81-89.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17543266.2011.636073>
- Andrews, T. & Johansen, V. (2005). Gym er det faget jeg hater mest. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 89(4), 302-314. <https://doi.org/https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2005-04-06>
- Ata, R. N., Ludden, A. B. & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 1024-1037. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-006-9159-x>
- Azzarito, L. & Solmon, M. A. (2006). A feminist poststructuralist view on student bodies in physical education: Sites of compliance, resistance, and transformation. *Journal of teaching in physical education*, 25(2), 200-225. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jtpe.25.2.200>
- Bakken, A. (2020). *Ungdata 2020. Nasjonale resultater*. (16/20). Velferdsforskningsinstituttet NOVA. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/6415/Ungdata-NOVA-Rapport%2016-20.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Bakken, A., Sletten, M. A. & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress. <https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/generasjon-prestasjon-ungdoms-opplevelse-av-press-og-stress/>
- Balli, Ö. M., Erturan-İlker, G. & Arslan, Y. (2014). Achievement goals in Turkish high school PE setting: The predicting role of social physique anxiety. *International Journal of Educational Research*, 67, 30-39. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijer.2014.04.004>
- Battistich, V., Solomon, D., Kim, D.-i., Watson, M. & Schaps, E. (1995). *Schools as Communities, Poverty Levels of Student Populations, and Students' Attitudes, Motives, and Performance: A Multilevel Analysis* [627-658]. Washington, D.C. :.
- Biddle, S. J. & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. *British journal of sports medicine*, 45(11), 886-895.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185>
- Bjerke, Ø., Lyngstad, I. & Lagestad, P. (2016). Trivsel i kroppsøvingfaget blant elever med lavt og høyt oksygenopptak. <https://doi.org/https://doi.org/10.17585/ntpk.v2.259>
- Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledd i dusjen: om ungdom og kroppspress*. Spartacus.
- Bordo, S. (2003). *Unbearable weight : feminism, Western culture, and the body* (2. utg.). University of California Press.
- Borgen, J. S., Gjølme, E. G., Hallås, B. O., Løndal, K. & Moen, K. M. (2018). Kroppsøving mer enn "fysisk aktivitet". *Bedre skole*, 2017(4).  
<https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/kroppsoving-mer-enn-fysisk-aktivitet/>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: Guilford Publications. <https://web.s.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=0&sid=597457a6-03f0-442c-bdc8-988dc993765a%40redis&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZSZyZ29wZT1zaXRI#AN=831411&d b=nlebk>
- Browne, M. W. & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. I K. A. Bollen & J. S. Long (Red.), *Testing structural equation models*. Sage.

- Carmona, J., Tornero-Quiñones, I. & Sierra-Robles, Á. (2015). Body image avoidance behaviors in adolescence: A multilevel analysis of contextual effects associated with the physical education class. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(3), 70-78. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.09.010>
- Cash, T. F. (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. I T. Pruzinsky & T. F. Cash (Red.), *Body image : a handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Cash, T. F. (2011). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. I T. F. Cash & L. Smolak (Red.), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2. utg., s. 39-47). Guilford Publications. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/ntnu/detail.action?pq-origsite=primo&docID=690480>
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. I T. F. Cash (Red.), *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (Bd. 1-2, s. 334-342). Elsevier Science & Technology. <https://doi.org/10.1016/C2010-1-66177-9>
- Catunda, R., Marques, A. & Januário, C. (2017). Perception of body image in teenagers in physical education classes. *Motri*, 13(1), 91-99. [https://www.researchgate.net/publication/322043612\\_Perception\\_of\\_Body\\_Image\\_in\\_Teenagers\\_in\\_Physical\\_Education\\_Classes](https://www.researchgate.net/publication/322043612_Perception_of_Body_Image_in_Teenagers_in_Physical_Education_Classes)
- Christophersen, K.-A. (2013). *Introduksjon til statistisk analyse : regresjonsbaserte metoder og anvendelser*. Gyldendal akademisk.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2018). *Research Methods in Education* (8. utg., Bd. 1). London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315456539>
- Creswell, J. W. & Creswell, D. J. (2018). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5. utg.). SAGE.
- Dismore, H. & Bailey, R. (2011). Fun and enjoyment in physical education: Young people's attitudes. *Research papers in education*, 26(4), 499-516. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02671522.2010.484866>
- Dowling, F. (2010). Fysisk aktivitet og god helse i kroppsøvningsfaget: Problematisk, ikke automatisk. *Aktive liv. Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse*, 205-218.
- Durkin, S. J., Paxton, S. J. & Sorbello, M. (2007). An integrative model of the impact of exposure to idealized female images on adolescent girls' body satisfaction 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 37(5), 1092-1117. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2007.00201.x>
- Eriksen, I. M., Sletten, M. A., Bakken, A. & Soest, T. V. (2017). *Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager* (6). NOVA. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/5115/Nettutg-Stress-og-press-blant-ungdom-NOVA-Rapport-6-17-bokmerk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Eriksen, I. M. & Walseth, K. (2021). Med kropp som prosjekt. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 153-172). Cappelen Damm Akademisk.
- Evensen, K. (2020). *Vurdering i kroppsøving*. Universitetsforlaget.
- Eynon, R., Fry, J. & Schroeder, R. (2008). The Ethics of Internet Research. I N. G. Fielding, G. Blank & R. M. Lee (Red.), *The SAGE handbook of Online Research Methods* (s. 23-41). SAGE.
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R. & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>

