



Höskolan Kristianstad  
291 88 Kristianstad  
044-20 30 00  
[www.hkr.se](http://www.hkr.se)

# EXAMENSARBETE

*Våren 2013*

*Läroarbldningen*

## En enkätundersökning om kroppsideal bland elever i årskurs 9

**Författare**

Jonas Ulfheden  
Jon-Alexander Henriksson

**Handledare**

Ann-Christin Sollerhed

[www.hkr.se](http://www.hkr.se)



# En enkätundersökning om kroppsideal bland elever i årskurs 9

**Abstract:**

According to the core contents in the curriculum for the compulsory school 2011 for the subject Physical Education grades 7-9, teachers of the subjects shall give their students knowledge about body ideals within sports, and the society as a whole. The purpose of this study was to examine and analyze the attitude toward body ideals of the students soon to leave secondary school. The study was based on a quantitative survey with 70 participating students from three different schools. The results show that the schools, according to the students, do not inform the students about body ideals. However, the result shows that the students consider body ideals as an important topic that needs to be dealt with in school, since they consider the adolescences of today are living with a pressure telling them what to look like. The students consider body ideals to be healthy as long as they have received information about it and know how to deal with it. The famous people portrayed in media influence adolescents' body image. The study has shown that the 9<sup>th</sup> graders are not happy with the body ideals and thinks that it is an important topic for the school to bring up.

**Keywords:** Body ideals, secondary school, student, health, media, society, attitude



## INNEHÅLL

<b>1. INLEDNING</b>	5
1.1 Syfte och frågeställningar	6
1.2 Avgränsningar	6
<b>2. FORSKNINGSBAKGRUND</b>	7
2.1 Definitioner av centrala begrepp i uppsatsen	7
2.1.1 Hälsa	7
2.1.2 Samhälle	7
2.1.3 Ideal	7
2.1.4 Media	7
2.2 Litteraturgenomgång	8
2.2.1 Forskningsbakgrund	8
2.2.2 Attityder	11
<b>3. METOD</b>	13
3.1 Metod för datainsamling	13
3.2 Utformande av enkät	13
3.2.1 Stunckardskalan	14
3.3 Pilotstudie	14
3.4 Urval	15
3.5 Etiskt tillvägagångssätt	15
3.6 Genomförande av enkätundersökning	16
<b>4. RESULTAT</b>	17
4.1 Teman	17
4.2 Förmedling av kroppsideal i skolan	17
4.2.1 Hur respondenterna uppger att deras kunskaper om kroppsideal är.	17
4.2.2 Undervisning av kroppsideal i skolan.	18
4.3 Respondenternas attityder till kroppsideal i samhället	19
4.3.1 Hur viktigt är det att se bra ut och när	19
4.3.2 Hur ska kroppstypen se ut?	20
4.3.3 Ett utseendefixerat samhälle och vad respondenterna själva anser	22
4.3.4 Hur respondenterna anser att utseendet ska vara.	22
4.3.5 Utseende och kön enligt respondenterna	22
4.4 Respondenternas attityder till kroppsideal kopplat till hälsa	23
4.4.1 En hälsosam livsstil	23
4.4.2 Unga med press	23
4.5 Respondenternas attityder till kroppsideal kopplat till media	23
4.5.1 Hur tv som media påverkar respondenternas bild av kroppen	23
4.5.2 Har könet någon betydelse för medias påverkan	23
4.5.3 Kända människors påverkan	24
4.6 Sammanfattning av resultat	24

<b>5. ANALYS OCH DISKUSSION</b>	26
5.1 Resultatdiskussion	26
5.1.1 Förmedling av kroppsideal i skolan.	26
5.1.2 Elevernas attityd till ämnet kroppsideal	28
5.1.3 Uppfattas kroppsideal som hälsosamt?	30
5.1.4 Blir unga påverkade av media och deras framställning av kroppsideal?	31
5.2 Metoddiskussion	34
<b>6. SLUTSATS</b>	37
6.1 Fortsatt forskning inom området	37
<b>7. REFERENSLISTA</b>	38
<b>BILAGA I</b>	40
<b>BILAGA II</b>	41

## 1. Inledning

Fetma idag är en stor folkhälsosjukdom. Enligt Världshälsoorganisationens hemsida är övervikt och fetma idag den femte ledande folkhälsosjukdomen över listan på folkhälsosjukdomar världen över (WHO 2013).

Liksom fetma är ätstörningar ett problem i dagens Sverige. Många har en negativ kroppsbild, en stressfull relation till mat och ätande och är mer eller mindre viktfixerade. Dagens kroppsideal, vilket synliggörs i mode, reklam och media, är en slank kropp. Rent av mager, i många fall. I rubrikerna går det att läsa hur samhället borde anpassa sig efter kända personers utseende och vilka dieter och träningsmetoder som är effektiva för att kroppsvikten ska minska. Media ger en bild av att en smal kropp gör att människan både ser bra ut och är mer hälsosam. Detta är inte enbart positivt, då det går att missuppfatta och även människor utanför den tänkta målgruppen tar åt sig (Eriksson, 2005).

Idrottsläraren har ett ansvar i skolan att prata om och diskutera detta. I Läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmets centrala innehåll för lärare i ämnet Idrott och hälsa årskurs 7-9 står det att eleverna ska ha diskuterat om kroppsideal inom idrotten och samhället i övrigt när de slutar högstadiet (Skolverket, 2011). Detta är någonting som är nytt för läroplanerna och det står ingenting om det ibland kunskapskraven. Denna studie kommer att undersöka vilka attityder elever i årskurs nio har till kroppsideal.

Vi som blivande idrottslärare började med en idé att forska om ätstörningar i högstadiet och hur idrottslärare kan förebygga detta. Intresset fanns för att vi tyckte att det var ett återkommande problem i skolan och ville läsa på mer om det. Efterhand kom vi fram till att ätstörningar är ett brett och etiskt problematiskt område och vi valde därför istället att inrikta oss mot kroppsideal. Slutligen beslutade vi oss för att ta reda på vilka tankar eleverna i högstadiet har om kroppsideal.

## 1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med arbetet var att undersöka vilken attityd elever i årskurs nio har till kroppsideal. För att undersöka detta togs följande frågeställningar fram:

- Hur mycket upplever eleverna att skolan jobbar med kroppsideal?
- Vad har eleverna för attityd till kroppsideal?
- I vilken grad anser eleverna att kroppsideal är hälsosamt att leva efter?
- I vilken grad upplever eleverna att media påverkar deras syn på kroppen?

## 1.2 Avgränsningar

I studien ligger fokus på att ta reda på vilken attityd som eleverna i årskurs nio på kommunala skolor och friskolor, har till kroppsideal. Detta eftersom att när eleverna går i årskurs nio är de minst 15år gamla och behöver därmed inte målsmans tillstånd att delta i en enkätundersökning.

Att ändra på sin kropp i form utav piercing, tatuering eller doping tas inte upp. Likaså genomför studien inte några jämförelser av elever som tillhör olika etniciteter. Detta för att studien inte ska bli alltför bred.



## **2. Forskningsbakgrund**

Under kapitlet kommer de begrepp som är aktuella för uppsatsen att redogöras och förklaras. Även tidigare forskning kring ämnet kroppsideal kommer att presenteras under rubriken.

### **2.1 Definitioner av centrala begrepp**

Under rubriken presenteras definitioner av begrepp som är relevanta för studien.

#### **2.1.1 Hälsa**

Världshälsoorganisationen definierar hälsa som ett tillstånd då en människa mår bra både fysiskt, psykiskt och socialt och därmed inte enbart en frånvaro av sjukdomar (WHO 2013).

#### **2.1.2 Samhälle**

Ordet samhälle betyder sammanhållning, och ett samhälle är människor som hör ihop, som kan känna gemenskap och samarbetar med målet att utforma goda livsvillkor (Eriksson, 2009).

#### **2.1.3 Ideal**

Ett ideal är någonting som är önskvärt, förebildligt och ofta ouppnåeligt (Nationalencyklopedin, 2013).

#### **2.1.4 Media**

Varje dag sprids det information till samhället via medier. Ordet media är ett samlingsbegrepp för olika dagstidningar, tidskrifter, radio, tv, film, internet m.m. (Harstad, Heaver, Öberg, 2011).

## 2.2 Litteraturgenomgång

Under rubriken kommer tidigare forskning som har gjorts inom ämnet kroppsideal att läggas fram.

### 2.2.1 Forskningsbakgrund

Sarah Grogan beskriver i sin bok *"Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in men, women and children"* (1999) att forskning inom kroppsideal är ett väldigt stort och brett ämne. Det har forskats mycket bland kvinnor och deras syn på kroppen, och största delen av forskningen idag ligger på ätstörningar både bland unga och vuxna, främst hos kvinnor men även en del hos män (Grogan, 1999).

Anledningen till att forskningsområdet hos kvinnor är större än hos män är dels att kvinnor framställs mer inom den mediala världen än vad män gör. Dels att den negativa synen på sitt kroppsideal har varit ett mer utpräglat kvinnoproblem än vad det har varit för männen. Forskning kring kroppsideal var först inriktad mot kvinnor, och deras syn på kroppen. Under de senaste två årtionden har det framkommit allt mer forskning kring hur män ser på sin kropp. Det tack vare att män också börjat ta mer plats i det sociala rummet, angående tankar om den egna kroppen (Grogan, 1999).

Ett hälsosamt kroppsideal har alltid varit målet och det har inte ändrats mycket under de senaste 100 åren. I början på 1900-talet skulle en stark och frisk kropp skapas som kunde arbeta hårt. Under 70-talet influerade USA stora delar av Europa med deras bodybuildingkultur. Målet var att skulpturera fram en muskulös och snygg kropp. Efteråt kom det som kallas för fitnesskulturen. Den innebär en sammanslagning utav olika sorters träningsformer. Meningen var att fitness skulle förknippas med ett sunt tänk, träningstips med mer och inte förknippas med kroppsfixering, ätstörningar och ideal (Johansson, 2006).

Alla människor strävade efter ett hälsosamt liv. Den stora frågan som ställdes var ifall jakten, eller strävan, efter det hälsosamma livet kunde överdrivas? I värsta fall vänds det positiva till något negativt i form av fixering och strävan efter skönhet. Hälsa- och träningsindustrin har blivit något som hjälper till att tillhandhålla medel för att kunna uppnå ett visst skönhetsideal och det blir allt svårare att se var gränsen mellan hälsa och skönhet går någonstans (Johansson, 2006).