- Foros, P. B. (2016). Skolens etos. Nivå eller retning? Lydighet eller motstand? *Nordisk tidsskrift for pedagogikk og kritikk*, 2(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.17585/ntpk.v2.281>
- Furnham, A., Badmin, N. & Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of psychology*, 136(6), 581-596. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/00223980209604820>
- Grabe, S., Ward, L. M. & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological bulletin*, 134(3), 460-476. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Green, K. (2010). Aktiv livsstil, helse og kroppsøving: utfordringer og begrensninger. I K. Steinsholt & K. P. Gurholt (Red.), *Aktive liv : idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 219-231). Tapir akademisk.
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Florence: Taylor and Francis.
- Grogan, S. & Richards, H. (2002). Body Image: Focus Groups with Boys and Men. *Men and Masculinities*, 4(3), 219-232. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1097184X02004003001>
- Hagen, M., Aune, O. & Lyngstad, I. (2014). Skjuleteknikk i kroppsøving. *Tidsskriftet FoU i praksis*, 8(1), 61-78.
- Harrison, K. & Hefner, V. (2006). Media exposure, current and future body ideals, and disordered eating among preadolescent girls: A longitudinal panel study. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 146-156. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-005-9008-3>
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K. & Stormer, S. (1995). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89. [https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199501\)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y](https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1098-108X(199501)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y)
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2016). #Ungdomshelse – regjeringens strategi for ungdomshelse 2016–2021. Regjeringen.no. [https://www.regjeringen.no/contentassets/838b18a31b0e4b31bbfa61336560f269/ungdomshelsestrategi\\_2016.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/838b18a31b0e4b31bbfa61336560f269/ungdomshelsestrategi_2016.pdf)
- Hill, J. (2015). 'If you miss the ball, you look like a total muppet!' Boys investing in their bodies in physical education and sport. *Sport, education and society*, 20(6), 762-779. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13573322.2013.820695>
- Holsen, I., Jones, D. C. & Birkeland, M. S. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body Image*, 9(2), 201-208. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.006>
- Hox, J. J. (2010). *Multilevel Analysis: Techniques and Applications* (2nd. utg.). London: Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203852279>
- Johnson, S., Gray, S. & Horrell, A. (2013). 'I want to look like that': healthism, the ideal body and physical education in a Scottish secondary school. *Discourse (Abingdon, England)*, 34(3), 457-473. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/01596306.2012.717196>
- Jones, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: a longitudinal study. *Developmental psychology*, 40(5), 823-835. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.5.823>
- Jones, D. C. (2011). Interpersonal and Familial Influences on the Development of Body Image. I T. F. Cash & L. Smolak (Red.), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2.



- utg., s. 110-118). Guilford Publications.  
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/ntnu/detail.action?pq-origsite=primo&docID=690480>
- Jones, D. C. & Crawford, J. K. (2005). Adolescent boys and body image: Weight and muscularity concerns as dual pathways to body dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 629-636. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-005-8951-3>
- Jones, D. C. & Crawford, J. K. (2006). The peer appearance culture during adolescence: Gender and body mass variations. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 243-255.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-005-9006-5>
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H. & Lee, Y. (2004). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of adolescent research*, 19(3), 323-339. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0743558403258847>
- Joy, P. & Larsson, H. (2019). Unspoken: exploring the constitution of masculinities in Swedish physical education classes through body movements. *Physical education and sport pedagogy*, 24(5), 491-505. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1628935>
- Keery, H., Van den Berg, P. & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237-251. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001>
- Kerner, C., Haerens, L. & Kirk, D. (2018a). Body Dissatisfaction, Perceptions of Competence, and Lesson Content in Physical Education. *J Sch Health*, 88(8), 576-582.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/josh.12644>
- Kerner, C., Haerens, L. & Kirk, D. (2018b). Understanding body image in physical education: Current knowledge and future directions. *European Physical Education Review*, 24(2), 255-265.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1356336X17692508>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd. utg.). Guilford Press.
- Knauss, C., Paxton, S. J. & Alsaker, F. D. (2008). Body dissatisfaction in adolescent boys and girls: Objectified body consciousness, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media. *Sex roles*, 59, 633-643. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9474-7>
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del - verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg. utg.). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Kvalem, I. L. (2007). Ungdom og kroppsbilde. I I. L. Kvalem & L. Wichstrom (Red.), *Ung i Norge: psykososiale utfordringer* (s. 33-50). Cappelen Akademisk Forlag.
- Lagestad, P. (2017). Å velge aktiviteter selv som grunnlag for trivsel og mestring. En casestudie av kroppsøvingundervisningen ved en videregående skole. *Acta Didactica Norge*, 11(2), 4-sider.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.5617/adno.2668>
- Leit, R. A., Pope Jr, H. G. & Gray, J. J. (2001). Cultural expectations of muscularity in men: The evolution of Playgirl centerfolds. *International Journal of Eating Disorders*, 29(1), 90-93.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200101\)29:1<90::AID-EAT15>3.0.CO;2-F](https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1098-108X(200101)29:1<90::AID-EAT15>3.0.CO;2-F)
- Lodewyk, K. R., Gammage, K. L. & Sullivan, P. J. (2009). Relations among body size discrepancy, gender, and indices of motivation and achievement in high school physical education. *Journal of teaching in physical education*, 28(4), 362-377.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jtpe.28.4.362>

- Lodewyk, K. R. & Sullivan, P. (2016). Associations between anxiety, self-efficacy, and outcomes by gender and body size dissatisfaction during fitness in high school physical education. *Physical education and sport pedagogy*, 21(6), 603-615.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17408989.2015.1095869>
- Loland, N. W. (2000). The aging body: Attitudes toward bodily appearance among physically active and inactive women and men of different ages. *Journal of aging and physical activity*, 8(3), 197-213. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/japa.8.3.197>
- Martinsen, M. (2016). Forebygging av spiseforstyrrelser - en del av kroppsøvningsfaget? I E. Vinje (Red.), *Kroppsøvningsdidaktiske utfordringer*. Cappelen Damm akademisk.
- Mehmetoglu, M., Jakobsen, T. G. & Mehmetoglu, M. (2022). *Applied statistics using stata : a guide for the social sciences* (2nd. utg.). SAGE Publications.
- Meld. St. 28 (2015-2016). *Fag - Fordypning - Forståelse - En fornyelse av Kunnskapsløftet*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-28-20152016/id2483955/>
- Moen, K. M., Westlie, K., Bjørke, L. & Brattli, V. H. (2018). Når ambisjon møter tradisjon: En nasjonal kartleggingsstudie av kroppsøvningsfaget i grunnskolen (5.–10. trinn).  
<http://hdl.handle.net/11250/2482450>
- Muijs, D. (2011). *Doing quantitative research in education with SPSS* (2nd. utg.). London: SAGE.  
<https://doi.org/10.4135/9781446287989>
- Nardi, P. M. (2018). *Doing survey research : a guide to quantitative methods* (4. utg.). Routledge.
- Nayebi, H. (2020). *Advanced statistics for testing assumed casual relationships*. Springer.  
<https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-030-54754-7>
- Neumark-Sztainer, D. R., Wall, M. M., Haines, J. I., Story, M. T., Sherwood, N. E. & van den Berg, P. A. (2007). Shared risk and protective factors for overweight and disordered eating in adolescents. *American journal of preventive medicine*, 33(5), 359-369. e353.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.07.031>
- Nylander, K. S. (2018). *Prosjekt perfekt. Press sin rapport om kroppspress 2018*. Press.  
<https://press.no/wp-content/uploads/2018/03/Rapport-digital2.pdf>
- Oehlhof, M. E. W., Musher-Eizenman, D. R., Neufeld, J. M. & Hauser, J. C. (2009). Self-objectification and ideal body shape for men and women. *Body Image*, 6(4), 308-310.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.05.002>
- Pike, K. M. & Rodin, J. (1991). Mothers, daughters, and disordered eating. *Journal of abnormal psychology*, 100(2), 198-204. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.2.198>
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2011). Body Image Development in Adolescent Boys. I T. F. Cash & L. Smolak (Red.), *Body image: a handbook of science, practice, and prevention* (s. 85-92). Guilford Press. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/ntnu/reader.action?docID=690480>
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., Mavoa, H., Fotu, K., Goundar, R., Schultz, J., Waqa, G. & Swinburn, B. A. (2007). The pursuit of muscularity among adolescent boys in Fiji and Tonga. *Body Image*, 4(4), 361-371. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.07.001>
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold : samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (3. utg. utg.). Fagbokforl.
- Ringdal, K. & Wiborg, Ø. (2017). *Lær deg Stata : innføring i statistisk dataanalyse*. Fagbokforlaget.
- Rodgers, R. & Chabrol, H. (2009). Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: A review. *European Eating Disorders Review: The*