Under de senaste åren har det blivit mer accepterat att män också kan lida av bristande syn på kroppsideal samt lida av ätstörningssjukdomar. Cohane och Pope (2001) kom i sin avhandling fram till att män också kan lida utav en bristande bild när det gäller kroppen. Dock är det en skillnad mellan kvinnors och mäns bristande syn på kroppsideal. Kvinnor beskrivs ha ätstörningsproblem och andra viktrelaterade problem, medan männen beskrivs ha mer psykiska problem t.ex. Muskeldysformi. Muskeldysformi innebär att män som har muskler inte ser musklerna utan ser sig själva som smala och underutvecklade, vilket leder till männens bristande syn på den egna kroppen (Cohane & Pope, 2001).

Erik Homburger Eriksson (1968) forskade länge om den psykologiska utvecklingen hos barn och ungdomar. Ungdomar utvecklar sina identiteter under stadiet adolescens och identitetsskapandet är det som kommer avgöra vilken personlighet ungdomarna kommer att få. Under hela barndomen och en bit in under den höga adolescensen kämpar ungdomar med att hitta vem dem är. Ungdomarna provar flera olika identiteter som får dem att känna att dem vet vem de är. Många frågor snurrar runt i huvudet, men de viktigaste är ”Vem är jag?” och ”Vad ska jag göra med mitt liv?”. Ungdomar letar efter frihet, självständighet, men också förebilder (Homburger Eriksson, 1968).

Renée A. Botta (2003) skriver i sin avhandling *”For your Health? The Relationship between magazine reading and Adolescents, Body image and Eating Disturbance”* att många unga ofta jämför sina kroppar med modeller och atleter i både tidningar och TV. Framförallt kvinnor kan kritisera och notera hur smala eller muskulösa modellerna är enbart genom att se en bild av dem. Tidigare forskning kring magasinläsning och kroppsideal visar också att kvinnor har lättare för att ta emot och behandla innehållet i media än vad män gör (Botta, 2003).

Longitudinella studier har också gjorts där det har påvisats att yngre flickor som blir exponerade för modetidningar, tv-program med mera löper stor risk att utveckla ett dåligt förhållande till sin kropp (Botta, 2003).

Botta kom även sin avhandling fram till att media som sprider bilder på smala och vackra modeller påverkar ungdomar. Genom att ungdomarna ser dessa bilder, och konstant matas med bilder och information om hur de ska se ut och vad som är vackert, bestämmer sig också ungdomarna för hur de ska se ut och de jämför sig själva då med bilden som media målar upp för dem. De motiverar sig själva och sina val med vad media och samhället anser är vackert

och inte vad de själva anser är vackert. Det är genom den processen som unga blir missnöjda med sin kropp och utvecklar ett ohälsosamt kroppsideal som i värsta fall kan leda till ätstörningssjukdomar. Det är då väldigt viktigt att media fokuserar på att hjälpa ungdomar att inte fokusera på att jämföra sina egna kroppar med kroppar som syns i media, utan att vi lär ungdomar att vara skeptiska mot reklamer och annan information som de mata med (Botta, 2003).

Majjaliisa Rauste-von Wright, skriver i sin avhandling *"Body Image Satisfaction in Adolescent Girls and Boys: A longitudinal Study"* (1989) att äldre kritiserar sina kroppar och tycker om vissa delar på kroppen mer och är missnöjda med andra delar. Genom att se hur äldre är mot sig själva, antar yngre att de också ska vara kritiska mot sig själva och sin kropp. Det hjälper heller inte till att sociala medier också är kritiska mot andra människors kroppar och att de i stort sätt säger åt dem vad de ska göra för att passa in. Stereotyper skapas och de yngre barnen tar till sig dessa stereotyper vid en ung ålder. Kroppsideal för både pojkar och flickor blir extra betonat i media, speciellt i olika reklamsammanhang där idealet också blir godkänt utav pojkar och flickor som tar till sig idealet och applicerar det på sig själva (Rauste-Von Wright, 1989).

Som det går att utläsa i Lgr 11 i det centrala innehållet för årskurs 7-9 ska eleverna efter årskurs nio gått igenom *"Kroppsideal inom idrotten och i samhället i övrigt [...]"* samt att eleverna ska i kunskapskraven efter årskurs nio ha kunskaper och kunna *"föra enkla och till viss del underbyggda resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan[...]"* (Skolverket, 2011).

Carita Bengs (2000) skriver att med den rådande kroppssynen hos unga kan de, om inget görs, råka ut för allvarliga problem. Synen på den ideala kroppen är vanlig inom massmedia och allra mest inom reklamen, där ungdomar matas med olika bilder på den ideala kroppen som ska hjälpa dem att hitta sin rätta identitet. Eftersom ungdomar överökas med bilder, lär de sig också att döma sig själva och andras kroppar.

Det verkar vara viktigt för unga att skaffa sig en kropp som hjälper dem att bli bekräftade. Unga vill också se ut på ett visst sätt eller likna någon annan för att kunna bli accepterad och bekräftad som normal. En annan anledning kan också vara att slippa bli mobbad och utfryst för att de inte har kroppen som alla andra har (Bengs, 2000).

Kommentarmaterialet till kunskapskraven i Idrott och Hälsa skriver att eleverna måste lära sig att ta ställning till dessa frågor (Skolverket, 2011), då inslaget om kroppsideal är ett ämne som slagit ner och diskuteras flitigt både i media och i samhället (Bengs, 2000).

Det människor strävar efter att återvinna sin ungdom. Åldrande ses som en sjukdom som måste förhindras till varje pris. Vad handlar bantning om, i slutändan? Hälsa, skönhet eller något annat? För staten handlar det om att tjäna pengar. Det gynnar staten ifall människorna kan arbeta länge och hålla sig friska, och det finns därför mycket att tjäna på att reglera hur mycket hälsovårdliga produkter människor köper för att få bevara sin ungdom (Johansson, 2006).

### **2.2.2 Attityder**

En attityd är en positiv eller negativ reaktion på en stimulans, i form av till exempel en person, händelse eller ett koncept (Passer & Smith, 2001). Attityder kan ses som det som skapas av människans olika tankar, känslor, förutfattade meningar, föreställningar och övertygelser (Tamm, 2002). I regel delas värderingarna i de grupper som personer tillhör eller uppskattar.

Fördomar är ordet som används för negativa attityder och värderingar. En fördom är byggd på brist på kunskap om det som attityden gäller och det har en känslomässig laddning. Det finns fördomar mot det mesta och kan komma till redan i ungdomen. De har även en tendens till att skapa konflikter och spänningar mellan människor.

De positiva attityder som finns skapar intresse och engagemang. För ungdomar kan det gälla kläder, framtid, politik, synsätt om livet med mera (Tamm, 2002).

Människors attityder påverkar deras beteende och vad som påverkar mer och mindre förklaras i tre olika faktorer (Passer & Smith, 2001). Den första är att människans attityder påverkar beteendet mycket när mängden som säger emot dem är liten. Gruppträck och normer influerar på detta viset, när beteendet stämmer överens med attityderna och när människan anser att beteendet är under dess kontroll.

Den andra faktorn är att attityder har en större påverkan på beteendet när människan är medveten om den och håller fast vid den. När människan reflekterar över sin attityd innan den agerar, ökar bestämdheten i beteendet.

Den tredje faktorn innebär att generella attityder enklast förutspår generella beteenden och mer specifika attityder är bäst för att förutspå specifika attityder (Passer & Smith, 2001).

Forskare visar att attityder leder till handling om de känns relevanta och är grundade på personlig erfarenhet (Tamm, 2002). Om attityden dessutom är mer specifik och mindre generell är sannolikheten större att den leder till ett visst beteende. Det innebär även att en allmänt hållen attityd troligen inte resulterar i någon handling.

I varje grupp finns det bestämda attityder, normer och värderingar (Tamm, 2002). Speciellt bland ungdomar brukar grupper skapas unga påverkas oftast mycket av det som gruppen tycker. Grupperna har en viss struktur och den visar hur de som är med i gruppen förhåller sig till varandra. Normerna och reglerna bestämmer vilka attityder som borde finnas och hur människor ska bete sig gentemot de som är i respektive utanför gruppen. Det är detta som skapar grupstryck. Det är vanligt att konflikter uppstår mellan grupper och detta kan bland annat uppstå på grund av kulturella skillnader (Tamm, 2002).

Att övertalas och övertygas är attitydförändrande och sker vardagligen (Passer & Smith, 2001). Det sker både genom reklam och i diskussioner med familj och vänner. Hur pass mycket som attityden förändras beror på vilken relation som mottagaren av informationen har till det som sägs eller till den som säger det. Om ämnet är intressant och pålitligt ger den som tar del av informationen mer uppmärksamhet till det. Ämnet blir än mer intressant om förmedlaren av informationen är någon som känns psykiskt attraktiv och som delar samma intressen och mål som en själv (Passer & Smith, 2001).

Syftet med reklam som visas i media är att förändra människors attityder (Tamm, 2002). Reklamen visar dels vad det är som den gör reklam för, men den skapar även nya behov hos konsumenten. För att övertyga människor, visar reklamen människor som är glada och mår bra och kopplar detta till ett resultat av att ha gjort det som reklamen bett om. Reklampsykologin är väldigt utvecklad och tar hänsyn till människors minnen, känslor och attityder. Även om reklamen ignoreras och stängs ute, vet skickliga reklamproducenter hur de ska nå alla, till exempel genom ett frekvent upprepande av annonser. Detta för att i största möjliga mån kunna påverka största möjliga mängd människor.

## **3 Metod**

Under kapitlet kommer de använda metoderna för genomförandet utav undersökningen att redogöras och förklaras.

### **3.1 Metod för datainsamling**

För att få det önskade resultatet till studien, att få reda på vilka attityder elever i årskurs nio har till kroppsideal, behövdes största möjliga mängd data. Därför valdes en kvantitativ metod, som skapar bredd och används när resultatet kommer behandlas på ett statistiskt vis (Patel & Davidsson, 2011).

En kvantitativ undersökning vill oftast se hur pass utbrett olika förhållanden och inställningar är bland respondenterna. Ju färre som svarar på undersökningen, desto större risk är det att resultatet inte blir rättvist. En kvantitativ undersökning kan använda sig utav enkätfrågor som antingen kan göras i pappersformat eller elektroniskt via datorer. Enkätfrågorna ska utgå ifrån variabler, begrepp, som studien syftar till att ta reda på (Eliasson, 2006).

### **3.2 Utformande av enkäten**

De fyra frågeställningarna användes som utgångspunkt när skapandet utav enkäten (Se bilaga II) påbörjades. Därmed skrevs fyra underrubriker (teman) med fokus på begreppen skola, hälsa, samhälle samt media.

Frågorna som ställts till respondenterna är till större delen slutna. Enligt Eliasson (2006) är det en fördel med ju fler slutna frågor som det finns, då respondenternas svar blir användbara för att kunna svara på frågeställningarna i arbetet. För att kunna förstå respondenternas svar och komma djupare in på hur de tycker och tänker kring ämnet, har även ett par öppna frågor lagts till. På detta vis får respondenterna en chans att täcka in svaret på bästa möjliga vis (Eliasson, 2006).

Efter färdigställande av enkäten skickades en kopia till handledaren för godkännande och efter det kunde enkäten användas på respondenterna utan att innehålla några felaktigt formulerade frågor. När handledaren godkänt enkäten, gjordes en pilotstudie.

### **3.2.1 Stunckardskalan**

Stunckardskalan (Grogan, 1999) är en bild som har använts i enkäten för att få en tydligare bild av hur respondenterna anser att en kropp ska se ut och hur de tror att samhället anser att en kropp ska se ut. Bilden visar nio män och nio kvinnor och skalan börjar i att personerna är väldigt smala och övergår till att de till sist är väldigt stora.

### **3.3 Pilotstudie**

En pilotstudies huvudsakliga syfte är att kontrollera och prova att enkätfrågorna passar och kan användas till undersökningen. Pilotstudien provar också att upplägget till undersökningen är tillräckligt bra för att kunna användas. En pilotstudie ska genomföras på minst en person som passar in på undersökningens urval, och ska vara en person som skulle kunna delta i undersökningen, men som inte har med undersökningen att göra (Patel & Davidsson, 2011).

Pilotstudien till den aktuella studien genomfördes av en pojke som gick i sjunde klass. Han passade in bland urvalet och skulle kunna delta i undersökningen om det inte vore för att han var yngre än den tänkta målgruppen. Valet av just den här personen berodde på att han gick i högstadiet och samtidigt var yngre än de tänkta respondenterna. För att undvika att respondenterna skulle missförstå frågorna på grund av ord och begrepp som de inte förstod, kontrollerade vi huruvida en yngre elev förstod det som stod i enkäten.

Personen som var tänkt att genomföra pilotstudien kontaktades via e-post och fick förfrågan om han ville delta i pilotstudien. Han fick reda på hur en pilotstudie fungerar, att han var anonym, samt att hans svar inte skulle räknas med bland enkäternas resultat. En tid för genomförandet beslutades och pilotstudien genomfördes.

När pilotstudien var genomförd, frågades respondenten om hur enkätens upplägg var samt om frågorna var relevanta för det tänkta syftet. Respondenten hade ingenting att tillägga angående enkätens struktur och syfte. Det som kom fram av pilotstudien var att ordet ”sunt” inte var lätt att begripa och ersattes därmed av ordet ”hälsosamt”. Likaså hade respondenten ringat in fler än en figur i de uppgifter där figurer fanns, vilket inte var tanken. Därför tydliggjordes även de uppgifterna med att respondenterna skulle ”ringa in en figur” istället för att ”ringa in”.



Efter genomförd pilotstudie ändrades enkäten utifrån vad personen i pilotstudien sagt som behövdes ändras för att enkäten skulle bli mer förstälilig.

### **3.4 Urval**

Målgruppen för studien är elever av båda kön, som går i årskurs nio. Undersökningen kommer att resultera i information om vilka attityder elever i årskurs nio attityder har till kroppsideal samt hur skola, media och samhället påverkar idealet.

För att välja respondenter till undersökningen valdes ett bekvämlighetsurval som metod. Ett bekvämlighetsurval används då respondenter som finns nära till hands väljs ut till undersökningen. Detta säger ingenting om huruvida respondenternas svar stämmer överens med befolkningen i övrigt (Eliasson, 2006). Metoden användes på så vis att de skolor som kontaktades låg i närheten av skribenternas studieort.

För att få kontakt med skolorna som befann sig i närheten gjordes sökningar via internet. På respektive skolas hemsida fanns det en e-postadress till rektorn som var verksam på den skolan. 16 rektorer kontaktades och där frågade skribenterna ifall de kunde komma ut till skolorna och genomföra enkätundersökningen med eleverna i nionde klass. De informerades om vad som uppsatsen syftade till och hur respondenternas svar skulle behandlas. Efter att rektorerna gav sitt godkännande, kontaktades de klassföreståndare som var aktuella för genomförandet av enkätundersökningen. När de hade gett skribenterna tillstånd till besök bestämdes tid och plats för undersökningen.

### **3.5 Etiskt tillvägagångssätt**

Under besöken på de utvalda skolorna fick eleverna information om undersökningens etiska principer. Det finns fyra principer som eleverna ska ha kännedom om, för att de ska veta vad det är de tackar ja till att delta i. De fyra principerna är *informationskravet*, *samtyckeskravet*, *konfidentialitetskravet* samt *nyttjandekravet*. Kraven innebär att forskare som vill använda sig av människors svar i enkäter eller intervjuer måste informera följande deltagare som ska genomföra undersökningen/intervjun, vad som är undersökningens syfte, vad materialet kommer att användas till, hur materialet kommer att bearbetas och hur det kommer bli behandlat. De tillfrågade personerna har också rätt att få veta vad det innebär att delta i undersökningen samt att de själva har möjligheten att inte vilja delta, eller att när som helst avbryta undersökningen (Vetenskapsrådet, 2002).

Rektorerna på de utvalda skolorna fick i sitt informationsbrev (se bilaga I), information om de fyra etiska principerna. Brevet informerade också om vad syftet med enkätundersökningen var och vilka som kommer att komma ut till skolorna för att genomföra den. I brevet framgick det också att inga namn på varken skolan eller på eleverna kommer att kunna spåras eller utläsas i undersökningen eller i rapporten. I brevet stod det också vad som kommer att hända med materialet efter insamlingen och hur materialet kommer att hanteras och vilka som får tillgång till materialet. Slutligen fick rektorerna också reda på att deltagandet i undersökningen är frivilligt och att eleverna när som helst kan avbryta undersökningen.

### **3.6 Genomförande av enkätundersökning**

Skribenterna åkte ut till skolorna som avtalat. Under det första besöket var båda skribenterna närvarande och undersökningen genomfördes i klassrummet. När alla eleverna var närvarande gick skribenterna igenom syftet med undersökningen samt hur materialet skulle hanteras och förvaras. Eleverna fick också reda på att enkätundersökningen var frivillig och att de närsomhelst fick lov att avbryta undersökningen. Eleverna fick också reda på att de inte behövde svara på alla frågor ifall de inte ville. Tillslut fick eleverna också reda på vad enkäten kommer att användas till samt att enkäterna inte kommer kunna spåras.

## **4. Resultat**

Under rubriken redovisas resultaten från enkäten uppdelat efter olika teman som är baserade på frågeställningarna. I enkäten fanns det även fem öppna frågor och eftersom inte majoriteten svarade på dessa har skribenterna valt att ta upp dessa först under rubriken ”Diskussion”, där resultaten kommer att diskuteras.

### **4.1 Teman**

Undersökningen var uppdelad i fyra olika teman, vilka behandlar elevernas attityder till kroppsideal kopplat till *skolan, samhället, hälsa* och *media*.

Det första temat innefattade hur ungdomar ansåg att skolan hade förmedlat ämnet kroppsideal till dem. Enligt Lgr 11 ska ämnet Idrott och hälsa förmedla och utveckla kunskaper om begrepp som behandlar hälsa och livsstil (Lgr 11). Mer specifikt ska eleverna inom Idrott och Hälsa lära sig om kroppsideal inom idrotten och även hur kroppsideal påverkar människan i samhället (Lgr 11).

Det andra temat behandlade hur respondenterna uppfattade att kroppsideal var i förhållande till samhällets normer och värderingar, om eleverna trodde att det var viktigt i samhället att se ut på ett visst vis. En följdfråga ställdes senare i enkäten där respondenterna frågades hur de själva ansåg att kroppsidealerna var.

Tredje temat behandlade huruvida respondenterna upplevde att samhällets kroppsideal var hälsosamt att leva efter eller inte, samt om respondenterna upplevde att ungdomar hade en viss press på sig att se ut på ett visst vis.

Fjärde temat handlade om hur respondenterna trodde att media (tv, tidningar, internet, m.m.) påverkade människors syn på kroppsideal. Inom temat togs det även upp ifall respondenterna trodde att kända människor hjälpte till att förstärka bilden av kroppsideal.

### **4.2 Förmedling av kroppsideal i skolan**

#### **4.2.1 Hur respondenterna uppger att deras kunskaper om kroppsideal är**

Utav de 70 tillfrågade svarade 50 av eleverna att de hade kunskaper om kroppsideal för både pojkar och flickor. Två av eleverna svarade att de hade kunskaper om enbart pojkars

kroppsideal, medan sex av eleverna svarade att de hade kunskaper om enbart flickors kroppsideal. Elva elever uppgav att de inte har någon kunskap alls om kroppsideal för varken pojkar eller flickor.

En elev kryssade i fler än en ruta och räknas därför inte in i resultatet utan istället bland det interna bortfallet.

#### 4.2.2 Undervisning om kroppsideal i skolan

**Tabell 1.** Hur mycket, på en skala 1-4, eleverna (antal) uppgav att de hade pratat om kroppsidealet i skolan.

<b>Inte alls</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>Mycket</b>
<b>Antal:</b>	34	25	11	0	Totalt: 70

Tabell 1 visar att det inte pratas mycket om kroppsideal i skolan, enligt eleverna. Den största delen uppgav att de inte hade pratat någonting om det alls, eller åtminstone väldigt lite.

I enkäten fick eleverna också en fråga om hur viktigt det var för eleverna att prata om kroppsideal i skolan, där blev svaren utspridda. Det var lika många elever, tolv stycken, som svarade att det inte var viktigt alls som svarade att det var mycket viktigt att prata om det i skolan. Sedan var det 16 elever som svarade att det var ganska oviktigt och resterande 30 svarade att det var ganska viktigt.

Att det skulle förändra elevernas syn på kroppsidealet om de hade pratat mer med kroppsideal och hälsa i skolan, var det en klar majoritet som trodde. Endast två elever svarade att de inte trodde att deras syn skulle påverkas alls. Sedan var det 14 elever som inte trodde att deras syn skulle påverkas särskilt mycket. Därefter svarade 41 elever att det skulle påverka deras syn lite och 12 elever uppgav att de trodde att deras syn på kroppsidealet skulle påverkas mycket om de hade pratat med om det i skolan.