- Professional Journal of the Eating Disorders Association*, 17(2), 137-151.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/erv.907>
- Rodgers, R., Ganchou, C., Franko, D. L. & Chabrol, H. (2012). Drive for muscularity and disordered eating among French adolescent boys: A sociocultural model. *Body Image*, 9(3), 318-323.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.03.002>
- Ruiz-Ariza, A., Moral-García, J. E., De la Torre-Cruz, M. J., Grao-Cruces, A. & Martínez-López, E. J. (2018). Satisfaction of Spanish high school students with physical education : gender, age, physical activity level and body type. *South African journal for research in sport, physical education and recreation*, 40(1), 71-84. <https://journals.co.za/doi/abs/10.10520/EJC-d90977200>
- Ryan, S., Todorovich, J. R., Bridges, F. S. & Mokgwathiand, M. M. (2009). Body shape perceptions, attitudes toward physical education, and physical activity levels of middle school students. *International Journal of Fitness*, 5(2).
- Schaefer, L. M., Harriger, J. A., Heinberg, L. J., Soderberg, T. & Kevin Thompson, J. (2017). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire-4-revised (SATAQ-4R). *International Journal of Eating Disorders*, 50(2), 104-117.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/eat.22590>
- Schilder, P. (2013). *The image and appearance of the human body*. Routledge.
- Schubring, A., Bergentoft, H. & Barker, D. (2021). Teaching on body ideals in physical education: a lesson study in Swedish upper secondary school. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(3), 232. <https://doi.org/10.1080/25742981.2020.1869048>
- Skog, O.-J. (2004). *Å forklare sosiale fenomener: en regresjonsbasert tilnærming*. Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Skaalvik, E. M. & Bong, M. (2003). Self-concept and self-efficacy revisited. : a few notable differences and important similarities. I.
- Skaalvik, E. M. & Federici, R. A. (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Bedre skole*, 2015(3), 11-15.  
<https://www.utdanningsnytt.no/files/2019/06/27/Bedre%20Skole%203%202015.pdf>
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2018). *Skolen som læringsarena : selvoppfatning, motivasjon og læring* (3. utg. utg.). Universitetsforl.
- Smith, M. A. & St Pierre, P. E. (2009). Secondary students' perceptions of enjoyment in physical education: An American and English perspective. *Physical Educator*, 66(4), 209.  
<https://www.proquest.com/scholarly-journals/secondary-students-perceptions-enjoyment-physical/docview/232999480/se-2>
- Steinberg, L. D. (2008). *Adolescence* (8th. utg.). McGraw-Hill Higher Education.
- Sypeck, M. F., Gray, J. J. & Ahrens, A. H. (2004). No longer just a pretty face: Fashion magazines' depictions of ideal female beauty from 1959 to 1999. *International Journal of Eating Disorders*, 36(3), 342-347. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/eat.20039>
- Sæle, O. O., Sæther, I. K. & Viig, N. G. (2021). The Ideal Body: A Social Construct? Reflections on Body Pressure and Body Ideal Among Students in Upper Secondary School. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 727502. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fspor.2021.727502>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/10312-000>
- Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on human appearance and body image. I T. F. Cash & L. Smolak (Red.), *Body Image, Second Edition: A Handbook of Science, Practice, and*