**Tabell 2.** Antalet elever som har pratat om kroppsideal utanför skolan

<b>I hemmet</b>	<b>Med vänner</b>	<b>På en idrott</b>	<b>Annat</b>	<b>Inte</b>
27	41	10	2	14

---

Resultatet visar att de flesta av de svarande respondenterna har pratat om kroppsideal utanför skolan. Till frågan fanns möjligheten att kryssa i flera svar och det framgick att flera av eleverna hade pratat om kroppsideal på mer än en plats utanför skolan. Det vanligaste var att prata om kroppsideal med sina vänner och därefter i hemmet. Av de två respondenter som svarat att de hade pratat om kroppsideal på andra ställen än de exempel som gavs, svarade den ena att den pratat om det "lite överallt" och den andra hade pratat om det på Internet.

### 4.3 Respondenternas attityder till kroppsideal i samhället

#### 4.3.1 Hur viktigt det är att se bra ut och när

---

Tabell 3. Hur viktigt respondenterna tror det är att se bra ut i samhället

<b>Inte alls</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>Mycket</b>
<b>Antal:</b>	1	4	28	37	Totalt: 70

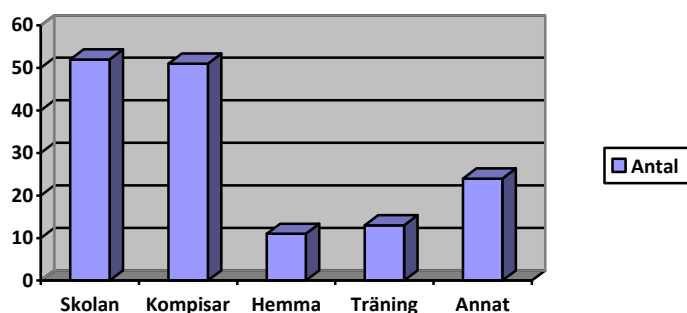
---

En stor majoritet av respondenterna trodde att det var viktigt att se bra ut i samhället. Av de 70 svarande, var det 65 stycken elever som uppgav att de trodde att det var minst ganska viktigt att se bra ut i samhället.

Däremot ansåg respondenterna själva att det inte var lika viktigt att se bra ut. På samma fyrgraderade skala låg genomsnittet närmare mitten (49st svarade 3-4 medan 21st svarade 1-2).

Sedan frågades respondenterna om på vilka platser de ansåg att det var viktigast att se bra ut.

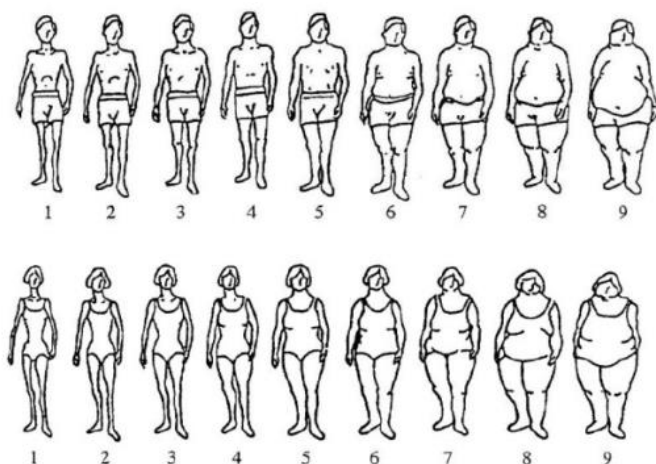
**Diagram 1.** De platser där respondenterna anser att det är viktigast att se bra ut.



Resultatet visade att de flesta eleverna ansåg att det var viktigast att se bra ut när de var i skolan (52st) och när de var med vänner (51st). Det var även många (24st) av de 70 respondenterna som hade kryssat i rutan ”Annat”. Bredvid, där de fick möjligheten att kommentera, hade de majoriteten skrivit att det var viktigt att se bra ut när de var på fest. Det var även 5 respondenter som valt att inte kryssa i någon ruta, alternativt skrivit att det aldrig var viktigt att se bra ut.

#### 4.3.2 Hur ska kroppstypen se ut?

**Figur 1.** Stunckardskalan (Grogan, 1999)



**Tabell 5.** Hur eleverna tror att samhällets kroppsideal är enligt Stuckards skala

Figur nr	1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Män</b>		3	14	33	8	5	2		1
<b>Kvinnor</b>	2	25	23	9	5	1			

Respondenterna blev först tillfrågade att var på Stunckardskalan de tror att den ideala kroppen i samhället är för pojkar respektive för flickor. Detta genom att ringa in en figur. Hälften av

alla svarande ringat in att de tror att den ideala kroppen för männen i samhället motsvarar figur nummer fyra. Ungefär lika många har svarat högre som har svarat lägre och spannet gick från figur nummer två till figur nummer nio.

När det kom till hur respondenterna ansåg trodde att det kvinnliga kroppsidealet i samhället, svarade respondenterna att de trodde att idealet för en kvinna enligt samhället i genomsnitt ligger mellan figur två och figur tre. Av de svarande respondenterna svarade 25 att de trodde att samhällets kvinnliga kroppsideal låg på figur nummer två och 23 ringade in figur nummer tre. Spannet här gick från figur nummer ett till figur nummer sex.

På frågorna är det fyra respektive fem respondenter som antingen har ringat in fler än en figur eller gjort en ring mellan figurer. Dessa räknas till det interna bortfallet.

---

**Tabell 4. Hur eleverna själva anser att kroppsidealerna är för killar respektive tjejer, enligt Stuckards skala.**

<b>Figur nr</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
<b>Män</b>		1	8	38	13	2	3		
<b>Kvinnor</b>		4	23	31	3	4			

---

När eleverna skulle ringa in hur de själva anser att kroppsidealet var enligt Stuckards skala, var genomsnittet på mannen samma som på hur respondenterna trodde att samhällets kroppsideal var, det vill säga på figur nummer fyra.

Däremot ansåg de att även kroppsidealet för kvinnor var figur fyra, i genomsnitt. Därmed var snittet högre gentemot hur respondenterna trodde att kroppsidealet för kvinnor var i samhället.

På frågorna var det fem respektive fem respondenter som antingen ringat in fler än en figur eller gjort en ring mellan figurerna. Dessa svar räknas som ogiltiga och hamnar därmed i det interna bortfallet.

#### **4.3.3 Ett utseendefixerat samhälle och vad respondenterna själva anser**

Respondenterna fick frågan om hur viktigt de trodde att det är att vara smal, vältränad respektive ha mycket muskler i samhället. Resultatet visade att de trodde att det var viktigast att vara smal, där svarade 24 att det var mycket viktigt och 33 att det är ganska viktigt att vara smal i samhället.

Att vara vältränad är även det viktigt i samhället, enligt respondenterna. Det var 17 stycken som svarade att det var mycket viktigt att vara vältränad och 38 stycken svarade att det är ganska viktigt.

Sedan svarade 13 elever att det var mycket viktigt att ha mycket muskler och 31 att det var ganska viktigt. Antalet som inte har svarat på frågorna är 1, 2 respektive 1 styck. Det vill säga att här avbröt en enkätundersökningen och det var en elev som inte kryssade i utan motiverade att det är speciellt viktigt att ha mycket muskler för killar, men även för tjejer i deras ålder.

#### **4.3.4 Hur respondenterna anser att utseendet ska vara**

Respondenterna fick sedan svara på samma frågor igen, fast den här gången vad de själva ansåg över hur viktigt det var att vara smal, vältränad och ha mycket muskler. Respondenterna svarade i majoritet mellan två och tre på en fyrgradig skala, där fyra var mycket viktigt och ett var inte viktigt alls. Det var 30 respondenter som ansåg att det inte var särskilt viktigt att vara smal och 23 av respondenterna ansåg att det var viktigt att vara smal.

Att vara vältränad enligt respondenterna var något som var viktigare. Där visade resultatet att 38 respondenter svarade att det var viktigt att vara vältränad.

Av de tre kategorierna, var det minst viktiga att ha mycket muskler. Det var 36 respondenter som svarade att de inte tyckte att det var särskilt viktigt att ha mycket muskler, medan 15 svarade att det var viktigt.

#### **4.3.5 Utseende och kön enligt respondenterna**

I nästa fråga fick respondenterna svara på om de tycker att utseendet är viktigare beroende på vilket kön de tillhör. Det var 45 av 70 som svarade att det inte var någon skillnad utan att det var lika viktigt för båda könen. Att utseendet är viktigare för tjejer än för killar ansåg 19 av respondenterna. Ingen svarade att det var viktigare för killar än för tjejer, däremot var det fyra som svarade att utseendet inte var viktigt alls. En respondent valde att avbryta enkätundersökningen här och därmed inte svarade på den här frågan eller de kommande.



I följd av detta fick respondenterna svara på om de trodde att de skulle bli bättre behandlade av sin omgivning om de hade ett fördelaktigt utseende i jämförelse med om de inte hade det. Av de som svarade, ansåg 65 elever att de skulle bli bättre behandlade, varav 29 elever trodde att de blir mycket bättre behandlade om de har ett fördelaktigt utseende.

## **4.4 Respondenternas attityder till kroppsideal kopplat till hälsa**

### **4.4.1 En hälsosam livsstil**

Respondenterna blev tillfrågade om de tyckte att det var hälsosamt att leva efter rådande kroppsideal. Resultatet blev väldigt splittrat, 31 av respondenterna tyckte att det var hälsosamt att leva på det viset, medan 37 tyckte inte att det var särskilt hälsosamt att leva efter det rådande kroppsideal som fanns.

### **4.4.2 Unga med press**

Frågan som ställdes efteråt var ifall respondenterna ansåg att många unga idag lever med en press på att de ska se ut på ett visst sätt. Resultatet visade att en stor del av de tillfrågade ungdomarna ansåg att det fanns en stor press. Utav de som svarade, svarade hela 66 respondenter att de ansåg att många idag lever med en press på att de ska se ut på ett visst sätt. Av dessa ansåg 50 att unga lever med mycket press på sig och hur de ska se ut, medan 16 ansåg att de levde med lite press på sig och hur de ska se ut.

## **4.5 Respondenternas attityder till kroppsideal kopplat till media**

### **4.5.1 Hur tv som media påverkar respondenternas bild av kroppen**

Respondenterna fick en fråga gällande hur mycket de trodde att dagens tv-program påverkar ungdomars syn på sin egen kropp. Näst intill samtliga trodde detta, 65 svarade att de tror att tv-program påverkar ungdomars syn på sin egen kropp i någon grad. Två elever kryssade i fler än ett alternativ och räknas därför till det interna bortfallet.

### **4.5.2 Har könet betydelse för medias påverkan?**

Vid frågan om respondenterna tror att könet hade någon betydelse för huruvida media påverkar ungdomars syn på den egna kroppen svarade 32 av respondenterna att tjejer påverkas mer än vad killar gör, 34 av respondenterna ansåg att könet inte spelar någon roll

alls. Det var ingen som trodde att killars syn på sin egen kropp påverkas mer av media än tjejers. Två av respondenterna kryssade till den här uppgiften i fler än ett svarsalternativ och därmed blir deras svar ogiltiga och hamnar bland det interna bortfallet.

### **4.5.3 Kända människors påverkan**

Till sist frågades de ungdomarna i studiegruppen om de trodde att kända människor påverkade ungdomars syn på sin egen kropp. 64 svarade att det trodde det, varav 33 trodde att ungdomar påverkades mycket och 31 trodde att kända människor påverkade lite grann hur ungdomar ser på sin egen kropp.

## **4.6 Sammanfattning av resultat**

Majoriteten av de elever i årskurs 9 som deltog i undersökningen uppgav att de hade pratat lite eller ingenting alls om kroppsidealet i skolan. Trots detta var det 50 av de 70 respondenterna som svarade att de hade kunskaper om kroppsideal för både tjejer och killar. Detta motiverade dem med att de hade diskuterat kroppsideal utanför skolan tillsammans med vänner och hemma med familjen. Den större delen av studiegruppen trodde att ungdomars syn på kroppsidealet skulle förändras om skolan undervisade mer om det. Däremot var det lika många som ansåg att det var mycket viktigt att prata om det i skolan, som ansåg att det inte var viktigt alls.

När respondenterna fick frågan om hur viktigt det är att se bra ut i samhället uppgav 65 av de 70 tillfrågade att det var viktigt att se bra ut i samhället, medan om de själva fått bestämma var det inte alls lika viktigt att se bra ut, där svarade 49 stycken att de själva inte brydde sig ifall de såg bra ut. Viktigast var det dock att se bra ut i skolan och när de var med sina vänner. En skala från 1-9 med figurer visades för eleverna där de skulle ringa in var de trodde att samhällets ideala kropp var och var de själva tyckte att den ideala kroppen var. Enligt respondenterna trodde de att den ideala kroppen i samhället låg för pojkar på 4 och för flickor, något smalare, 2-3. Om de själva hade fått välja var den ideala kroppen fortfarande 4 hos pojkar men hos flickor var idealet lite större än vad de tyckte att samhällets ideal var, 3-4. När frågan ställdes om det var viktigt att vara smal, vältränad och muskulös var det minst viktigt att ha muskler. Respondenterna hade heller ingen önskan om att vara för smala, men de såg hellre att de var mer vältränade för det gav ett mer hälsosamt intryck.

Utseendemässigt spelade det ingen roll ifall det gällde pojkar eller flickor, utseendet spelade lika stor roll för båda tyckte 45 av de 70 tillfrågade. Endast 19 stycken tyckte utseendet spelade större roll för flickor än för pojkar.

När respondenterna frågades huruvida de ansåg att dagens kroppsideal var hälsosamt, blev resultatet väldigt splittrat. Ungefär hälften ansåg att de kroppsideal som finns idag är bra för hälsan, medan den andra hälften ansåg att det inte är det. Däremot var respondenterna överens om att ungdomar nu för tiden har en press på sig att de ska se ut på ett visst sätt.

De sista frågorna som respondenterna fick handlade om hur media påverkade kroppen. 65 stycken trodde att tv som media påverkade ungdomars kroppsuppfattning. Det var en delad uppfattning om något av könen blev mer påverkad eller inte, men 32 stycken trodde att tjejer påverkades mer än killar, medan 34 påstod att det inte spelade någon roll vilket kön du tillhörde. Majoriteten av respondenterna (64 stycken) ansåg att kända människor påverkade hur ungdomar ser på sin kropp.

## 5. Analys och diskussion

Under rubriken kommer resultaten att diskuteras och sedan även valet av metod. Kapitlet avslutas med en diskussion kring ämnet samt idéer till fortsatt forskning.

### 5.1 Resultatdiskussion

Under rubriken kommer resultatet att diskuteras och analyseras. Kopplingar till tidigare forskning till litteraturen som lästs kommer att finnas med i diskussionen. Diskussionen är uppdelad efter de fyra teman som presenterades under rubriken ”Resultat”. Varje resultat kommer att diskuteras och kopplas ihop med de andra rubrikerna .

#### 5.1.1 Förmedling av kroppsideal i skolan.

”Har du kunskaper om hur kroppsideal ser ut idag?”, var den första frågan som ställdes till respondenterna i enkäten. Av de 70 tillfrågade svarade 50 stycken elever att de har kunskaper om kroppsideal för både pojkar och flickor. Av dessa var 25 svar från flickor och 25 svar från pojkar, vilket visar på en jämn fördelning.

Samtidigt uppgav 59 stycken att de antingen inte alls eller mycket lite, har diskuterat om kroppsideal under lektionstimmarna. Många av eleverna har istället fått sin information om kroppsideal utanför skolan. En del har uppgett att de fått information om kroppsideal i hemmet, medan andra uppger att de har fått information genom att prata med vänner, eller under en idrottsaktivitet under fritiden.

I Lgr 11 under centralt innehåll står det att eleven ska ha kännedom om ”*Kroppsideal inom idrotten och i samhället i övrigt*”(Lgr 11). Det står även under kunskapskraven, för betyget E, att eleven i årskurs nio ska kunna ”*föra enkla och till viss del underbyggda resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan*”(Lgr 11). Det står också skrivet i kommentarmaterialet till Idrott och Hälsa att ”*Med innehållet kroppsideal inom idrotten och i samhället i övrigt öppnar kursplanen för diskussioner om olika budskap som eleverna möter i till exempel medier. En central aspekt i sådana diskussioner är hur man kan förhålla sig till de kroppsideal som förmedlas i tidningar, teve och film. Ett viktigt motiv till det här innehållet är att eleverna ska kunna ta ställning i dessa frågor*” (Kommentarmaterial till kursplanen i Idrott och Hälsa, 2011).

Skribenterna kunde också bett eleverna att definiera ordet kroppsideal för att få en tydligare bild över deras attityd och kunskaper till begreppet. Det kan vara svårt att veta om man som elev har kunskaper om kroppsideal eftersom begreppet är stort och inte definierades i enkätundersökningen. Resultatet i vår undersökning visar att det finns brister i hur ämnet ”kroppsideal och hälsa” sköts utav skolan och att det inte framkommer i den mängd som det borde göra. I kursplanen står det inte någon definition utav vad kroppsidealet är. Det kan vara en bidragande orsak till att eleverna inte fått någon ordentlig information om kroppsidealet. För om lärarna inte vet hur de ska definiera ordet, hur ska de då kunna förmedla kunskapen vidare till sina elever? I sin tur blir det svårt att ge en rättvis bedömning om varken elever eller lärare har fått en tydlig och rätt uppfattning om vad kroppsideal är för något.

Det ställdes en öppen följdfråga där eleverna kunde motivera varför det tyckte att det var viktigt eller inte viktigt att prata om kroppsideal i skolan. Detta var ett tydligt sätt att se hur eleverna tänkte. För att kategorisera detta har de som kryssat in alternativ 3 eller 4 på frågan ”Anser du att det är viktigt att man pratar om kroppsideal i skolan?” blivit sammanslagna som de som ansåg att det var viktigt. De som svarade 1 eller 2 har blivit sammanslagna och kategoriserade som de som ansåg att det var oviktigt.

Motiveringarna till svaren var spridda och totalt var det 35 motiveringar av de 70 som svarat på föregående fråga. Fyra av de 28 respondenter som ansåg att det inte var viktigt att prata om kroppsideal i skolan, motiverade med att det inte var ett viktigt ämne eller att det inte var det viktigaste i skolan. Av de 42 respondenter som tidigare svarade att det var viktigt, fanns det motiveringar som menade att skolan kunde hjälpa ungdomar med att inte bli lika påverkad utav media och att det var viktigt att lära sig om kroppsideal och samhället.

Mer än hälften av eleverna som motiverade sina svar, skrev att det skulle påverka elevernas syn på sin egen kropp om skolan pratade mer om det. Detta ansåg både elever som ansåg att det var viktigt och även som tyckte att det var oviktigt. Elever som ansåg att det var viktigt skrev att de trodde att ungdomar skulle få en starkare självkänsla för att de fick lära sig om olika kroppsideal och därmed förstå att alla såg bra ut på sitt sätt. Elever som ansåg att det var oviktigt vände på det och skrev att alla såg bra ut som de var och att om skolan började prata om kroppsideal skulle det försämra ungdomars självkänsla.

Skribenterna tolkar detta som en motsägning som är ett tecken på att eleverna behöver mer kunskap om vad ett kroppsideal är för något. En tydligare definition av kroppsideal hade

kunnat resultera i ett annat resultat på dessa frågor. Eftersom att eleverna har olika bilder om vad kroppsideal är för något, svarade de också väldigt olika på enkäten.

### **5.1.2 Elevernas attityd till ämnet kroppsideal enligt samhället och sig själva**

Respondenterna fick också frågan om hur viktigt det är att vara vältränad, ha muskler samt hur viktigt det är att vara smal. Respondenterna fick en öppen fråga där de fick chansen att kommentera varför/varför inte de tycker det är viktigt att ha muskler, vara smal eller vara vältränad.

Av de 70 tillfrågade svarade 9 respondenter med kommentarer om varför det är viktigt att vara vältränad. Av kommentarerna att döma anser respondenterna, är det viktigare att må bra och ha en god hälsa än att vara vältränad. Bland de som tycker det är viktigt att vara vältränad är kommentarerna att folk runtomkring påpekar ens brister och retar en för dem och eftersom många lägger upp bilder på sidor på Internet, som facebook och Instagram, tror respondenterna också att ungdomar får mer press på sig att de också måste lägga upp bilder på sig själva när de tränar.

Det var 19 respondenter som svarade att det var viktigt att vara smal. Av dessa var det 10 respondenter som tyckte att det är mycket viktigt att vara smal och den största anledningen är att de inte vill uppfattas som tjocka, med risk för att blir mobbade. Bland respondenterna som anser att det inte är viktigt att vara smal är anledningen att en människa ska vara nöjd med sig själv men många av de som svarade ansåg det inte är hälsosamt att vara för smal.