- Prevention* (s. 12-19). Guilford Press.  
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/ntnu/reader.action?docID=690480>
- Tiggemann, M. (2012). Sociocultural Perspectives on Body Image. I T. F. Cash (Red.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (Bd. 1-2, s. 758-765). Academic Press.
- Tylka, T. L. (2011). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*, 8(3), 199-207.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.008>
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplan i kroppsøving* (KRO01-05). Utdanningsdirektoratet.  
<https://data.udir.no/kl06/v201906/laereplaner-lk20/KRO01-05.pdf?lang=nno>
- Van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K. & Covert, M. (2002). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of psychosomatic research*, 53(5), 1007-1020. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00499-3](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00499-3)
- Walseth, K., Aartun, I. & Engelsrud, G. (2017). Girls' bodily activities in physical education How current fitness and sport discourses influence girls' identity construction. *Sport, education and society*, 22(4), 442-459. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1050370>
- Wang, J. & Wang, X. (2019). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. John Wiley & Sons.
- Wertheim, E. H. & Paxton, S. J. (2011). Body Image Development in Adolescent Girls. I T. F. Cash & L. Smolak (Red.), *Body image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2nd. utg., s. 76-84). Guildford Press.
- Whitehead, S. & Biddle, S. (2008). Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study. *European Physical Education Review*, 14(2), 243-262.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1356336X08090708>
- Aagre, W. (2014). *Ungdomskunnskap : hverdagslivets kulturelle former* (2. utg. utg.). Fagbokforlaget Vigmodstad & Bjørke AS.

## Oversikt over vedlegg

Vedlegg 1: Elektronisk spørjeskjema

Vedlegg 2: Oversikt over respondentane i utvalet (N=244)

Vedlegg 3: Resultat frå statistiske testar av SATAQ-4r

Vedlegg 4: Postestimeringsstatistikk som viser kor godt modellen passar til dataa

## Vedlegg 1: Elektronisk spørreskjema

### Kroppsbilde og kroppspress i garderobe og kroppsøving

Side 1

Obligatoriske felter er merket med stjerne \*

#### Om undersøkelsen kroppsbilde, kroppspress og kroppsøving

Dette er et spørsmål til deg om å delta i undersøkelsen "Kroppsbilde, kroppspress og kroppsøving".

##### Bakgrunn og formål

Vi er lektorstudenter i kroppsøving og idrettsfag ved NTNU og skal skrive masteroppgave om temaet kroppsbilde og kroppspress i kroppsøvingfaget blant elever på videregående skole. Vi trenger derfor din hjelp ved at du svarer på spørreskjemaet vårt nedenfor. Vennligst svar så godt du kan på alle spørsmålene. Noen spørsmål kan oppleves like, men det er viktig at du svarer på alle.

##### Hva innebærer det for deg å delta?

Å svare på spørreskjemaet vil ta ca. 10-15 minutter. Spørreskjemaet inneholder spørsmål generelt om kroppsbilde og kroppspress, samt kroppspress i kroppsøvingfaget.

##### Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke deg uten å oppgi noen grunn. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

##### Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Spørreundersøkelsen ber ikke om noen personlige opplysninger og kan dermed ikke spores tilbake til deg. Siden undersøkelsen bruker Nettskjema.uio.no til innsamling av data vil man ikke kunne spore IP-nummeret tilbake til enkeltpersoner. **Undersøkelsen er derfor helt anonym.**

##### Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Denne datainnsamlingen avsluttes Juni 2023. Etter dette vil datamaterialet bli lagret på et lukket område til NTNU.

##### Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål om studien, ta kontakt med oss eller vår veileder:

Student: Marita Nylende: [maritsny@stud.ntnu.no](mailto:maritsny@stud.ntnu.no) og Stine Raad: [stinraa@stud.ntnu.no](mailto:stinraa@stud.ntnu.no)

Veileder: Nils Petter Aspvik: [nils.petter.aspvik@ntnu.no](mailto:nils.petter.aspvik@ntnu.no)

Du samtykker til å delta i undersøkelsen gjennom utfyllelse av spørreskjemaet.

**Gjennom spørreskjemaet vil begrepet kroppsøving bli brukt, med dette menes gym/aktivitetsfag.**



Sideskift

Side 2

Obligatoriske felter er merket med stjerne \*

Er du gutt eller jente? \*

Gutt

Jente

Klassetrinn: \*

Vg1

Vg2

Vg3

Hvilken studieretning er du elev ved? \*

Studiespesialiserende

Yrkesfag

Idrettsfag

Medier og kommunikasjon

Sideskift

Obligatoriske felt er merket med stjerne \*

## Aktivitetsvaner

Aldri    En dag i uka    2-3 dager    4-5 dager    6-7 dager

Hvor mange dager i uken er du så aktiv at du blir andpusten eller svett? \*

Hvor ofte gjør du følgende (i sesongen)?