Att ha muskler var enligt 15 respondenter väldigt viktigt, och detta motiverades av några med kommentarer som menade att det är viktigare för pojkar att ha muskler med flickor och att det är viktigt att ha muskler för att kunna försvara sig.

I enkätundersökningen fick respondenterna svara på frågan om de trodde att personer med fördelaktigt utseende blev bättre behandlad än de som inte hade lika fördelaktigt utseende. Utav de tillfrågade svarade 65 elever att människor med ett fördelaktigt utseende blir bättre behandlad än vad människor med ett inte så fördelaktigt utseende blir. Utav de 65 eleverna uppgav 29 stycken att personer med fördelaktigt utseende skulle bli mycket bättre behandlade.

Genom resultatet går det att skönja en viss attitydförändring hos ungdomar. De är medvetna om att det finns ett smalt ideal och många tycker uppenbarligen att idealet är alldeles för smalt, men trots det vill ungdomarna ändå hålla sig vältränade, för det är viktigt med en hälsosam kropp och ett hälsosamt tänk.

Attityder till det hälsosamma tänk har skapats av människans olika tankar, känslor, förutfattade meningar, föreställningar och övertygelser. Ungdomar som är mitt uppe i ett identifieringsarbete har en attityd till allt som sker runt omkring dem och samhället har en viss attityd som de vill att ungdomarna ska ha. Forskning har visat på att den attityd ungdomar får till någonting, t.ex. ett ideal, leder till en handling om det känns viktigt för personen i fråga. Om attityden dessutom är mer specifik och inte särskilt allmän är chansen mycket stor att den leder till ett visst beteende (Tamm, 2002).

Detta går att se i undersökningen då eleverna visar på ett eller annat sätt att de har attityder till kroppsideal. Frågan som går att ställa sig är om attityderna som eleverna har är deras egna som de själva har skapat eller om det är attityderna som samhället vill att eleverna ska ha. I många fall har eleverna ansett att samhällets kroppsideal är för extrema och har därför skapat en attityd som de anser är mer hälsosamma.

En person som med kunskap och intresse i ämnet skulle med andra ord kunna skapa en attityd till de olika kroppsideal som finns. Personer uttrycker och identifierar sig med hjälp av kroppen. Genom att kroppen förändras, förändras också sättet att förhålla sig till den. Genom att se sin kropp på ett nytt sätt växer också kritiken mot sig själv och det är inte helt ovanligt att personen utvecklar nya ideal för att bevara den nya kroppen (Johansson, 2006).

Trots att idealet mellan män och kvinnor är olika, finns det ändå liknande utmärkande drag där betoningen mer eller mindre ligger på att kroppen är slank, tränad, lång och muskulös. Detta stämmer överens med Bengs (2000) forskning.

Med tanke på den spridda mängd av resultat skribenterna fått ifrån respondenterna går det antingen att anta att respondenterna är mitt uppe i sin identitetssökning och försöker hitta den kroppen som respondenten kan känna sig bekväm i, eller har kanske respondenten redan hittat sin identitet och granskar och kritiserar andra för att de inte hittat sin identitet. Vad som gör att ungdomar hittar sin identitet är beroende av vilken attityd de har. Ungdomar hittar och skaffar sig attityder genom både reklam och dagliga diskussioner med både familjen och med vänner.

Vad som avgör hur skiftande attityden är beror på om ämnet i fråga är intressant och pålitligt. Om mottagaren känner säkerhet med ämnet, ger mottagaren ämnet mer uppmärksamhet (Passer & Smith, 2001).

Som det har gått att se tidigare, har det framgått att respondenterna uppgett att de tror ungdomar blir påverkade av media, och Tamm (2002) anser att syftet med reklam som visas i media är att förändra människors attityder. Om reklamen lyckas med sitt övertygande har reklamen också lyckats med att förändra attityden hos mottagaren.

Genom den attitydförändringen blir ungdomar också övertygade om att de ideal som media framställer, exempelvis smala, vältränade och muskulösa, därmed är de rätta (Bengs, 2000).

### **5.1.3 Uppfattas kroppsideal som hälsosamt?**

I undersökningen gav respondenterna ett blandat svar på frågan om de ansåg att det var hälsosamt att leva efter kroppsidealet som råder idag. 31 stycken ansåg att det var hälsosamt att leva efter idealet, medan 37 ansåg att det inte var hälsosamt att leva efter idealet.

Frågan som respondenterna fick var ifall de ansåg att det var hälsosamt att leva efter det kroppsideal som råder idag. Till frågan ställdes det också en öppen fråga för att ge respondenten en chans att utveckla sitt svar. Utav de 70 tillfrågade, var det 28 respondenter som skrev en kommentar till varför/varför inte det var hälsosamt att leva efter kroppsidealet. Hälften av dem kommenterade att det var hälsosamt för att det är viktigt att ha en hälsosam och frisk kropp. De ansåg att det är nyttigt och att det är bra att vi tänker hälsosamt och tränar, men att det inte får gå till en överdrift. Den andra hälften, som påstod att det var ohälsosamt att leva efter kroppsidealet, kommenterade det med att det inte var bra för hälsan. En elev kommenterade till exempel att kroppsidealet är alldeles för smalt idag och att det gör det ohälsosamt att leva efter idealet.

Synen på om kroppsideal är hälsosamt eller inte har inte ändrats mycket under de senaste 100 åren. I början på 1900-talet skulle en stark och frisk kropp skapas som kunde arbeta hårt. På 70-talet kom det influenser ifrån USA och bodybuildningkulturen, där tekniker för att få fram snygga muskler skapades. Fitnesskulturen skapades och ansågs, och anses än, vara en blandning mellan olika träningsformer. Fitness ska associeras med en sund kropp, huskurer,



träningstips, matråd, och inte associeras med kroppsfixering, ätstörningar och kroppsideal (Johansson, 2006).

Många människor, både kvinnor och män, pojkar och flickor, strävar efter att leva ett hälsosamt liv. Men frågan är inte om jakten på det hälsosamma livet väldigt lätt kan överdrivas? Då har det positiva, som det hälsosamma livet vill uppnå, plötsligt blivit något negativt, i form av en kroppsfixering och strävan efter skönhet. Hälsa- och träningsindustrin har blivit något som hjälper till att tillhandahålla medel för att kunna uppnå ett visst skönhetsideal och det blir allt svårare att se var gränsen mellan hälsa och skönhet går någonstans (Johansson, 2006).

Precis som en del av respondenterna har sagt i sina kommentarer, är det viktigt att ett hälsosamt tänk finns, men att det inte får övergå till något negativt i form av en ätstörningssjukdom eller liknande. Det är flera av respondenterna som ser kroppsideal som någonting hälsosamt, som den tidigare forskningen visar. Samtidigt är flera av eleverna medvetna om att det går att överdriva strävan efter den ideala kroppen och att det på så vis istället kan bli farligt för hälsan. Detta är ett medvetande som är viktigt för ungdomar att förstå, så att det hälsosamma livet inte omvandlas till en kroppsfixering.

#### **5.1.4 Blir unga påverkade av media och kända människors framställning av kroppsideal?**

I undersökningen framkom det väldigt tydligt att respondenterna trodde att media påverkade ungdomars syn på den egna kroppen. Det framkom även att respondenterna trodde att kända människor också kunde påverka ungdomars utseende och kropps bild.

Män och kvinnor strävar väldigt ofta efter att nå ett visst ideal och det som först skulle vara en hälsosam livsstil att sträva efter har istället blivit en ohälsosam livsstil, som i värsta fall leder till ätstörningssjukdomar (Johansson, 2006). Grogan (1999) menar att det är en enorm press på speciellt kvinnor och hur deras kroppar ska se ut. Flertalet studier visar också på att kvinnor och män framställs olika i media, gällande deras kroppar. Kvinnor presenteras som onaturligt och överdrivet smala medan männens kroppar framställs som normalviktiga, men med muskler och en snygg siluett (Grogan, 1999).

Genom att belysa mäns och kvinnors kroppar i media framställs också ett ideal som påverkar både unga och äldre män och kvinnor. Många av eleverna i undersökningen är medvetna om att pressen finns och de är medvetna om att kroppsidealet som media framställer är ohälsosamt

Men det är inte enbart media i form utav okända människor som påverkar oss. Kända celebriteter har också en stor inverkan på hur människor ser på sina kroppar. Av de som svarade på vår enkätundersökning uppgav 94 % att de trodde kända människor påverkar ungdomars syn på sin kropp. Många kända människor, speciellt modeller, syns i reklamer där deras kroppar är väl synliga och de används för att illustrera den perfekta kroppen då deras kroppar dagligen bedöms av miljoner människor.

Dessutom kan ungdomar känna pressen av att de måste se ut på ett visst vis för att kunna passa in bland sina kamrater och undvika att bli ett föremål för mobbning (Bengs, 2000).

Tidigare forskning har visat att både pojkar och flickor kan känna sig mindre nöjda med sina kroppar efter att de har sett bilder ifrån tidningar eller reklam ifrån TV (Grogan, 1999). Om vi då kopplar samman respondenternas uppfattning om att pojkar och flickor blir påverkade av media, med den tidigare forskningen som har påvisat att pojkar och flickor känner sig missnöjda med sina kroppar efter att blivit exponerade för kroppsideal. Kan vi då påstå att media i för hög grad skickar ut fel signaler till oss och bidrar till ett snedvridet kroppsideal?

Pojkar och flickor måste få hjälp i att lära sig vara skeptiska mot informationen de matas med samt att eleverna i skolan får undervisning av lärarna hur de ska reagera och agera när de blir informerade om att ett visst kroppsideal får en att bli lycklig (Botta, 2003).

I enkätundersökningen fanns det även med två frågor under detta tema som senare valdes att tas bort från behandlandet av resultatet.

Den ena frågan var ”Var märker du mest att media förmedlar samhällets kroppsideal?” och respondenterna fick alternativen Tidningar, Radio, TV, Internet och Annat. Orsaken till att frågan togs bort var att skribenterna ansåg att mängden internt bortfall var för stor på just den uppgiften. Av de 68 som hade besvarat frågan, var det 30 stycken respondenter som hade kryssat i flera alternativ, vilket inte hade angivits i uppgiften som en möjlighet. För att minska bortfallet på den här uppgiften, hade skribenterna kunnat tydliggöra att respondenterna endast skulle kryssa i ett alternativ och då det som de ansåg att media mest förmedlade samhällets kroppsideal.

Den andra frågan som togs bort när resultatet behandlades var ”Hur ofta tittar du på TV?” och alternativen hade intervall mellan ”aldrig” och ”mer än tre timmar om dagen”. Tanken med frågan var att koppla ihop resultaten med de från de andra frågorna under samma tema. I efterhand kom skribenterna fram till att frågan var irrelevant för syftet med undersökningen och beslutade därför att inte använda sig utav den.