Aldri drevet    Har slutta    Sjelden    En dag i uka    2-3 dager i uka    4-6 dager i uka    Daglig

Trener i idrettslag \*

Trener utenfor organisert idrett \*

Sideskift

Side 4

Obligatoriske felt er merket med stjerne \*

## Om kroppsbilde og kroppspress

**i** Dette elementet vises kun dersom alternativet «Jente» er valgt i spørsmålet «Er du gutt eller jente?»

### Kroppsbilde

Her kommer det noen påstander om kroppsbilde. Hvor godt stemmer disse påstandene for deg?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg vil at kroppen min skal se veldig tynn ut *             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på å se tynn ut *                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil at kroppen min skal se veldig slank ut *            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på å ha veldig lite kroppsfett *             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Det er viktig for meg å se muskuløs ut *                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på å se muskuløs ut *                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil at kroppen min skal se muskuløs ut *                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil ikke at kroppen min skal se muskuløs ut *           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg skulle likt å ha en kropp som ser veldig muskuløs ut *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Det er viktig for meg å se bra ut i klærne jeg har på meg * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på hvordan jeg ser ut *                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil se bra ut *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker egentlig ikke så mye på utseendet mitt *         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Det er viktig for meg å være attraktiv *                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker ikke mye på hvordan jeg ser ut *                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |





Dette elementet vises kun dersom alternativet «Jente» er valgt i spørsmålet «Er du gutt eller jente?»

## Kroppspress

Her kommer det noen påstander om kroppspress. Hvor godt stemmer disse påstandene for deg?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg føler press fra familiemedlemmer om å se tynnere ut *                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra familiemedlemmer til å se bedre ut *                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Familiemedlemmer oppmuntrer meg til å redusere mengden kroppsfett *                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Familiemedlemmer oppmuntrer meg til å komme i bedre form *                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jevnaldrende oppmuntrer meg til å bli tynnere *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra jevnaldrende til å se tynnere ut *                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra jevnaldrende til å se ut som jeg er i bedre form *                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg får press fra jevnaldrende til å redusere mengden kroppsfett *                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Andre betydningsfulle mennesker oppmuntrer meg til å bli tynnere *                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å se bedre ut *                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å se ut som jeg er i bedre form * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg får press fra andre betydningsfulle mennesker til å redusere mengden kroppsfett *     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra media til å se ut som jeg er i bedre form *                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra media til å se tynnere ut *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra media til å se bedre ut *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra media til å redusere mengden kroppsfett *                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

1 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Gutt» er valgt i spørsmålet «Er du gutt eller jente?»

## Kroppsbilde

Her kommer det noen påstander om kroppsbilde. Hvor godt stemmer disse påstandene for deg?

|  | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Det er viktig for meg å se muskuløs ut *                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil at kroppen min skal se veldig tynn ut *            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på å se muskuløs ut *                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på å se tynn ut *                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg vil at kroppen min skal se muskuløs ut *               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker egentlig ikke så mye på utseendet mitt *        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker ikke mye på hvordan jeg ser ut *                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg skulle likt å ha en kropp som ser veldig muskuløs ut * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

1 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Gutt» er valgt i spørsmålet «Er du gutt eller jente?»

## Kroppspress

Her kommer det noen påstander om kroppspress. Hvor godt stemmer disse påstandene for deg?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg føler press fra familiemedlemmer om å se tynnere ut *                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra familiemedlemmer til å se bedre ut *                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Familiemedlemmer oppmuntrer meg til å komme i bedre form *                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra familiemedlemmer til å bli mer muskuløs *                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Familiemedlemmer oppmuntrer meg til å øke størrelsen eller defineringen på mine muskler * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler press fra jevnaldrende til å se bedre ut *                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Jeg føler press fra jevnaldrende til å se ut som jeg er i bedre form \*

Jeg føler press fra jevnaldrende til å bli mer muskuløs \*

Jevnaldrende oppmuntrer meg til å øke størrelsen eller defineringen av mine muskler \*

Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å se bedre ut \*

Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å se ut som jeg er i bedre form \*

Jeg får press fra andre betydningsfulle mennesker til å redusere mengden kroppsfett \*

Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å bli mer muskuløs \*

Jeg føler press fra andre betydningsfulle mennesker til å øke størrelsen eller defineringen av mine muskler \*

Jeg føler press fra media til å se ut som jeg er i bedre form \*

Jeg føler press fra media til å se tynnere ut \*

Jeg føler press fra media til å se bedre ut \*

Jeg føler press fra media til å redusere mengden kroppsfett \*

Jeg føler press fra media til å bli mer muskuløs \*

Jeg føler press fra media til å øke størrelsen eller defineringen av mine muskler \*