## **5.2 Metoddiskussion**

För att kunna få reda på hur elever i årskurs nio och deras attityder till kroppsideal är, genomfördes en kvantitativ undersökning där eleverna fick en enkät att fylla i.

En kvantitativ undersökning valdes av anledningen att skribenterna ville få reda på en stor grupps attityder kring ämnet kroppsideal. Ju fler deltagare som inte hade gett sitt svar desto större hade risken blivit att undersökningens resultat inte blivit rättvist (Eliasson, 2006).

För att få reda på resultatet hade även en kvalitativ metod i form utav intervjuer kunnat väljas. Dock valde skribenterna inte att genomföra några intervjuer då en intervjuare kan väcka känslor, attityder eller rent av irritation hos den intervjuade personen för att en fråga kan vara för personligt ställd, eller klumpigt formulerad. Intervjuaren kan också med reagera med en gest, min eller höjt ögonbryn, vilket kan leda till att den intervjuade personen inte vill svara på fler frågor för intervjupersonen är rädd för att få liknande reaktioner på andra frågor. Personen kan tro att intervjuaren kritiserar eller dömer ut intervjupersonen (Patel & Davidsson, 1991).

Den avsedda storleken på gruppen var från början tänkt att vara runt 100 elever för att kunna få ett rättvist resultat. Ett urval på skolorna hade från början bestämts och det var att det endast skulle finnas med niondeklassare i undersökningen, då elever som fyllt 15 år inte behöver ha sina föräldrars tillstånd att få delta i undersökningen.

Gruppen blev dock inte av den storlek det först var tänkt. Många rektorer svarade inte på vårt brev och de rektorer som svarade uppgav att de inte kunde delta på grund av att eleverna i årskurs nio hade nationella prov som de valde att prioritera först.

Sammanlagt svarade tre skolor att de kunde ställa upp i undersökningen, vilket gav en undersökningsgrupp på 88 elever och den slutliga studiegruppen blev 70 respondenter.

Innan vi gick ut till de redan klara skolorna, skickades en påminnelse ut till de rektorer som inte svarat på det tidigare brevet. Ytterligare svar kom då in där några förklarade att de hade nationella prov och inte kunde delta, och några skulle höra av sig igen, vilket de inte gjorde.

Skribenterna fick ett bortfall av elever under tiden som undersökningen pågick. Av de elever som fick möjligheten att genomföra enkäten, var det en elev som valde att inte svara alls. Det räknades till det externa bortfallet. Till detta tillkommer det även till 17 elever som inte var på skolorna när enkätundersökningen genomfördes. Totalt var det externa bortfallet på 18 elever.

Det var även en elev som avbröt enkäten efter att ha genomfört de första elva frågorna och en elev avbröt efter fråga 17, vilket blev det interna bortfallet. Till detta tillkommer även de som har hoppat över vissa uppgifter eller som har kryssat i mer än ett alternativ när detta inte var instruerat.

Det var inga elever från dessa klasser som var någon annanstans i skolan under tillfället. På en av skolorna som besöktes fick skribenterna information om att 22 elever gick i årskurs nio. Rektorn hade informerat om att några av eleverna var på praktik eller resor. När skribenterna kom till skolan hade antalet tillgängliga elever sjunkit ifrån 22 till 6 elever, vilket givetvis påverkade slutresultatet för undersökningen då det externa bortfallet blev större än väntat. Det totala antalet av mer eller mindre genomförda enkäter räknades upp till 70 stycken. Skribenterna själva blev skeptiska till det låga deltagarantalet och hur det skulle påverka resultatet, men eftersom inga fler skolor meddelat att de kunde delta fick skribenterna utgå ifrån det material som de fått ihop.

Skribenterna hade kunnat få ett större antal respondenter att medverka i enkätundersökningen vilket skulle ha medfört att bortfallet förhoppningsvis hade minskat. Då ingen annan kontakt med skolorna, förutom kontakt via e-post, gjordes fick skribenterna heller inte svar ifrån samtliga skolor. Att enbart skicka e-post till dem var inte det enda som skribenterna skulle gjort, då flertalet av rektorerna får massvis av e-post varje dag och lätt kan sortera undan att besvara på ansökan om besök för enkätundersökning. Om skribenterna inte hade fått svar efter ett par dagar skulle ett telefonsamtal till rektorerna gjort det lättare att nå fram till rektorerna och på det viset hade även skribenterna kunnat förklara och tydliggöra studien för dem. Skribenterna hade också kunnat åka ut till skolorna för att ta kontakt med rektorerna,

vilket också medfört att de hade fått ett ansikte på vilka det var som var intresserade av att göra en undersökning på deras skola.

Vid det första besöket var båda skribenterna närvarande på skolan. Vid de två andra besöken tog skribenterna vars en skola, då båda skolorna enbart kunde på samma dag och tid.

Innan enkäten genomfördes fick eleverna reda på syftet med enkätundersökningen. Eleverna fick också reda på de fyra etiska principerna. Inga namn eller personnummer behövdes, av den anledningen att ingen skulle kunna spåra att det var just de eleverna som besvarat enkäten. Eleverna blev också införstådda med vad som skulle hända med det insamlade materialet och även hur materialet kommer hanteras, samt vilka som kommer att få se på materialet. Slutligen fick eleverna också reda på att deltagandet i undersökningen var helt och hållet frivilligt och att eleverna när som helst kunde avbryta sitt deltagande.

## 6. Slutsats

När skribenterna först påbörjade uppsatsen ställdes fyra frågeställningar som skribenterna ville ha svar på i sin undersökning.

- Hur mycket upplever eleverna att skolan jobbar med kroppsideal?
- Vad har eleverna för attityd till kroppsideal?
- I vilken grad anser eleverna att kroppsideal är hälsosamt att leva efter?
- I vilken grad upplever eleverna att media påverkar deras syn på kroppen?

Frågeställningarna blev också grunden till hur enkätfrågorna skulle formas, och efter att ha genomfört undersökningen, har vi skribenter kommit fram till att skolor i högstadiet behöver undervisas mer om kroppsideal. Eleverna själva har uppgett att det är ett viktigt ämne och i resultaten har det gått att se tecken på att elevernas kunskaper om kroppsideal är bristfälliga. Att behandla ämnet kroppsideal är någonting som fortfarande är nytt i läroplanerna och det kan vara anledningen till att det inte har kommit fram i de skolor som undersökningen har genomförts på. En bredare kunskap skulle hjälpa eleverna att få en bättre självkänsla över sin egen kropp och den press på hur de ska se ut, som ungdomar känner idag, skulle minska. Det som syns ofta i media blir det som ungdomarna strävar efter, gällande kroppsform. En bredare och djupare kunskap skulle medföra att eleverna skulle se att det inte finns ett kroppsideal som är det rätta och därmed påverkas mindre av media.

### 6.1 Fortsatt forskning inom området

Skribenterna har kommit fram till att en fortsatt forskning inom två områden.

- ✓ En bredare undersökning hade behövts göras för att kunna undersöka hur andra skolor i landet arbetar med kroppsideal och se om liknande resultat går att koppla till uppsatsen som vi har gjort och de resultat vi fick fram.
- ✓ En undersökning skulle vilja göras om hur idrottslärares attityder till ämnet kroppsideal är. Arbetar de med kroppsideal och hur ofta? Hur skulle de vilja arbeta mer med kroppsideal?

## Referenslista

Bengs, Carita, 2000, "Looking good. A study of gendered body ideals among young people", Doctoral Dissertation in sociology at the faculty of Social Sciences, Umeå University, 2000

Botta. A. Renée, 2003, *For your health? The relationship between Magazine reading and adolescents, Body image and eating disturbances, Sex roles, Vol. 48 Nos. 9/10, May 2003.* Cleveland State University, Cleveland, Ohio

Cohane, H. Geoffrey & Pope, G. Harrison, 2001, *Body Image in Boys: A review of the literature*, Biological Psychiatry Laboratory, McLean Hospital/Harvard Medical School, Belmont Massachusetts

Eliasson, A. 2006, *Kvantitativ metod från början*, Lund: Studentlitteratur

Eriksson, C, 2005, *Normal och fin*, Natur och kultur. Finland: WS Bookwell

Eriksson, J, 2009, *Samspel*, Bonnier Utbildning AB, Falköping: Elanders

Grogan, S. 1999, *Body Image – Understanding body dissatisfaction in men, women and children*, London: Routledge

Harstad, F, Heaver, S, Öberg, J. 2011, *Spela roll*, Lettland: Livonia Print

Homburger Eriksson, E, 1968, *Ungdomars identitetskriser*, Lund: Bröderna Ekstrands tryckeri

Johansson, T, 2006, *Makeovermani – Om Dr. Phil, plastikkirurgi och illusionen om det perfekta jaget*. Finland: WS Bookwell

Nationalencyklopedin, (2013), *Ideal*, (Elektronisk). Tillgänglig: <http://www.ne.se.ezproxy.bibl.hkr.se/lang/ideal> (Hämtad 2013-04-23)

Passer. W, Michael & Smith. E, Ronald, 2001, *Psychology – Frontiers and Applications*, New York: Von Hoffman Press, Inc.

Patel, R. & Davidsson, B. 1991 *Forskningsmetodikens grunder – Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*, Lund: Studentlitteratur

Rauste Von-Wright, Maijaliisa. 1988, *Body Image Satisfaction in adolescent girls and boys: A Longitudinal study*. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol 18, No. 1, 1989. Turku, Finland

Skolverket, 2011, *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet: Lgr11*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Skolverket, 2011 *Kommentarmaterial till kursplanen i Idrott och Hälsa*. Stockholm: Ordförrådet AB

Tamm, Maare, 2002, *Psykologi – om varför vi tänker, känner och handlar som vi gör*, Studentlitteratur AB, Danmark: Narayana Press

World Health Organization, (2013), *Health*, (Elektronisk), Tillgänglig: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html> (Hämtad 2013-05-15)

World Health Organization, (2013) *Obesity and overweight*, (Elektronisk). Tillgänglig: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> (Hämtad 2013-04-23)



# **Bilaga I**

## **Brev till rektorer**

Hej!