Sideskift

Obligatoriske felt er merket med stjerne \*

## Om kroppsøving

1 2 3 4 5 6 Fikk ikke karakter

Hvilken karakter fikk du i kroppsøving ved siste halvårsvurdering? \*

### Hvor godt stemmer påstandene?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg trives i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg trives i svømmeundervisning *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg opplever kroppspress i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg er mer usikker på egen kropp i kroppsøving enn andre fag *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg får et bedre syn på min egen kropp i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg blir mer bevisst på min egen kropp i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker mye på hvordan jeg ser ut i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg sammenligner kroppen min med mine medelever i kroppsøving *                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg bryr meg om hva andre i klassen synes om kroppen min *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg er trygg på klassen og mine medelever i kroppsøving *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler meg trygg på læreren min i kroppsøving *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg føler jeg kan snakke med kroppsøvlingslæreren min om det meste (Eks: om kropp og kroppspress) *   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kroppsøvlingslæreren min har tatt ansvar for å gjøre meg bedre rustet til å ha et positivt kroppsilde | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|  | Aldri aktiv           | Sjelden aktiv         | Aktiv                 | Ganske aktiv          | Svært aktiv           |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Hvordan vil du beskrive deg selv i kroppsøvingstidene? * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### Hvor stor grad er du aktiv når du har følgende aktiviteter i kroppsøving?

|  | 1 = I svært liten grad | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = I svært stor grad | Har ikke hatt aktiviteten |
|--|------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| Ballaktivitet (Idrettsaktiviteter med ball o.l.) * | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |

|   |                       |                       |                       |                       |                       |                       |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Svømming *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dans *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Turn *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Friluftsliv/aktiviteter ute i naturen (sykling, tur utenfor skolen, orientering osv.) * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Utholdenhetsaktiviteter (løping, intervalltrening osv.) *                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Styrketrening (sirkeltrening, trening på styrkerom osv.) *                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Lekaktivitet *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



Sideskift

Side 6

Obligatoriske felt er merket med stjerne \*

## Om garderoben/dusjen

Hvor godt stemmer påstandene?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg er komfortabel i garderoben *                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg er komfortabel med å dusje etter kroppsøving *                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg er komfortabel med å dusje naken i skolens fellesdusj *           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg sammenligner kroppen min med mine medelever i garderoben *        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg opplever kroppspress i garderoben *                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg er trygg på klassen og mine medelever i garderoben *              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg liker ikke å være naken sammen med andre *                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kroppsøvlingslæreren min ønsker at jeg skal dusje etter kroppsøving * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Jeg dusjer: \*

- Uten klær
- Med klær (truse/bh/bokser)
- Dusjer ikke etter kroppsøving

Hvor sannsynlig er det at du gjør dette i kroppsøvingssammenheng?

|  | 1 = Svært lite sannsynlig | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Svært sannsynlig  |
|--|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| La være å dusje etter kroppsøving *  | <input type="radio"/>     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dusje med lyset av etter kroppsøving *   | <input type="radio"/>     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dusje med klær (truse/bh/bokser) *   | <input type="radio"/>     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Redusere innsatsen for å ikke svette *   | <input type="radio"/>     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Finne på unnskyldninger for å slippe å delta i kroppsøving (glemme gymtøy med vilje, sykdom ol.) * | <input type="radio"/>     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Har dere skillevegger/dusjbåser i fellesdusjen på skolen? \*

- Ja
- Nei

## Om skifting/gymtøy

I kroppsøving vil jeg helst \*

- Skifte til gymtøy
- Bruke vanlig klær

Hvor godt stemmer påstandene?

|  | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Jeg skifter til gymtøy når jeg har kroppsøving *                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Når jeg skifter til gymtøy prøver jeg i størst mulig grad å skjule kroppen *           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg bruker klær som skjuler kroppen i kroppsøving *                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg tenker nøye gjennom hvilke klær jeg bruker i kroppsøving *                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kroppsøvlingslæreren min ønsker at jeg skal skifte til gymtøy når vi har kroppsøving * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## Dine forventninger

Hvor godt stemmer påstandene?

|   | 1 = Helt uenig        | 2                     | 3                     | 4                     | 5 = Helt enig         |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Hvis jeg mislykkes på skolen, er jeg mislykket som person *                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hvis noen gjør en oppgave på skolen bedre enn meg, føler jeg at jeg mislyktes med hele oppgaven * | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hvis jeg ikke presterer godt hele tiden, vil ikke folk respektere meg *                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jo færre feil jeg gjør, jo bedre vil folk like meg *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg setter høyere mål for meg selv enn de fleste andre *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg har ekstremt høye målsettinger *  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Andre personer virker til å akseptere lavere standarder fra dem selv enn jeg gjør *               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jeg forventer høyere prestasjoner i mine daglige oppgaver enn de fleste andre *                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

---

## Tusen takk for ditt bidrag!

Ved å trykke "send" fullfører du spørreundersøkelsen og blir sendt videre til en ny side. Her vil du få tilgang på en link du kan benytte for å delta i trekningen av et gavekort på 1000 kr. E-postadressen du benytter for å delta i trekningen vil ikke kunne spores tilbake, eller på noen måte knyttes opp mot dine svar på undersøkelsen.