Vi är två lärarkandidater från Högskolan i Kristianstad. För närvarande går vi i termin 6 där det ingår att skriva en uppsats. Arbetet syftar till att ta reda på vilken attityd elever i årskurs nio har till kroppsideal. För att kunna undersöka detta har vi konstruerat en enkät. Vi skulle vara väldigt tacksamma om Er skola vill ställa upp på vår undersökning. Deltagandet är helt frivilligt och materialet som samlas in från eleverna kommer att hanteras konfidentiellt och ingen kommer att kunna spåra att Er skola och era elever har deltagit i undersökningen.

Vi vänder oss till Dig som är rektor på skolan för att fråga om tillåtelse att vi kommer ut till Er skola och genomför vår undersökning.

Skulle ni välja att delta kommer all data att samlas in med hjälp utav en enkätundersökning. Enkäterna kommer att samlas in och sedan blandas för att inte kunna komma ihåg vilken elev som lämnat in i vilken ordning. Materialet kommer att behandlas konfidentiellt och varken medverkande skolor eller elever kommer inte att kunna spåras. Det insamlade materialet kommer endast att användas i vår studie och kommer sedan att förstöras efter det att materialet har blivit behandlat, analyserat och godkänt i form av en examination.

De som kommer att få ta del utav den insamlade datan är förutom oss själva är, en handledare och eventuellt en examinator.

Om vi skulle få Ert godkännande att komma till er skola, behöver berörda lärare få reda på när vi har för avsikt att komma, vilket sker under vecka 17.

Om du har frågor är Du välkommen att kontakta oss.

Jonas Ulfheden

[Jonas.ulfheden0004@stud.hkr.se](mailto:Jonas.ulfheden0004@stud.hkr.se)

Jon-Alexander Henriksson

[jon.alexander.henriksson0044@stud.hkr.se](mailto:jon.alexander.henriksson0044@stud.hkr.se)

**Tack på förhand!**

## Bilaga II

Hej!

Vi är två lärarstudenter från Högskolan i Kristianstad, Jonas Ulfheden och Jon-Alexander Henriksson. Just nu arbetar vi med en uppsats som syftar till att studera hur elever i årskurs 9 upplever kroppsidealet i dagens samhälle.

Detta formulär består av 27 frågor skrivna i form av påståenden som handlar om hur Du uppfattar att vi påverkas av det kroppsideal som finns idag. På varje fråga markerar Du det alternativ som Du tycker stämmer bäst in på hur Du tror och tycker. Efter vissa frågor står det "(Du kan välja flera alternativ)", det innebär att Du kan kryssa i en eller flera rutor på just den frågan.

På vissa frågor får du möjligheten att kommentera dina svar. Om du behöver mer plats eller om du vill kommentera någonting annat så kan du fortsätta skriva på det separata papper som vi delat ut.

När enkäten är ifylld lämnas den in igen, utan namn, och ingen kommer att kunna spåra att det är just du som svarat på våra frågor.

Det är helt frivilligt att delta i undersökningen och du kan avbryta när du vill.

Vi är tacksamma för att du hjälper oss med vår undersökning.  
/Jon och Jonas

Kön:

- Man
- Kvinna

Kroppsideal och skolan

---

1. Har du kunskaper om hur kroppsidealet ser ut idag?

- Ja, för både killar och tjejer
- Ja, för killar
- Ja, för tjejer
- Nej

2. Har ni pratat om kroppsideal i skolan?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

3. Anser du att det är viktigt att man pratar om kroppsideal i skolan?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

4. Varför/Varför inte?

---

---

---

---

5. Tror du att ungdomar skulle få en annan syn på kroppsidealet om de hade arbetat mer med kroppsideal och ungas hälsa i skolan?

- Ja, mycket
- Ja, lite grann
- Nej, inte särskilt mycket
- Nej, inte alls

6. Har du pratat om kroppsidealet utanför skolan?

(Du kan välja flera alternativ)

- Ja, i hemmet
- Ja, med kompisarna
- Ja, på en idrott
- Ja, annat: \_\_\_\_\_
- Nej

---

Dagens kroppsideal

---

7. Hur viktigt tror du det är att se bra ut i dagens samhälle?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

8. Anser du själv att det är viktigt att se bra ut?

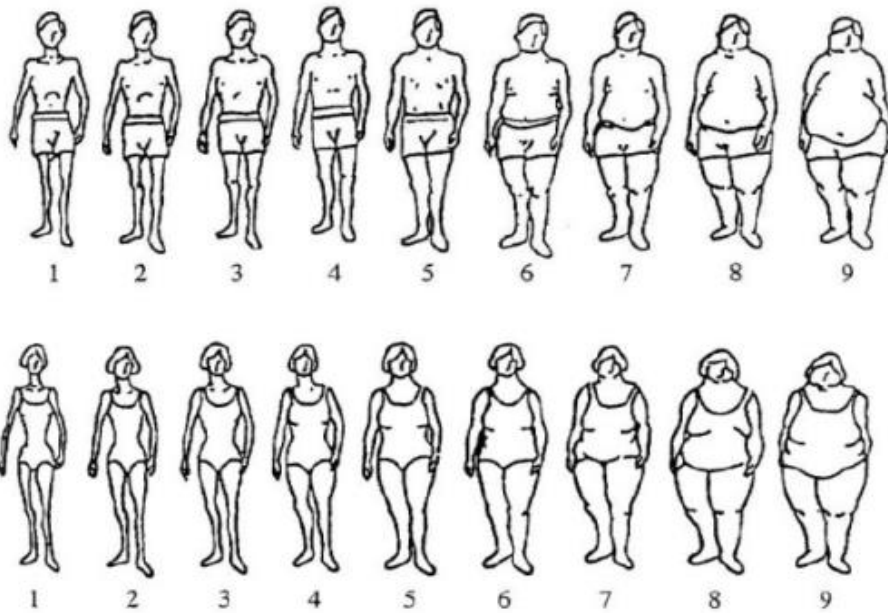
Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

9. Vid vilka tillfällen anser du att det är viktigast att se bra ut?

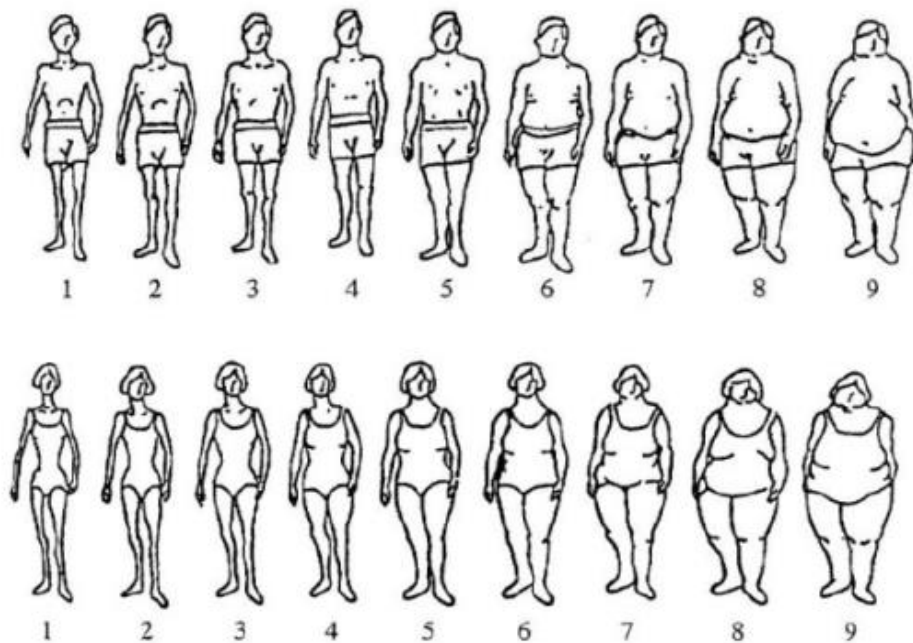
(Du kan välja flera alternativ)

- I skolan
- Hemma
- När man tränar
- När man träffar kompisar
- Annat: \_\_\_\_\_

10. Ringa in en figur på skalan var du tror att kroppsidealet i dagens samhälle är för killar respektive tjejer.



11. Ringa in en figur på skalan hur du själv tycker att kroppsidealet är för killar respektive tjejer.



12. Hur viktigt tror du det är att vara smal i dagens samhälle?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

13. Hur viktigt anser du att det är att vara smal?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Kommentarer: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

14. Hur viktigt tror du att det är att vara vältränad i dagens samhälle?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

15. Hur viktigt anser du att det är att vara vältränad?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Kommentarer: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

16. Hur viktigt tror du att det är att ha mycket muskler i dagens samhälle?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

17. Hur viktigt anser du att det är att ha mycket muskler?

Inte alls	1	2	3	4	Mycket
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Kommentarer: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

18. Är utseendet viktigare beroende på vilket kön man tillhör?

- Ja, det är viktigare för tjejer att ha ett bra utseende än killar
- Ja, det är viktigare för killar att ha ett bra utseende än tjejer
- Nej, det är lika viktigt för båda könen
- Nej, det är inte viktigt för något av könen

19. Tror du att en person med fördelaktigt (bra) utseende blir behandlad på ett bättre sätt av omgivningen än en med mindre fördelaktigt utseende?

- Ja, mycket
- Ja, lite grann
- Nej, inte särskilt
- Nej, inte alls

## Kroppsideal och hälsa

---

20. Anser du att det är hälsosamt att leva efter det kroppsideal som finns idag?

- Ja, mycket
- Ja, lite grann
- Nej, inte särskilt
- Nej, inte alls

21. Varför/Varför inte?

---

---

---

---

22. Anser du att många unga idag lever med en press på att man ska se ut på ett visst sätt?

- Ja, mycket
- Ja, lite grann
- Nej, inte särskilt mycket
- Nej, inte alls

## Media och kroppsideal

---

23. Var märker du mest att media förmedlar samhällets kroppsideal?

- Tidningar
- På radio
- Internet
- TV
- Annat: \_\_\_\_\_



24. Hur ofta tittar du på tv?

- Mer än tre timmar om dagen
- 1-3 timmar om dagen
- 1-7 timmar i veckan
- Ett fåtal timmar i månaden
- Aldrig

25. Tror du att dagens tv-program påverkar hur ungdomar ser på sin egen kropp?

- Ja, alla
- Ja, många
- Ja, lite grann
- Nej, inte alls

26. Tror du att könet har någon betydelse för huruvida media påverkar ungdomars syn på sin egen kropp?

- Ja, killar påverkas mer än tjejer
- Ja, tjejer påverkas mer än killar
- Nej, det spelar ingen roll vilket kön man har.

27. Tror du att kända människor påverkar hur ungdomar ser sin egen kropp?

- Ja, mycket
- Ja, lite grann
- Nej, inte särskilt mycket
- Nej, inte alls

Tack för din medverkan!