## Vedlegg 2: Oversikt over respondentane i utvalet (N=244)

|                       | VG1    |       | VG2    |       | VG3    |       |
|-----------------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|                       | Jenter | Gutar | Jenter | Gutar | Jenter | Gutar |
| Studiespesialiserande | 51     | 31    | 4      | 10    | 6      | 2     |
| Yrkesfag              | 11     | 47    | 7      | 13    | .      | .     |
| Idrettsfag            | 15     | 9     | 6      | 10    | 5      | 12    |



### Vedlegg 3: Resultat frå statistiske testar av SATAQ-4r

| Samansett mål                              | Tal påstandar | r <sup>a</sup> | alpha <sup>b</sup> | PCF <sup>c</sup>           | KMO <sup>d</sup> |
|--|---------------|----------------|--------------------|----------------------------|------------------|
| Internalisering: tynt ideal (jente)        | 4             | 0.77           | 0.93               | Tilfredsstillande          | 0.85             |
| Internalisering: tynt ideal (gutar)        | 2             | 0.71           | 0.83               | Tilfredsstillande          | 0.50             |
| Internalisering: muskuløst ideal (jenter)  | 5             | 0.55           | 0.85               | Tilfredsstillande          | 0.83             |
| Internalisering: muskuløst ideal (gutar)   | 4             | 0.72           | 0.91               | Tilfredsstillande          | 0.84             |
| Internalisering: attraktivt ideal (jenter) | 6             | 0.41           | 0.80               | Ladar på to ulike faktorar | 0.79             |
| Internalisering: attraktivt ideal (gutar)  | 2             | 0.74           | 0.85               | Tilfredsstillande          | 0.50             |
| Press: Familie (jenter)                    | 4             | 0.58           | 0.85               | Tilfredsstillande          | 0.74             |
| Press: Familie (gutar)                     | 5             | 0.36           | 0.71               | Lader på to ulike faktorar | 0.68             |
| Press: Jamaldrande/andre (jenter)          | 8             | 0.69           | 0.95               | Tilfredsstillande          | 0.88             |
| Press: Jamaldrande/andre (gutar)           | 9             | 0.67           | 0.95               | Tilfredsstillande          | 0.92             |
| Press: Media (jenter)                      | 4             | 0.85           | 0.96               | Tilfredsstillande          | 0.86             |
| Press: Media (gutar)                       | 6             | 0.72           | 0.94               | Tilfredsstillande          | 0.86             |

Testar som var utført i samband med konstruksjon av samansette mål frå instrumentet SATAQ-4r. **Merk:** <sup>a</sup>=gjennomsnittleg korrelasjon, <sup>b</sup>=Chronbachs alpha ( $\alpha$ ), <sup>c</sup>=Principle Component Factoring, <sup>d</sup>= Keiser-Meyer-Olkins test.

#### Vedlegg 4: Postestimeringsstatistikk som viser kor godt modellen passar til dataa

| Fit statistic        | Value    | Description                              |
|----------------------|----------|--|
| Likelihood ratio     |          |  |
| chi2_ms(3)           | 5.390    | model vs. saturated                      |
| p > chi2             | 0.145    |  |
| chi2_bs(21)          | 209.785  | baseline vs. saturated                   |
| p > chi2             | 0.000    |  |
| Population error     |          |  |
| RMSEA                | 0.057    | Root mean squared error of approximation |
| 90% CI, lower bound  | 0.000    |  |
| upper bound          | 0.134    |  |
| pclose               | 0.350    | Probability RMSEA <= 0.05                |
| Information criteria |          |  |
| AIC                  | 7523.266 | Akaike's information criterion           |
| BIC                  | 7600.204 | Bayesian information criterion           |
| Baseline comparison  |          |  |
| CFI                  | 0.987    | Comparative fit index                    |
| TLI                  | 0.911    | Tucker-Lewis index                       |
| Size of residuals    |          |  |
| SRMR                 | 0.013    | Standardized root mean squared residual  |
| CD                   | 0.420    | Coefficient of determination             |

